

# 護身術「逃げわざ」

あなたと大切な人を守るために  
命を守る力を身につけよう

【日時】 2025 年 11 月 1 日 (土)  
13:30～15:30

【会場】 新潟県女性センター  
女性団体交流室 2

(新潟市中央区上所 2-2-2

新潟ユニゾンプラザ 2 階)

【参加費】 500円 (18 歳以下無料)

当日現金でお支払い下さい

【定員】 女性限定 20名 一時保育あり

(一時保育は別途申し込み。裏面参照)

【講師】 睡蓮里美 (合気護身術 P.Three 主宰)

【持ち物】 飲み物

【申し込み・お問い合わせ】

主催 合気護身術 P.Three ピースリー

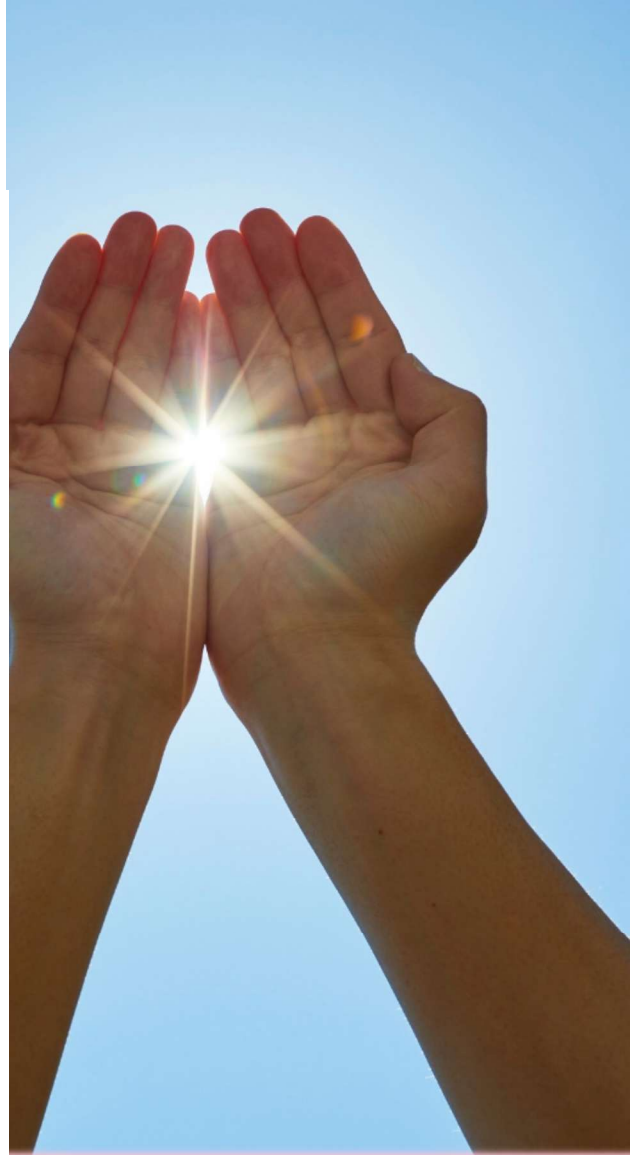
メールアドレス: [suirensatomi@gmail.com](mailto:suirensatomi@gmail.com)

申し込み Google フォーム

こちらの QR からどうぞ→



R7年度新潟県女性財団「団体支援事業」



\* あなたと大切な人を守るために 命を守る力を身につけよう \*

近年、平等が謳われる社会になりつつありますが、  
まだまだ性別差や体格差によって不利な立場に  
置かれている方が多いと感じます。

強い力から身を守ることができれば、安全な暮らしを確保し、  
平等に社会に参画し、自分に自信をもって生きていける  
のではないのでしょうか。

様々なことから身を守る＝自己防衛知識を高め、  
ちょっとしたコツで力がなくてもできる護身術と防犯知識を  
学びましょう。



## \*\* プログラム \*\*

13:00～受付

13:30～実技講習「逃げわざ」(60分)

14:30～身を守る知識(15分)

14:45～ワークショップ(45分)

「自分が無防備になるときはどんなシチュエーション？」



## 【重要】 一時保育について

保育申し込みは(公財)新潟県女性財団 ☎025-285-6635までご連絡下さい。

- ・対象は生後6ヵ月～小学校低学年
- ・要事前申し込み、先着順(定員5名)、締め切り10月17日(金)17時まで
- ・保育協力費として子ども1名につき200円ご負担いただきます。

ピースリー  
合気護身術P.Three



Web ページ

