

平成30年度 ウィズ新宿 性と生の講座

女性のための 護身術 WEN-DO

ウエンドー

～心と身体の強さを引き出す！～

WEN-DOとはカナダ・トロントで開発された女性が自分で自分を護るための自己防衛プログラムです。

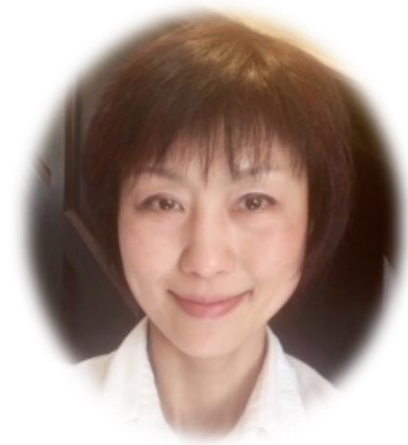
女性への暴力（痴漢や性暴力、セクシャル・ハラスメント、ドメスティック・バイオレンス、強盗など）から身を守るための方法を学びます。

『WEN-DO』は相手の力を利用して最小限の力で身を守る護身術です。体の使い方の技能だけでなく、未然に暴力から心と身体を護るという考え方を深めます。

6月2日（土）

午後2時～4時

講師 橋本 明子 氏
(WEN-DOインストラクター)



- 会場 新宿区男女共同参画推進センター 3階会議室（荒木町16）
※会場にエレベーター・エスカレーターはありません、ご了承ください。
- 対象 区内在住・在勤・在学の女性（小学校4年生以上の女兒も可）
※但し小学生は保護者同伴
- 定員 20名
- 託児 先着3名（1歳～未就学児、5月25日（金）までに電話にて申込み）
- 参加費 無料
- 注意 動きやすい服装でお越しください（スカート・ハイヒール・ブーツは不可）。
更衣室はありません。撮影・録音はご遠慮いただいております。
- 申込み 下記問合せ先まで、電話かFAXでお申込みください。
（受付時間 日祝除く 8:30～17:00）
- 問合せ 新宿区子ども家庭部男女共同参画課

5月17日（木）
受付開始

【☎ 03-3341-0801 FAX 03-3341-0740】

橋本 明子（はしもと あきこ）

2004年、カナダにてWEN-DO インストラクター資格を取得。

1995年より、子ども虐待防止活動に関わる。CAP（子どもへの暴力防止）スペシャリスト。

全国各地で、WEN-DO 指導普及のためのワークショップを行っており、障がい児や子どもを対象にした「性の健康教育」の講師も務める。

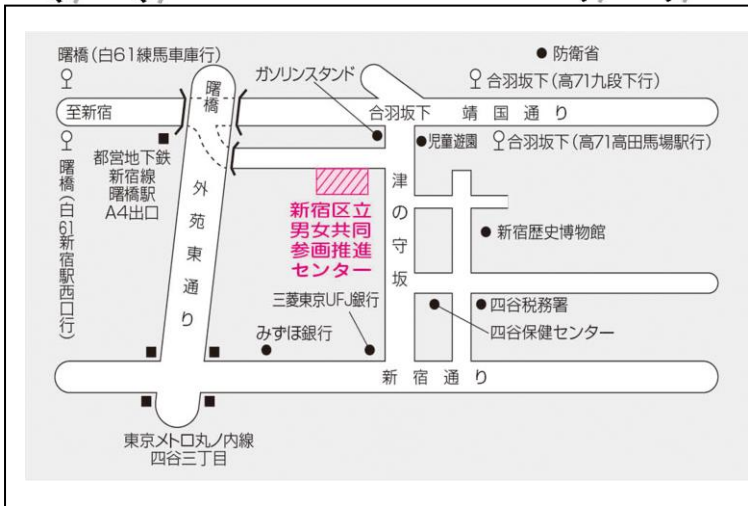
2006年、国際ソロプチミストアメリカ日本東リジョン「女性のために変化をもたらす賞」入賞。「リアライズYOKOHAMA」代表。

著書『セルフ・ディフェンス あなたは、正しい!』（三五館、2004年）

講座内容

◆WEN-DOとは ◆なぜ女性のための護身術なのか? ◆知らない人に話しかけられたときの距離の取り方 ◆声と呼吸の重要性 ◆腕を使った護身術 ◆足を使った護身術 ◆転んだときどうする? ◆後ろから抱きつかれた時どうする? ◆手首をつかまれた時どうする? ◆体の中の急所 ◆刑法にみる正当防衛の成立 ◆サークルズプログラムから考える人間関係の取り方 ほか
※状況により、内容は変わる場合があります。

会場地図



交通案内

- ◇都営地下鉄新宿線
「曙橋駅」A4出口から 徒歩約3分
- ◇東京メトロ丸ノ内線
「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇都営バス
 - ・宿75（新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前）
 - ・高71（高田馬場～九段下）
「合羽坂下」から 徒歩約2分
 - ・白61（新宿駅西口～練馬車庫）
「曙橋」から 徒歩約5分

駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

■FAX申し込み用紙 FAX 送信先番号 03-3341-0740

女性のための護身術 WEN-DO 6月2日（土）午後2時～4時

ふりがな
氏名

電話番号 ()

ふりがな
氏名

小学生の場合は学年 () 年生

この講座は新宿区と新宿区男女共同参画推進センター運営委員会との協働事業です

◆◆◆ 運営委員会参加団体 ◆◆◆

ぐるーぷ・カナリヤ、人骨問題研究会、新宿区家庭教育グループ連絡会、新宿区婦人団体協議会、
新宿区平和派遣の会、新宿女性九条の会、新宿ユネスコ協会

「ウィズ新宿」は、男女共同参画社会の実現を目指す、新宿区立男女共同参画推進センターの愛称です！