

平成 29 年度 スペースゆう パートナーシップ事業

「わたしは大丈夫！」

元気になるセルフディフェンス

講師：福多 唯 Wen-Do Japan 代表（マスターインストラクター）

■開催日時

2017年12月9日(土)

13:30～15:30（途中休憩あり）

受付開始 13:15～



福多 唯 Yui Fukuda

○Wen-Do Japan 代表
○マスターインストラクター
○金沢市在住。多胎児育児支援や虐待の相談員を経て、2002 年より Wen-Do の講師に。現在は日本での講師育成も担う、Wen-Do の第一人者。

■参加費／無料

■定員／20 名（先着順）

■対象／関心のある11歳以上の女性

（小学生以下は保護者女性同伴）

■保育／1歳以上の未就学児対象。申込詳細は裏面参照

■持ち物／汗拭きタオル、飲み物、筆記用具

■服装／動きやすい服装

■会場／スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）多目的室 A・B



女性専用の護身プログラム、“Wen-Do”を習ってみませんか？

Wen-Do は、女性の賢さ・強さ・声を結集した、女性による女性のためのセルフディフェンス（護身）プログラムです。

女性のエンパワーと行動で女性の暴力被害を減らすために、1972 年にカナダで生まれました。日本での本格普及は2002年から。シンプルでインパクトにあふれるその体験型の講習は、暴力防止をテーマにしつつも、女性に晴ればれとした勇気と希望をもたらします。

企画運営：特定非営利活動法人 ジャパンマック

主催：スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）

■申し込み方法：電話、FAX、メールまたは窓口にてお申し込みください。

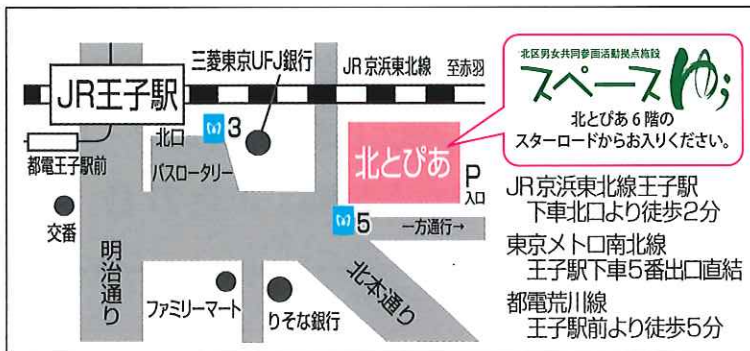
申込開始日：10月21日(土)

9:00～

〒114-8503 東京都北区王子 1-11-1 北とぴあ5階 スペースゆう

上記お申し込みについては、裏面をご覧ください。

北区男女共同参画活動拠点施設
スペースゆう

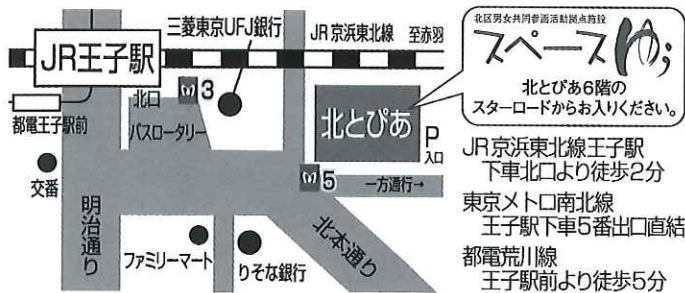


【TEL】 03-3913-0161 【FAX】 03-3913-0081 【E-MAIL】 danjo-c@city.kita.lg.jp

「スペースゆう」では節電に取り組んでいます。当日は温度調節のできるような服装でご来場ください。

【企画・運営】特定非営利活動法人ジャパンマック

1978年6月、日本で初めて12ステッププログラムを使って依存症者の回復と成長をサポートするアルコール等依存症者リハビリテーション施設「三ノ輪マック」として発足。設立時より当事者によるピアサポートを大切にしている。近年は家族支援や社会啓発にも力を入れており、家族教室や依存症の困りごと相談、一般向け・専門家向けの研修会を開催している。



■申込先

スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）

北区王子 1-11-1 北とびあ 5階（月曜、祝日、10月11日休館）
（閉館時間：火～土 9:00～21:00、日 9:00～17:00）

【電話】 03-3913-0161

【FAX】 03-3913-0081

【E-mail】 danjo-c@city.kita.lg.jp

平成 29 年 10 月 21 日（土）申し込み受付開始（申込先着順）

電話、FAX、E-mail、スペースゆう受付窓口、いずれかの方法でお申し込みください。
メールでのお申し込みは下の項目を記入してください。

< 申込用紙 >

講座名	「わたしは大丈夫！」元気になるセルフディフェンス		
お名前	フリガナ	年齢（年代）	
		歳代	
お住まい	○を付けてください。 区内在住・在勤・在学	電話	
	区外（ 区・市）	FAX	

対象：関心のある11歳以上の女性（小学生以下は保護者女性同伴）

保育1歳以上未就学児対象・定員あり・申込多数の場合は抽選。

保育の申込期間は10月27日（金）まで（抽選結果については、10月28日（土）以降に
お知らせします。）

保育	お名前	ご住所	性別	年齢
			男・女	歳 ヶ月

※個人情報は本講座の運営目的にのみ使用し、ほかの目的で使用することはありません