



令和6年度東久留米市男女平等推進センター主催



夏休み こどもの護身法

～小学生からできる大事な心と体の守り方～

7月20日（土）午前10:00～11:30

会場：市役所1階市民プラザホール

講師：**森山 奈央美さん**

（NPO法人ライフライツ インパクト東京代表）

自分を守る方法を知るとは、不安感を減らし、
自信につながります。

「人との距離感」や「嫌なことは『嫌だ』と言っ
ていい」「SOSを出す」ことなどのお話と、加害
者に狙われにくい「立ち方・歩き方」「声の出し
方」などの実技を学びます。保護者の方はご参観
ください。



●対象：小学校1年生から3年生のお子さんと保護者

●定員：先着15組（要申込）

●参加費：無料

●お申込み ＊ 7月1日（月）午前9時から

・申込フォーム（右記2次元コード）

・TEL：042-472-0061



●保育

2歳から未就学児の保育あり
（定員5人・先着順）

*7月5日（金）午後5時までに
要申し込み

●お問合せ

東久留米市男女平等推進センター（フィフティ・フィフティ）

東久留米市本町3-3-1（市役所2階、平日9:00～17:00）

TEL：042-472-0061 e-mail:fifty2@city.higashikurume.lg.jp

