

【輝なんせ鳥取講座】
心と体のボディワーク
～身につけよう!!
まさかの時の護身術～

R3年9月3日(金)18:30～開催

知っておいて欲しいこと

護身術は、あくまで『相手を一瞬ひるませ、その隙に大声を出す、逃げるなどして難を逃れるための手段』であり、過信は禁物です。

- 危険と思われる場所に行かない
 - 物品に対する執着を捨てる
 - 他の協力を受ける
 - 臆病になる
- ことが大切です。



講師の鳥取警察署 漆原弘一さん



鳥取警察署 吉谷さん

