

自

# 分らしく生きる」と

令和7年度にいがた女と男フェスティバル関連事業  
「女性に対する暴力をなくす運動」女性に対する暴力防止セミナー

「勇気の一步と支え合い」



2025.

11.21

14:00

16:00

(受付開始13:30~)

参加費

無料

定員

個別参加 30名 配信会場 50名  
(先着順/事前申込制)

対象

テーマに興味・関心のある方

財団会場ほか9市・村でサテライト会場あり

毎年11月12日から25日は  
「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。  
今年度は「性暴力」にフォーカスをあて、元自衛隊の  
五ノ井里奈さんを講師にお招きし、セミナーを開催。  
自衛隊時代に経験された性暴力や、このような事態が  
2度と繰り返されてほしくないという思いで戦った  
“勇気を出すことの大切さ”をお話しいたします。

講師

五ノ井 里奈 さん

元自衛官。1999年宮城県生まれ。幼少期に柔道をはじめ、  
中高生の時は全国大会に出場。2011年の東日本大震災で  
被災する。災害支援に来た女性自衛官に憧れて、2020年に  
陸上自衛隊に入隊するも、2022年6月に退官。現在は、  
女性や子どもたちに柔道を指導している。



著書「声をあげて」(発売 | 小学館)

行動を決意した彼女の武器は、「勇気ひとつ」。  
彼女が、失くした尊厳を取り戻すまでの物語は、  
世界中の人々にとっても、一歩踏み出す勇気となる。

主催



公益財団法人  
新潟県女性財団



お申込みはチラシ裏面を  
ご覧ください。 ▶▶▶

# 自分らしく生きること ～勇気の一步と支え合い～



## 参加方法について

参加をご希望の方は、事前申込みが必要です

【 セミナーは、オンライン(Zoom)を利用して行います 】

### サテライト

開催市町村 ▶ **新発田市**

開催会場 ▶ **新発田市生涯学習センター 研修室4** (新発田市中央町5-8-47)

会場定員 ▶ **30 名** 📌 先着順となります。定員になり次第締め切ります。

### セミナーの 参加申込み



お電話から

# 0254-28-9630

【月～金】8:30～17:15(祝日を除く)



ホームページから

<申込専用URL>

<https://x.gd/ZOquK>

右記の二次元コード(QRコード)  
からもお申込みいただけます。



申込専用QRコード

申込開始

**11月4日(火)**

申込締切

**11月19日(水)**

### 当日の 参加方法

当日は13:30開場となります。会場の受付までお越しください。

※申込後にセミナーをキャンセルされる場合は、必ずお知らせください。

### サテライト 会場への 参加方法

財団での個別参加・財団配信会場のほか、下記9市・村にてサテライト会場を設営します。  
※各サテライト会場での参加を希望される方は、各市・村へお申込みください。

❀ 長岡市役所 ❀ 柏崎市役所 ❀ 新発田市役所 ❀ 村上市役所 ❀ 妙高市役所  
❀ 上越市役所 ❀ 阿賀野市役所 ❀ 佐渡市役所 ❀ 関川村役場 (順不同)

財団への  
お申込み  
(専用HP)



お申込み  
お問合せ



公益財団法人  
**新潟県女性財団**

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ2階/新潟県女性センター  
TEL:025-285-6635 FAX:025-285-6630 Mail:[npwf@npwf.jp](mailto:npwf@npwf.jp)

