

日常生活で身の危険や不安を感じていませんか？

特に不安なのは・・・

ひとりで  
夜道の帰宅

人通りの  
少ない道

エレベーター  
などの密室

# 1秒 護身術セミナー

20代～40代の働く女性の約**50%**が  
日常生活で身の危険や不安を感じています。  
このセミナーでは、身の危険が迫ったときに  
逃げるための**20秒**を作り出すテクニックが学べます。

安心の  
忘れない  
保証

## 女性を取り巻く現実

## 働く世代の女性が一番被害に遭いやすいのをご存知ですか？

日常生活の中で  
身の危険や  
不安を感じますか

感じる  
**49.3%**

2人に1人

(総合警備保障株式会社 調べ)

実際に日常生活の中で  
身に危険が及んだ  
ことがありますか

ある  
**22.0%**

なんと  
5人に1人

(総合警備保障株式会社 調べ)

福岡における  
働く女性(有職者)の  
性犯罪被害割合

**43.0%**

実は働く女性の  
被害割合が一番高い

(福岡県警察 調べ)

福岡における  
20～40歳代の  
性犯罪被害割合

**55.0%**

性犯罪被害者の  
2人に1人は働く世代

(福岡県警察 調べ)

福岡県の性犯罪発生件数は毎年全国ワースト5位内。  
社会で活躍する女性が多い、福岡においては働く女性の被害  
割合が高いのも特徴です。

もし自分の身に危険が及んだ時、  
あなたは自分の身を守れますか？

この質問に自信をもって「YES」と答えられますか？

「でも何をしたらよいかわからない」

そんな時は**“逃げるための20秒”**を作り出す  
ことにこだわった、この護身術セミナー  
をぜひご検討ください。



## 本セミナーが選ばれる理由

## 緊急時は確実に“逃げる”ことが重要です

FBIも採用する  
近接格闘術を女性の  
護身用に簡略化



たったの  
2時間で  
身につく手軽さ



女性会員が監修！  
女性目線で設計された  
護身術セミナー



福岡のTV番組で  
弊社護身術セミナーが  
紹介されました



セミナーで  
できなくても安心  
「忘れない」保証



- 「忘れてしまうかも」も安心！ いざっ!!というときに使えるよう、継続的に学んでほしいから  
本セミナーを“何度でも”“無料で”再受講できる特典付き(一部条件があります)

テーマ	内容
●一般的な護身術が使えない理由	よくある護身術をやってみよう なぜ、一般的な護身術の多くは使い物にならないのか？ このセミナーでお伝えする護身術との違い
●女性に対する犯罪・暴力行為の傾向	福岡における女性犯罪の傾向と防犯 脅しのパターンとその意味 相手に吞まれない心構えと対応
●パーソナルスペースと安全な距離の取り方	安全な距離感を掴む 相手の正面？右前？左前？最も安全な立ち位置は？ 相手を刺激しない防御力の高い構え方 安全な距離を確保するためのフットワーク術
●殴り掛かれたときの防御→反撃法	女性でも瞬時に3倍の筋力を引き出すスゴ技 スゴ技を使ったワンアクションで防御する方法 何もできなかった場合に身を守る最終手段（100のダメージを30にする方法）
●さまざまな場面を想定したロールプレイ (ロールプレイは原則女性同士で練習していただきます)	手首を掴まれた場合 肩をつかまれた場合 袖口を掴まれた場合 首を絞められた場合 髪を掴まれた場合 羽交い絞め・抱きつかれた場合

●**忘れない保証**

せっかく、セミナーを受けても時間が経つと忘れてしまうもの。  
だから、弊社のセミナーは継続的に学べる「忘れない保証」付き

【保証①】 **無料で何度でも**

**本セミナーの再受講が可能**

本セミナーは毎回2名まで無料の再受講者枠を用意しています。  
希望多数の場合は抽選（受講回数が少ない方優先）  
抽選にはずれた場合も、半額で再受講できます。

【保証②】 **本セミナー受講者限定**

**短期集中クラスに参加可能**

詳しくは別途チラシをご覧ください。

一部条件がありますので、お問合せください

受講者の声

「簡単」「運動が苦手でも大丈夫」「イメージと違った」といった声・・・



光安 由佳 様

(作業療法士)

●いままでの護身術のイメージは？

場面に応じた型と手順を覚えていくものだと思っていました。

●セミナーの護身術の感想をお聞かせください

とても簡単で、すぐ覚えられました。運動が苦手な子でもできると思います。簡単だし、か弱い人でも大丈夫！人体の構造を基に、ひとつひとつの動きが考えられているので、とても興味深いです。



岡 久子 様

(営業)

●いままでの護身術のイメージは？

手首を掴まれたら、捻って逃げるようなイメージでした。

●セミナーの護身術の感想をお聞かせください

今までイメージしていた護身術は実戦では使えないことがわかりました。セミナーの護身術はとても実践的。シンプルな体の動かし方や特性（鍛えなくても強い部位の使い方）は興味深く、勉強になりました。



雪下 麻子 様

(PCインストラクター)

●いままでの護身術のイメージは？

とにかく身を守る・逃げる

●セミナーの護身術の感想をお聞かせください

ひとつひとつはカンタンなテクニックでした。加えて確実に逃げるためのコツなどもわかり、実践的だと思いました。せっかく護身術を知ったので、今度は覚えたテクニックを組み合わせたいです。

講師

皆川 博 伸

【1秒護身術トレーナー / 防犯設備士 (第 04-10456 号)】

師事したのはプロのボディガードの技術指導にあたる国内トップクラスの現役指導員。FBI や SWAT 部隊も採用する格闘術と要人警護の現場のノウハウを学んだ。

同じ指導員に師事した仲間が、福岡市に「女性や体力に自信がない人でも無理なくできる」をコンセプトにした護身術専門教室「トータルディフェンス」を開設。そのスターティングメンバーとして参画。体力的に不利な女性の意見・感想を強く反映した、「90分の護身術体験」を完成させた。体験者から「格闘術や合気道のイメージがあったが、全く違った」「本当にすぐできる」との評価を頂く。

「この護身術体験をもっと必要としている人はいないか？」そう考えたとき、会社員時代にある病院から院内暴力対策の相談を頂いたことを思い出す。

「90分の護身術体験」を医療機関向けにブラッシュアップ。モンスターや酔っ払いからの暴力に悩む医療機関・接客業スタッフ向けに展開。

理不尽な暴力が原因とする離職者ゼロを目指して活動している



【お問合せ・お申し込みは…】

護身術 STU

検索



株式会社 STU



092-600-1177 (受付 平日 9:00~18:00)



mail@s-techunit.com



http://s-techunit.com/contact.html

〒812-0016 福岡市博多区博多駅南 1-3-8 博多パールビル 801

