はじめに

私が小学４年生の頃に母親と百貨店へ行って私がうろうろしていたらはぐれてしまい、その時にたまたまどこかの小学５，６年から中学生までの約10人を引き連れたリーダーと目があったというだけで因縁をつけられて、追いかけられるはめになりました。逃亡者１vsハンター10の状態で、どこへ逃げても仲間に見つかりワンフロアーを走り回ってさんざん逃げた先がなんと行き止まりでした。当時の私は身長が低く並べば前から５番以内でしかも喘息持ちで痩せていて、あだ名は「かまきり」か「ごぼう」。

そんな私が見知らぬ上級生に囲まれて周りには誰もいませんでした。身体の大きな中学生のリーダーが指さし「こいつが俺を睨んできたんや」とわめきたてながら私の目の前に立ちはだかってきました。小柄な私は10人まとめてどころか、体格の良い中学生１人を相手に勝てるはずもなく逃げ場を失い絶体絶命でした。

周りの仲間からは「やっちまえ！」「殴ってやれ」とヤジを飛ばされて、逃げ場のない子ヤギがオオカミの群れに囲まれた状態でおびえていた。リーダーは周りに自分の強さを見せるように壁ぎわにいる私の目の前まで怒鳴りながら近寄ってきました。

「もうだめだ！」と思った時に、私の身体が勝手に動いた瞬間、リーダーは「ギャー」と悲鳴のような叫び声をだして股間を押さえながら床を転げ回っていました。私は何が起こったのか分かりませんでした。

うめきながら「こいつ金玉けりやがった」と言われて自分がしたことに気づきました。するとそれまで威勢の良かった仲間がじわじわ後へ下がり始めて真ん中に隙間ができた瞬間に、私はダッシュで子ねずみのように逃げることができ、店のスタッフと私を捜していた母親を見つけ理由を話すと彼らは警備員に補導されました。

当時は病弱で小柄、武道など習っているわけでもない10歳の私が、とっさに相手の股間を蹴れたのはラッキーでした。その時の教訓は、「実戦は孤独」「弱い者が強い者に絡まれる」「金的蹴りは大きな相手を倒せる」でした。これ

をきっかけに私は「自分で自分を守る方法」を模索する人生が始まりました。

スマホ護身術が全ての犯罪に対応できる訳では決してありません。しかし、衝動的な素人の性犯罪者には有効な護身術になります。

一番のオススメの護身用具は催涙スプレーです。これは人の命を奪わない銃ほどの威力があります。しかし残念ながら日本では催涙スプレーは、非殺傷武器となりナイフと同様に購入は合法となっています。しかし、外での所持に関しては「正当な理由」が成立しない場合は、軽犯罪法の適用対象となり、女性が正当な理由で所持する以外は法律で禁止されています。

そこで今回は誰もが持ち歩いていて、いつも手にしているか、すぐに取り出せるスマホを使って「シンプルな動作で逃げるタイミングを作る」、という**素人の犯罪者**に対してスマホを使った「かよわい人が対処できる護身術」の一部を紹介させて頂きます。

運動経験のない普通の女性でも、スマホがあれば今日からあなたは簡単に男性を退治することができます。つまり「自分で自分を守れる人」になれるということです。ただし第３章に書いてある「恐怖」をクリアーできればですが。

決して相手を傷つけたり倒す目的の護身術ではありません。あなたがいつも所持しているスマートフォンやカバンや傘やカギや固いヘアアクセサリーなどを使って、襲われた時に逃げるための手段として使ってください。

本の使い方

興味のあるところから見て頂いてかまいませんが、護身術の一番重要なポイントは第３章に書いてあります。ここは是非しっかり読んでいただきたい。

護身術の展開図とともにPOINTとさらにスマホでQRコードを読み取って直ぐに動画を見ることができて、動きが確認できます。

分からない動きはスローで確認してください。

犯罪に出会わないことが１番の護身術。２番目に不快感や危ないと思ったらすぐに逃げることが大切。３番目がこの本の対処になります。

ここで紹介する護身術を推奨しているわけでは決してありません。でも命の危険を感じた時はどうかこの本の中のどれかを使って逃げて頂ければ光栄です。

「自分を守るのは、己の勇気と冷静な判断」　生駒大貴