



SPアカデミー

SPが教える最強の護身術

～初級編～

**あなたの家は安全ですか？**

**あなたの通勤、通学の道は安全ですか？**

**あなたの会社、学校は安全ですか？**

**あなたは今、安心して生活できていますか？**

**このレポートは  
人を護るプロである  
SP(警護員)の目線から  
日常生活の安全についての  
基本的な点検の仕方を  
まとめたものです。**

**知っているのと知らないのとでは  
あなたの生活での安全が大きく変わります。**

# 自己紹介

レポートをダウンロードしていただき有難うございます。

このレポートの作者「西岡 成則(まさのり)」です。



生年月日 1965年4月19日

出身 兵庫県洲本市

**極真会館 西岡道場 師範**

**SPアカデミー 代表**

フェイスブック

<https://www.facebook.com/kyokushin.nishioka/>

H. P

<http://kyokushin-nisioka.com/>

著書

<https://www.amazon.co.jp/%E8%A5%BF%E5%B2%A1-%E6%88%90%E5%89%87/e/B01C51LQA4>

## 【レポートの目的】

私は**極真カラテ**の道場を運営しながら  
SP(民間警護員)の養成学校を卒業しました。

その後

**元警視庁SP**の協力を得て

関西で唯一のSP(民間警護員)養成学校

**「SPアカデミー」**を設立して

関西圏でのSP(民間警護員)の養成と派遣を行っています。



警察SP

SPアカデミー卒業生の仕事として

**身辺警護**

**精神障害者の入院移送**

**ストーカー撃退**

以上の案件を中心に行ってきましたが

SP(民間警護員)の訓練の内容は

一般の人にとっても防犯や護身に役立つと思い

このレポートを作成することとなりました。

**SPアカデミー**で教えている内容から

空き巣などにも対応できる家の安全点検と

自分自身の護身に役立つものをピックアップしました。

あなたの日常生活にお役に立てればと思います。



警察SP

## 目次

SP について	P 6 ~ 7
SP の基本	P 8 ~ 9
SP の心構え	P 1 0
実査とは	P 1 1 ~ 1 2
警護計画	P 1 3 ~ 1 4
不審物	P 1 5 ~ 1 6
不審者	P 1 7 ~ 1 9
不審車両	P 2 0 ~ 2 2
家の安全点検	P 2 3 ~ 2 4
危険度の判定	P 2 5 ~ 2 6
まとめ	P 2 7 ~ 2 8
SP の護身術	P 2 9 ~ 3 0
家の点検要領	P 3 1
プロフィール	P 3 2 ~ 3 3

**まずはSPについて少しお話しします。**

SP（エス・ピー）とは本来は

**警視庁の警備部、警護課の配置の警察官を**

通称 **SP（エス・ピー）** と言っています。

セキュリティー・ポリス（security police）の略です。

私は民間の警護員のこと

あえて**SP**と言っています。

今は一般の人**もSP**のことを判っている人が増えて

警護員とかボディーガードというより

**SP**と言った方が**雰囲気的に判りやすい**面があるからです。

**SP**になるためには**身長、体重、視力、けん銃の技術**など

当然いろいろな規定があり、最低ラインが設定されています。



警察 SP

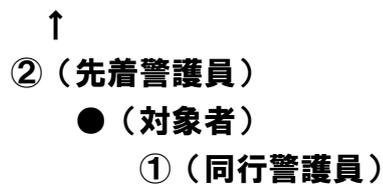
**服装もダーク系のシングルだとかシャツは白系など**  
**警護している対象者が何処に行くかなどで変えています。**  
テレビで見ているとわかると思いますが  
大臣がノーネクタイだとSPもネクタイをしていません。

SPが守っている人は  
総理大臣や各大臣は判ると思いますが  
東京都知事と**(社)日本経済団体連合(経団連)会長**にも  
SPが配置されています。

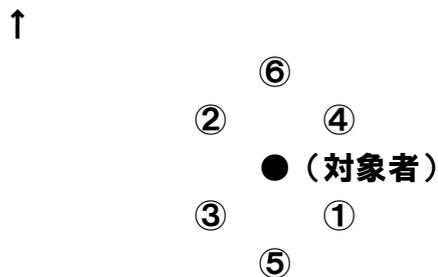


## S Pの基本は二人一組

守る対象者と一緒に行動するS Pを**同行警護員**と言います。  
予定された行先に先回りして安全を確認するS Pを**先着警護員**と言います。



総理大臣のS Pは普段から人数も多いですが  
他の人も**危険だと判断したときは人数が増えます。**  
大臣などが何かの不祥事でニュースで騒がれているときは  
S Pの人数が増えています。  
**何かの時にS Pの人数も数えてみてください。**



危険度が上がったときは4人になっている場合が多いです。

## 護る対象者がもし特別な会に出席するなら

自分達が会いそうな人はだれなのか？

行すべきことは何なのかを早く判断しなくてはなりません。

ワイングラスとシャンパングラスについて知識がありますか？

チップを払うことや、またいくらかを予測できますか？

教会に行くことは可能ですか？

そしてもし行った場合どのように振舞うべきですか？

例えばこのように事前に下調べをしていれば

自分達が場をわきまえずに恥をかいたり

クライアントに恥を欠かせたりすることが

なくなるわけです。

私の主宰するSPアカデミーはこの警視庁SPを手本としています。



## SPの心構え、モラルについて

SPによる警護の基本は

**「襲われないようにする」**です。

警護中に何かトラブルが起こったり

攻撃されたりすることがなければ

警護対象者はSPが完璧な仕事をしたとしても

**それに気がつくことは稀です。**

逆を言うとSPが完璧な仕事をすれば

警護対象者の生活は何も変わらず

平穏な生活のままで終わります。



警察 SP

何かトラブルでもあった方が

自分達の警護能力の高さを

警護対象者に証明できると思うときもありますが

そのような考えは**SPとしてモラル違反**です。

ここからが実際にSPが行う安全確認です。

SPはまず**実査**と言って事前に下調べをします。

そしてこの実査をもとに警護の仕方を決めて

**警護計画**を立てます。

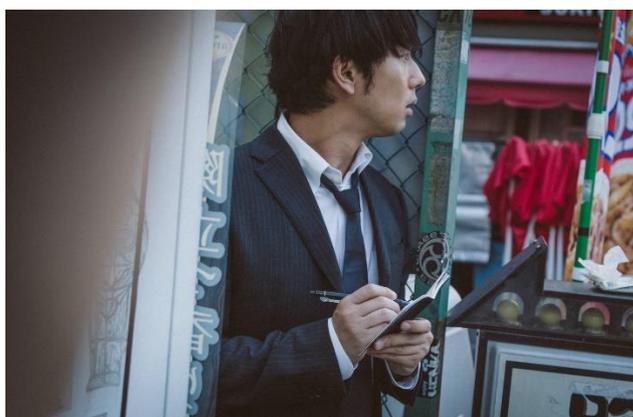
注意することは

**見取り図が書けるくらい調べること**

護る対象者が動く**道筋（動線と言います）**を頭に描き

その道筋での危険な場所を選定していきます。

護る対象者の車での移動も同じです。



## 自分が襲うとしたら何処がいいのか？

を考えながら場所を選定します。

今度は此処で襲われた時は

**何処に避難するか**を設定していきます。

非常階段は？

非難できる部屋は？

移動中なら近くに警察があるか？

なども頭に入れておく必要があります。

これらのことを総合して警護計画を立てます。



次に実際の警護を想定した警護計画を出してみます。

見取り図の矢印が守る対象者の動く道筋（動線）です。

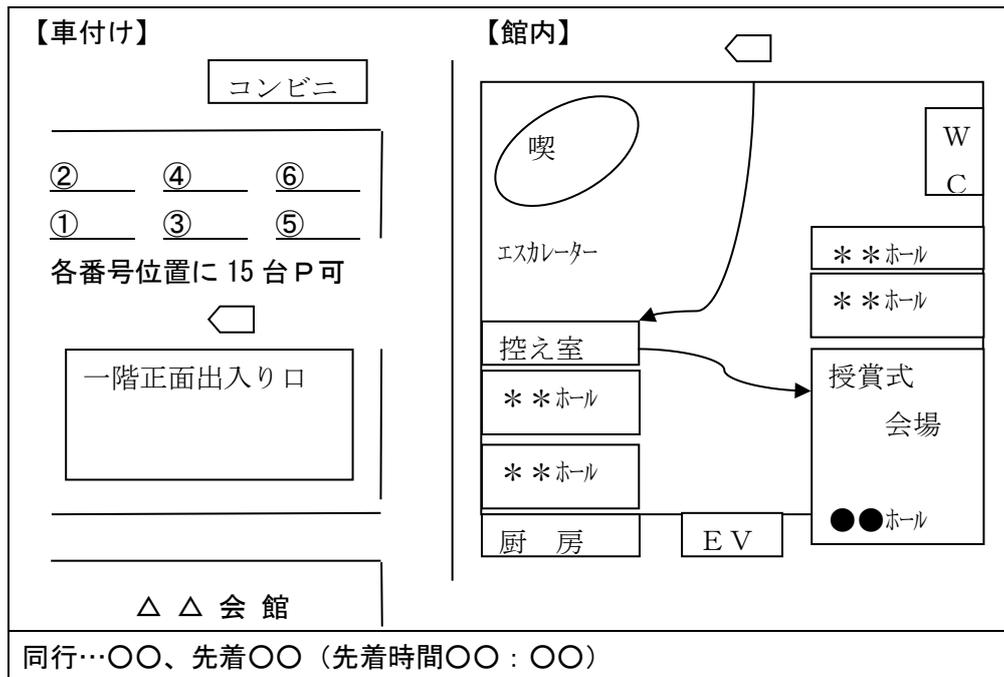
普段の自分の生活で会社に行く道筋などで

当てはめながら一度チェックしてみてください。

警護計画書（例）…計2枚

No. 1

平成〇〇年〇〇月〇〇日（〇曜日）		
〇〇〇〇授賞式（兼立食パーティー）		
東京都〇〇区〇〇町〇〇丁目〇〇番〇〇号 〇〇ホテル1階●●ホール 03-1234-****（代表）・03-1234-****（警備担当）		
〇〇：〇〇	出邸（ハイヤー利用）	【往路】…〇〇ハイヤー利用 出発～〇〇通り～首都高〇〇ランプ入（〇号線・〇号線）～〇〇ランプ出～〇〇通り～〇〇交差点（右折）～到着
〇〇：〇〇	〇〇ホテル到着	
〇〇：〇〇	控え室入	【復路】…往路同ハイヤー利用 往路の逆にて帰邸
〇〇：〇〇	控え室出	
〇〇：〇〇	授賞式会場入	〇〇ハイヤー 03-5555-**** 運転手（伊藤）
〇〇：〇〇	開会	
〇〇：〇〇	〇〇会長挨拶	090-1111-****
〇〇：〇〇	〇〇代表挨拶	
〇〇：〇〇	受賞者登壇（クライアント他3名）	黒クワン「品川330 あ 77-**」
〇〇：〇〇	受賞者降壇	
〇〇：〇〇	〇〇副会長祝辞	
〇〇：〇〇	閉会（引き続き懇談会）	
〇〇：〇〇	懇談会終了	
〇〇：〇〇	出発	
〇〇：〇〇	帰邸	



**車付けとは車を止める位置です。**

**車ではなくて移動が電車だったら？**

**歩く道筋は？**

**あなたの子供さんの通学路に当てはめてみると？**

**この建物があなたの会社に当てはめてみて**

**自分の行動する範囲は？などなど・・・**

**当てはめながら危険だと思えるような場所がありますか？**

**近くに警察はありますか？**

## **SPがあなたを守るために 家に迎えに行く想定してみると？**

まずあなたの家の周りに**不審物**がないかを調べます。

玄関周り、駐車場、植え込みなど

その場所にあっては不自然な物を探します。

それからあなたの**玄関**もしくは

マンションの**出入り口から見渡して**

視界に入る物はほぼチェックの対象になります。

**こちらを見ている人はいるか？**

**路上駐車している車はあるか？**

**その車に人は乗っているか？**

**普段駐車している車はどれか？**

**普段の家の周りのゴミや物の状況は？**

などなど

普段から自分の周りの状況を

注意深く見ておく必要があります。

## いざとなったときに

近所の人かどうかもわからない

普段から駐車している車かどうかも判らない

おそらくこういう人がほとんどだと思います。

普段の状況を判っていないと

何がいつもと違うのかが判らなくなってきます。

あまり見かけない人かな？

いつもはここに駐車なんかしていない？

いつもの車じゃない？

こんな所にいつもはダンボールなんかない？



ちょっと気にしておくだけで

**防犯、護身**の役に立ちますよ。

## 不審者とはどんな人？

あなたは周りに不審者を見つけた事がありますか？

一言で不審者と言っても

今ここで不審者を捜せと言われても

なかなか探しだせないと思います。

もしあなたが誰かの尾行をすると考えてみてください。

服装は？

持ち物は？

相手との距離は？

出来るだけ周りに溶け込もうとするでしょ？



見ただけで不審者と判る人は

襲撃者というより、ちょっと変わった人のはずです

**人と目が合う**というのはよくあると思います。

その時はどうですか？

あまり気にもしないと思いますが

この時に**目をそらさずにじっと見つめられたら？**

何もない人であれば反対に

「何か用なのか？」と思うかもしれないし

「気持ちの悪いヤツだな」と思うかもしれません。

でも、空き巣でも何でも何かの目的のためにそこにいる人が  
あなたにじっと見つめられたとしたら

**「見つかってしまった、何か怪しまれている？」**

慌てて目をそらすか

その場から立ち去るか



とにかく、**普通の人とは違う行動になります。**

## 不審車両とは？

あなたの家の周りにはいる車は全てが対象です。

特にあなたの**玄関**や

マンションの**出入り口が見える場所に**

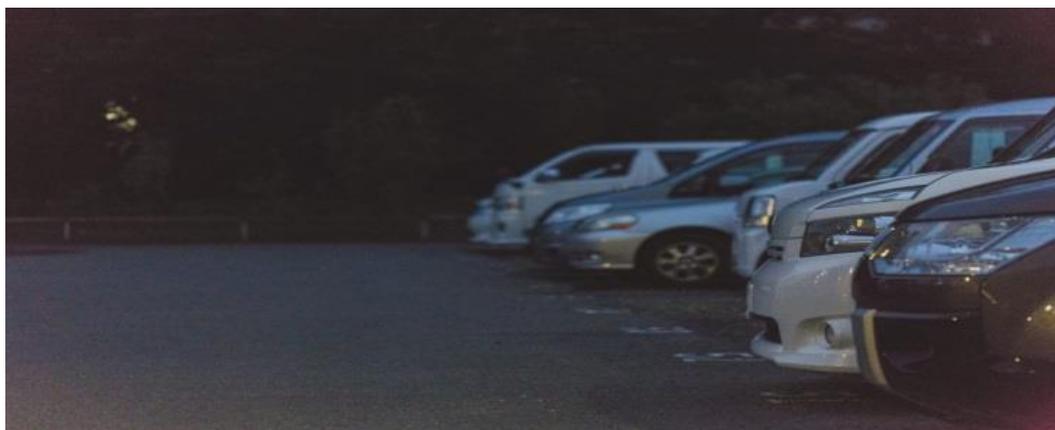
**駐車している車は全部対象です。**

月極駐車場もコインパーキングも同じです。

路上駐車は当然ですが、レンタカーも要注意です。

**SPは普段駐車している車と判るように**

**ナンバーをチェックしています。**



## 何度も同じ所を行き来する車も要注意です。

国会議事堂の前を車で

何回か同じように走っていると

実際にパトカーがやってきて

あなたを監視するようになります。

あまり試さないでください（笑）

車で走っているとしたら

**車線変更**や**右折**、**左折**で同じようについてくる車は

**同じ方向に3回曲がってみて**

それでも付いてくるようであれば

何かの目的があると判断して近くの警察に向かいましょう。



警察 SP

誘拐事件の多い外国では

尾行だと気づかれるように

わざと囿の車を仕込んで

**囿の車**に注意しすぎて

いつのまにか進路を他の車に

塞がれてしまうこともよくあります。



日本ではそこまでしての誘拐はないと思いますが

車でも人でも

**尾行には囿がいる**

こともあると思ってください。

## **家の安全を強化するためには？**

- a) 外に面したすべてのドアに高品質の鍵をつける
- b) 鍵をマットの下や花瓶の中などに置かない。
- c) ドアチェーンを使い、はずす前に訪問者の確認をする
- d) 部屋に厚い生地のカートンを使う
- e) 外灯をつける
- f) 見知らぬ人、作業員、TV修理などを決して入れない
- g) 夜間付き添いなしで家を離れてはならない
- h) 電話や机などは外から見えない場所に置くこと
- i) 子供やスタッフ（家政婦など）に安全対策に必要なことを教育する
- j) 外部の業者（クリーニング屋といった出入り業者）やそれに類似したサービスに注意を払う
- k) 郵便物を念入りにチェックする

今の時代は

**盗聴器**

**隠しカメラ**

は普通に設置されている場合があります。

自分は大丈夫と思っていると

思わぬトラブルに巻き込まれることがあります。



ここに挙げたのは抜粋ですが

普通の家庭でも以上のような事柄を注意していれば

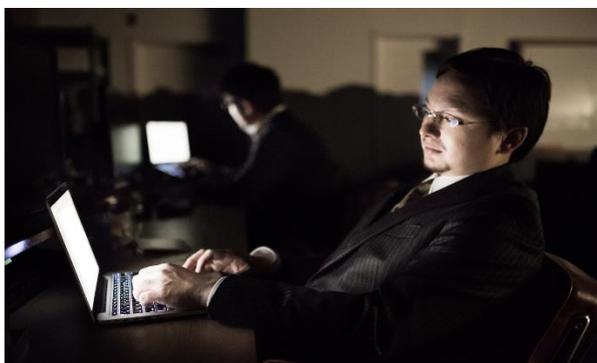
今よりもはるかに安全度は上がると思います。

## 本当に危険なの？

本当に危険なのかどうかを判断するのが  
一番大事な最初の作業です。

この判断を間違うと

本当に襲われてしまうようなことに繋がります。



SPは次のような項目を検討します。

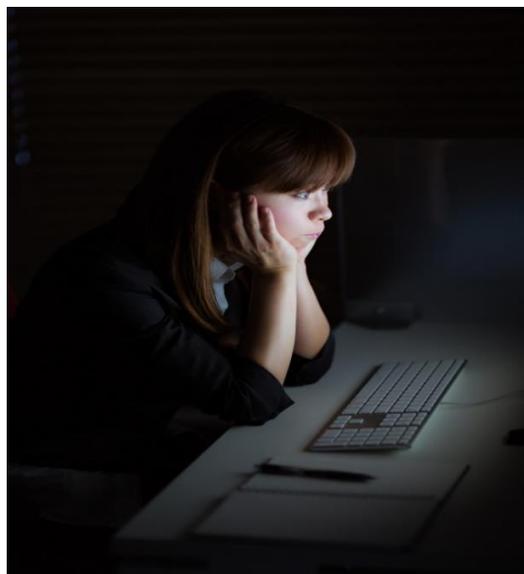
- A) 関係している活動や仕事
- B) 訪れる場所や出身の国
- C) ライフスタイル
- D) 重要な(特殊な)計画について知っている
- E) 所属、あるいは関係している宗教団体
- F) 個人的嗜好

## **襲撃者が誰なのか？**

**まず相手が判らないと対処の仕様がないので  
襲撃すると思われる相手を探さないといけません。**

**何かの意図でグループが形成されているのか？  
それとも一般的な恨みを個々に持っている人々なのか？**

**もし個人を相手にしている場合は  
例えばストーカーなどであれば  
クライアントへの聞き取り・調査によって  
かなり特定の人物にまで絞ることが出来るでしょう。**



## まとめ

ここに取り上げたことは

**SP アカデミーで最初に座学で教育する基本です。**

正当防衛や緊急避難のような法律も勉強しますが

マナーや身だしなみについても相当の時間を費やします。

SP としての基本隊形、実査の仕方、警護計画の作成など

まずは基本をしっかりと頭で勉強してから

実際の訓練に入っていきます。



SP の基本は

## 「襲われないようにする」

この基本を元にクライアントの動線から  
あらゆる手段を使います。

皆さんも一度自分の**日常生活の動線**を意識してみると  
今まで感じなかったことが出てくると思います。



警察 SP

## SPとしての護身術は？

当然、格闘技も行いますが

まずは、襲われた時に何が使えるか？

今、何を身に着けているのか？

## それをどのように使えるか？

私は空手を使って護身術を教えるのは簡単ですが

1回、2回練習したくらいでは

## 実際に使えないでしょ？

まずは、**すぐに役に立つやり方は？**

**手の届く物をどうやって使えるか？**

**を考えながら準備しておくのが一番だと思います。**



警察 SP

## SPの目線

### 「襲われないように守る」

あなた自身が**SPの目線**で

あなた自身を守る対象として考えてみてください。

**究極の護身術**だと思います。



警察 SP

最後にあなたの家のチェックの仕方を

抜粋したものをプレゼントします。

空き巣などの防犯にも役に立つと思います。

## 主なチェック項目

- ◆フェンスや壁・・・侵入者に対して効果的であるか（強度・補修）
- ◆門・・・昼夜を問わずロックされており、強度や補修に問題は無いか
- ◆定期的に鍵をチェックしているかどうか
- ◆侵入の手助けとなる、木・箱・はしご・ポールを排除しているかどうか
- ◆侵入者が身を隠せる物は無いかどうか
- ◆ガレージ・庭なども含めて住居外郭の全てがライトアップされているかどうか
- ◆ライトアップの状況を定期的にチェックできているかどうか
- ◆住居の全てをカバーできるようにパトロールできているかどうか
- ◆侵入を知らせるベットのいるかどうか
- ◆ドアは強度の強い木製か金属かどうか
- ◆ドアの構造、強度は
- ◆玄関に監視カメラがあるかどうか
- ◆ドアのロックに問題は無いかどうか
- ◆使われていないドアが常にロックされているかどうか
- ◆窓のロック状態は完全かどうか
- ◆外出時・夜には全てのシャッターを下ろしているかどうか
- ◆使われていない窓は常にロックされているかどうか
- ◆シャッターを下ろした際でも窓の鍵は掛けてあるかどうか
- ◆1階と同じように2階の窓も注意深くロックされているかどうか
- ◆屋根に窓があったり出入り口がある場合、それらもチェック漏れがないか
- ◆居住施設全体のアラームシステムは万全かどうか
- ◆ガレージ・母屋のロックは完全かどうか、それらの窓はどうか
- ◆はしご・その他の収納は完全かどうか
- ◆消火器は適切に配備され、使い方を熟知しているかどうか、コンディションはどうか
- ◆鍵を持っている人物を完璧に把握しているかどうか
- ◆近所の住人・警官等を認識できるか
- ◆金銭その他財産の管理状況を把握しているかどうか
- ◆鍵番号一覧表を管理できているかどうか
- ◆不用意に金銭価値のある物を露出していないかどうか
- ◆関係機関の連絡先を把握しているかどうか
- ◆監視・逆監視に対して十分な注意を払っているかどうか

## プロフィール

西岡 成則（にしおか まさのり）



1965年生れ 兵庫県 洲本市出身  
極真会館 西岡道場 師範  
SPアカデミー代表

兵庫県の神戸市を拠点として極真カラテの道場を運営しながら、関西テレビ「なんぼでなんぼ」の番組にも取り上げられた関西で唯一、警視庁SPと同じ隊形で警護するSP（民間警護員）養成学校を主宰し、身辺警護、ストーカー撃退、精神疾患患者入院移送を行う。

大学受験に失敗し高校卒業と同時に海上自衛隊に入隊し、暗号員として艦隊勤務などを経験した後、神戸市の阪神基地隊に転勤となる。

これを契機に、1985年（昭和60年）21歳になる手前で

「身長が低く、気が弱く、ケンカができない」

というコンプレックスを打破するため、一念発起して小学生の時から憧れていた、極真空手の世界チャンピオン中村誠師範の道場入門する。

その後「自衛隊勤務以外は道場のみ」という極真空手の修行に励み

1988年（昭和63年）に黒帯を取得する。

その後も中村道場の指導員として活動を続け1990年（平成2年）中村誠師範の要請により海上自衛隊を退職し中村道場の職員となり、1991年（平成3年）中村道場の淡路支部長に就任する。

指導活動の成果として

全関西選手権大会重量級	優勝
近畿大会重量級	優勝
北信越大会重量級	優勝
全日本ウエイト制軽量級	準優勝
全日本ウエイト制中量級	第4位

他、多数の選手を育成し、2016年世界大会の日本代表選手をも輩出する。

2009年（平成21年）に選手育成の実績などから、40人組手を達成し四段に昇段し、2013年（平成25年）には50人組手も達成し、五段に昇段。極真会館 師範となる。

又、日々の道場活動のなかで、平成9年の神戸児童殺傷事件、いわゆる酒鬼薔薇事件や平成13年の大阪池田小学校事件等があり、道場生の保護者から学校警備の仕方など、警備に関する相談が増えはじめ

「頼りになる警備とはどんな警備？

それは優秀なSP（警護員）が周りにいる事でしょう！」

の考えから総理大臣、東京都知事も警護経験のある、元警視庁SPの伊藤隆太氏とイギリスのボディガード養成機関出身であり映画「SP野望編 革命編」の警護技術も監修した木本亮氏からSP（民間警護員）としての訓練を受ける。

その後、伊藤氏、木本氏の協力を得て関西で唯一のSP（民間警護員）養成学校、「SPアカデミー」を設立する。

設立後は、SPアカデミー卒業生による要人警護を開始し、ストーカーの被害者やDV被害者、ひきこもり、精神疾患者の暴力に悩む家族の警護も開始する。

2014年NPO法人を設立し、関西で唯一、訓練に合格した本当のSP（民間警護員）による、身辺警護、ストーカー撃退、ひきこもり救済、精神疾患者の入院移送などを中心に、所得の低い人も安心して相談できて、暴力に苦しむ日々から平穏な日常生活を取り戻すサポートを行いながら、極真カラテを通じて青少年の健全育成に努める。

ときには、各地の大会遠征で地元の寺社、城めぐりをしてストレス発散をしている。

極真会館 西岡道場

<http://kyokushin-nisioka.com/>

西岡成則 フェイスブック

<http://www.facebook.com/masanori.nisioka>

著書

<https://www.amazon.co.jp/%E8%A5%BF%E5%B2%A1-%E6%88%90%E5%89%87/e/B01C51LQA4>