

2026年9月25日
パラ水泳日本代表
木村 敬一

I 自己紹介

- ▶ 1990年、滋賀県生まれ。先天性の疾患により2歳の時に全盲となる
- ▶ 10歳で水泳を始める
- ▶ パラリンピック5大会連続出場、金3・銀4・銅3個のメダルを獲得
- ▶ 現在もトレーニングを継続中



Ⅱ 滋賀県立盲学校（幼稚部・小学部）

『この子は盲児として育ててください』

- ① 少人数の中での授業
- ② 寄宿舎生活
- ③ 父の違和感



Ⅲ 筑波大学附属盲学校（中学部・高等部）

『 地方から附属への進学は大事 』

- ① 競争のある社会
- ② 先輩・後輩のある社会
- ③ 想像のつかない進路を歩む先輩
- ④ 活発なスポーツ活動

IV 普通学校経験者のスポーツ活動 に関する調査

※2014年 普通学校在籍の全盲生徒対象

① 全盲生徒のスポーツ環境

- ・ 運動部所属者 0人
- ・ 障がい者スポーツ大会出場者 0人

② 弱視生徒が抱える難しさ

『参加していること』と
『楽しめていること』は違う

- ▶ ボールが見えない
- ▶ 動きが分かりにくい
- ▶ 配慮が得られない
- ▶ 『見えている』と思われる

③ 盲学校にきてスポーツを楽しめた

『自分でも球技ができる』

フロアバレー



グランドソフトボール



ゴールボール



付属盲学校でのスポーツ活動

- ▶ たくさんのパラリンピック選手
- ▶ 教員に依る指導ノウハウの蓄積
- ▶ 切磋琢磨できる仲間たち

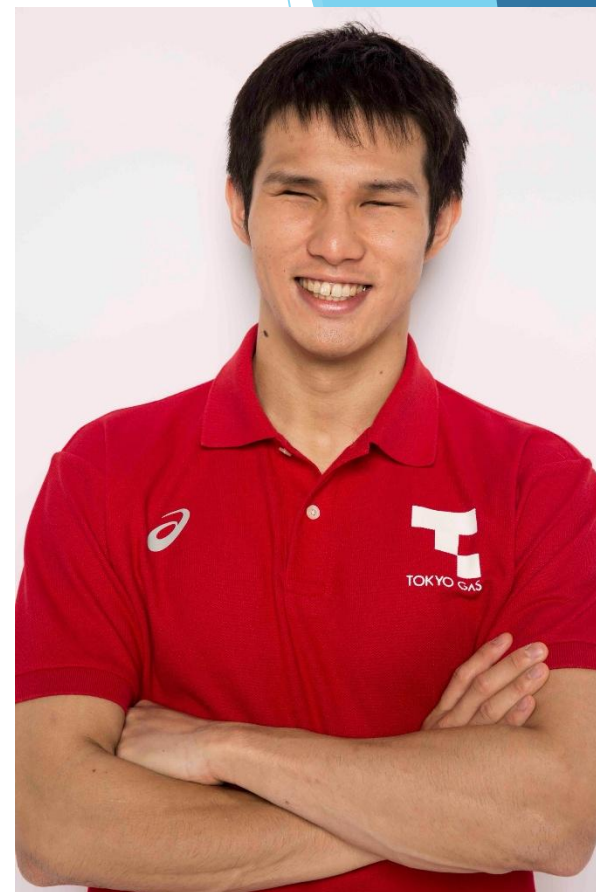
V 日本大学・大学院

『守られた世界から日本一のマンモス校に行くなんて大変だけど頑張って』

- ① 大海原に放り出される気分
- ② 友人ができるのかが不安
- ③ 盲学校の友人との集まりほどほっとする
- ④ 出迎えてくれる盲学校

VI 東京ガス入社

『社会人アスリートとして
3回のパラリンピックを経験』



① リオで2016パラリンピック 5日間の激闘を終えて

**4つのメダルよりも
1つの金メダルが欲しかった**

**僕は表彰台に上がっても国旗は見えない、
「金メダルが欲しい」と言っても色もわからない、
本当はメダルは紙でも何でもいい。表彰台の
一番高いところで君が代を聞きたかった。**

②2018年 練習拠点をアメリカへ

アメリカの東部ボルティモアにてトレーニング



違う練習、違う環境を求めて渡米

③東京パラリンピック 悲願の金メダル獲得

2021

東京 2020 パラリンピック

悲願の金メダル獲得！

表彰台で君が代が流れ、自分は世界で一番強いことを実感した感動の瞬間だった。



パラリンピック4大会目にして
獲得した悲願の金メダル。
挑み続け、たどり着いた“この日”。

金メダルを勝ち取った歓喜の瞬間に
湧き上がってきたのは安堵感だった。

日の丸は見えない、金メダルの色は
わからないけれど、表彰台の一番高い
場所で国歌を聴きたかった。

④ パリ2024パラリンピックに向けて

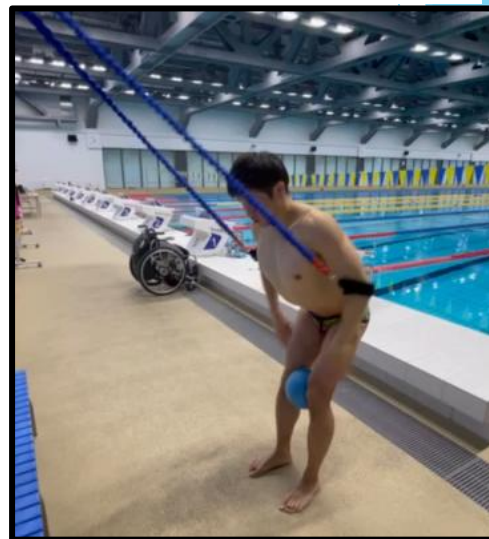
- ▶ パワーではなく技術力を上げる
- ▶ 先天盲の運動獲得
- ▶ パリパラリンピック2連覇達成

■フォーム改善内容

- 入水前 陸上での動きづくり
姿勢づくり



腕の動きの技術向上



- リハビリエクササイズ用のプールでの実践練習



VII 終わりに ～最近感じること～

① 盲学校への感謝

- ▶ すべての土台
- ▶ 心強い視覚障がい者ネットワーク
- ▶ 尊敬できる仲間たち

② 挑戦する力

- ▶ 挑戦の準備
- ▶ だめになっても戻れる居場所

限界を作らない場所、それが盲学校