

夢のトライアル

山とマラソンに挑んだ鉄人の記録

みちのく福島・白河に、昭和・平成を駆け抜けた韋駄天にして山男がいる。本書は、その驚くべき数多の足跡を綴った夢と冒険の記録であり、登山やマラソンを愛してやまない人々に贈る応援歌であり無窮の人生讃歌である。

写真・文 薄葉 正雄 A5判・ソフトカバー・本文 200 ページ・オールカラー 定価 (本体 1,800 円+税)

プロローグ

25歳で山を登り始め、山に強くなりたくて32歳の時、山仲間誘われジョギングを始めた。

走り始めた当初は、100mを走ると息切れ（当時はゆっくり走る楽しさを知らなかった）していた。1年後10kmが走れるようになり、あまりのうれしさに山仲間へ報告に行ったことを今でも思い出す。

この頃から日本百名山登山を意識し始め、今自分はどこまで体力があるのか。どんどんと試してみたくなった。

目標も次から次へと生まれ、10kmで40分を切る。3年後に達成。38歳の時フルマラソンに挑戦。生意気にもサブスリー（3時間切り）を目標に。しかし初挑戦の大田原マラソンでは、35km過ぎに全身の筋肉が痙攣、以降歩き通して、タイムは3時間46分。以来連続25回完走し、市民ランナーのあこがれであるサブスリーは、8回目で達成することが出来た。

更にこの頃からウルトラマラソン（100km）にも興味が湧き始め、44歳で秋田リゾート100kmウルトラマラソンに参加。目標は10時間。チャレンジすること4回目の平成8年、9時間46分でゴール、涙が止まらなかった。

同じく平成8年に富士登山競走（山頂コース）、翌9年には飛騨ウルトラマラソン164kmなどを完走。

そんな時、ふとテレビで目にした間寛平さんが挑戦しているギリシャスパルタスロン（246km）に心を奪われた。その後の練習や大会参加は、スパルタスロンに向けてのものになった。

平成13年9月28日、夢を与えてくれた間寛平さんと同じスタート地点に立っていた。スタート前に、ツーショットで記念写真。夢の246kmを35時間33分で感激のゴール。

登山においても、百名山完登を目指したのは、既に30以上登っていたところで、それまでは主に東北関東周辺であった。その後、いろいろな山に登ってみたい気持ちが強くなり、夏休みや連休を利用し、時には旅行のついでに、無謀にも疲れた体に鞭を打ち、ウルトラマラソン完走日の翌日に頂に立ったこともあった。

走り旅も続けているうちに、いつの頃からか日本一周が夢となり、それに向けて本格的に準備が始まった。

トランス・エゾ北海道縦断550km。歴史街道走り旅。9年がかりで挑んだ日本縦断3000km等で体力をつけ、定年退職して11日目の平成22年4月11日、午前9時、友人、親戚、家族、テレビ新聞などの報道関係者に見送られ、夢のトライアルがスタートした。

薄葉 正雄



目次

前見返し [薄葉正雄日本一周走り旅の軌跡]

後見返し [薄葉正雄日本百名山登頂の軌跡]

プロローグ

第1章 日本一周単独走り旅

走り旅への道

動機・一念発起

計画・準備

走り旅を通して

走り旅の行程～ブログ「走り旅と山男」から

参考資料

◆チャレンジャーへのアドバイス

第2章 マラソン

マラソンは山への架け橋

ギリシャスパルタスロン (246km) 完走記

◆チャレンジャーへのアドバイス

第7回トランス・エゾ北海道縦断遠足ジャーニーラン (508・5km) 完走記

北緯40度 秋田内陸リゾートカップ100kmチャレンジマラソン

◆チャレンジャーへのアドバイス

第3章 登山

日本百名山への挑戦

私の日本百名山登頂記—月山から大菩薩岳まで
(登頂順)

冬季単独全山縦走と山スキー

那須連峰冬季単独全山縦走

山スキー・新ルート開拓

吾妻山スキー縦走

◆チャレンジャーへのアドバイス

海外登山への挑戦

北米マッキンリー未登頂記

パミール・シルクロード探検隊2015

南米アコンカグア登頂記

米国ジョン・ミューア・トレイル完踏記

◆チャレンジャーへのアドバイス

私が登った山のガイドたち事情

私が登った山のトイレ事情

登山装備一覧表

第4章 ボランティア活動

環境保全への思い

ボランティア活動

エピローグ—病魔との闘いとこれから

協力者一覧

資料編 薄葉正雄の記録 (巻末)

薄葉正雄略歴

ジャンル別主要記録一覧

登山

マラソン

走り旅

ボランティア・その他



■主な記録

(走り旅・マラソン) 日本一周単独走り旅 8,300km210 日間踏破 / 日本縦断 3,000km 完走 / ギリシャスパルタスロン 246km 完走 / トランス・エゾジャーニーラン (襟裳岬宗谷間) 508km 完走 / シェラネバダ山脈ジョンミューア・トレイル 340km 踏破 / 秋田 100 kmウルトラマラソン 19 回完走 / 大田原マラソン 25 回連続完走 / 他各地ウルトラ・フルマラソン大会多数参加も、現在まで失格、途中棄権なし全て完走。

(登山) 日本百名山登頂 / キリマンジャロ (アフリカ) 登頂 / アコンカグア (南米) 登頂 / マッキンリー (北米) 登頂断念 / エルブルース (ロシア) 登頂 / コンデリ峰 (ネパール) 登頂 / コジオスコ山 (オーストラリア) 登頂 / ダマバンド山 (イラン) 登頂 / パミールシルクロード探検の旅 (ジープによる探検) 他多数