







1 谷川 拓男	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	萩往還、甲州街道、夜叉ヶ池	<p>たいがい制限時間の10分前くらいのゴールになります。計算や調整をしてるわけではありません。一生懸命進んだ結果、そうなります。大会の方が、僕の走力に合わせて時間設定をしているのでしょうか。今では、健康のためとか、ロマンを求めるとか、そのような目的をなんにも持たずに「ただ走る」ことをモットーにしてきました。けれど走り旅を通じて、何か目的のようなものが現れる予感がしています。</p>	<p>夏場の練習不足を解消するために5年ほど前からトレイルを始めましたが、すぐに息が上がるのと、上りが苦手がなことが自覚できました。最近、ゆっくりリトココの方が性に合っている気がしています。萩往還は今回で8回目の完踏となりました。少しだけ進歩して12分前のゴールでした。参加された方は、昨年と今年の記憶集への投稿文をご覧ください。(今年分は現在未発行。掲載予定です。)</p>
	<p>100キロ 宮古島(遠足・ワイドー)、小豆島、伊豆大島、しまなみ海道、サロマ、丹後、村岡、いにしへの道、越後くびきの、四万十、和歌山城高野山</p> <p>トレイル ハセツネ、おんたけ(100、スカイレース)、鯖街道、京都半周トレイル</p>		
出身地 奈良県			
現住所 奈良県生駒市			

2 田中 勝也	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	昨年度の参加大会 萩往還(途中棄権) 走り旅(東北、山陽) 大阪マラソン ハーフ(赤羽、鴻巣、焼津、他) 10kmが2回 30kmトレイル	<p>70歳を目前にして走りに山へと飛び歩いているおじさんです。無謀にも縦断挑戦しようとして見ようと思ったのは、自分が走り始めて30数年が経過して、何か記念になる事をしたいためです。参加の皆さんの助けを借りながら楽しく走りたいですので、よろしくお願いします。</p>	<p>今年は、1月に下肢静脈瘤の手術をしり、2月、3月は仕事が忙しく思うように走れず、4月に入り走れるかと思えば腰痛がでて通院してやっと走れるようになりました。</p> <p>連休は萩でボランティアをします。帰りには走り旅・山陰道をして帰ろうとしています。</p> <p>5月は、GPポイントの選定を済ませたいです。</p>
			
出身地 静岡県			
現住所 埼玉県桶川市			

3 町田 正	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	萩往還 トランスエゾ 川の道520K 飛騨ウルトラ さくら道遠足 秋田100K 宮古島100K	2013年完全退職して毎日サンデーになりました。 2012年胃がんが見つかり手術して、現在術後回復に努めていますが時間が、かかります。 もう、5ヶ月しかありません。大会までに何処まで回復してるかで大会内容が変わります。 皆様よろしくお願ひします	4月に四国お遍路に行きました。4月10日から17日まで、徳島県を歩きました。 1番霊山寺から23番薬王寺まで、雨に降られる事もなく無事歩くことができました。 走ることは出来るんですが、持続力がありません。すぐ草臥れて、歩きがはいってしまいました。 今は、長く走れる体づくりに専念しています。それと食事がうまく取れるように頑張ってます。
			
出身地 千葉県			
現住所 千葉県八千代市			

4 浅井 保弘	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	トランスヨーロッパ2012 舞鶴マラニック 夜叉ヶ池マラニック	ウルトラマラソンが大好きですが、早く走れないのでのんびりとジャーニーランが自分に合っていると思っています。 街道をキョロキョロして好奇心いっぱいに見たり、食べたり、楽しんでいます。	最近は大大会にはほとんど参加せず、のんびりと暇なときに走っています。 6月上旬から40日間かけてスペインの巡礼道を夫婦で歩く予定です。 日本縦断までには何とか走れる身体に仕上げ、参加を楽しみにしています。
			
出身地 愛知県			
現住所 愛知県日進市			

5 越田 信	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	東海道五十三次遠足 塩の道ジャーニーラン 北海道縦断遠足 Run Across America 2002 LA-NY Footrace 2011 TransEurope Footrace 2012 山口100萩往還マラニック さくら道国際ネイチャーラン 和歌山城-高野山往復ウルトラマラソン 鶴沼100kmウルトラマラソン 鶴岡100kmマラソン	1985年に初マラソンを走り、89年に70km、90年に120km、91年に150km、92年に250kmを走り、超長距離を走ることができるようになった。 92/93年末年始に東海道五十三次遠足(506km、7日間)に参加し、以後数日間~71日間の走り旅に参加。 1998~2000年には、宗谷岬~喜屋武岬を7区間に分けて走った。 海外では、LA~NYを2回、デンマーク~スペインを走った。	4月20-21日に、さくら道国際ネイチャーランを走り、5月2-4日には山口100萩往還マラニック250kmを走った。 5月19日に鯖街道ウルトラマラソン、6月1日に東京・柴又100km、7月27-28日に夜叉ヶ池伝説マラニック、8月25日に北海道マラソンに参加し、日本縦断走り旅に臨む予定。
			
出身地 北海道 帯広			
現住所 名古屋市瑞穂区			


6 金原 恵	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	チャレンジ富士五湖 丹後 野辺山 24時間走。 ウルトラ参加は多いのに、完走はわずか二回のみ。	下手の横好きが高じて、多趣味。 ラン、ピアノ、料理、山登り。	昨年の100キロ完走タイムで行けるのではないかと参戦した112キロ(富士五湖)、69.8キロの第③関門で時間オーバーとなりました。 秋の日本縦断までに、10キロロードレースを二本、鯖街道の短い方を予定しております。
			
出身地 静岡県			
現住所 静岡県袋井市			


7 高橋 一	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	100K以上 萩往還140K 1回 佐渡1周 1回 川の道後半 1回 川の道フル 1回	2000年に50歳を記念して新しいことに挑戦しようと思いランニングを始めました。今63歳ですから初心者でないと思いますが、まだまだシロウトです。 最初に参加した大会が、その年の「えちごびき野ウルトラマラソン」。後半トボトボ歩いていると救護車から声を掛けられるが、12時間40分かかりようやくゴール。翌年からハーフやフルにも参加するようになり、ここ2、3年は小池師匠に引き込まれ100キロ以上の大会にも参加するようになりました。	4月から毎日練習できる身分なり5月の「川の道520K」に向けて走り込みをしました。本来なら4月は調整期間になると思いますが冬期間の練習が余りにも不足していたため400K程走りました。 「川の道」は、雪国生まれでも想像以上に寒く体が思うように動かず防寒対策に失敗しました。又、にわか練習では200Kは持ってもそれ以上は厳しい距離でした。300キロ付近から疲れからかそれとも元々の走り方が悪いのか体が斜めになってしまいました。それでも小池師匠の励ましが有り制限時間内で完走出来ました。 4月の練習は、近所の目が気になり車で少し走り主に雪のない平地を毎回異なるコースを選んで走っていました。5月からは中旬を過ぎれば周囲の山々の雪が消えるので車の交通量の少ない色々なコースを走れるのではと期待しています
出身地 新潟県	フルベストタイム 3:20:51		
現住所 新潟県上越市			

8 長尾 康久	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	丹後七姫マラニック れんがの街マラニック 日本縦断走り旅試走会 (九州・東北 山陽)	地図読みの楽しさに目覚めた、長尾です。 でも、たびたび間違えます。それがまた 楽しく思えてきました。 本番では地図にパーフェクトなコースを目指します。	最近、大会にはほとんど参加しておりません。 昨年の三月から[踵骨棘]、続いて[変形性膝関節症]を患い、情けないほど足がガタガタです。 六十歳を過ぎていきなり老化現象が現れ、体力、気力ともに目に見えて衰えてきています。まあ、ゆっくり無理せず歩き走りしようと思っています。
出身地 兵庫県			
現住所 京都市右京区			

9 森塚 良郎	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	萩往還マラニック 東海道五十三次遠足 関西周遊マラニック 呼び掛け(春の歩き旅・夏の夜 走り・秋の走り旅)	すきなもの 地図・街道・田中智彦・足利健亮 道しるべ・鉄道・大和棟・土門拳 ゴルゴ13・フォークギター LPレコード・アナログオーディオ MJQ・中島みゆき・大塚まさじ 巖本真理・桂米朝・1本桜・樺 万葉集・犬養孝・俵万智 コカ・コーラ・うどん	お昼は、手製のおにぎり2個を食べていま したが、5月から、イリコ(うどんのだしをとる干 した小魚)と干しレーズンを食べています。カ ルシウム・鉄分補給はOKです。 ジャージの腰回りあたりで、担ぐバッグであ たる所が擦り切れて穴が空きました。店に行く とジャージの素材も進化しているようで買おう かと思うのですが、長年親しんだ走りのスタ イルを変更するのも大冒険、困っています。 帰りの通勤ランで、時々長尾さんに会い近況 雑談するのですが、最近会っていません。元 気にしているでしょうか。
出身地 香川県			
現住所 京都市西京区			


10 毛利 安男	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	2000年から萩往還250キ ロ。今年で9回目の完踏。 2002, 2003, 2010年のさく ら道270キロ。3回完走。 2010年のダブル宮古島100 キロ。両方完走。 2010年サロマンブル一達成。 2012年エゾトランスアルティ1 100キロジャーニーラン+北オ ホーツク100キロ。つまり15 日間1200キロ完走は私一人 だけの記録で、ギネスもの。	心は繊細で、ロマンチストなのですが・・・ゴ ツ顔・骨太な身体つきなので、そうは見てく れません。 資格マニアで、70以上持っています。北海 道の諸々の観光資格は2012年で総なめ しました。観光資格取得の根っこは、1992 年に一般旅行業取扱主任者の国家資格を 独学で取得したことに始まります。自慢は 難関京都検定(3級なのですが)2011年1 2月12日に一発合格したことです。九州縦 断した縁で、第1回大宰府検定2級を201 2年5月19日に受験しましたが(北海道か ら唯一人の受験生)64点で不合格。3級に しておけばよかったと後悔しています。 もちろん受験した翌日は早朝からその街中 をぐるっとランニングして来ました。汗かい て温泉に浸かり、入浴後ビール又は牛乳を 飲むのが至極の一時です。	萩往還250キロを無事完踏できホッとしています。この 大会の、250キロ完踏することで、向こう1年間“どんな 辛い事も耐えてやり遂げていける”太鼓判を得た気分 になれます。これまでもこれからも、この萩往還250キ ロが私にとって最大のイベントで、外の参加する大会の 全てを尽くしていると思っています。 でも今年は凄い！一生に、最初で最後のビッグチャン スだと位置づけた日本縦断走り旅3146キロ60日間が 待機しています。 北海道では①6月30日サロマ100キロ、②7月14日・ 15日第1回大雪山ウルトラトレイル110キロ、③8月1 1日北オホーツク100キロ、④9月8日千歳・支笏湖10 0キロがあります。 これらを全てウオーミングアップのつもりで走り切りま す。9月18日までに身体スッキリ！体重を65キロに整 えて臨まれるよう、好きなビールを出来れば節制してい きたいのですが・・・。森塚さん。素晴らしい走り旅を提 供していただき本当にありがとうございます。夢にみる大 会が近づくにつれ身震いしてくることでしよう。
出身地 北海道(祖先:山口)			
現住所 北海道遠軽町			


11 鈴木 秀夫	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	トランス・エゾ 四国縦断 沖縄縦断 サハラ・マラソン	時間の合間を見ては、各種大会をポツリポツリと参加していたので輝かしい大会実績はありません。退職してようやく自分だけの自由な時間を使う事が出来るようになりました。遅ればせながら、これからプラチナ時代を謳歌しようと思っています。諸先輩方よろしく願いいたします。	先日TVの「忍たま乱太郎」と言う漫画番組をみていたとき流れていた主題歌「勇気100%」と言う歌詞の中に ◆・・・やりたい事やったもん勝ち青春なら・・・胸をたたいて冒険しよう そうさ100%勇気もう頑張るしかないさ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ そうさ100%勇気 もうやりきるしかないさ・・・◆ と言うのがあり、この歌詞に、もう出来ない理由を並べていないで、やりたいことはなんでもやって今を大切にしようと思われた気がします。これからはこの精神を忘れずにやって行こうかと思っています。
			
出身地 神奈川県 現住所 横浜市神奈川区			


12 若穂井 勉	参加した大会	自己紹介	近況
日本縦断	立山ウォーク 30キロ 東北歩き旅	昨年7月に定年退職し、現在は年金生活をしながらボランティア活動し、少しでも社会貢献しながら自己の体力作りに励んでいます。記憶は悪く、目も悪く、口が悪い	参加が認められた後発の新参者ですが、今でも走れるのかと心配と不安で一杯です。走力を失い、練習量が減り筋力が低下し、精神力が落ち、ただの人に格下げされた元ランナーですが、大会時のために少しでも体力を付けるべく私なりに練習しています。その為、夜になると疲れがドット襲い不覚にも眠りに落ちてしまいます。 朝4時30分には起き出し、早朝と散歩と歩くか走るかの生活で日々頑張っています。不安の方が大きいですが、きっと何とか成るさ。仲間にも認められ助け有って弱い部分を補える事が出来れば、絶対ゴールに向かう事が出来ると信じています。皆さん宜しくお願いします。辛い事の方が多いと思いますが、夢に向かい諦める事無く邁進しましょう。
			
出身地 新潟県 現住所 愛知県岡崎市			


1 中村 耕二	参加した大会	自己紹介	近況
北関東BL	トランスヨーロッパ トランスエゾ 東海道五十三次遠足 トランス沖縄 トランス琉球	長い距離を景色を眺めながらゆっくりと走るのが好きで、走り旅が一番の楽しみです。 開催を待ち望んでいた初の日本縦断走り旅ですが、残念ながら今回はステージ参加となります よろしくお願いします。	1年前の転勤による環境変化とモチベーション低下で走行距離が減っていることに加え、加齢のため走力の衰えを痛感しています。 昨年秋のKansupaで200km以上の大会では初のリタイヤ、今春の小江戸・大江戸でもリタイヤとリタイヤ癖がついてしまった感があります。 先日の川の道は何とか完走しほっとしています。 大会の時しか走らない日々ですが、日本縦断(北関東ブロックのみ参加)楽しみにしています。
出身地 山形県			
現住所 東京都港区			


2 小池 修	参加した大会	自己紹介	近況
北関東BL・東海道BL・山陽道BL	越後くびきの100km 佐渡島一周206km 萩往還250km 川の道255km 川の道520km	走歴は50年近くなりますが、ロングランは10年程、走仲間で70才近い人が、タイム々、何位と自分だけでなく、他人の記録も拘るのにうんざりし、速く走れない年齢もあり、元来自然が好きで景色、動植物を楽しみながらランしています。	40年を越えるサラリーマン生活を昨年終え実家の新潟で過ごしています。 サラリーマン時代は、転勤で大阪、東京等、又、単身赴任と色々経験させて貰い、色んな人との出会いが、私の財産です。 現在、63才となり家族の理解(?)で好き勝手な事を致しています。 普段は40アール程度の畑、果樹園を栽培を行っています。 10年程前から、定年後を考え、柿、イチジク、キウイ、ブルーベリー、プラム、サルナシ、etc ようやく収穫が出来る時期となりました。 水田は委託し、お米を載せております。
出身地 新潟県			
現住所 新潟県上越市			

3 三宅 真寿美	参加した大会	自己紹介	近況
北関東BL	<p>最近は歩き旅ばかりで、走る大会といえば、日本縦断の試走会くらいです</p>	<p>大阪守口市在住、お酒好き、映画好き、テニス好き、やっぱり、お酒好きの三宅真寿美です。</p>	<p>年令と体調を考え、無理せずやんわりと走っています。 5月の連休は、東京・田中義己さん呼びかけの熊川宿経由・鯖街道を、走るのではなく歩いてきました。 重い鯖を担ぐことなく、いつものバッグを担いで、気持ちのいい新緑の街道を皆と尋ねられました。 走る方では北関東ブロックだけの走りですが、励まし隊としては、宿泊隊で北海道・東北ブロックの予約を担当しています。 長い距離を、長い期間を走られる参加者の皆様に、少しでもいい宿舎はないかとパソコンと電話で探し続けています。 もう少し予約は残っています。頑張ります。</p>
			
出身地 大阪府			
現住所 大阪府守口市			

4 此枝 正二	参加した大会	自己紹介	近況
東北BL・北関東BL・九州BL	<p>東海道五十三次 中山道六十九次 ドイツ縦断1200km 2009・トランスヨーロッパ・4500km 201・2トランスヨーロッパ・4200km（足の故障で、中抜きし2600km走る）</p>	<p>47歳から走り始めて現在67歳になります。一昨年は24時間走に4回出場し、180km～202km走りました。 2012トランスヨーロッパで途中故障した時から、走る限界が来ることを実感しました。3年前から野菜作りを始めましたが、昨年畑を増やし現在は80坪の農地を借り野菜作りに励んでいます。</p>	<p>2013年4月20日、さくら道国際ネイチャーランに競技大会の最後として参加しました。 完走したかったのですが、白鳥107km12時間と足は順調でしたが、お腹を壊しリタイヤしました。 日本縦断走の部分参加に向け、日々の走り込みを行います。</p>
			
出身地 広島県			
現住所 大阪府茨木市			

5 高野 真理子	参加した大会	自己紹介	近況
東海道BL・九州BL	<p>トランスエゾtoえりも トランスオキナワ 小江戸大江戸 ヒマラヤラン&トレック100マイル 24時間走(神宮、インドアランニングマシンの部)</p> <p>100キロ (万里の長城、サロマ、栗山、秋田、黄金街道、野辺山、しまなみ、沖ノ島、宮古島)</p>	<p>出来るだけ、知らない土地未知の場所を走ってみたいと思っています♪</p> <p>フルマラソンでは、7大陸+北極も走りました。でもひどい方向音痴です。地図の見方も勉強中です。ゆっくり長く走るのが大好きなので、同じところをぐるぐる走も。苦になりませんが(^_^);道に迷わないように頑張りたいと思います!</p>	<p>今週末、三浦半島75kmみちくさウルトラマラソンに出場します。</p> <p>プレ大会ということで、初めてのコースを走るのを楽しみます。</p> <p>6月は阿蘇ウルトラとサロマに出場するので、そちらに備えて練習したいと思っています。</p>
			
出身地 徳島県			
現住所 東京都世田谷区			

6 浪越 保正	参加した大会	自己紹介	近況
東北BL	<p>2007トランスエゾ 2009トランスヨーロッパ 2010~11東海道ジャーニーラン 2011~12九州縦断 2012トランスヨーロッパ 2013ツール・ド・台湾</p>	<p>32歳から自転車ロードレース、36歳からトライアスロン、37歳からマラソン、45歳から100km、47歳から250km以上と走って来ました。60歳を超えて自由時間が増えたので、今後はのんびり走り旅を楽しみたいと思っています。</p>	<p>3/30~4/12の間、台湾一周のレース(International Tour de Taiwan Ultramarathon)を走ったので4月はほぼ1000キロの走り込みができましたが、その後は、GWさえ萩にもどこにも行かないでさぼっています。</p> <p>大阪のGP探し隊は、樋笠隊長から招集メールが来て、4/13の前半は参加できませんでしたが、5/6の後半(大日~尼崎)には8人ほどの隊員と一緒に京街道~中国街道を楽しく調査してきました。</p> <p>やはり走るなら新しい国道より旧街道がいいですね。</p> <p>GW前に森塚さんをお願いして、遠くてなかなか行けない東北だけ走らせていただくことにしました。</p>
			
出身地 香川県			
現住所 大阪府寝屋川市			

7 中村 磨美	参加した大会	自己紹介	近況
北海道BL・東北BL 東海道BL・山陽道BL	夏の夜走り 秋の走り旅 トランスエゾ アルティ メイト さくら道遠足 川の道 フル 関西夢スーパーラン	新たな出会いと発見、冒険を 求めて走り歩く旅。遊び心 いっぱいの愉快的仲間たち と、最高にぜいたくな時間を 過ごす。全身で味わう。 この遊びの魅力に取りつかれ てもう何年になるでしょう。 これからももっともっと深く 広く遠くへ行ってみたい。	2011年夏、突然の体調不良から6 ヶ月入院。 その後、再びジャーニーランの皆様 に仲間に入れて頂きたい、いっしょに走 り歩けるようになりたい一心でウォー キングを中心としたトレーニングでリ ニューアル開始。 現在もまだ新しい自分を創造中です。 ”日本縦断の旅”は、そんな今の私を どんなふうに見て止めてくれるでしょ うか。とってもとっても楽しみです。
			
出身地 神奈川県			
現住所 横浜市南区			
