

令和8年3月25日  
東日本高速道路株式会社

## ゴールデンウィーク期間の高速道路における渋滞予測について 【NEXCO東日本版】

“5連休に要注意 上りのねらい目は最終日！”

NEXCO東日本(東京都千代田区)は、ゴールデンウィーク期間〔令和8年4月25日(土)～5月6日(水):12日間〕における高速道路の渋滞予測(10km以上の交通集中渋滞)を発表します。

期間中は休日割引が適用されません。混雑する日時を避けた「分散利用」にご協力ください。

また、高速道路上で逆走車による重大事故が発生しています。逆走は命にかかわる危険行為です。進行方向を確認し、安全な運転を心がけてください。

### 下り方面

- 特に5月2日(土)、3日(日)が要注意！
- 最大の渋滞:5月2日(土) 7時  
**E4 東北道 羽生PA付近**  
を先頭に最大40km
- 午前～昼過ぎを中心に渋滞発生



### 上り方面

- 特に5月4日(月)、5日(火)が要注意！
- 最大の渋滞:5月5日(火) 14時  
**E17 関越道 坂戸西SIC付近**  
を先頭に最大40km
- 昼過ぎ～夜を中心に渋滞発生



最大渋滞長20km以上の渋滞の詳細は、【別紙1】をご確認ください。

昨年(令和7年)のゴールデンウィーク期間と比較すると、後半に5連休がありお出かけのしやすい曜日配列であることから渋滞回数は増加する見込みです。

渋滞規模	令和8年 渋滞予測 4/25(土)～5/6(水)	令和7年 渋滞実績※ 4/25(金)～5/6(火)
10km以上	115回	111回

※令和7年の渋滞回数は、事故などの影響による渋滞を含む

## 交通混雑期特設サイト・渋滞予報ガイドについて

お客さま向け Web サイト「ドラぶら」では、交通混雑期特設サイトを開設しています。渋滞予報ガイドや渋滞予報士※による回避ポイントの解説などの情報を掲載していますので、お出かけの際にぜひご活用ください。



### ◆交通混雑期特設サイト

[https://www.driveplaza.com/special/congest\\_prediction/](https://www.driveplaza.com/special/congest_prediction/)

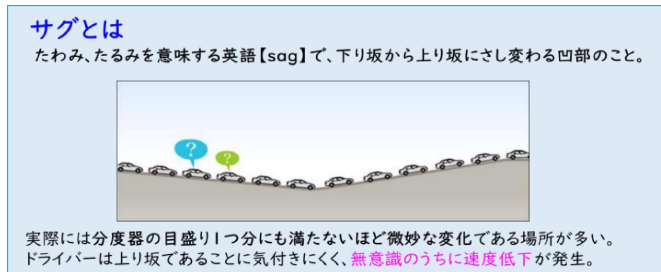
※「渋滞予報士」は NEXCO 東日本の商標登録です。

### ◆渋滞発生時の主な原因は・・・？

○高速道路での交通集中による渋滞の多くは「サグ」で発生しています。

○NEXCO東日本では、渋滞発生地点となっているサグにおいて、渋滞ポイント標識の設置を進めています。

渋滞予防のためにも、この標識を見かけたら速度低下にご注意ください。



渋滞ポイント標識

### ◆ルートの変更も効果的！

東京⇄仙台方面の移動は、渋滞の影響が比較的少ない **E6** 常磐道のご利用がおすすめです。詳細は【別紙2】をご確認ください。

## ゴールデンウィーク期間中は休日割引が適用されません

渋滞の激化を避けるため、期間中は休日割引が適用されません。詳細は以下をご参照ください。

[https://www.e-nexco.co.jp/news/important\\_info/2026/0317/00016041.html](https://www.e-nexco.co.jp/news/important_info/2026/0317/00016041.html)

## 無くそう逆走 ー高速道路は一方通行ですー

逆走による重大事故を引き起こさないためにも、以下の点に注意しましょう。

- ・規制標識や案内標識、路面標識を十分に確認し、正しい進行方向に沿って運転をお願いします。
- ・高速道路でのUターン、バックは厳禁です。
- ・逆走情報を見聞きしたら速度を落とし、十分な車間距離をとって前方車両の動向を注視しましょう。

<https://www.e-nexco.co.jp/activity/reverse/>

## 令和8年ゴールデンウィーク期間の主な渋滞予測(最大渋滞長20km以上)《東日本》

凡例 IC:インターチェンジ SIC:スマートインターチェンジ JCT:ジャンクション SA:サービスエリア PA:パーキングエリア

方向	月日 ※1	道路名	渋滞の先頭位置	ピーク時の渋滞区間		最大 渋滞長	ピーク 時	時間帯	通過所要時間 ※2			
				渋滞 末尾側	⇒				渋滞 先頭側	ピーク時 ①	通常時 ②	増加分 (①-②)
下り方面	4/25 土	E17 関越道	カサカ高坂SA付近	トコザワ所沢IC	⇒	ヒガシマツヤマ東松山IC	20km	8時	6時～12時	約40分	約15分	約25分
	5/2 土	E4 東北道	ハニユウ羽生PA付近	カワグチ川口JCT	⇒	タテバヤシ館林IC	40km	7時	5時～14時	約80分	約20分	約60分
	5/2 土	E4 東北道	ヤイキタ矢板北PA付近	カヌマ鹿沼IC	⇒	ニシオスシオハラ西那須野塩原IC	35km	12時	6時～18時	約85分	約25分	約60分
	5/2 土	E17 関越道	カサカ高坂SA付近	オオイズミ大泉JCT	⇒	ヒガシマツヤマ東松山IC	30km	9時	5時～16時	約60分	約20分	約40分
	5/2 土	E17 関越道	フジオカ藤岡JCT付近	ランゾウカワ嵐山小川IC	⇒	フジオカ藤岡JCT	25km	8時	5時～15時	約50分	約15分	約35分
	5/3 日	E4 東北道	クキ久喜IC付近	カワグチ川口JCT	⇒	クキ久喜IC	25km	8時	6時～13時	約50分	約15分	約35分
	5/3 日	E17 関越道	カサカ高坂SA付近	オオイズミ大泉JCT	⇒	ヒガシマツヤマ東松山IC	25km	8時	5時～14時	約50分	約15分	約35分
上り方面	4/26 日	E17 関越道	サカドニシ坂戸西SIC付近	ハナゾノ花園IC	⇒	ツルガシマ鶴ヶ島IC	20km	17時	15時～21時	約40分	約15分	約25分
	5/3 日	E4 東北道	カノ加須IC付近	サノフジオカ佐野藤岡IC	⇒	カノ加須IC	20km	18時	16時～23時	約40分	約10分	約30分
	5/3 日	E6 常磐道	カシフ粕IC付近	ヤタベ谷田部IC	⇒	ナガラヤマ流山IC	20km	17時	15時～23時	約50分	約15分	約35分
	5/3 日	E17 関越道	サカドニシ坂戸西SIC付近	ホンゾウカダマ本庄児玉IC	⇒	ツルガシマ鶴ヶ島IC	25km	17時	15時～23時	約50分	約15分	約35分
	5/4 月	E4 東北道	ハニユウ羽生PA付近	トキギ栃木IC	⇒	ハニユウ羽生IC	25km	17時	14時～23時	約50分	約15分	約35分
	5/4 月	E6 常磐道	カシフ粕IC付近	ヤタベ谷田部IC	⇒	ナガラヤマ流山IC	20km	16時	14時～24時	約50分	約15分	約35分
	5/4 月	E17 関越道	サカドニシ坂戸西SIC付近	ホンゾウカダマ本庄児玉IC	⇒	ツルガシマ鶴ヶ島IC	30km	15時	12時～24時	約60分	約20分	約40分
	5/5 火	E4 東北道	カノ加須IC付近	トキギ栃木IC	⇒	カノ加須IC	35km	18時	14時～24時	約70分	約20分	約50分
	5/5 火	E4 東北道	カサカ高坂SA付近	ニシオスシオハラ西那須野塩原IC	⇒	ウツノミヤ宇都宮IC	20km	15時	12時～23時	約50分	約15分	約35分
	5/5 火	E6 常磐道	カシフ粕IC付近	ヤタベ谷田部IC	⇒	ナガラヤマ流山IC	20km	16時	14時～24時	約50分	約15分	約35分
	5/5 火	E6 常磐道	チヨダイシオカ千代田右岡IC付近	トモベ友部JCT	⇒	ツチウラキタ土浦北IC	20km	17時	15時～22時	約40分	約15分	約25分
	5/5 火	E17 関越道	サカドニシ坂戸西SIC付近	フジオカ藤岡JCT	⇒	ツルガシマ鶴ヶ島IC	40km	14時	10時～24時	約80分	約25分	約55分
	5/6 水	E4 東北道	カノ加須IC付近	サノフジオカ佐野藤岡IC	⇒	カノ加須IC	20km	15時	13時～19時	約40分	約10分	約30分
5/6 水	E17 関越道	サカドニシ坂戸西SIC付近	ハナゾノ花園IC	⇒	ツルガシマ鶴ヶ島IC	20km	14時	11時～19時	約40分	約15分	約25分	

:最大渋滞長30km以上の渋滞

※1 日付を跨ぐ渋滞の場合は、ピーク時刻となる日にちで記載しています。

※2 ピーク時の渋滞長の通過に要する時間を5分単位で切上げて記載しています。

なお、この渋滞予測は過去の渋滞実績と最近の交通状況を踏まえたものですが、事故などの交通障害や天候の影響などにより、実際の渋滞状況と異なる場合があります。出発前に最新の道路交通情報をご確認ください。道路交通情報は、以下のサイトからご確認ください。

ドラとら <https://www.drivetraffic.jp/>

東京⇄仙台方面の移動は **E6 常磐道**がおすすめ！

渋滞を避けるには、混雑する日にちや時間帯を避けてご利用いただくのが一番ですが、日にちや時間帯の変更が難しい場合は、ルートの変更もご検討ください。



東京⇄仙台方面の移動における**東北道ルート(※1)**と**常磐道ルート(※2)**では、制限速度で走行した所要時間は**東北道ルート**の方が短いです。しかし、東北道の渋滞が長くなる交通混雑期においては、**常磐道ルート**の方が短い所要時間となる場合もございます。一例として、令和5年5月5日(金)の上り方面においては、最大70分程度**常磐道ルート**の方が短い所要時間となりました。

今年のゴールデンウィーク期間も、東北道の下り線で最大40km、上り線で最大35kmの渋滞を予測しています。

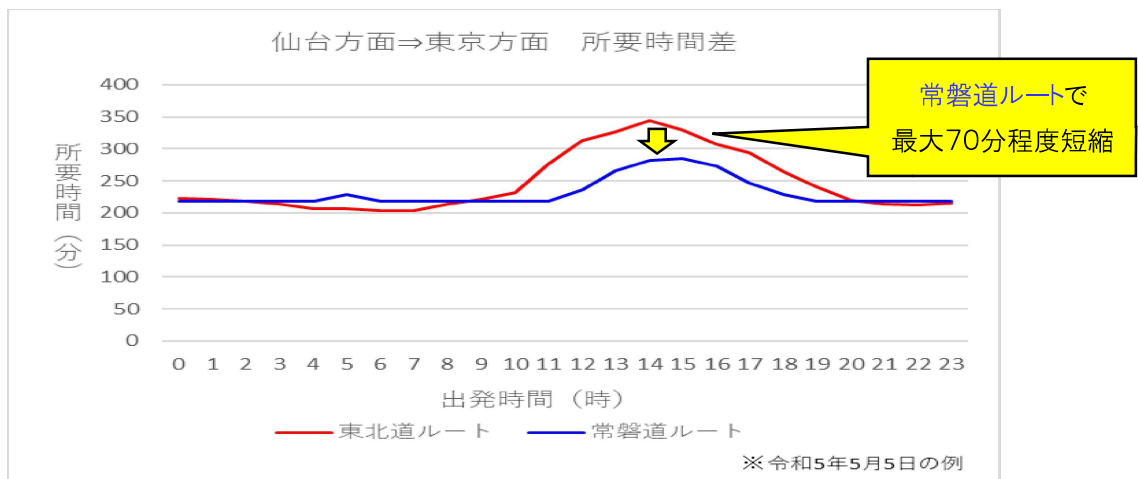
(※1)東北道ルート:川口JCT～仙台宮城IC

332km(制限速度で走行した所要時間201分)

(※2)常磐道ルート:三郷JCT～仙台東IC

321km(制限速度で走行した所要時間218分)

(地図の出展:国土地理院地図 <https://maps.gsi.go.jp/>)



東京⇄仙台方面の移動は、渋滞の影響が比較的少ない常磐道のご利用もご検討ください。

注)・ルートを変更することにより通行料金が変わる可能性があります。

- ・常磐道は一部暫定二車線区間(制限速度70km/h)を含みます。
- ・天候や事故等の影響により実際の交通状況は変化します。お出かけの際は最新の交通情報や天候をご確認ください。最新の交通情報はドラトラをチェック⇒<https://www.drivetraffic.jp/>