

令和7年11月26日

東日本高速道路株式会社 関東支社  
中日本高速道路株式会社 東京支社

## 年末年始期間の高速道路における渋滞予測について【首都圏版】

上下線いずれも1月2日、3日の渋滞に要注意！

～最大35kmの渋滞を予測！渋滞予測を参考に分散利用にご協力をお願いします～

東日本高速道路株式会社（NEXCO 東日本）関東支社および中日本高速道路株式会社（NEXCO 中日本）東京支社は、年末年始期間【令和7年12月26日（金）～令和8年1月4日（日）の10日間】における関東甲信地方と静岡県内の高速道路の渋滞予測（10km以上の交通集中渋滞）をお知らせします。渋滞予測を参考に混雑を避けた分散利用のご協力をお願いします。

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ので、出発前に最新の交通情報をご確認ください。なお、12月27日（土）、28日（日）および1月1日（木）～4日（日）は休日割引が適用されませんのでご注意ください。

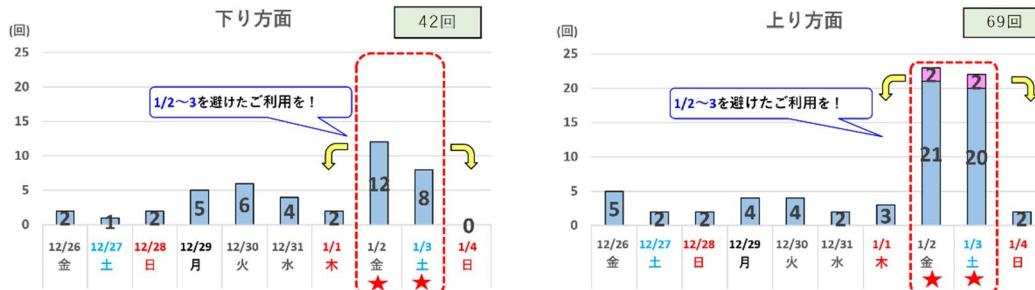
## 1. 渋滞予測について

## ◆渋滞予測の概況

- ✓ 今年度の三が日は、木曜～土曜にかけての曜日配列となり週末に繋がるため、年始の渋滞が特に発生しやすくなります。
- ✓ 上下いずれも1/2（金）をピークとして1/2（金）～1/3（土）に混雑すると予測しています。
- ✓ 今年度の10km以上の渋滞回数は昨年度実績と比較して5回減少する見込みです。

## (1) 10km以上の渋滞予測（日別回数）

【凡例】 ■10km以上30km未満、■30km以上、★ピーク日



## (2) 特に長い渋滞(25km以上)の予測 &lt;上下各方面で最大となるものを太字で表記&gt;

より詳しい渋滞予測の一覧は、別紙-1をご覧ください。

方面	月日	道路名	渋滞の先頭(所在地)	最大渋滞長	時間帯	ピーク時	
下り方面	12/30 火	E1 東名	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川県綾瀬市	25 km	6時～18時	7時
	1/2 金	E1 東名	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川県綾瀬市	25 km	7時～17時	10時
	1/2 金	E4 東北道	はにゅう 羽生PA付近	埼玉県羽生市	25 km	9時～14時	11時
	1/3 土	E1 東名	あやせ 綾瀬 SIC付近	かながわけん あやせ し 神奈川県綾瀬市	25 km	9時～16時	11時
上り方面	1/2 金	E20 中央道	こだま 小仏TN付近	神奈川県相模原市	25 km	11時～翌0時	16時
	1/2 金	E4 東北道	かぞ 加須IC付近	埼玉県加須市	30 km	14時～21時	17時
	1/2 金	E17 関越道	さかどにし 坂戸西SIC付近	埼玉県坂戸市	30 km	12時～22時	17時
	1/3 土	E4 東北道	かぞ 加須IC付近	埼玉県加須市	35 km	14時～22時	17時
	1/3 土	E17 関越道	さかどにし 坂戸西SIC付近	埼玉県坂戸市	30 km	13時～22時	17時

### (3) 昨年度との比較（渋滞回数）

令和 6 年度（昨年度）との渋滞回数の比較は以下のとおりです。なお、令和 6 年度実績には事故などの影響による渋滞が含まれています。

#### ■令和 6 年度との比較

表内の数値の単位は“回”

渋滞規模	① 令和 7 年度予測 ※1			② 令和 6 年度実績 ※2			差 (①-②)		
	下り	上り	計	下り	上り	計	下り	上り	計
10km 以上の渋滞回数	42	69	111	46	70	116	▲ 4	▲ 1	▲ 5
うち 30km 以上の渋滞回数	0	4	4	1	7	8	▲ 1	▲ 3	▲ 4

※1 令和 7 年度予測は、令和 7 年 12 月 26 日（金）～令和 8 年 1 月 4 日（日）の 10 日間を集計。

※2 令和 6 年度実績は、令和 6 年 12 月 27 日（金）～令和 7 年 1 月 5 日（日）の 10 日間を集計。

## 2. ドライブお役立ち情報

リアルタイムの道路交通情報や渋滞予測などドライブにお役立ていただける様々な情報を配信しています。詳しくは、[別紙-2](#)をご覧ください。

## 3. ご利用いただくお客さまへ

お客さまに守っていただきたい大切なお願いと、お客さまサービスの取組み（混雑対策）を掲載しています。詳しくは、[別紙-3](#)をご覧ください。

## 4. 年末年始期間は休日割引が適用されません

渋滞の激化を避けるため、12 月 27 日（土）、28 日（日）および 1 月 1 日（木）～4 日（日）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.c-nexco.co.jp/images/news/6315/00b253fb96dbb2799c06ed0fe5355dac.pdf>

## 関東甲信地方・静岡県内の高速道路などにおける主な渋滞予測(最大渋滞長10km以上)

~渋滞予測は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。出発前に最新の交通情報をご確認ください。~

別紙-1

### 【凡例】

IC: 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 SIC: スマートインターチェンジ BS: バスストップ TN: トンネル

: 最大渋滞長が30km以上

\*1 「下り方面」には、C3外環道およびC4圏央道の「外回り」が含まれます。

「上り方面」には、C3外環道およびC4圏央道の「内回り」が含まれます。

\*2 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。

\*3 時間帯は24時間標記としています。

外回り：時計回りに向かう方向(C3外環道の「高谷JCT」方面、C4圏央道の「大栄JCT」方面)  
内回り：反時計回りに向かう方向(C3外環道の「大泉JCT」方面、C4圏央道の「茅ヶ崎JCT」方面)

道路名	方 面 ※1	月日※2	最大渋滞を内包する区間		ボトルネック位置	都道府県	最大 渋滞長	時間帯※3	ピーク 時間帯※3	通過所要時間		
			渋滞末尾側	渋滞先頭側						①ピーク時	②通常時	増加(①-②)
E1 東名	下り	12/26 金	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	6 時 ~ 21 時	8 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/27 土	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	6 時 ~ 19 時	10 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/28 日	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	10 時 ~ 14 時	11 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/29 月	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	6 時 ~ 18 時	8 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/29 原木IC	あづま 原木IC	はがのなかい 秦野中井IC	はがのなかい 秦野中井IC付近	神奈川	10 km	6 時 ~ 12 時	7 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/30 火	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	25 km	6 時 ~ 18 時	7 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		12/30 火	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	7 時 ~ 14 時	8 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/31 水	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	8 時 ~ 16 時	10 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		12/31 水	あづま 原木IC	はがのなかい 秦野中井IC	はがのなかい 秦野中井IC付近	神奈川	10 km	13 時 ~ 16 時	14 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/1 木	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	20 km	9 時 ~ 16 時	10 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/2 木	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	25 km	7 時 ~ 17 時	10 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/2 金	おおひらきつだ 大井松田IC	ごてんば 御殿場IC	ごてんば 御殿場IC付近	静岡	10 km	8 時 ~ 18 時	10 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	とうきょう 東京IC	あやせ 綾瀬SIC	あやせ 綾瀬SIC付近	神奈川	25 km	9 時 ~ 16 時	11 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/3 土	おおひらきつだ 大井松田IC	ごてんば 御殿場IC	ごてんば 御殿場IC付近	静岡	15 km	8 時 ~ 18 時	10 時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		12/26 金	あやせ 綾瀬SIC	よこはまあわせ 横浜青葉IC	よこはまあわせ 横浜青葉IC付近	神奈川	15 km	6 時 ~ 10 時	7 時	約 45 分	約 10 分	約 35 分
		12/26 金	はがのなかい 秦野中井IC	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	15 km	15 時 ~ 20 時	16 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		12/27 土	はがのなかい 秦野中井IC	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	15 km	15 時 ~ 20 時	16 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		12/29 月	いざほせんじゆく 横浜勢原JCT	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	10 km	14 時 ~ 19 時	15 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/30 火	はがのなかい 秦野中井IC	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	15 km	14 時 ~ 21 時	18 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		12/30 火	ごてんば 御殿場JCT	おおひらきつだ 大井松田IC	つららの 都夫良野TN付近	神奈川	15 km	15 時 ~ 21 時	16 時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		12/31 水	いせんせんじゆく 横浜勢原JCT	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	10 km	14 時 ~ 18 時	15 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/31 水	あしづる 足柄SIC	おおひらきつだ 大井松田IC	つららの 都夫良野TN付近	神奈川	10 km	16 時 ~ 19 時	17 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/1 木	いせんせんじゆく 横浜勢原JCT	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	10 km	14 時 ~ 22 時	15 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/1 木	あやせ 駒門SIC	おおひらきつだ 大井松田IC	つららの 都夫良野TN付近	神奈川	20 km	15 時 ~ 22 時	16 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/2 金	あやせ 綾瀬SIC	よこはまあわせ 横浜青葉IC	よこはまあわせ 横浜青葉IC付近	神奈川	10 km	13 時 ~ 翌 0 時	20 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	あやせ 綾瀬SIC	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	20 km	10 時 ~ 翌 1 時	12 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/2 金	あやせ 駒門SIC	おおひらきつだ 大井松田IC	つららの 都夫良野TN付近	神奈川	20 km	14 時 ~ 翌 1 時	16 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/3 土	あやせ 駒門SIC	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	20 km	11 時 ~ 22 時	12 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/3 土	あやせ 駒門SIC	おおひらきつだ 大井松田IC	つららの 都夫良野TN付近	神奈川	20 km	14 時 ~ 翌 0 時	15 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/4 木	いせんせんじゆく 横浜勢原JCT	よこはまあわせ 横浜町田IC	よこはまあわせ 横浜町田IC付近	神奈川	10 km	12 時 ~ 20 時	13 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
E1A 新東名	上り	1/2 金	ながいみみまづ 長泉沼津IC	ごてんば 御殿場JCT	ごてんば 御殿場JCT付近	静岡	10 km	18 時 ~ 翌 0 時	19 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	ながいみみまづ 長泉沼津IC	ごてんば 御殿場JCT	ごてんば 御殿場JCT付近	静岡	10 km	14 時 ~ 翌 0 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
E4 東北道	下り	1/2 金	いわづき 岩槻IC	たてぱわし 館林IC	ははゅう 羽生PA付近	埼玉	25 km	9 時 ~ 14 時	11 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/2 金	かずみ 加須IC	いわづき 岩槻IC	ははゅう 蓮田SA付近	埼玉	15 km	16 時 ~ 21 時	18 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	かずみ 加須IC	かずみ 加須IC	かずみ 加須IC付近	埼玉	30 km	14 時 ~ 21 時	17 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/3 土	かずみ 加須IC	かずみ 岩槻IC	ははゅう 蓮田SA付近	埼玉	15 km	16 時 ~ 21 時	18 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/3 土	かずみ 岩槻IC	かずみ 岩槻IC	かずみ 加須IC付近	埼玉	35 km	14 時 ~ 22 時	17 時	約 70 分	約 20 分	約 50 分
		1/3 土	にしおのひのほか 西多須野塙原IC	こづかひや 子都宮IC	かみかわら 上河内SA付近	栃木	15 km	14 時 ~ 18 時	16 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		1/2 金	やまと 谷田部IC	さとう 郷JCT	みよし 三郷JCT付近	埼玉	20 km	15 時 ~ 20 時	17 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
E6 常磐道	上り	1/3 土	やまと 谷田部IC	かわせ 流山IC	かわせ 柏IC付近	千葉	20 km	15 時 ~ 19 時	17 時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		1/3 土	やまと 谷間IC	つららの 土浦柏北IC	ちだいしわおか 千代田石岡IC付近	茨城	10 km	15 時 ~ 17 時	17 時	約 20 分	約 5 分	約 15 分
		1/3 土	やまと 谷間IC	つららの 土浦柏北IC	ちだいしわおか 千代田石岡IC付近	茨城	10 km	15 時 ~ 17 時	17 時	約 20 分	約 5 分	約 15 分
	下り	1/2 金	いわき 花輪IC	かいづか 貝塚IC	千葉	15 km	9 時 ~ 17 時	11 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	
		1/3 土	いわき 幕張IC	かいづか 貝塚IC	千葉	10 km	10 時 ~ 14 時	12 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	あながわ 穴川IC	はなわ 花輪IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	あながわ 市原IC	あながわ 穴川IC付近	千葉	10 km	14 時 ~ 19 時	16 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
E14 京葉道路	上り	1/3 土	あながわ 穴川IC	はなわ 花輪IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/3 土	あながわ 穴川IC	はなわ 花輪IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/3 土	あながわ 穴川IC	はなわ 花輪IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/3 土	あながわ 穴川IC	はなわ 花輪IC付近	千葉	10 km	10 時 ~ 20 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	あながわ 市原IC	あながわ 穴川IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	あながわ 穴川IC	あながわ 穴川IC付近	千葉	10 km	15 時 ~ 21 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	あながわ 市原IC	あながわ 穴川IC付近	千葉	10 km	10 時 ~ 20 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
E17 関越道	下り	12/29 月	かわごえ 川越IC	かわごえ 川越IC付近	埼玉	10 km	5 時 ~ 9 時	7 時	約 20 分	約 10 分	約 10 分	
		12/29 月	かわごえ 高坂IC	じんかわいほ 渋川伊香保IC	群馬	10 km	6 時 ~ 10 時	8 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		12/30 火	じんかわいほ 所沢IC	かわごえ 東松山IC	埼玉	15 km	5 時 ~ 10 時	7 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		12/30 火	かわごえ 高崎IC	しぶわいほ 渋川伊香保IC	群馬	10 km	6 時 ~ 11 時	8 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
		1/2 金	かわごえ 所沢IC	かわごえ 東松山IC	埼玉	20 km	10 時 ~ 14 時	12 時	約 40 分	約 15 分	約 25 分	
	上り	1/2 金	かわごえ 所沢IC	かわごえ 川越IC	埼玉	10 km	16 時 ~ 22 時	18 時	約 20 分	約 10 分	約 10 分	
		1/2 金	ほんじうごま 本庄児玉IC	つるがしま 鶴ヶ島IC	埼玉	30 km	12 時 ~ 22 時	17 時	約 60 分	約 20 分	約 40 分	
		1/2 金	ほんじうごま 本庄児玉IC	あかぎ 赤城IC	埼玉	15 km	16 時 ~ 20 時	18 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	
		1/3 土	ほんじうごま 本庄児玉IC	かわごえ 川越IC	埼玉	10 km	16 時 ~ 21 時	18 時	約 20 分	約 10 分	約 10 分	
		1/3 土	ほんじうごま 本庄児玉IC	かわごえ 鶴ヶ島IC	埼玉	30 km	13 時 ~ 22 時	17 時	約 60 分	約 20 分	約 40 分	
		1/3 土	ほんじうごま 月夜野IC	あかぎ 赤城IC	埼玉	15 km	15 時 ~ 20 時	17 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	

## 関東甲信地方・静岡県内の高速道路などにおける主な渋滞予測(最大渋滞長10km以上)

~渋滞予測は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。出発前に最新の交通情報をご確認ください。~

別紙-1

【凡例】

IC: 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 SIC: スマートインターチェンジ BS: バスストップ TN: トンネル

: 最大渋滞長が30km以上

\*1 「下り方面」には、C3外環道およびC4圏央道の「外回り」が含まれます。

\*2 「上り方面」には、C3外環道およびC4圏央道の「内回り」が含まれます。

\*3 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。

\*4 時間帯は24時間標記しています。

外回り：時計回りに向かう方向(C3外環道の「高谷JCT」方面、C4圏央道の「大栄JCT」方面)  
内回り：反時計回りに向かう方向(C3外環道の「大泉JCT」方面、C4圏央道の「茅ヶ崎JCT」方面)

道路名	方 面 ※1	月日※2	最大渋滞を内包する区間		ボトルネック位置	都道府県	最大 渋滞長	時間帯※3	ピーク 時間帯※3	通過所要時間		
			渋滞末尾側	渋滞先頭側						①ピーク時	②通常時	増加(①~②)
E20 中央道	下り	12/28 日	福城IC	→ 八王子IC	ひの 日野BS付近	東京	10 km	8 時 ~ 13 時	10 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		12/29 月	福城IC	→ 八王子IC	ひの 日野BS付近	東京	10 km	8 時 ~ 13 時	10 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		12/30 火	高井戸IC	→ 八王子IC	ひの 日野BS付近	東京	15 km	8 時 ~ 14 時	9 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		12/30 火	八王子IC	→ 相模湖IC	さがみこ 相模湖IC付近	神奈川	15 km	6 時 ~ 14 時	7 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		12/31 水	福城IC	→ 八王子IC	ひの 日野BS付近	東京	10 km	9 時 ~ 14 時	10 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		12/31 水	八王子IC	→ 相模湖IC	さがみこ 相模湖IC付近	神奈川	10 km	10 時 ~ 13 時	11 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	高井戸IC	→ 八王子IC	ひの 日野BS付近	東京	20 km	8 時 ~ 15 時	9 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り	1/2 金	八王子IC	→ 相模湖IC	さがみこ 相模湖IC付近	神奈川	10 km	8 時 ~ 13 時	9 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/3 土	高井戸IC	→ 国立府中IC	ふじゅう 府中BS付近	東京	10 km	9 時 ~ 14 時	11 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		12/26 金	国立府中IC	→ 高井戸IC	たかいど 高井戸IC出口付近	東京	10 km	5 時 ~ 9 時	6 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/28 日	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仏TN付近	神奈川	15 km	16 時 ~ 20 時	17 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		12/29 月	上野原IC	→ 八王子JCT	ひの 小仏TN付近	神奈川	15 km	15 時 ~ 20 時	16 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		12/30 火	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仏TN付近	神奈川	15 km	14 時 ~ 21 時	16 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/1 木	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仏TN付近	神奈川	15 km	14 時 ~ 21 時	16 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/2 金	国立府中IC	→ 高井戸IC	たかいど 高井戸IC出口付近	東京	15 km	9 時 ~ 14 時	10 時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		1/2 金	八王子IC	→ 稲城IC	さがみこ 国立府中IC付近	東京	10 km	15 時 ~ 21 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/2 金	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仮TN付近	神奈川	25 km	11 時 ~ 曜 0 時	16 時	約 100 分	約 20 分	約 80 分
		1/3 土	国立府中IC	→ 高井戸IC	たかいど 高井戸IC出口付近	東京	10 km	9 時 ~ 13 時	10 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	八王子IC	→ 稲城IC	さがみこ 国立府中IC付近	東京	10 km	15 時 ~ 19 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仮TN付近	神奈川	20 km	11 時 ~ 曜 0 時	16 時	約 80 分	約 15 分	約 65 分
		1/4 日	大月IC	→ 八王子JCT	ひの 小仮TN付近	神奈川	15 km	11 時 ~ 20 時	12 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
E51 東関東道	上り	1/2 金	室町木JCT	→ 湾岸市川IC	わがまちいなかわ 湾岸市川IC付近	千葉	15 km	15 時 ~ 21 時	18 時	約 30 分	約 15 分	約 15 分
		1/2 金	成田JCT	→ 四街道IC	よしかわ 四街道IC付近	千葉	15 km	16 時 ~ 20 時	18 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	下り	1/3 土	菅野木JCT	→ 湾岸市川IC	わがまちいなかわ 湾岸市川IC付近	千葉	15 km	15 時 ~ 21 時	18 時	約 30 分	約 15 分	約 15 分
		1/3 土	大高IC	→ 四街道IC	よしかわ 四街道IC付近	千葉	20 km	15 時 ~ 20 時	17 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
C3 外環道	下り	1/2 金	おお泉JCT	→ 草加IC	そうか 川口東IC付近	埼玉	20 km	9 時 ~ 19 時	11 時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		1/2 金	松戸IC	→ 高谷JCT	こうや 高谷JCT付近	千葉	10 km	10 時 ~ 14 時	12 時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		1/3 土	戸田東IC	→ 草加IC	そうか 川口東IC付近	埼玉	10 km	10 時 ~ 14 時	12 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	上り	12/26 金	三郷中央IC	→ 川口東IC	かわとうひがし 川口東IC付近	埼玉	10 km	15 時 ~ 19 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	松戸 IC	→ 川口東 IC	かわとうひがし 川口東IC付近	埼玉	15 km	10 時 ~ 14 時	12 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		1/3 土	三郷中央 IC	→ 川口東 IC	かわとうひがし 川口東IC付近	埼玉	10 km	15 時 ~ 20 時	17 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/4 日	相模原愛川IC	→ 相模原IC	さがみらひがし 相模原IC付近	神奈川	10 km	15 時 ~ 19 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
C4 圏央道	下り	12/26 金	相模厚木IC	→ 相模原IC	さがみらひがし 相模原IC付近	神奈川	10 km	15 時 ~ 18 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/2 金	相模原愛川IC	→ 八王子JCT	ひの 八王子JCT付近	東京	15 km	9 時 ~ 14 時	11 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		1/2 金	八王子JCT	→ 白の出IC	ひの 白の出IC付近	東京	10 km	10 時 ~ 18 時	12 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	海老名IC	→ 相模原愛川IC	さがみらひがいわいわ 相模原愛川IC付近	神奈川	10 km	15 時 ~ 19 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	八王子JCT	→ 白の出IC	ひの 白の出IC付近	東京	10 km	10 時 ~ 15 時	12 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/26 金	相模原IC	→ 海老名JCT	えびな 海老名JCT付近	神奈川	15 km	7 時 ~ 19 時	10 時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		12/27 土	相模原愛川IC	→ 海老名JCT	えびな 海老名JCT付近	神奈川	10 km	8 時 ~ 19 時	10 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/29 月	相模原愛川IC	→ 海老名JCT	えびな 海老名JCT付近	神奈川	10 km	8 時 ~ 15 時	9 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		12/30 火	相模原愛川IC	→ 海老名JCT	えびな 海老名JCT付近	神奈川	10 km	9 時 ~ 16 時	10 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/1 木	相模原愛川IC	→ 白の出JCT	ひの 白の出JCT付近	神奈川	10 km	8 時 ~ 14 時	10 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/2 金	白の出JCT	→ 八王子JCT	ひの 八王子JCT付近	東京	10 km	9 時 ~ 18 時	10 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	相模原愛川IC	→ 入間IC	さがみらひがいま 狹山PA付近	埼玉	10 km	10 時 ~ 20 時	12 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/2 金	相模原愛川IC	→ つくば牛久IC	さがみらひがいま 牛久阿見IC付近	茨城	10 km	14 時 ~ 20 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	相模原愛川IC	→ 海老名JCT	えびな 海老名JCT付近	神奈川	10 km	10 時 ~ 14 時	11 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		1/3 土	相模原愛川IC	→ つくば牛久IC	さがみらひがいま 牛久阿見IC付近	茨城	10 km	14 時 ~ 20 時	16 時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
CA 東京湾アクアライン	下り	1/1 木	川崎浮島JCT	→ 木更津金田IC	さがみづねだん 木更津金田IC付近	千葉	10 km	8 時 ~ 14 時	11 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	川崎浮島JCT	→ 木更津金田IC	さがみづねだん 木更津金田IC付近	千葉	15 km	8 時 ~ 18 時	10 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		1/3 土	川崎浮島JCT	→ 木更津金田IC	さがみづねだん 木更津金田IC付近	千葉	15 km	8 時 ~ 17 時	10 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	上り	12/28 日	袖ヶ浦IC	→ 川崎浮島JCT	うみはたのPA付近	千葉	10 km	14 時 ~ 20 時	16 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		12/29 月	袖ヶ浦IC	→ 川崎浮島JCT	うみはたのPA付近	千葉	10 km	14 時 ~ 20 時	16 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/2 金	袖ヶ浦IC	→ 川崎浮島JCT	うみはたのPA付近	千葉	10 km	14 時 ~ 22 時	16 時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		1/3 土	木更津JCT	→ 川崎浮島JCT	うみはたのPA付近	千葉	15 km	14 時 ~ 23 時	16 時	約 45 分	約 15 分	約 30 分

## ドライブお役立ち情報

### (1) 各社からのお知らせ

・NEXCO 東日本 関東支社

■交通混雑期特設サイト [ [https://www.driveplaza.com/special/congest\\_prediction/](https://www.driveplaza.com/special/congest_prediction/) ]

渋滞予報ガイドを掲載しているほか、渋滞回避のポイントなどを解説しています。



・NEXCO 中日本 東京支社

お出かけ前の情報収集に

■渋滞予測・おでかけガイド 2025 冬 (12月公開予定)

高速道路ドライブアドバイザー (DA) が

渋滞予測や渋滞回避のポイントを紹介しています。



■目で見るハイウェイテレホン [ <http://www.c-nexco.highway-telephone.jp/main/> ]

主要高速道路情報を、WEB サイトでご確認いただけます。

お出かけ当日に

■iPhone・Android 向けドライブサポートアプリ：『みちラジ』

[ <https://www.c-nexco.co.jp/jam/michiradi/> ]

高速道路の渋滞・事故・通行止めや所要時間などに加え、高速道路走行中に進行方向約 2km 先で発生した事故・落下物・渋滞をリアルタイムに音声プッシュ通知によりお知らせします。

iPhone 版ダウンロードページ      Android 版ダウンロードページ



■中央道渋滞減らし隊 [ <https://predict.traveltime.jp/chuo-herashitai-kobotoke/> ]

E20 中央道（上り線）の大月 IC～八王子 JCT 間を対象に、毎日の交通量をもとにした AI 渋滞予測を毎正時に更新しております。この AI 渋滞予測と合わせて観光情報をお届けするアプリ「スイスイ旅 山梨版」も運用していますので、山梨県へお出かけの方はぜひご利用ください。

iPhone 版ダウンロードページ      Android 版ダウンロードページ



**(2) NEXCO お客さまセンター**

道路交通情報、高速道路料金や ETC 割引などのお問い合わせを承ります。

NEXCO 東日本お客さまセンター (24 時間対応)	ナビダイヤル 0570-024-024 電話（ナビダイヤルがご利用になれないお客さま／通話料有料） 03-5308-2424
NEXCO 中日本お客さまセンター (24 時間対応)	フリーダイヤル 0120-922-229 電話（フリーダイヤルがご利用になれないお客さま／通話料有料） 052-223-0333

**(3) 日本道路交通情報センター**

道路交通情報 Now!!	<a href="https://www.jartic.or.jp/">https://www.jartic.or.jp/</a>
--------------	---

(財) 日本道路交通情報センター 全国統一番号 (全国どこからでも最寄りの情報センターに接続されます。)	050-3369-6666 #8011（携帯短縮ダイヤル）
---	----------------------------------

全国・関東甲信越情報	050-3369-6600
東北・常磐・関越道情報	050-3369-6762
東名・新東名高速情報	050-3369-6763
中央・長野道情報	050-3369-6764

**(4) 高速道路を走行中または休憩中に入手できる道路交通情報****①道路情報板**

道路状況・気象状況等の道路交通情報を本線上や IC 入口付近などで提供しております。

**②ハイウェイラジオ（1620kHz）**

ハイウェイラジオを放送している区間は、高速道路上の標識によりご案内しております。

**③VICS**

VICS 対応のカーナビゲーションなどで入手できます。

**④ETC2.0**

ETC2.0 対応のカーナビゲーションなどで入手できます。

**⑤ハイウェイ情報ターミナル※1**

休憩施設のテレビ画面などにて、広域の道路情報を分かりやすくお知らせしています。

※1 一部の休憩施設には設置されていません。

## ご利用いただくお客さまへ

### (1) お客さまへの大切なお願い

#### ～渋滞緩和へのご協力のお願い～

- ・渋滞予測を参考に分散利用にご協力をお願いします。
- ・渋滞・事故予防のため、上り坂で速度低下に注意するとともに、むやみな車線変更は控え、追い越し時以外は走行車線を利用する「キープレフト」にご協力を

#### ～安全走行のお願い～

- ・車両火災や車両故障の原因となるエンジントラブル、タイヤバーストなど車両の故障を未然に防ぐため、出発前の車両点検をお願いします。
- ・冬の高速道路を走行される際は、スタッドレスタイヤなどの冬用タイヤの装着とタイヤチェーンの携行をお願いします。
- ・高速道路での落下物は、重大な事故につながります。出発前の確認はもちろん、長距離を移動するときにはロープの緩みがないかなど、SA・PAで再確認していただくようお願いします。
- ・後部座席を含めて、必ずすべての座席でシートベルトを着用してください。
- ・交通混雑期は本線だけでなく休憩施設も混雑します。給油やトイレはゆとりをもって済ませていただき、適度な休憩を取って安全運転を心掛けてください。
- ・長時間の運転は事故のもとです。  
運転中に「眠気」や「疲れ」を感じたら、決して無理せず早めの休憩をお願いします。
- ・渋滞の中や末尾での追突事故が多く発生しています。わき見運転をせず、渋滞末尾では早めのハザードランプで後続車に合図をするなど、追突事故の防止を心掛けてください。
- ・スマートフォンなどを使用しながらの運転は道路交通法違反です。  
非常に危険ですので、絶対におやめください。
- ・二輪車の事故が発生しています。  
交通・気象状況をしっかり把握し、十分な車間距離をとって、安全な速度で走行してください。  
渋滞中の車両追い抜きは危険ですのでおやめください。
- ・高速道路で人がはねられる事故が発生しています。  
事故や故障の場合は、ハザードランプや発炎筒、停止表示器材で後続車に合図をし、ガードレールの外側など安全な場所への退避および非常電話などで通報してください。
- ・道路の異常は、非常電話または道路緊急ダイヤル『#9910』でお知らせください。

#### 無くそう逆走　－高速道路は一方通行です－

- ・逆走は命にかかる危険行為です。Uターン、バックは厳禁です。
- ・神奈川県内の東名高速道路を逆走し衝突事故を起こした事例や、栃木県内の東北自動車道、山梨県内の中央自動車道では逆走による死亡事故も発生しています。逆走は、逆走車両だけでなく衝突された車両の運転手や同乗者の命を奪う重大事故につながります。



事故直後の状況



事故直後の状況



逆走の状況

神奈川県での逆走事例

山梨県での逆走事例

千葉県での逆走事例

- ・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。  
詳細は以下をご参照ください。

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

## (2) お客さまサービスの取組み（混雑対策）

渋滞末尾への追突注意喚起対策や休憩施設での駐車場整理員の配置、臨時トイレの設置、大型車駐車マスの確保などお客さまサービスの強化に取り組みます。

### [対策例]

#### ①上り坂などでの速度低下注意喚起



#### ②渋滞末尾などでの追突注意喚起



#### ③休憩施設などでの駐車場整理員の配置



#### ④臨時トイレの設置



#### ⑤大型車駐車マスの確保



#### (参考①)道路情報板での渋滞延伸情報の提供



首都圏の一部区間の高速道路では、渋滞が増加傾向の場合に、  
道路情報板に赤い三角マークを表示しています。

経路選択のご判断にお役立てください。



ご利用の際は、案内看板・路面標示に従い

駐車後 60 分以内にご出発をお願いします。