

渋滞予測ガイドを活用して、渋滞を避けたご利用を！
事前に交通情報をチェックしていただき、計画的なご利用にご協力をお願いいたします。

渋滞予測ガイド（冊子）

渋滞ピーク時の日付と時間を知れば、渋滞を避けることができます。

S A・P Aのエリア・コンシェルジュや料金所事務室などでお配りしています。



渋滞予測・おでかけガイド（WEBサイト）

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

渋滞予測ガイドをWEBサイトでもご確認ください。

S A・P Aの情報など、車でのおでかけに役立つ情報もご紹介しています。



※上記WEBサイトの表記は変更する場合があります。
※動画の公開は4月上旬を予定しています。

渋滞予測のプロ「高速道路ドライブアドバイザー」が
動画で紹介する「渋滞を避けるコツ！！」

渋滞を避けるコツ STEP1 日にちの変更

地域ごとに混雑する日をご紹介します！
右図は東海版の動画の一例です。

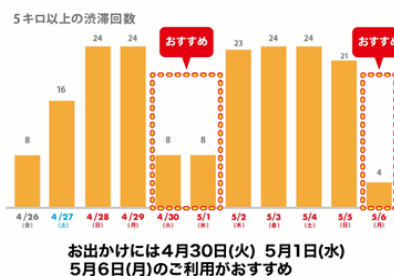
ご利用予定ルート動画をチェックして、
おでかけ日のご検討にお役立てください！



渋滞を避けるコツ STEP2 時間の変更

ご利用する日にちの変更が難しい場合は、
ご利用時間の変更をご検討ください！

動画の中で具体的に「おすすめの時間帯」を
ご紹介しています。



具体的な回避事例を
ご紹介！

動画ではおすすめのパターンの紹介も！

**ゴールデンウィークの
中央道の渋滞は**

・下り線のピークが4月27日(土)
4月28日(日)

・上り線のピークが5月3日(金)
5月4日(土)
5月5日(日)

期間中は毎日渋滞の発生が予測され
特に上り線では20km以上の渋滞がほぼ毎日発生

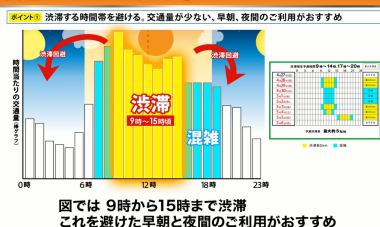
E20 中央道上り線(山梨・長野方面⇒東京方面)渋滞予測状況



特にピークの5月3日(金)から5日(日)には
大きな渋滞を予測

具体的な「おすすめ時間帯」をご紹介！

渋滞回避のコツ ポイント①



東名・新東名(首都圏) 渋滞早見表(GW期間)

下り線	0時～6時	6時～12時	12時～18時	18時～24時
4/26(金)				
4/27(土)				
4/28(日)				
4/29(月)				
4/30(火)				
5/1(水)				
5/2(木)				
5/3(金)				
5/4(土)				
5/5(日)				
5/6(月)				

下り線は 東名高速道路の大和トンネルや
伊勢原バス停付近を先頭に渋滞すると予測

渋滞回避動画は、WEBサイトや
SA・PAでご覧いただけます。

渋滞予測・おでかけガイド

検索



渋滞予測のプロ「高速道路ドライブアドバイザー」が、
よりきめ細かく渋滞予測と渋滞回避のポイントを情報発信します！

高速道路
ドライブアドバイザー
お問い合わせ先
(マスコミ専用)

渋滞予測のことは「高速道路ドライブアドバイザー」にお任せください！

- ・渋滞の発生する日時や場所、渋滞の長さや所要時間などの情報に加え、渋滞回避のポイントなどを、各地域に着目してご説明いたします。
- ・当社公式WEBサイトの活用や報道関係の皆さまからの電話によるお問合せ・取材のほか、記者クラブへの訪問説明、テレビ・ラジオへの出演などに対応させていただきます。

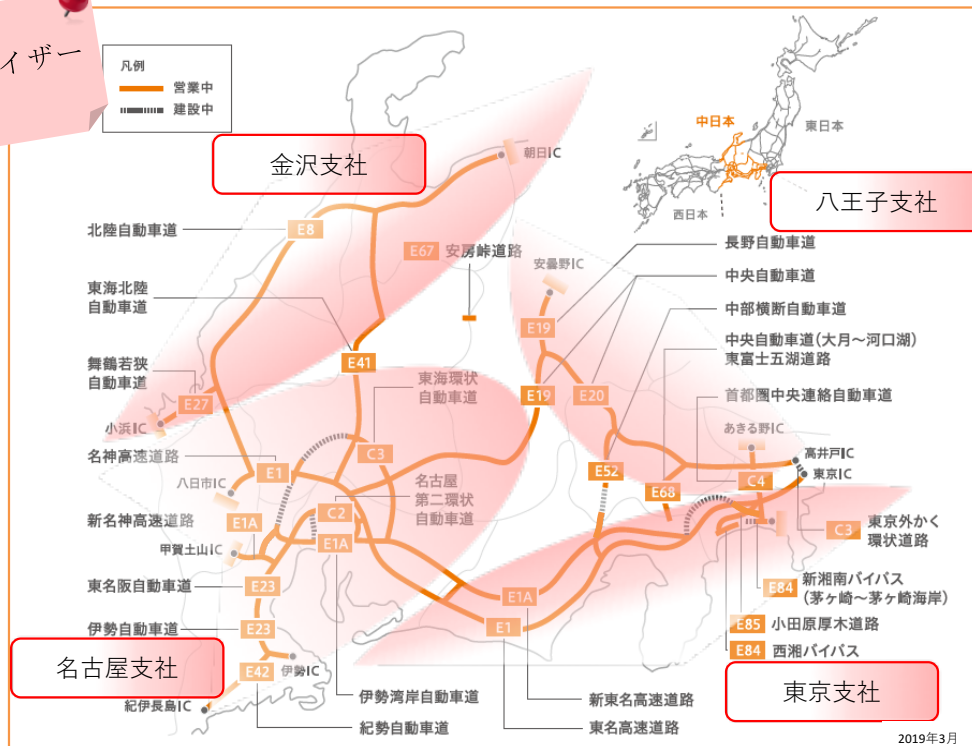
東京支社	広報・CSチーム	TEL 03-5776-5257 (直通)
八王子支社	広報・CSチーム	TEL 042-691-1172 (直通)
名古屋支社	広報・CSチーム	TEL 052-222-1183 (直通)
金沢支社	広報・CSチーム	TEL 076-240-4936 (直通)

※担当エリアは次ページをご覧ください。

■「高速道路ドライブアドバイザー」とは

地域の交通特性を熟知し、過去からの渋滞発生状況やその原因の分析結果、
混雑期の曜日配列などを考慮して、渋滞する日時や場所、渋滞の長さや所要時間などを
予測する技術者を、NEXCO中日本では「高速道路ドライブアドバイザー」と呼んでいます。

高速道路
ドライブアドバイザー
の
担当エリア



東京支社

E1 東名（東京～豊川）、E1A 新東名（海老名南JCT～伊勢原JCT、御殿場JCT～新城）、
E84 新湘南バイパス、E84 西湘バイパス、E85 小田原厚木道路、C4 圏央道（茅ヶ崎JCT～相模原）
E52 中部横断道（新清水JCT～富沢）

八王子支社

E19 長野道（岡谷JCT～安曇野）、E19 中央道（岡谷JCT～伊北）、E20 中央道（高井戸～岡谷JCT）、
E52 中部横断道（六郷～双葉JCT）、E67 安房峠道路、E68 中央道（大月JCT～河口湖）、
E68 東富士五湖道路、C4 圏央道（相模原～あきる野）

名古屋支社

E1 東名（豊川～小牧）、E1 名神（小牧～八日市）、E1A 新東名（新城～豊田東JCT）、
E1A 新名神（四日市JCT～甲賀土山）、E1A 伊勢湾岸道、
E8 北陸道（木之本～米原JCT）、E19 中央道（伊北～小牧JCT）、E23 東名阪道、E23 伊勢道、
E41 東海北陸道（一宮JCT～白川郷）、E42 紀勢道、C2 名二環、C3 東海環状道

金沢支社

E8 北陸道（朝日～木之本）、E27 舞鶴若狭道（小浜～敦賀JCT）、
E41 東海北陸道（白川郷～小矢部砺波JCT）