

2025年度 年末年始期間の

中日本高速道路における渋滞発生予測(最大渋滞長10km以上)

※30km以上の渋滞長を太字及び着色しています

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 TN:トンネル BS:バスストップ

方向	月日 ※1	道路名 ※2	渋滞の先頭位置	最大 渋滞長 ※3	最大渋滞を内包する区間		ピーク 時間	時間帯	通過所要時間 ※4			
					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	下り	12/26 金	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	8時	6時～21時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/26 金	E1	東名	豊田JCT付近	10km	岡崎IC ⇒ 豊田JCT	16時	15時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	外回り	12/26 金	C4	圏央道	相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	16時	15時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/27 土	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	10時	6時～19時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/27 土	E1	東名	豊田JCT付近	15km	音羽蒲郡IC ⇒ 豊田JCT	8時	7時～11時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	下り	12/27 土	E1A	新東名	岡崎東IC付近	10km	新城IC ⇒ 豊田東JCT	8時	7時～11時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/27 土	E23	東名阪道	鈴鹿IC付近	10km	四日市東IC ⇒ 鈴鹿IC	9時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/27 土	E1A	伊勢湾岸道	弥富木曽岬IC付近	10km	名港潮見IC ⇒ 弥富木曽岬IC	9時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/28 日	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	11時	10時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/28 日	E20	中央道	日野BS付近	10km	稲城IC ⇒ 八王子IC	10時	8時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	下り	12/28 日	E23	東名阪道	亀山PASスマートIC付近	20km	四日市東IC ⇒ 亀山IC	9時	8時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/28 日	E1A	伊勢湾岸道	弥富木曽岬IC付近	10km	名港潮見IC ⇒ 弥富木曽岬IC	9時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/29 月	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	8時	6時～18時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/29 月	E1	東名	秦野中井IC付近	10km	厚木IC ⇒ 秦野中井IC	7時	6時～12時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/29 月	E20	中央道	日野BS付近	10km	稲城IC ⇒ 八王子IC	10時	8時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	下り	12/29 月	E23	東名阪道	亀山PASスマートIC付近	20km	四日市東IC ⇒ 亀山IC	9時	8時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/29 月	E1A	伊勢湾岸道	弥富木曽岬IC付近	10km	名港潮見IC ⇒ 弥富木曽岬IC	9時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/30 火	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	25km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	7時	6時～18時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	下り	12/30 火	E1	東名	秦野中井IC付近	20km	綾瀬スマートIC ⇒ 秦野中井IC	8時	7時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/30 火	E20	中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	9時	8時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	下り	12/30 火	E20	中央道	相模湖IC付近	15km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	下り	12/30 火	E23	東名阪道	亀山PASスマートIC付近	15km	四日市IC ⇒ 亀山IC	10時	9時～14時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	下り	12/30 火	E1A	伊勢湾岸道	弥富木曽岬IC付近	10km	名港潮見IC ⇒ 弥富木曽岬IC	9時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/31 水	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	10時	8時～16時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	12/31 水	E1	東名	秦野中井IC付近	10km	厚木IC ⇒ 秦野中井IC	14時	13時～16時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	12/31 水	E20	中央道	日野BS付近	10km	稲城IC ⇒ 八王子IC	10時	9時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	下り	12/31 水	E20	中央道	相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	11時	10時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	下り	1/1 木	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	10時	9時～16時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	下り	1/2 金	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	25km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	10時	7時～17時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	下り	1/2 金	E1	東名	御殿場IC付近	10km	大井松田IC ⇒ 御殿場IC	10時	8時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	1/2 金	E1	東名	豊田JCT付近	15km	音羽蒲郡IC ⇒ 豊田JCT	10時	9時～14時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	下り	1/2 金	E1	東名	豊田JCT付近	15km	音羽蒲郡IC ⇒ 豊田JCT	16時	15時～19時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	下り	1/2 金	E20	中央道	日野BS付近	20km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	9時	8時～15時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	下り	1/2 金	E20	中央道	相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	9時	8時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	外回り	1/2 金	C4	圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	11時	9時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	下り	1/2 金	E1A	伊勢湾岸道	湾岸長島IC付近	10km	名港中央IC ⇒ 湾岸長島IC	9時	8時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	1/3 土	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	25km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	11時	9時～16時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	下り	1/3 土	E1	東名	御殿場IC付近	15km	大井松田IC ⇒ 御殿場IC	10時	8時～18時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	下り	1/3 土	E1	東名	岡崎IC付近	15km	音羽蒲郡IC ⇒ 豊田JCT	16時	15時～19時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	下り	1/3 土	E20	中央道	府中BS付近	10km	高井戸IC ⇒ 国立府中IC	11時	9時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	外回り	1/3 土	C4	圏央道	相模原愛川IC付近	10km	海老名IC ⇒ 相模原愛川IC	16時	15時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	下り	1/3 土	E1A	伊勢湾岸道	湾岸長島IC付近	10km	名港中央IC ⇒ 湾岸長島IC	9時	8時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
上り	上り	12/26 金	E1	東名	横浜青葉IC付近	15km	綾瀬スマートIC ⇒ 横浜青葉IC	7時	6時～10時	約 45 分	約 10 分	約 35 分
	上り	12/26 金	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	15km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	16時	15時～20時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	12/26 金	E1	東名	東郷PA付近	15km	春日井IC ⇒ 東名三好IC	7時	6時～10時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	12/26 金	E20	中央道	高井戸出口付近	10km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	6時	5時～9時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	内回り	12/26 金	C4	圏央道	海老名JCT付近	15km	相模原IC ⇒ 海老名JCT	10時	7時～19時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	上り	12/27 土	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	15km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	16時	15時～20時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	12/27 土	E1	東名	岡崎IC付近	10km	豊田上郷スマートIC ⇒ 岡崎IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/27 土	E1A	新東名	砥鹿TN付近	10km	岡崎東IC ⇒ 新城IC	11時	10時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	内回り	12/27 土	C4	圏央道	海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	10時	8時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/28 日	E20	中央道	小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	17時	16時～20時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り	12/29 月	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	15時	14時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/29 月	E20	中央道	小仏TN付近	15km	上野原IC ⇒ 八王子JCT	16時	15時～20時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	内回り	12/29 月	C4	圏央道	海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	9時	8時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/30 火	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	15km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	18時	14時～21時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	12/30 火	E1	東名	都夫良野TN付近	15km	御殿場JCT ⇒ 大井松田IC	16時	15時～21時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	上り	12/30 火	E20	中央道	小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	14時～21時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	内回り	12/30 火	C4	圏央道	海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	10時	9時～16時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/31 水	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	15時	14時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	12/31 水	E1	東名	都夫良野TN付近	10km	足柄スマートIC ⇒ 大井松田IC	17時	16時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/1 木	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	15時	14時～22時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/1 木	E1	東名	都夫良野TN付近	20km	駒門スマートIC ⇒ 大井松田IC	16時	15時～22時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/1 木	E20	中央道	小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	14時～21時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り	1/2 金	E1	東名	横浜青葉IC付近	10km	綾瀬スマートIC ⇒ 横浜青葉IC	20時	13時～24時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	上り	1/2 金	E1	東名	綾瀬スマートIC付近	20km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	12時	10時～翌1時	約 50 分	約 15 分	約 35 分

方向	月日 ※1	道路名 ※2	渋滞の先頭位置	最大 渋滞長 ※3	最大渋滞を内包する区間		ピーク 時間	時間帯	通過所要時間 ※4		
					渋滞末尾側	⇒ 渋滞先頭側			ピーク時 ①	通常時 ②	増加分 ①-②
上り	上り	1/2 金	E1 東名	都夫良野TN付近	20km	駒門スマートIC ⇒ 大井松田IC	16時	14時～翌1時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/2 金	E1 東名	岡崎IC付近	15km	豊田IC ⇒ 岡崎IC	10時	9時～19時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	1/2 金	E1A 新東名	御殿場JCT付近	10km	長泉沼津IC ⇒ 御殿場JCT	19時	18時～24時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/2 金	E1A 新東名	観音山TN付近	15km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	10時	9時～17時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	1/2 金	E1 名神	一宮IC付近	10km	岐阜羽島IC ⇒ 一宮IC	17時	16時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/2 金	E20 中央道	高井戸出口付近	15km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	10時	9時～14時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	上り	1/2 金	E20 中央道	国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	16時	15時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/2 金	E20 中央道	小仏TN付近	25km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	11時～24時	約 100 分	約 20 分	約 80 分
	上り	1/2 金	E23 東名阪道(伊勢道)	亀山PAスマートIC付近	20km	久居IC ⇒ 亀山JCT	12時	11時～21時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/2 金	E23 伊勢道	松阪TN付近	10km	玉城IC ⇒ 松阪IC	16時	15時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	内回り	1/2 金	C4 圏央道	海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	10時	8時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	内回り	1/2 金	C4 圏央道	八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	10時	9時～18時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	上り	1/2 金	E1A 伊勢湾岸道	湾岸弥富IC付近	10km	みえ朝日IC ⇒ 湾岸弥富IC	15時	14時～23時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E1 東名	綾瀬スマートIC付近	20km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	12時	11時～22時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/3 土	E1 東名	都夫良野TN付近	20km	駒門スマートIC ⇒ 大井松田IC	15時	14時～24時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	上り	1/3 土	E1 東名	岡崎IC付近	15km	豊田IC ⇒ 岡崎IC	10時	9時～19時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	1/3 土	E1A 新東名	御殿場JCT付近	10km	長泉沼津IC ⇒ 御殿場JCT	16時	14時～24時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E1A 新東名	観音山TN付近	15km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	9時	8時～18時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り	1/3 土	E1 名神	一宮IC付近	10km	岐阜羽島IC ⇒ 一宮IC	17時	16時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E20 中央道	高井戸出口付近	10km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	10時	9時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E20 中央道	国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	16時	15時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E20 中央道	小仏TN付近	20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	11時～24時	約 80 分	約 15 分	約 65 分
	上り	1/3 土	E23 東名阪道(伊勢道)	鈴鹿IC付近	30km	久居IC ⇒ 四日市IC	12時	11時～21時	約 75 分	約 25 分	約 50 分
	上り	1/3 土	E23 伊勢道	松阪TN付近	10km	玉城IC ⇒ 松阪IC	15時	14時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E1A 新名神	四日市JCT付近	10km	菰野IC ⇒ 四日市JCT	16時	15時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	内回り	1/3 土	C4 圏央道	海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	11時	10時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/3 土	E1A 伊勢湾岸道	湾岸弥富IC付近	10km	みえ朝日IC ⇒ 湾岸弥富IC	15時	14時～23時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/4 日	E1 東名	綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	13時	12時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/4 日	E1 東名	岡崎IC付近	10km	豊田上郷スマートIC ⇒ 岡崎IC	15時	14時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/4 日	E20 中央道	小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	12時	11時～20時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り	1/4 日	E23 東名阪道	鈴鹿IC付近	10km	亀山IC ⇒ 四日市IC	15時	14時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	1/4 日	E23 伊勢道	松阪TN付近	10km	玉城IC ⇒ 松阪IC	16時	15時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分

※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 ○○自動車道(△△自動車道)とは、「○○自動車道から△△自動車道にまたがった渋滞」という意味です。

※3 本渋滞予測では、事故などの影響による渋滞は含まれておりませんのでご注意ください。

※4 通過所要時間については、5分単位で切り上げた数値を記載しています。