

2026年度 お盆期間の
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	8/7 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～翌2時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
			秦野中井IC付近	20km	綾瀬スマートIC ⇒ 秦野中井IC	22時	21時～翌4時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
			東郷PA付近	10km	豊田上郷スマートIC ⇒ 日進JCT	18時	17時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		E20 中央道	府中BS付近	10km	高井戸IC ⇒ 国立府中IC	18時	17時～22時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			日野BS付近	20km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	8時	7時～16時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
			相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	8時	7時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		C4 圏央道	相模原IC付近	15km	海老名IC ⇒ 相模原IC	7時	6時～13時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
			豊明IC付近	15km	豊田JCT ⇒ 名古屋南IC	17時	16時～21時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		E1A 伊勢湾岸道	名港潮見IC付近	10km	豊明IC ⇒ 名港潮見IC	8時	7時～17時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			弥富木曽岬IC付近	10km	名港潮見IC ⇒ 弥富木曽岬IC	8時	7時～17時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	8/8 土	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～15時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
			秦野中井IC付近	10km	厚木IC ⇒ 秦野中井IC	6時	5時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			御殿場JCT付近	10km	大井松田IC ⇒ 駒門スマートIC	2時	1時～5時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			豊田JCT付近	25km	豊川IC ⇒ 豊田JCT	8時	7時～19時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E1A 新東名	岡崎東IC付近	25km	新城IC ⇒ 豊田東JCT	10時	9時～19時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E1 名神	尾西BS付近	10km	小牧IC ⇒ 岐阜羽島IC	8時	7時～12時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		E20 中央道	相模湖IC付近	45km	高井戸IC ⇒ 相模湖IC	5時	4時～14時	約 135 分	約 35 分	約 100 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	10時	9時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	6時	4時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			名港潮見IC付近	10km	豊明IC ⇒ 名港潮見IC	8時	7時～19時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	8/9 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	8時	7時～19時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		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	7時～15時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
			岡崎IC付近	25km	豊川IC ⇒ 豊田JCT	10時	9時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E1A 新東名	岡崎東IC付近	15km	新城IC ⇒ 豊田東JCT	10時	9時～14時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
		E20 中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	7時	6時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E8 北陸道	能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	8時～20時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E41 東海北陸道	美濃IC付近	15km	岐阜各務原IC ⇒ 美濃IC	10時	9時～13時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	9時	8時～12時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			名港潮見IC付近	10km	豊明IC ⇒ 名港潮見IC	8時	7時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
下り	8/10 月	E1 東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	9時	7時～15時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
			日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	8時	7時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		E20 中央道	相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～20時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E8 北陸道	能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～20時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			相模湖IC付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		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
			綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	9時	7時～15時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	8/11 火	E1 東名	岡崎IC付近	15km	羽音蒲郡IC ⇒ 豊田JCT	17時	16時～20時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
			日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	8時	7時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
		E20 中央道	相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			土岐IC付近	15km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		E19 中央道	能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			相模原IC付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	8/12 水	E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	8時	7時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	8時	7時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	8/13 木	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
			綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	8時	6時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		E20 中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	7時	6時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	10時	7時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	8時	7時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	8/14 金	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
			綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	8時	6時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		E20 中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	7時	6時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	11時	8時～20時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	8時	7時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	8/15 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
			綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	8時	6時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
		E20 中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	7時	6時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			能美根上スマートIC付近	10km	安宅スマートIC ⇒ 美川IC	11時	8時～20時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E23 東名阪道	亀山PASスマートIC付近	10km	四日市IC ⇒ 亀山IC	11時	10時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			相模原IC付近	10km	圏央厚木IC ⇒ 相模原IC	8時	7時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
			相模湖IC付近	20km	国立府中IC ⇒ 相模湖IC	7時	6時～14時	約 60 分	約 15 分	約 45 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	
下り	外回り	8/14 金	C4 圏央道	八王子JCT付近	15km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	
	下り	8/15 土	E1 東名	綾瀬スマートIC付近	20km	東京IC ⇒ 綾瀬スマートIC	9時	6時～14時	約 50 分	約 15 分	約 35 分	
	下り		E20 中央道	日野BS付近	15km	高井戸IC ⇒ 八王子IC	7時	6時～13時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	
	下り			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		E19 中央道	土岐IC付近	10km	恵那IC ⇒ 土岐IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	外回り		C4 圏央道	八王子JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
	下り		E1 東名	綾瀬スマートIC付近	10km	横浜青葉IC ⇒ 綾瀬スマートIC	10時	9時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	下り	8/16 日	E20 中央道	日野BS付近	10km	稲城IC ⇒ 八王子IC	8時	7時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
下り			相模湖IC付近	10km	八王子IC ⇒ 相模湖IC	8時	7時～13時	約 30 分	約 10 分	約 20 分		
上り	上り	8/7 金	E1 東名	東京IC付近	10km	横浜青葉IC ⇒ 東京IC	7時	6時～17時	約 40 分	約 10 分	約 30 分	
	上り				横浜青葉IC付近	20km	海老名JCT ⇒ 横浜青葉IC	7時	6時～10時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り				綾瀬スマートIC付近	15km	秦野中井IC ⇒ 横浜町田IC	16時	15時～21時	約 40 分	約 10 分	約 30 分
	上り				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				高井戸出口付近	20km	八王子IC ⇒ 高井戸IC	6時	5時～20時	約 50 分	約 20 分	約 30 分
	上り		E20 中央道	国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	16時	15時～18時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	上り				小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	15時	14時～22時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	内回り			C4 圏央道	海老名JCT付近	15km	相模原IC ⇒ 海老名JCT	7時	6時～20時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	内回り					八王子JCT付近	25km	青梅IC ⇒ 八王子JCT	10時	6時～23時	約 75 分	約 20 分
	上り			8/8 土	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	15時～21時	約 40 分	約 10 分
	上り		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	E1A 新東名	額田TN付近		10km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	10時	9時～11時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	上り				高井戸出口付近	10km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	10時	9時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	E20 中央道	国立府中IC付近		10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	19時	18時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	上り				小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	15時	14時～22時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り		E8 北陸道		美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	11時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	内回り					海老名JCT付近	10km	相模原愛川IC ⇒ 海老名JCT	9時	8時～16時	約 25 分	約 10 分
	内回り	C4 圏央道			八王子JCT付近	15km	青梅IC ⇒ 八王子JCT	6時	4時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	上り		8/9 日		E1 東名	横浜青葉IC付近	10km	綾瀬スマートIC ⇒ 横浜青葉IC	19時	17時～21時	約 30 分	約 10 分
	上り			綾瀬スマートIC付近		10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	14時	12時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り			都夫良野TN付近		10km	足柄スマートIC ⇒ 大井松田IC	18時	17時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り	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～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	上り				国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り				小仏TN付近	15km	大月IC ⇒ 八王子JCT	15時	14時～22時	約 60 分	約 15 分	約 45 分
	上り	E19 中央道		屏風山PA付近	20km	多治見IC ⇒ 恵那IC	10時	9時～13時	約 50 分	約 15 分	約 35 分	
	上り			E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	16時	8時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	内回り	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～12時	約 25 分	約 10 分
	内回り					八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分
	上り	8/10 月	E1 東名	横浜青葉IC付近	10km	綾瀬スマートIC ⇒ 横浜青葉IC	16時	12時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
	上り				綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	13時	12時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り				都夫良野TN付近	10km	足柄スマートIC ⇒ 大井松田IC	15時	14時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り		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～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	上り				国立府中IC付近	15km	八王子JCT ⇒ 稲城IC	17時	16時～22時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
	上り				小仏TN付近	20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	14時	12時～24時	約 80 分	約 15 分	約 65 分
	上り		E19 中央道	屏風山PA付近	10km	土岐IC ⇒ 恵那IC	10時	9時～13時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
	内回り			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
	内回り					八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分
	上り		8/11 火	E1 東名	横浜青葉IC付近	10km	綾瀬スマートIC ⇒ 横浜青葉IC	16時	12時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	上り				綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	13時	12時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
	上り				都夫良野TN付近	10km	足柄スマートIC ⇒ 大井松田IC	15時	14時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
上り		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	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～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分		
上り				国立府中IC付近	15km	八王子JCT ⇒ 稲城IC	16時	15時～22時	約 40 分	約 15 分	約 25 分	
上り				小仏TN付近	20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	14時	12時～24時	約 80 分	約 15 分	約 65 分	
内回り	E19 中央道	屏風山PA付近		15km	土岐JCT ⇒ 恵那IC	10時	9時～13時	約 40 分	約 15 分	約 25 分		
内回り		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					八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	7時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
上り	8/12 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～22時	約 25 分	約 10 分	約 15 分		
上り				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				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		E1A 新東名	額田TN付近	10km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	11時	10時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分		
上り				高井戸出口付近	10km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	11時	10時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
上り		E20 中央道	国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	18時	17時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分		
上り				小仏TN付近	20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	15時	14時～22時	約 80 分	約 15 分	約 65 分	
上り			E23 東名阪道(伊勢道)	亀山PASスマートIC付近	10km	芸濃IC ⇒ 亀山JCT	15時	14時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
内回り					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
内回り		C4 圏央道		八王子JCT付近	15km	青梅IC ⇒ 八王子JCT	10時	6時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分	
上り	E1A 伊勢湾岸道		湾岸弥富IC付近	10km	みえ朝日IC ⇒ 湾岸弥富IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分		
上り		8/13 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				都夫良野TN付近	15km	御殿場JCT ⇒ 大井松田IC	16時	15時～22時	約 40 分	約 15 分	約 25 分	
上り				岡崎IC付近	10km	豊田上郷スマートIC ⇒ 岡崎IC	13時	12時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
上り	E1A 新東名		額田TN付近	10km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	11時	10時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 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	8/13 木	E20 中央道	高井戸出口付近	10km	国立府中IC ⇒ 高井戸IC	11時	10時～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	18時	17時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			小仏TN付近	20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	15時	14時～22時	約 80 分	約 15 分	約 65 分	
		E23 東名阪道(伊勢道)	亀山PAスマートIC付近	10km	芸濃IC ⇒ 亀山JCT	15時	14時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			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～14時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
				八王子JCT付近	15km	青梅IC ⇒ 八王子JCT	9時	4時～14時	約 45 分	約 15 分	約 30 分
	8/14 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	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			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
				都夫良野TN付近	15km	御殿場JCT ⇒ 大井松田IC	17時	15時～24時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
		岡崎IC付近		10km	豊田上郷スマートIC ⇒ 岡崎IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
		E1A 新東名	額田TN付近	10km	豊田東JCT ⇒ 新城IC	11時	10時～15時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			E20 中央道	国立府中IC付近	10km	八王子IC ⇒ 稲城IC	17時	16時～21時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		小仏TN付近		25km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	13時～24時	約 100 分	約 20 分	約 80 分	
		E19 長野道	みどり湖PA付近	10km	松本IC ⇒ 岡谷IC	15時	14時～19時	約 30 分	約 10 分	約 20 分	
			E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	16時	8時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
		E23 東名阪道	長島IC付近	10km	四日市JCT ⇒ 長島IC	18時	17時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
			E23 東名阪道(伊勢道)	亀山PAスマートIC付近	10km	芸濃IC ⇒ 亀山JCT	15時	14時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		C4 圏央道		八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	8時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			E1A 伊勢湾岸道	名古屋南JCT付近	10km	飛島IC ⇒ 名古屋南IC	17時	16時～23時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
		湾岸弥富IC付近		10km	みえ朝日IC ⇒ 湾岸弥富IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分	
		8/15 土	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
				都夫良野TN付近	15km	御殿場JCT ⇒ 大井松田IC	17時	15時～22時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
				国立府中IC付近	15km	八王子JCT ⇒ 稲城IC	17時	16時～21時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
			E20 中央道	小仏TN付近	30km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	13時～24時	約 120 分	約 25 分	約 95 分
	E19 長野道			みどり湖PA付近	10km	松本IC ⇒ 岡谷IC	15時	14時～19時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
			E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	10時	7時～22時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	E23 東名阪道			長島IC付近	15km	四日市IC ⇒ 長島IC	17時	16時～20時	約 40 分	約 15 分	約 25 分
			C4 圏央道	八王子JCT付近	10km	日の出IC ⇒ 八王子JCT	9時	6時～14時	約 30 分	約 10 分	約 20 分
	E1A 伊勢湾岸道			湾岸弥富IC付近	10km	みえ朝日IC ⇒ 湾岸弥富IC	17時	16時～20時	約 25 分	約 10 分	約 15 分
			8/16 日	E1 東名	綾瀬スマートIC付近	10km	伊勢原JCT ⇒ 横浜町田IC	15時	13時～21時	約 25 分	約 10 分
	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
	国立府中IC付近				20km	八王子JCT ⇒ 稲城IC	17時	16時～20時	約 50 分	約 15 分	約 35 分
	E20 中央道	小仏TN付近		20km	大月IC ⇒ 八王子JCT	13時	12時～22時	約 80 分	約 15 分	約 65 分	
		E8 北陸道		美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	11時	8時～21時	約 30 分	約 10 分	約 20 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。