

渋滞予測ガイド

令和4年

12月28日(水)



令和5年

1月4日(水)

もっと安全に、もっとスムーズに



渋滞予測情報掲載エリア

Contents

本州・四国エリア

12月28日水	上下線	07
29日木	上下線	09
30日金	上下線	11
31日土	上下線	13
1月1日日	上下線	15
2日月	上り線 下り線	17 19
3日火	上り線 下り線	21 23
4日水	上下線	25

北海道エリア

12月28日水～

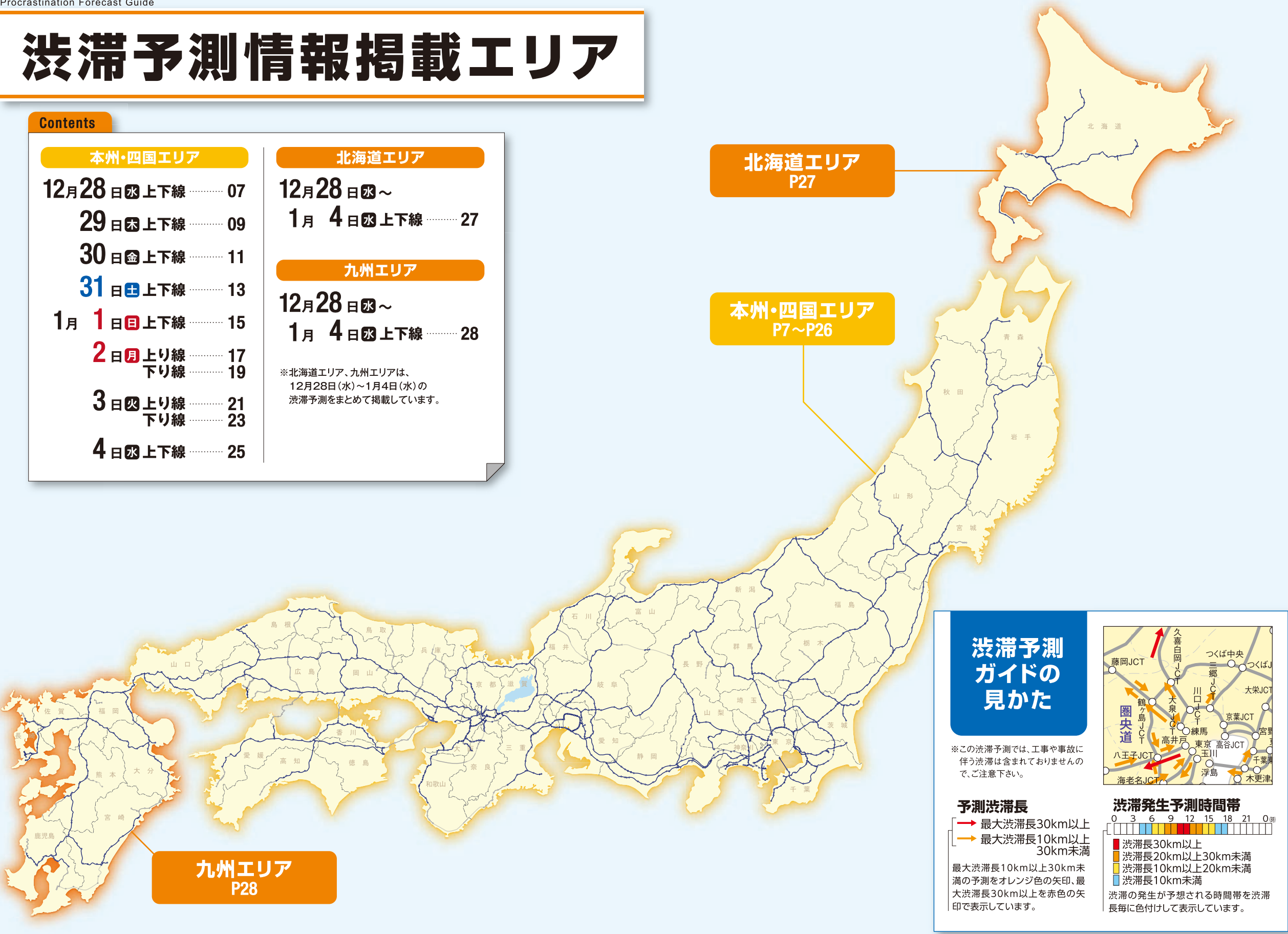
1月4日水上下線……………27

九州エリア

12月28日水～

1月4日水上下線……………28

※北海道エリア、九州エリアは、
12月28日(水)～1月4日(水)の
渋滞予測をまとめて掲載しています。



渋滞予測 ガイドの 見かた

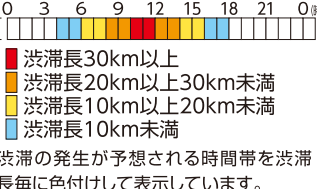
※この渋滞予測では、工事や事故に伴う渋滞は含まれておりませんので、ご注意下さい。

予測渋滞長

- 最大渋滞長30km以上
- 最大渋滞長10km以上30km未満

最大渋滞長10km以上30km未満の予測をオレンジ色の矢印、最大渋滞長30km以上を赤色の矢印で表示しています。

渋滞発生予測時間帯



渋滞の発生が予想される時間帯を渋滞長毎に色付けて表示しています。

12月28日水曜日	上り	下り
12月29日木曜日	上り	下り
12月30日金曜日	上り	下り
12月31日土曜日	上り	下り
1月1日日曜日	上り	下り
1月2日月曜日	上り	下り
1月2日月曜日	上り	下り
1月3日火曜日	上り	下り
1月3日火曜日	上り	下り
1月4日水曜日	上り	下り
12月28日水曜日	上り	下り

全国における渋滞予測

下り方面

(ピーク時10km以上の渋滞が予測されている区間を対象)

予測される渋滞の長さ

渋滞長30km以上

渋滞長20km以上30km未満

渋滞長10km以上20km未満

渋滞長10km未満

※区間内の渋滞予測を結合したデータを表示しています。

全国における渋滞予測情報を提供しています。

渋滞予測の出ていない道路、日時をうまく選択すれば、渋滞を避けることができます。

最新の予測情報は、各道路会社のWebサイトをご覧ください。

会社	道 路 名	末 尾	先 頭	休日割引適用なし																			休日割引適用なし																			休日割引適用なし																			休日割引適用なし																			休日割引適用なし																			休日割引適用なし																																																								
				12月28日(水)																			12月29日(木)																			12月30日(金)																			12月31日(土)																			1月1日(日)																			1月2日(月)																			1月3日(火)																			1月4日(水)																		
NEXCO 東日本	東北道	岩槻IC	館林IC																																																																																																																																																								
	関越道	所沢IC	東松山IC																																																																																																																																																								
		藤岡JCT	渋川伊香保IC																																																																																																																																																								
	東京外環道	大泉JCT	草加IC																																																																																																																																																								
	京葉道	京葉市川IC	貝塚IC																																																																																																																																																								
	東京湾アクアライン	川崎浮島JCT	木更津金田IC																																																																																																																																																								
	圏央道	八王子JCT	日の出IC																																																																																																																																																								
NEXCO 中日本	中央道	高井戸IC	八王子IC																																																																																																																																																								
	東名	東京IC	秦野中井IC																																																																																																																																																								
		大井松田IC	御殿場IC																																																																																																																																																								
		音羽蒲郡IC	東名三好IC																																																																																																																																																								
	名神	小牧IC	一宮JCT																																																																																																																																																								
NEXCO 西日本	名神	蒲生スマートIC	栗東湖南IC																																																																																																																																																								
		栗東IC	京都南IC																																																																																																																																																								
	名神・新名神	信楽IC																																																																																																																																																									
NEXCO 中日本	伊勢湾岸道	豊明IC	湾岸長島IC																																																																																																																																																								
	東名阪道・名二環	清洲西IC	弥富IC																																																																																																																																																								
	東名阪道	四日市東IC	亀山IC																																																																																																																																																								
NEXCO 西日本	新名神	甲賀土山IC	信楽IC																																																																																																																																																								
	京滋バイパス	瀬田東JCT	巨摩IC																																																																																																																																																								
	中国道	中国豊中IC	西宮山口JCT																																																																																																																																																								
	山陽道	加古川北IC	山陽姫路西IC																																																																																																																																																								
		山陽IC	岡山IC																																																																																																																																																								
		西条IC	広島東IC																																																																																																																																																								

2022年

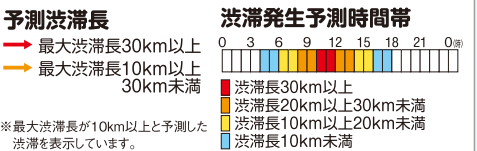
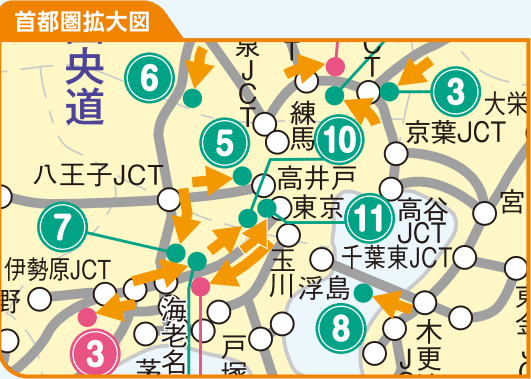
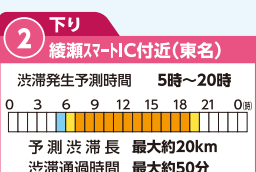
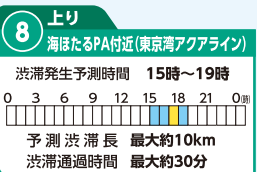
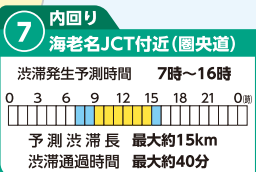
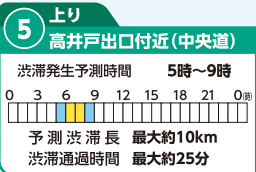
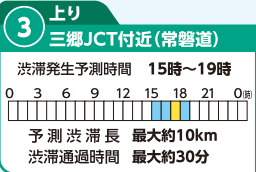
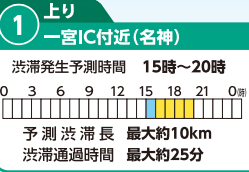
December.28
Wednesday
12月28日 水

上り

下り

上り線はやや混雑します。
下り線は比較的すいています。

お出かけ前に車の点検と
冬装備の準備をお忘れなく。



2022年

December.29
Thursday

上り

下り

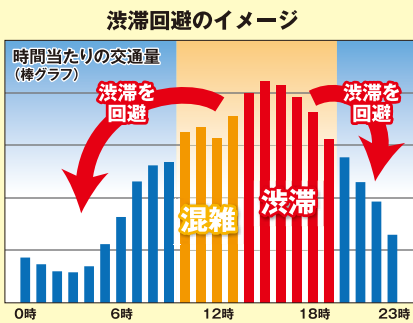
下り線はやや混雑します。
上り線は比較的すいています。

お出かけ前に  で交通情報をご確認ください。

👉 ドライブアドバイザーからのアドバイス

渋滞回避方法をご紹介します！

**通過する時間帯をずらすことで
渋滞を避けたご利用を!**



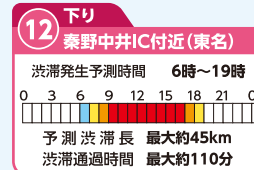
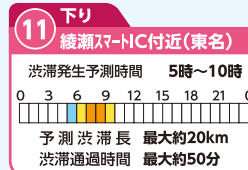
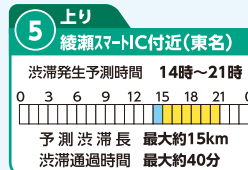
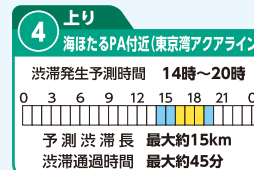
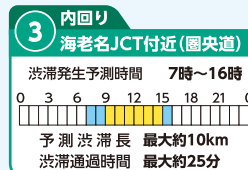
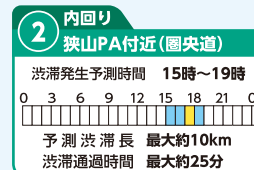
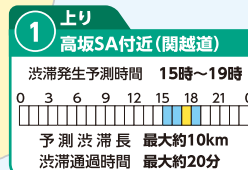
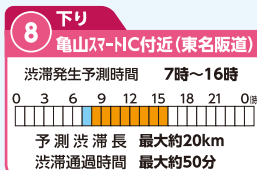
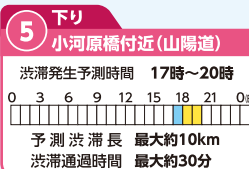
詳しくは、29～32ページにご紹介しています。

速度低下にご注意、渋滞緩和にご協力を!

- 上り坂やトンネル入口では、知らず知らずのうちに速度低下。
後続車が次々とブレーキを踏むことで、渋滞が発生しますので、
速度低下にご注意ください。



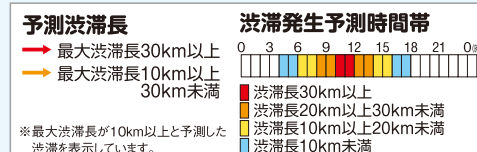
- 渋滞の先頭付近では**車線キープ**や**速度回復**のお願いを表示しています。**渋滞の緩和にご協力**をお願いします。



中日本
iHighway は
とっても便利!



まままるさん



2022年

December.30
Friday
12月30日 金

上り

下り

下り線はやや混雑します。
上り線は比較的すいています。

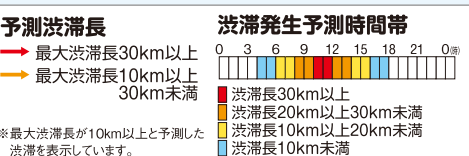
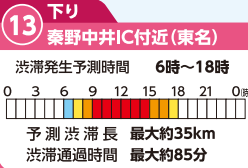
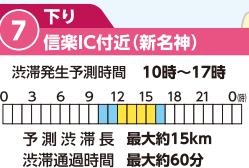
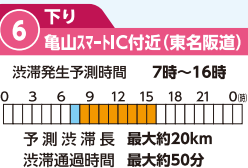
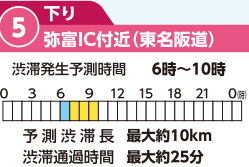
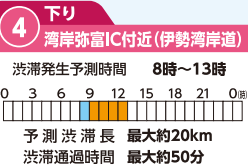
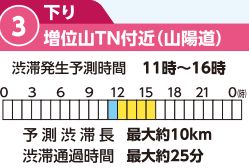
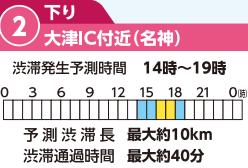
お出かけ前に冬装備や天気予報を確認し、ドライブ計画を！



車間距離が十分でないと、前の車が急ブレーキをかけた場合に追突事故につながる危険性があります。「あおり運転」は重大な交通事故につながる悪質な行為です。道路交通法違反のほか、危険運転致死傷罪（妨害目的運転）や刑法の暴行罪に該当することがあります。

「あおり運転」にあったら
安全な場所から110番通報

後続の車からおそれたり危険走行を目撃したりした場合は、サービスエリアなどの安全な場所に避難し、ためらうことなく110番通報しましょう。



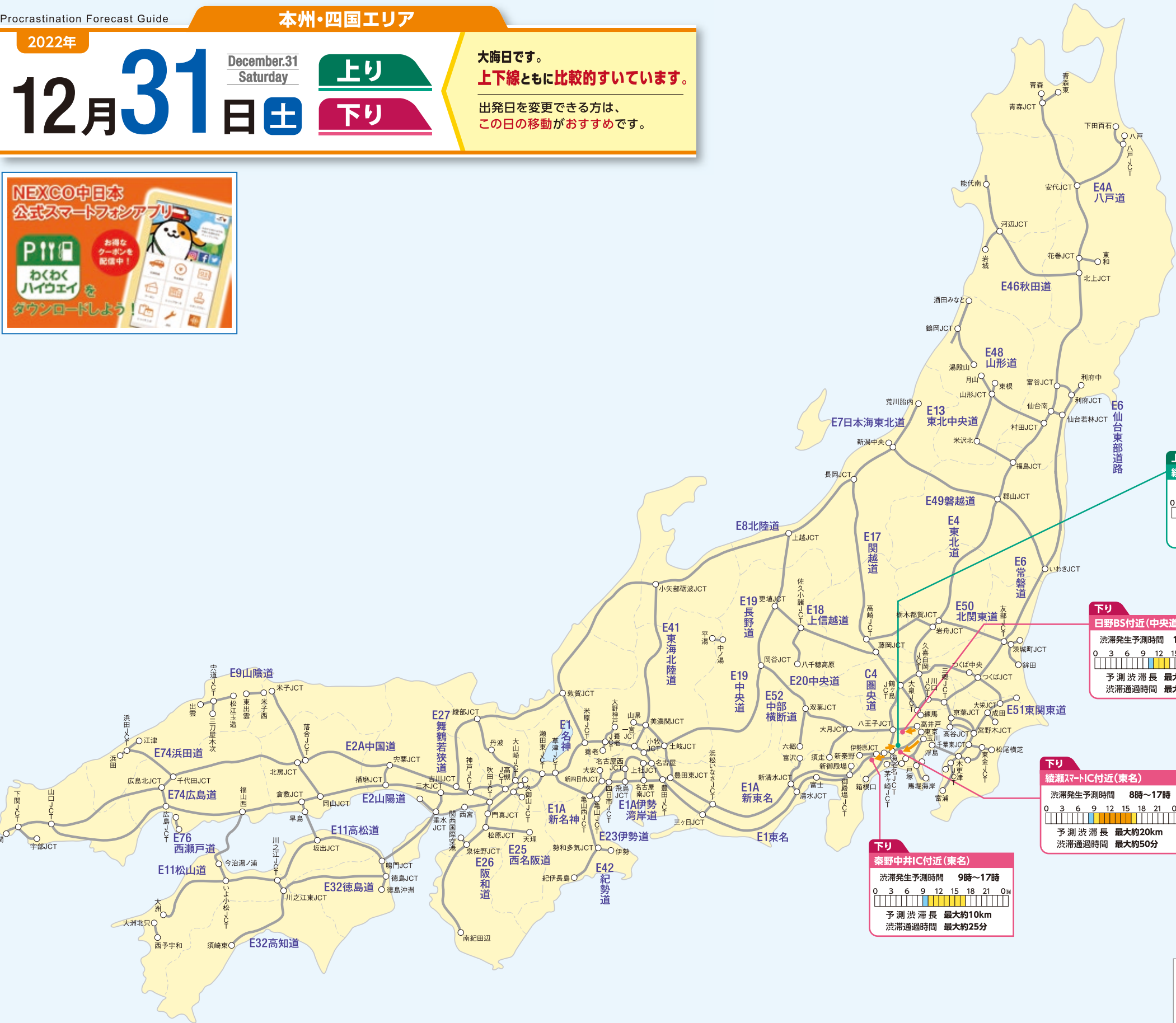
NEXCO中日本
公式スマートフォンアプリ

Pi

わくわく
ハイウェイ

を
ダウンロードしよう！

お得な
クーポンを
配信中！



一年間、安全運転
ありがとう

ぷちまるくん

上り
綾瀬スマートIC付近(東名)

渋滞発生予測時間 14時~20時

0 3 6 9 12 15 18 21 0分

予測渋滞長 最大約10km

渋滞通過時間 最大約25分

下り
日野BS付近(中央道)

渋滞発生予測時間 10時~14時

0 3 6 9 12 15 18 21 0分

予測渋滞長 最大約10km

渋滞通過時間 最大約30分

下り
綾瀬スマートIC付近(東名)

渋滞発生予測時間 8時~17時

0 3 6 9 12 15 18 21 0分

予測渋滞長 最大約20km

渋滞通過時間 最大約50分

下り
秦野中井IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 9時~17時

0 3 6 9 12 15 18 21 0分

予測渋滞長 最大約10km

渋滞通過時間 最大約25分

予測渋滞長

→ 最大渋滞長30km以上

→ 最大渋滞長10km以上
30km未満

※最大渋滞長が10km以上と予測した
渋滞を表示しています。

渋滞発生予測時間帯

0 3 6 9 12 15 18 21 0分

渋滞長30km以上

渋滞長20km以上30km未満

渋滞長10km以上20km未満

渋滞長10km未満

2023年

1月1日

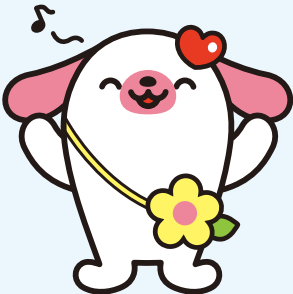
January.1
Sunday

上り

下り

明けましておめでとうございます！
上下線ともに
明日から大変混雑します。
渋滞予測ガイドを活用し、
年始からのドライブ計画を！

あけまして
おめでとうございます
今年も安全運転
よろしくね！



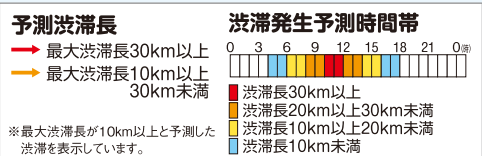
えりあちゃん



アイドリング STOP!
 unnecessaryアイドリングは、CO₂を排出し地球温暖化の原因となるほか、燃料の無駄遣いや騒音のもとになります。サービスエリアやパーキングエリアでの休憩時にはエンジンを切りましょう。多くの自治体でアイドリングストップ運動を実施しています。



1 上り 高坂SA付近(関越道) 渋滞発生予測時間 15時～20時 予測渋滞長 最大約15km 渋滞通過時間 最大約30分	2 上り 小仏TN付近(中央道) 渋滞発生予測時間 13時～21時 予測渋滞長 最大約15km 渋滞通過時間 最大約60分
3 上り 高井戸出口付近(中央道) 渋滞発生予測時間 10時～14時 予測渋滞長 最大約10km 渋滞通過時間 最大約25分	4 上り 都夫良野TN付近(東名) 渋滞発生予測時間 14時～21時 予測渋滞長 最大約10km 渋滞通過時間 最大約25分
5 上り 綾瀬MA-IC付近(東名) 渋滞発生予測時間 13時～23時 予測渋滞長 最大約20km 渋滞通過時間 最大約50分	1 下り 綾瀬MA-IC付近(東名) 渋滞発生予測時間 9時～18時 予測渋滞長 最大約10km 渋滞通過時間 最大約25分



2023年

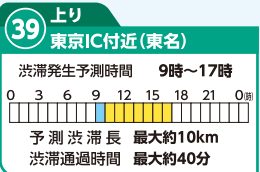
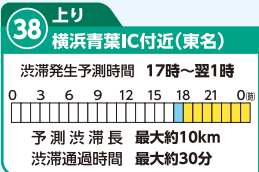
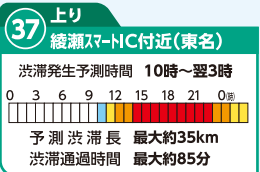
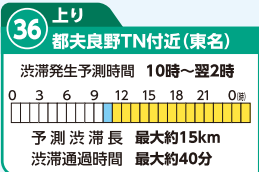
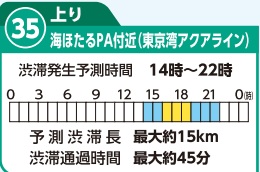
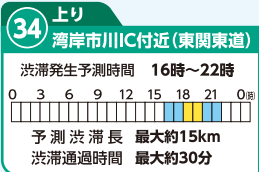
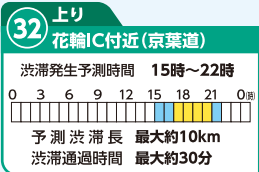
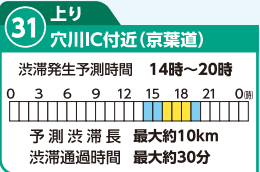
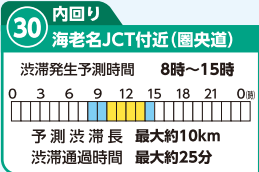
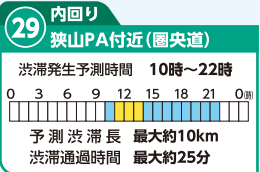
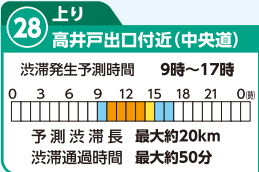
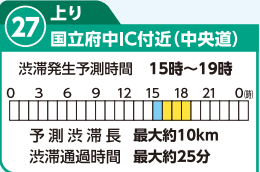
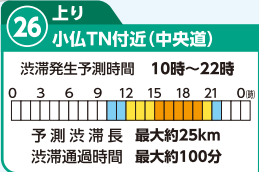
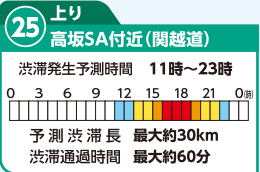
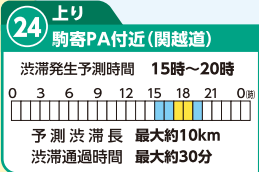
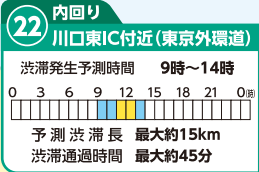
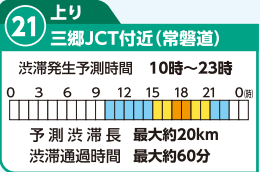
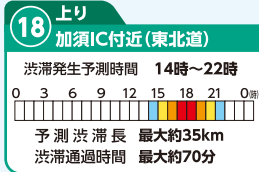
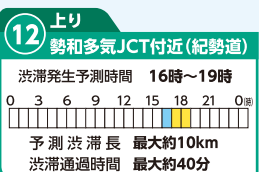
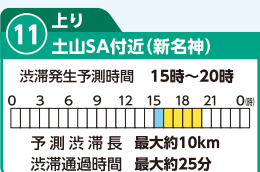
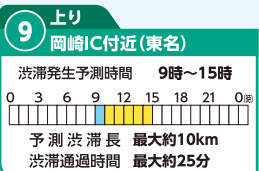
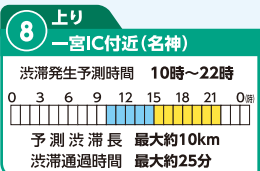
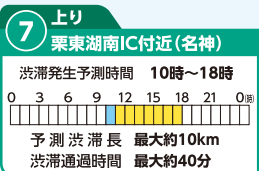
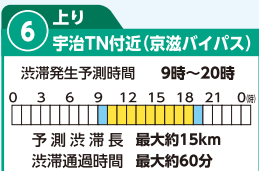
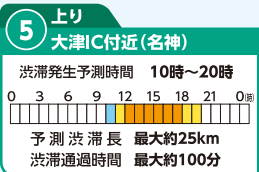
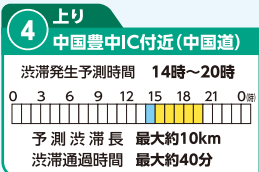
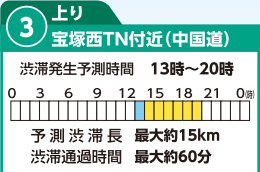
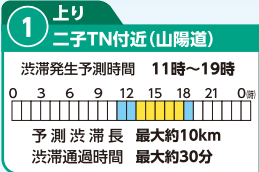
1月2日

January.2
Monday

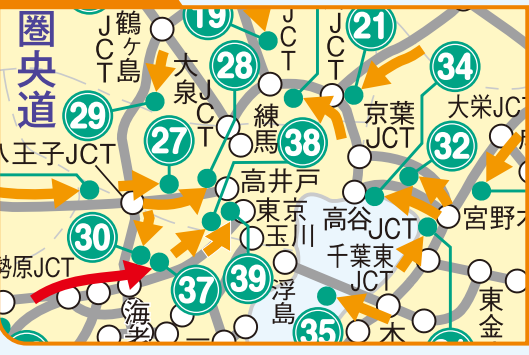
上り

上り線は混雑のピークを迎えますが、
すいている時間帯もあります。

渋滞予測ガイドを活用して、
混雑を避けたご利用をお願いします。



首都圏拡大図



2023年

1月2日

January.2
Monday

日月

下り

下り線は混雑をします。

出発時間をずらすなど、
分散利用にご協力をお願いします。

ドライブアドバイザーからのアドバイス

キープレフトにご協力を！

渋滞は追越車線から発生することが多い！

渋滞発生の基本的なメカニズムを知って賢く走ろう。

渋滞発生の基本的なメカニズム

1 走行車線を走行中の車が、前の遅い車避けて車線を変更

2 追越車線では、車線変更してきた車に気付き、ブレーキ

3 ブレーキが後続車に伝播し、次々にブレーキを踏み、渋滞が発生

- ✓ 渋滞時は走行車線キープにご協力を！
- ✓ 追越車線を走行し続けることは道路交通法の通行帯違反になります。
- ✓ 走行車線の車を追い越したら速やかに走行車線に戻るようご協力！

1 下り 豊田JCT付近(東名)

渋滞発生予測時間 9時～13時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

2 下り 菩提寺PA付近(名神)

渋滞発生予測時間 16時～20時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

3 下り 旧山科BS付近(名神)

渋滞発生予測時間 14時～21時

予測渋滞長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約100分

4 下り 巨摩IC付近(京滋バイパス)

渋滞発生予測時間 15時～19時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

旧山科BS付近(名神(新名神))

渋滞発生予測時間 14時～21時

予測渋滞長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約100分

5 下り 宝塚東TN付近(中国道)

渋滞発生予測時間 10時～14時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

6 下り 湾岸長島IC付近(伊勢湾岸道)

渋滞発生予測時間 8時～19時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

7 下り 羽生PA付近(東北道)

渋滞発生予測時間 8時～14時

予測渋滞長 最大約25km
渋滞通過時間 最大約50分

8 下り 高坂SA付近(関越道)

渋滞発生予測時間 10時～14時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

9 下り 府中BS付近(中央道)

渋滞発生予測時間 10時～14時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

10 外回り 日の出IC付近(圏央道)

渋滞発生予測時間 10時～18時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

11 外回り 川口東IC付近(東京外環道)

渋滞発生予測時間 9時～19時

予測渋滞長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分

12 下り 貝塚IC付近(京葉道)

渋滞発生予測時間 9時～15時

予測渋滞長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分

13 下り 木更津金田IC付近(東京湾アクアライン)

渋滞発生予測時間 7時～17時

予測渋滞長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分

14 下り 綾瀬MAIC付近(東名)

渋滞発生予測時間 7時～18時

予測渋滞長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約50分

15 下り 秦野中井IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 9時～18時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

16 下り 御殿場IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 8時～18時

予測渋滞長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分



予測渋滞長

→ 最大渋滞長30km以上

→ 最大渋滞長10km以上30km未満

渋滞発生予測時間帯

■ 渋滞長30km以上

■ 渋滞長20km以上30km未満

■ 渋滞長10km以上20km未満

■ 渋滞長10km未満

※最大渋滞長が10km以上と予測した渋滞を表示しています。

2023年

1月3日 火

January.3
Tuesday

上り

上り線は大変混雑しますが、
早朝は比較的すいています。

出発時間をずらすなど、
分散利用にご協力をお願いします。

1 上り
篠坂PA付近(山陽道)

渋滞発生予測時間 14時～18時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

2 上り
二子TN付近(山陽道)

渋滞発生予測時間 12時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

3 上り
高山TN付近(山陽道)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

4 上り
宝塚西TN付近(中国道)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約60分

5 上り
中国豊中IC付近(中国道)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

6 上り
大津IC付近(名神)

渋滞発生予測時間 10時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約60分

7 上り
宇治TN付近(京滋バイパス)

渋滞発生予測時間 10時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

宝塚西TN付近(中国道(山陽道))

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約60分

8 上り
一宮IC付近(名神)

渋滞発生予測時間 10時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

9 上り
岡崎IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 9時～15時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

宇治TN付近(京滋バイパス(第二京版))

渋滞発生予測時間 10時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

10 上り
子午線付近(第二神明道)

渋滞発生予測時間 9時～11時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

11 上り
土山SA付近(新名神)

渋滞発生予測時間 15時～22時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

12 上り
勢和多気JCT付近(紀勢道)

渋滞発生予測時間 16時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約40分

13 上り
亀山JCT-IC付近(東名阪道(伊勢道))

渋滞発生予測時間 15時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約50分

14 上り
湾岸弥富IC付近(伊勢湾岸道)

渋滞発生予測時間 16時～22時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

15 上り
川井谷TN付近(神戸淡路鳴門道)

渋滞発生予測時間 12時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

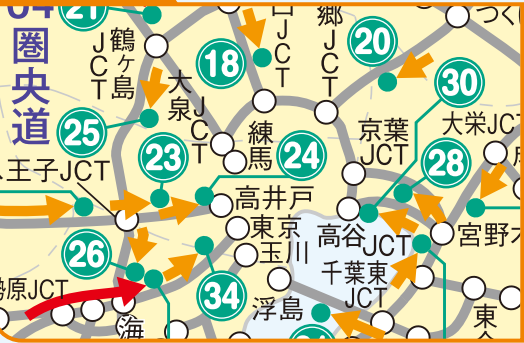
16 上り
瀬川橋付近(神戸淡路鳴門道)

渋滞発生予測時間 12時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分



首都圏拡大図



17 上り
加須IC付近(東北道)

渋滞発生予測時間 14時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約30km
渋滞通過時間 最大約60分

18 上り
岩槻IC付近(東北道)

渋滞発生予測時間 16時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

19 上り
千代田石岡IC付近(常磐道)

渋滞発生予測時間 15時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

20 上り
柏IC付近(常磐道)

渋滞発生予測時間 14時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

21 上り
高坂SA付近(関越道)

渋滞発生予測時間 13時～22時

予 測 渋 滞 長 最大約30km
渋滞通過時間 最大約60分

22 上り
小仏TN付近(中央道)

渋滞発生予測時間 9時～22時

予 測 渋 滞 長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約80分

23 上り
国立府中IC付近(中央道)

渋滞発生予測時間 16時～19時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

24 上り
高井戸出口付近(中央道)

渋滞発生予測時間 10時～14時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

25 内回り
狭山PA付近(圏央道)

渋滞発生予測時間 15時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

26 内回り
海老名JCT付近(圏央道)

渋滞発生予測時間 8時～15時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

27 上り
六川IC付近(京葉道)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

28 上り
花輪IC付近(京葉道)

渋滞発生予測時間 15時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

29 上り
四街道IC付近(東関東道)

渋滞発生予測時間 15時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

30 上り
湾岸市川IC付近(東関東道)

渋滞発生予測時間 15時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

31 上り
海ほたるPA付近(東京湾アクアライン)

渋滞発生予測時間 14時～22時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分

32 上り
都立夫野TN付近(東名)

渋滞発生予測時間 前日10時～2時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約40分

33 上り
綾瀬JCT-IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 前日10時～3時
9時～23時

予 測 渋 滞 長 最大約55km
渋滞通過時間 最大約135分

34 上り
横浜青葉IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 前日17時～1時
17時～23時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

予測渋滞長
→ 最大渋滞長30km以上
→ 最大渋滞長10km以上
30km未満

渋滞発生予測時間帯
0 3 6 9 12 15 18 21 0時

■ 渋滞長30km以上
■ 渋滞長20km以上30km未満
■ 渋滞長10km以上20km未満
■ 渋滞長10km未満

※最大渋滞長が10km以上と予測した渋滞を表示しています。

2023年

1月3日

January.3
Tuesday

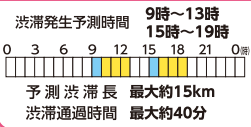
日火

下り

下り線は比較的すいています。

お出かけ前に Highway で交通情報をご確認ください。

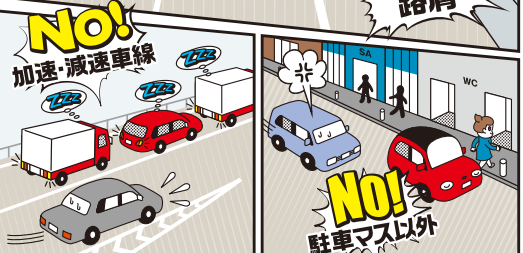
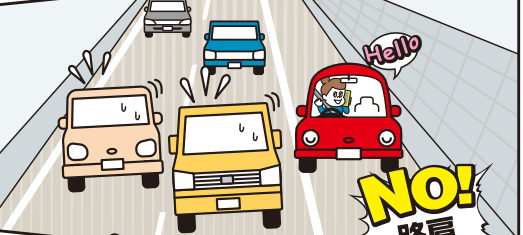
1 下り 豊田JCT付近(東名)



2 下り 旧山科BS付近(名神)



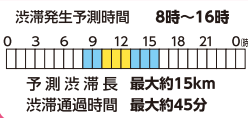
3 下り 湾岸長島IC付近(伊勢湾岸道)



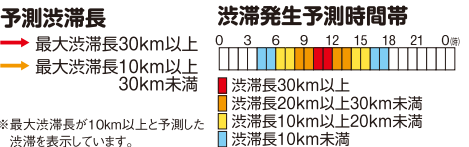
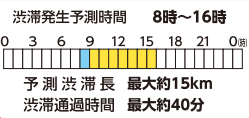
高速道路の路肩や、サービスエリアなどの加速車線・減速車線は道路交通法により駐車禁止です！ 追突されるおそれがあり、大変危険です。サービスエリアやパーキングエリアの駐車マスでの休憩をお願いします。



4 下り 木更津金田IC付近(東京湾アクアライン)



5 下り 綾瀬JCT付近(東名)



2023年

1月4日

January.4
Wednesday

日水

上り

下り

上下線とも比較的すいています。
移動は、この日がおすすめ！

お出かけ前に車の点検と、
渋滞予測ガイドの活用を！

1 上り
土山SA付近(新名神)

渋滞発生予測時間 15時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

2 上り
亀山SA・IC付近(東名阪道(伊勢道))

渋滞発生予測時間 15時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

3 上り
湾岸弥富IC付近(伊勢湾岸道)

渋滞発生予測時間 16時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

4 上り
高坂SA付近(関越道)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約20分

5 上り
海ほたるPA付近(東京湾アクアライン)

渋滞発生予測時間 14時～20時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約45分

6 上り
都夫良野TN付近(東名)

渋滞発生予測時間 15時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約25分

7 上り
綾瀬SA・IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 14時～21時

予 測 渋 滞 長 最大約20km
渋滞通過時間 最大約50分

8 上り
横浜青葉IC付近(東名)

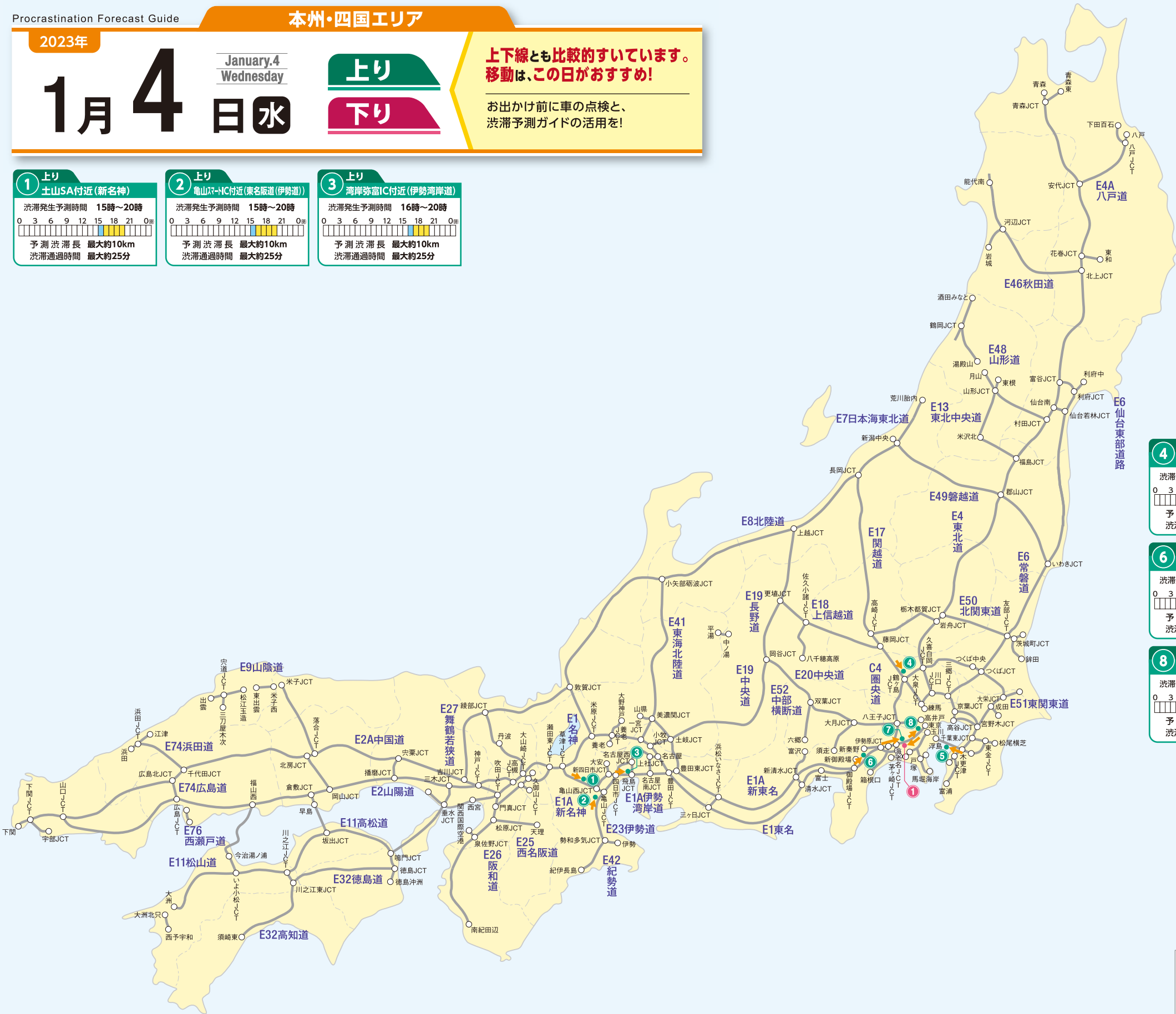
渋滞発生予測時間 6時～9時

予 測 渋 滞 長 最大約10km
渋滞通過時間 最大約30分

1 下り
綾瀬SA・IC付近(東名)

渋滞発生予測時間 9時～15時

予 測 渋 滞 長 最大約15km
渋滞通過時間 最大約40分



予測渋滞長

→ 最大渋滞長30km以上
→ 最大渋滞長10km以上30km未満

渋滞発生予測時間帯

0 3 6 9 12 15 18 21 0時

■ 渋滞長30km以上
■ 渋滞長20km以上30km未満
■ 渋滞長10km以上20km未満
■ 渋滞長10km未満

※最大渋滞長が10km以上と予測した渋滞を表示しています。

2022年

2023年

December.28
Wednesday

January.4
Wednesday

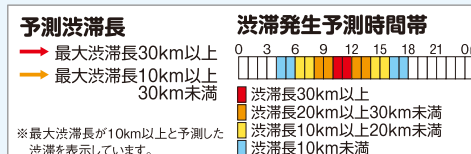
12月28日 水 ~ 1月4日 水

上り

下り



この期間の混雑は予測されていません



2022年

2023年

December.28
Wednesday

January.4
Wednesday

12月28日 水 ~ 1月4日 水

上り

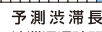
下り



1 上り
 広川IC付近(九州道)

1月2日(月)

渋滞発生予測時間 **11時～20時**

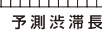


予測渋滞長 **最大約20km**
 渋滞通過時間 **最大約60分**

2 上り
古賀SA付近(九州道)

1月2日(月)

渋滞発生予測時間 **13時～21時**



予 測 渋 滞 長 **最大約15km**

渋滞通過時間 **最大約45分**

Detailed description: This figure is a traffic congestion forecast for the 2nd route (uphill) near the Kuga Service Area on the Kyushu Expressway. It shows a forecast for Monday, January 2nd, with congestion predicted between 13:00 and 21:00. A horizontal bar chart indicates the predicted congestion length, with a maximum of approximately 15 km, and the time to pass through the congestion, with a maximum of approximately 45 minutes. The bar chart has a scale from 0 to 21 km, with the congestion length represented by a blue bar from 13 to 21 km.

3 上り
若宮IC付近(九州道)

1月3日(火)

渋滞発生予測時間 **16時~20時**

0 3 6 9 12 15 18 21 0(時)

予 測 渋 滞 長 **最大約20km**

渋滞通過時間 **最大約60分**

北海道・九州
12・28水
~1・4水
上り
下り



快適にご利用いただくために



渋滞の回避をお願いします!!

渋滞はどうすれば避けられるの? **ズバリ! ご利用日時のご検討を!**

STEP.1 お出かけする日を変える

- お出かけする日を変えることができる場合は、お出かけ予定の前後日の予測をチェック! 1日違うだけで比較的空いている場合があります。

でも、予定が決まってお出かけ日は変えられない... そんな時はどうしたらいいの?



STEP.2 出発する時間を変える

- ご利用するルートでの渋滞する時間を調べてみましょう。お出かけ日が決まっても、空いている時間帯があります。渋滞を避けることができる時間に出発して、お出かけを快適に!

高速道路ドライブアドバイザーの動画で地域ごとの渋滞回避ポイントがわかる! 詳しくは [渋滞予測・お出かけ](#) [検索](#)



具体的な渋滞回避の方法をご紹介します。

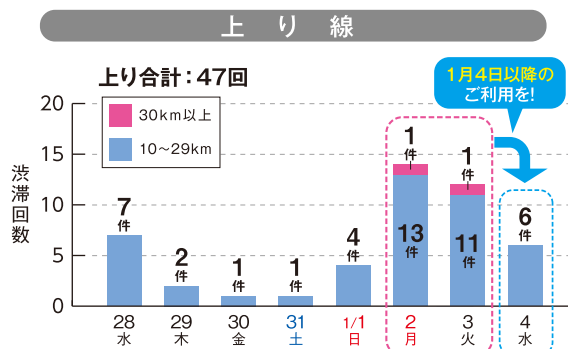
どの日に出かけても渋滞は同じ?

■日によって予測される渋滞の回数や渋滞の長さは違います。

お出かけ前に

- ピーク時10km以上の渋滞予測回数は、日によって多い日や少ない日があります。
 - ご旅行計画を立てるときに渋滞予測をチェックして**お出かけ日**を検討しましょう。
 - ご利用ルートにより、**比較的**空いている日**がある**場合があります。
- 渋滞予測ガイドで、**日別の渋滞予測**をチェックして、ご利用日の検討にご活用ください!

NEXCO中日本管内の10km以上の渋滞予測回数



上り線は、

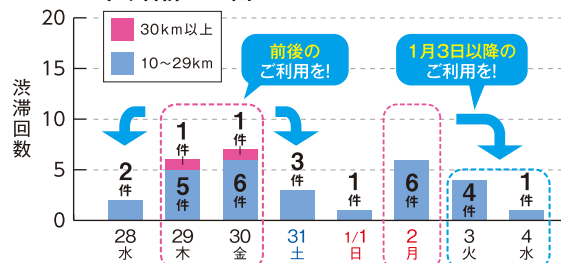
1月2日(月)・3日(火)に渋滞が多発します。

渋滞の比較的少ない日・時間帯をご検討ください!

NEXCO中日本管内の10km以上の渋滞予測回数

下り線

下り合計: 30回



下り線は、

12月29日(木)・30日(金) 1月2日(月)に渋滞が多発します。

渋滞の比較的少ない日・時間帯をご検討ください!

年末年始期間の12月31日(土)~1月3日(火)は「休日割引」が適用されません!

12/28	12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4
水	木	金	土	日	月・祝	火	水
×	×	×	×	×	×	×	×

出発時間は何時?

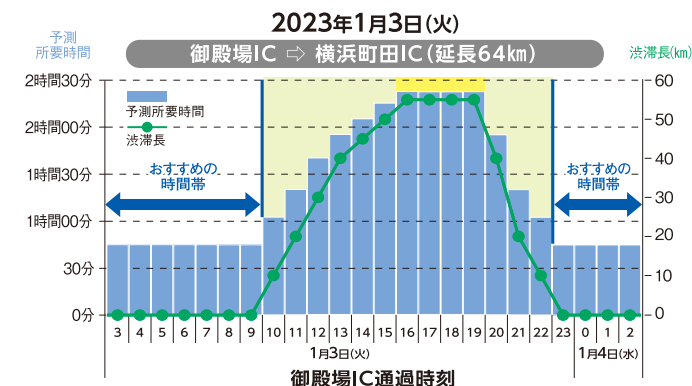
■利用時間をずらすことで渋滞を避けましょう。

特に長い渋滞予測で事例をご紹介します

場所によって、渋滞する時間は違います!

1月3日(火) E1東名高速道路(上り線) 綾瀬スマートIC付近を先頭とする渋滞(最大55km)

- 御殿場IC → 横浜町田IC区間を走行する場合、**渋滞のピークは16時~20時**で、渋滞がない場合に比べ**約3倍(約2時間25分)の所要時間**を見込んでいます。
- 御殿場ICを**10時以前または23時以降に通過**する場合の所要時間は約45分程度と予測しており、これらの時間帯の利用をおすすめします。



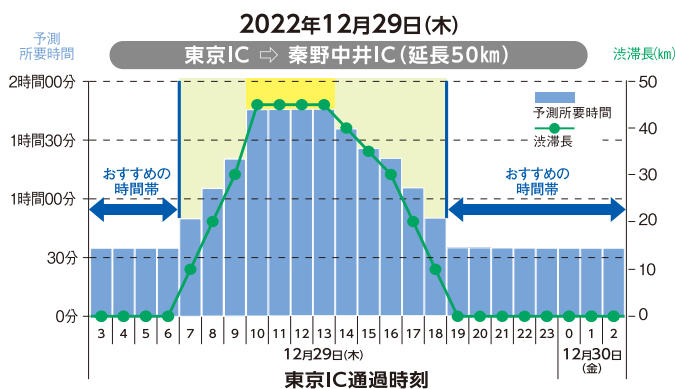


快適にご利用いただくために



12月29日(木) E1東名高速道路(下り線)秦野中井IC付近を先頭とする渋滞(最大45km)

- 東京IC⇒秦野中井IC間を走行する場合、渋滞のピークは10時～14時で、渋滞がない場合に比べ約3倍(約1時間45分)の所要時間を見込んでいます。
- 東京ICを5時以前または19時以降に通過する場合の所要時間は約30分程度と予測しており、これらの時間帯の利用をおすすめします。



渋滞を避けるには!

■便利に渋滞予測をチェックして、渋滞を避けたご旅行計画を。

高速道路の料金・ルート検索は

WEB **ドライブコンパス**

ドライブコンパス

検索

- POINT
- 高速道路の料金やルートを検索!
ETC割引料金の検索や複数のルートの比較ができます
 - 渋滞を加味した所要時間を確認!
指定した日時、ルートの「渋滞予測を加味した予測所要時間」が確認できます

この冊子も活用できるね!



最新の高速道路の交通情報は

WEB **アイハイウェイ中日本**

中日本
アイハイウェイ
Highway

- POINT
- 交通状況マップを確認!
通行止・渋滞などの最新情報をマップや文字で確認できます(5分更新)
 - 渋滞予測情報をチェック!
3カ月先までの渋滞予測を確認できます
 - マイルルート機能!
よく利用するルートを登録しておく、通行止やその解除をメールでお知らせします
 - 道路状況を確認
NEXCO中日本エリアの道路状況をライブカメラで確認できます

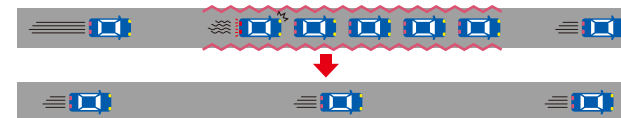
渋滞予測は、過去の年末年始、ゴールデンウィークやお盆などの交通混雑期等の交通状況を踏まえて予想したものです。事故や天候などの影響により実際の渋滞状況が予測と異なる場合もございますので、出発前に最新の交通情報をご確認ください。

渋滞緩和のため、ドライバーの皆さまへお願いします!!

走り方を気をつけると渋滞が少なくなる?

①車間距離をとりましょう

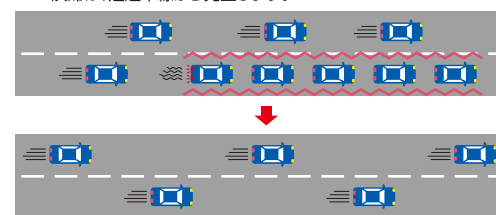
走行中は余計なブレーキを踏まないように十分な車間距離の確保を!



②車線変更を控えましょう

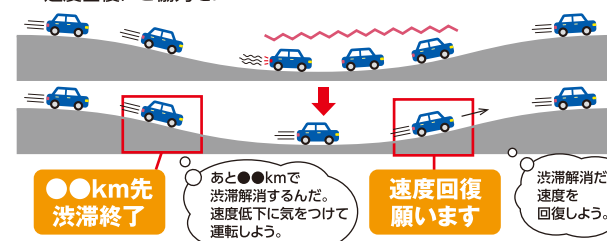
渋滞中の必要以上の車線変更は、更なる渋滞の悪化を招きます!

※渋滞は、追越車線から発生します。



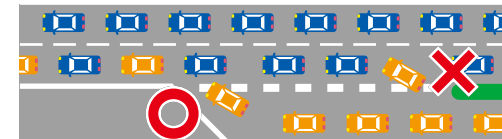
③上り坂でも同じ速度で走りましょう

速度低下にご注意を!速度回復の表示を見たら、速度回復にご協力を!



④合流方法を注意しましょう

インターチェンジや休憩施設から本線に合流する箇所では、車線が減少するため渋滞が発生しやすくなります。さらに合流する箇所がたくさんあると流れが悪くなります。合流時は、お客さまが一台ずつ交互に合流する「ファスナー合流」にご協力を!



⑤ACCは走行車線で使いましょう

渋滞時は「車間・短め(Sモード)」設定で速やかに追従を! ※ACCの詳細は下記HPをご参照ください

【国土技術政策総合研究所】 <http://www.nilim.go.jp/lab/qcg/japanese/2research/1field/36smoothing/sag/index.htm>
【日本自動車連盟(JAF)】 <http://jaf-acc.jp/>

お出かけ直前、お出かけ当日も交通情報をチェック!

■事故などによって交通状況は刻々と変化します。

- 事故による渋滞情報など、最新の交通状況をチェック。ルートを変更するなど、お役立てください。
- 運転中の携帯電話の使用は法律で禁止されています。ご利用は必ず、サービスエリアやパーキングエリアで。リフレッシュ休憩も兼ねられます!

日本道路交通情報センター

最寄りの情報センターから道路交通情報入手できます。

携帯電話・PHS用

050-3369-6666 [#8011]

アイハイウェイ中日本

24時間高速道路の道路情報を確認できます。



詳しくは、31ページをご覧ください。

NEXCO中日本お客さまセンター

0120-922-229

※IP電話等一部の電話からは利用できない場合があります。その場合は052-223-0333におかけください。

道路緊急ダイヤル

「故障車」や「落下物」・「道路の破損」などを見つけたら

#9910

図説 トラベル



安全にご利用いただくために



異例の
大雪時

区間を限定して「チェーン規制」を実施します

チェーン規制では チェーンを装着しないと 通行できません。

省令※の改正に伴い「チェーン規制」時のチェーン装着が義務化されました。チェーン規制実施区間では、スタッドレスタイヤなどの冬用タイヤでもタイヤチェーンを装着しないと通行することができません。

※2018年12月14日に、道路法に基づく「道路標識、区画線及び道路標示に関する命令」が改正されました。

高速道路の
チェーン規制
適用区間
[NEXCO中日本管内]
(令和元年10月時点)

①	中央道	須玉IC～長坂IC
②	中央道	飯田山本IC～園原IC
③	北陸道	丸岡IC～加賀IC
④	北陸道	木之本IC～今庄IC



チェーン規制の区間であることを表す標識



チェーン規制の区間を案内する情報板

タイヤチェックを行う場合があります

冬道を安全に走行していただくために、インターチェンジやサービスエリアで、冬用タイヤの装着やチェーン装着のチェックを行う場合があります。誘導に従っていただくよう、ご協力をお願いします。



※国道・一般道については、国土交通省のウェブサイト、東日本・西日本については、各社のウェブサイトをご確認ください。

くわしくは、NEXCO中日本公式Webサイトをご覧ください。 NEXCO中日本 [検索](#)

高速道路を安全にご利用いただくためのお願い

1 追突事故に注意! ～心と車間距離にゆとりを～

- 走行中は、渋滞や事故など前方の異状に早めに気づき、落ち着いて回避できるよう、**十分な車間距離**をとって、**安全な速度で運転**しましょう。
- 後続車両の運転者が前方の渋滞に気づいているとは限りません。渋滞に遭遇した際は、**ハザードランプの点灯や、ポンピングブレーキなどで後続車両へ合図**しましょう。
- 疲労・集中力の回復のため、**サービスエリアやパーキングエリアでこまめに休憩**をとりましょう。

2 ライダーの皆さまへ

- 自動二輪車の急ハンドルや急ブレーキは車両の転倒など重大事故に直結するおそれがあります。運転技術・車両性能を過信せず、周囲の交通状況に十分注意して運転しましょう。
- 疲労・集中力の回復のため、**サービスエリアやパーキングエリアでこまめに休憩**をとりましょう。特に、風雨が強い場合などには無理をせずに**サービスエリアやパーキングエリアに退避**しましょう。
- 渋滞中のすり抜けや路肩走行、車両の左側からの追い越しなど、**交通ルール・マナーを無視した危険行為**はやめましょう。

3 シートベルトは必ず着用を!

- 高速道路上での事故では、シートベルトを着用していない乗員が車外に放出され、甚大なダメージを受けて命を失うケースがあります。
- シートベルトはあなた自身やあなたの大切な人の命を守るための命綱です。**必ず全員全席シートベルトを着用**しましょう。
- 6歳未満のお子さまには、体格と車に合ったチャイルドシートを使用しましょう。

知っていますか?
シートベルトの正しい使い方

- 1 腰ベルトは腹部ではなく腰骨にかかるように
- 2 肩ベルトは肩の中心位置になるように
- 3 ベルトはねじれないように
- 4 バックルは「カチッ」の音を確認



4 あおり運転は絶対禁止!

- 他の車両に極端に接近するなどの「あおり運転」は絶対にやめましょう。
- 危険な運転者に追われるなどした場合は、サービスエリアやパーキングエリア等、**交通事故に遭わない場所に避難**して、ためらうことなく**警察に110番通報**をしてください。

もしも事故や故障で 停止してしまったら!!

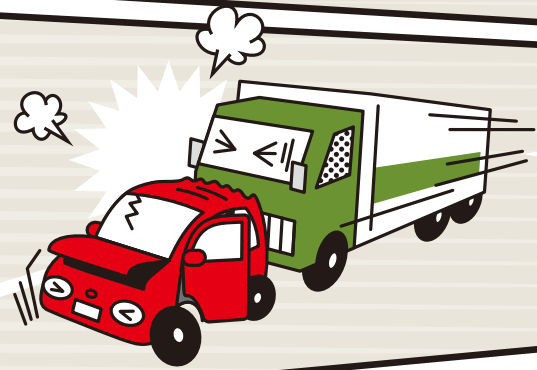
道路上に立たない

高速道路上で電話や口論などをしていて
後続車にはねられる事故が発生しています。



車内に残らない

車内は安全な場所ではありません。
後続車に衝突され、命を落とすケースも
少なくありません。



安全な場所に避難する

後続車に十分注意をしながら、速やかに
ガードレールの外側などの安全な場所に
避難してください。



ガードレールの 外に避難



できるだけ路肩に停止してハザード
ランプ、発炎筒、三角停止表示板で
後続車へ合図しましょう。

三角停止表示板 お持ちですか？

高速道路上では、事故・故障などで
駐停車する場合、三角停止表示板の
設置義務があります。
※罰金 5 万円以下、違反点数 1 点
必ず携行しましょう。

無くそう 逆走

高速道路は
一方通行!

逆走は、 命にかかわる危険行為です。



逆走は2日に1回以上発生している身近な問題。

逆走事故の死に至る確率は、
高速道路での事故全体に比べ約15倍にも及びます。
自ら命を落とさないために、他人の命を奪わないために
逆走防止策&対応策を身につけましょう。

逆走の約6割は、IC・JCT、SA・PAで発生

高速道路に乗る時、
サービスエリアから出る時は、
「標識・標示確認!」を習慣に

「つい、やってしまった」逆走が一番多いのが高速道路出口

うっかり出口を通り過ぎても、
バックしない、Uターンしない

中央分離帯が左、標識が裏側は逆走の可能性

もしも、逆走してしまったら、
安全な場所に停車・避難し、通報を

情報板などで逆走情報をチェック

逆走車情報を見聞したら、
速度を落とし十分な車間距離を
とって、走行してください。

逆走対策の詳しい内容は [無くそう逆走](#)