

ゴールデンウィーク期間の高速道路における渋滞予測について【全国版】

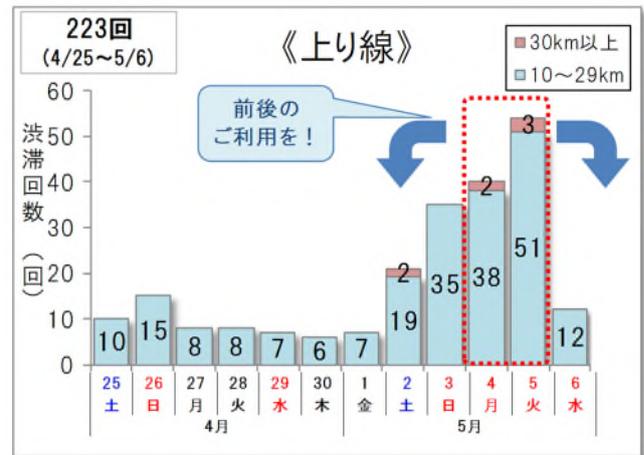
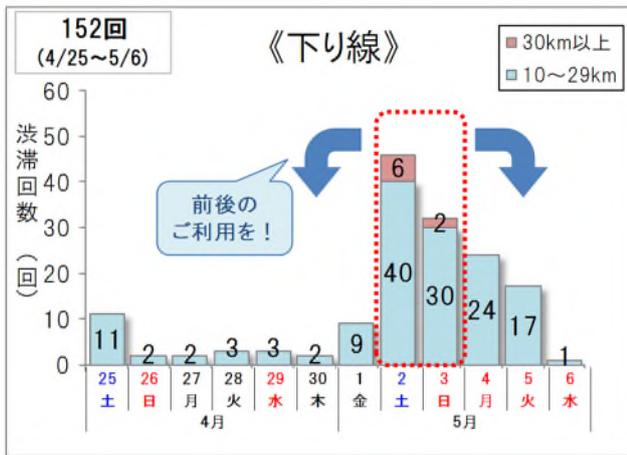
～昨年比で10km以上の渋滞回数は2割増加見込み！～

NEXCO東日本／NEXCO中日本／NEXCO西日本／JB本四高速／(公財)日本道路交通情報センターは、ゴールデンウィーク期間〔令和8年4月25日(土)～5月6日(水)の12日間〕の高速道路での交通集中による渋滞予測(10km以上の交通集中渋滞)(※)を発表します。

渋滞緩和のため、**ご利用の日や時間帯を変更していただくなど、分散利用にご協力をお願いします。**

1 渋滞予測について

◆10km以上の渋滞回数 上下線の合計 375回(4/25～5/6)



(※) 予定されている長期工事規制に伴う渋滞予測も含まれます。詳細については「別紙3」をご参照ください。

なお、渋滞予測情報は、以下のサイトからご確認いただけます。

NEXCO東日本 渋滞予報ガイド(最大渋滞長10km以上の渋滞を掲載) https://www.driveplaza.com/special/congest_prediction/
 ドラトラ <https://www.drivetraffic.jp/congestion>

NEXCO中日本 渋滞予測ガイド(最大渋滞長10km以上の渋滞を掲載) <https://www.c-nexco.co.jp/odekake/>
 NEXCO中日本HP(渋滞予測ページ) <https://dc.c-nexco.co.jp/jam/cal/>

NEXCO西日本 渋滞予測ガイド(最大渋滞長5km以上の渋滞を掲載)
https://www.w-nexco.co.jp/forecast/trafficjam_golden_week_2026/index.html

NEXCO西日本HP(渋滞予測ページ) <https://search.w-nexco.co.jp/forecast/>

JB本四高速 渋滞予測ページ(最大渋滞長 5km 以上の渋滞を掲載) https://www.jb-honshi.co.jp/customer_index/jyutai.html

◆各社の特に長い渋滞発生予測

PA:パーキングエリア、IC:インターチェンジ、SIC:スマートインターチェンジ、TN:トンネル

会社区分	上下線	道路名	渋滞ピーク日時	ピーク時渋滞長	渋滞発生箇所
東日本	下り	E4 東北道	5月2日(土) 7時	40km	ハニユウ 羽生PA付近
	上り	E17 関越道	5月5日(火) 14時		サカドニシ 坂戸西SIC付近
中日本	下り	E20 中央道	5月2日(土) 5時	45km	サガミコ 相模湖IC付近
	上り	E1 東名	5月2日(土) 9時	30km	オカザキ 岡崎IC付近
		E20 中央道	5月4日(月) 16時		コボトケ 小仏TN付近
西日本	下り	E3 九州道	5月2日(土) 10時	35km	チクシノ 筑紫野IC先付近
	上り	E1 名神	5月2日(土) 8時	30km	オオツ 大津IC付近
本四	下り	E28 神戸淡路鳴門道	5月3日(日) 10時	30km	ムロツ 室津PA付近
	上り		5月5日(火) 16時	35km	マイコ 舞子TN出口付近

※最大25km以上の渋滞の詳細は【別紙1】、渋滞を回避する方法については【別紙2】をご確認ください。

なお、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。出発前やご旅行中も最新の道路交通情報をご確認ください。道路交通情報は、以下のサイトからご確認ください。

- NEXCO東日本 <https://www.drivetraffic.jp/>
- NEXCO中日本 <https://www.c-ihighway.jp/pcsite/>
- NEXCO西日本 <https://ihighway.jp>
- JB本四高速 <https://www.jb-honshi.co.jp/>
- 日本道路交通情報センター <https://www.jartic.or.jp/>

◆昨年との比較(参考)

令和7年(昨年)のゴールデンウィーク期間との渋滞回数の比較は以下のとおりです。なお、昨年実績には事故などの影響による渋滞が含まれています。

渋滞規模	①令和8年予測 ※2			②令和7年実績 ※3			差(①-②)		
	合計	下り	上り	合計	下り	上り	合計	下り	上り
10km以上の渋滞回数 ※1	375回	152回	223回	310回	124回	186回	+65回	+28回	+37回
うち、30km以上の渋滞回数	15回	8回	7回	21回	10回	11回	-6回	-2回	-4回

※1 10km以上の渋滞回数には、30km以上の渋滞回数を含む。

※2 令和8年予測は、令和8年4月25日(土)~5月6日(水)の12日間を集計

※3 令和7年実績は、令和7年4月25日(金)~5月6日(火)の12日間を集計

2 渋滞緩和のポイント

- ①上り坂など速度低下を注意喚起している場所では、速度低下にご注意を！
- ②走行中は余計なブレーキを踏まないように、十分な車間距離を確保願います！
- ③渋滞中におけるむやみな車線変更は、渋滞のさらなる悪化を招く可能性がありますのでお控えください！

3 安全運転のお願い

「全席シートベルトの着用」や「こまめな・早めの休憩」にご協力をお願いします。また、高速道路上で渋滞末尾への追突注意喚起を案内しておりますので、前方に注意しご走行ください。また、以下ではセーフティドライブのポイントについてわかりやすく記載しているので、併せてご覧ください。

<https://www.driveplaza.com/assets/pdf/safetydrive/safetydrive.pdf>

4 無くそう逆走 —高速道路は一方通行です—

逆走は命にかかわる危険行為です。Uターン、バックは厳禁です。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/>

5 ゴールデンウィーク期間中は休日割引が適用されません

渋滞の激化を避けるため、期間中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.e-nexco.co.jp/news/important_info/2026/0317/00016041.html

6 高速道路周遊パスについてのお知らせ

ゴールデンウィーク期間以外で高速道路をご利用の際は、対象エリアの高速道路料金をご利用期間内に定額で乗り降り自由になる「高速道路周遊パス」のご利用もご検討ください。

また、平日のみでご利用いただいた場合、販売価格の15%分のETCマイレージサービスのポイントを追加付与するキャンペーンを実施中です。

【高速道路周遊パス検索サイト】<https://www.driveplaza.com/special/drivepass/>

(販売除外期間: 令和8年4月24日(金)～5月7日(木))

【別紙1】

令和8年 ゴールデンウィーク期間の高速道路における主な渋滞発生予測(最大渋滞長25km以上)

(凡例) IC:インターチェンジ SIC:スマートインターチェンジ BS:バスストップ PA:パーキングエリア SA:サービスエリア JCT:ジャンクション TN:トンネル

方向	月日 ※1	道路名	渋滞の先頭位置	最大 渋滞長 ※2	ピーク時の渋滞区間 (渋滞末尾側 ⇒ 渋滞先頭側)	ピーク 時	時間帯	通過所要時間 ※3			会社 区分 ※4
								①ピーク時	②通常時	増加分 (①-②)	
下り	5/2 土	E3 九州道	筑紫野IC先付近	35km	若宮IC ⇒ 鳥栖JCT	10時	6時~14時	約 105分	約 25分	約 80分	西
		E3 九州道	山川PA付近	30km	鳥栖JCT ⇒ 南関IC	12時	7時~15時	約 90分	約 20分	約 70分	西
		E4 東北道	羽生PA付近	40km	川口JCT ⇒ 館林IC	7時	5時~14時	約 80分	約 20分	約 60分	東
		E4 東北道	矢板北PA付近	35km	鹿沼IC ⇒ 西那須野塩原IC	12時	6時~18時	約 85分	約 25分	約 60分	東
		E17 関越道	高坂SA付近	30km	大泉JCT ⇒ 東松山IC	9時	5時~16時	約 60分	約 20分	約 40分	東
		E17 関越道	藤岡JCT付近	25km	嵐山小川IC ⇒ 藤岡JCT	8時	5時~15時	約 50分	約 15分	約 35分	東
	E20 中央道	相模湖IC付近	45km	高井戸IC ⇒ 相模湖IC	5時	4時~16時	約 135分	約 35分	約 100分	中	
	5/3 日	E28 神戸淡路鳴門道	室津PA付近	30km	垂水JCT ⇒ 津名一宮IC	10時	7時~19時	約 90分	約 25分	約 65分	本四
		E4 東北道	久喜IC付近	25km	川口JCT ⇒ 久喜IC	8時	6時~13時	約 50分	約 15分	約 35分	東
		E17 関越道	高坂SA付近	25km	大泉JCT ⇒ 東松山IC	8時	5時~14時	約 50分	約 15分	約 35分	東
		E20 中央道	相模湖IC付近	40km	高井戸IC ⇒ 相模湖IC	6時	5時~14時	約 120分	約 30分	約 90分	中
	5/5 火	E19 中央道	土岐IC付近	25km	中津川IC ⇒ 土岐IC	16時	15時~21時	約 60分	約 20分	約 40分	中
上り	5/2 土	E1 名神	大津IC付近	30km	茨木IC ⇒ 大津IC	8時	6時~16時	約 120分	約 25分	約 95分	西
		E1 東名	岡崎IC付近	30km	日進JCT ⇒ 音羽蒲郡IC	9時	8時~13時	約 75分	約 20分	約 55分	中
	5/3 日	E1 名神	大津IC付近	25km	高槻JCT ⇒ 大津IC	9時	7時~15時	約 100分	約 20分	約 80分	西
		E76 西瀬戸道	向東BS付近	25km	大三島IC ⇒ 西瀬戸尾道IC	17時	12時~24時	約 75分	約 25分	約 50分	本四
		E17 関越道	坂戸西SIC付近	25km	本庄児玉IC ⇒ 鶴ヶ島IC	17時	15時~23時	約 50分	約 15分	約 35分	東
		E20 中央道	小仏TN付近	25km	大月IC ⇒ 八王子JCT	17時	14時~翌1時	約 100分	約 20分	約 80分	中
	5/4 月	E4 東北道	羽生PA付近	25km	栃木IC ⇒ 羽生IC	17時	14時~23時	約 50分	約 15分	約 35分	東
		E17 関越道	坂戸西SIC付近	30km	本庄児玉IC ⇒ 鶴ヶ島IC	15時	12時~24時	約 60分	約 20分	約 40分	東
	5/5 火	E20 中央道	小仏TN付近	30km	大月IC ⇒ 八王子JCT	16時	10時~翌2時	約 120分	約 25分	約 95分	中
		E28 神戸淡路鳴門道	舞子TN出口付近	35km	津名一宮IC ⇒ 垂水JCT	16時	13時~翌1時	約 105分	約 25分	約 80分	本四
		E4 東北道	加須IC付近	35km	栃木IC ⇒ 加須IC	18時	14時~24時	約 70分	約 20分	約 50分	東
		E17 関越道	坂戸西SIC付近	40km	藤岡JCT ⇒ 鶴ヶ島IC	14時	10時~24時	約 80分	約 25分	約 55分	東
E20 中央道		小仏TN付近	25km	大月IC ⇒ 八王子JCT	13時	9時~翌2時	約 100分	約 20分	約 80分	中	

: 下り方向のうち最も長い渋滞

: 上り方向のうち最も長い渋滞

- ※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 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。
- ※3 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。
- ※4 会社区分については右記のとおりです。 東:NEXCO東日本 中:NEXCO中日本 西:NEXCO西日本 本四:JB本四高速

なお、最大渋滞長25km未満を含めた詳細な渋滞予測は、以下のサイトからご覧いただけます。

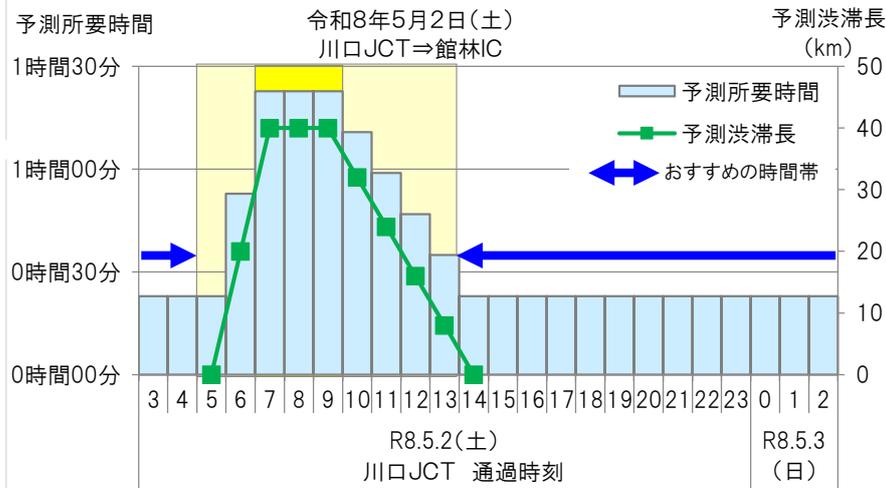
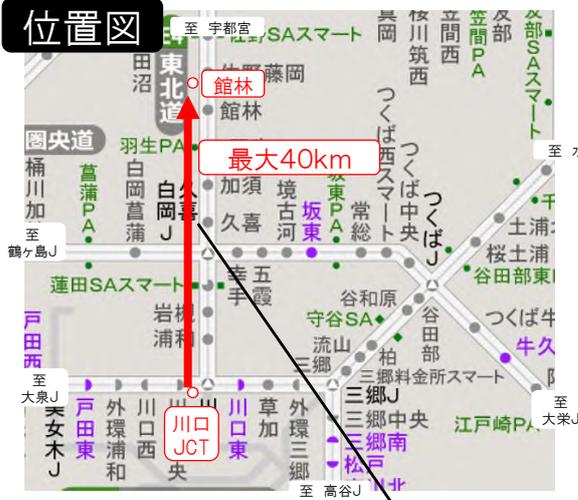
- NEXCO東日本 渋滞予報ガイド(最大渋滞長10km以上の渋滞を掲載) https://www.driveplaza.com/special/congest_prediction/
ドラとら <https://www.drivetraffic.jp/congestion>
- NEXCO中日本 渋滞予測ガイド(最大渋滞長10km以上の渋滞を掲載) <https://www.c-nexco.co.jp/odekake/>
NEXCO中日本HP(渋滞予測ページ) <https://dc.c-nexco.co.jp/jam/cal/>
- NEXCO西日本 渋滞予測ガイド(最大渋滞長5km以上の渋滞を掲載)
https://www.w-nexco.co.jp/forecast/trafficjam_golden_week_2026/index.html
NEXCO西日本HP(渋滞予測ページ) <https://search.w-nexco.co.jp/forecast/>
- JB本四高速 渋滞予測ページ(最大渋滞長 5km 以上の渋滞を掲載) https://www.jb-honshi.co.jp/customer_index/jyutai.html

【別紙2】特に長い渋滞の回避例

①5月2日(土) E4 東北自動車道(下り線)羽生PA付近を先頭とする渋滞[最大40km]

- ◆ 川口JCT ⇒ 館林IC区間を走行する場合、渋滞のピークは7～9時で、渋滞がない場合に比べ約4倍(1時間20分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 川口JCTを5時よりも前または14時以降に通過する場合の所要時間は約20分と予測しており、これらの時間帯のご利用をおすすめします。

位置図



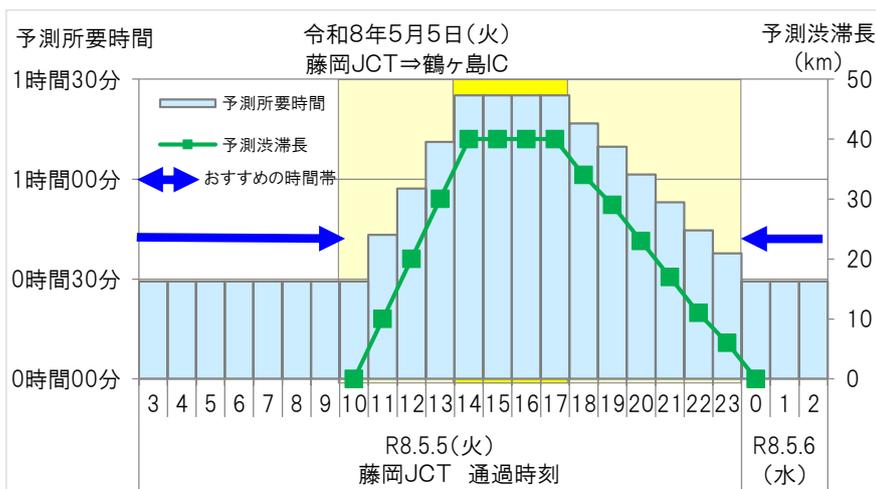
◆ 渋滞原因: サグによる速度低下

羽生PA付近では下り坂から上り坂に変わるサグ部で無意識な速度低下が起きやすく渋滞が発生してしまいます。渋滞ポイント標識により速度低下ポイントをお知らせしていますので、周りの車に気をつけ速度回復をお願いいたします。

②5月5日(火) E17 関越自動車道(上り線)坂戸西SIC付近を先頭とする渋滞[最大40km]

- ◆ 藤岡JCT ⇒ 鶴ヶ島IC区間を走行する場合、渋滞のピークは14～17時で、渋滞がない場合に比べ約3倍(約1時間30分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 藤岡JCTを10時よりも前または翌0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、これらの時間帯のご利用をおすすめします。

位置図



◆ 渋滞原因: サグ部による速度低下

坂戸西SICの出口手前では下り坂から上り坂に変わります。無意識な速度低下にご注意ください。なお、関越道では当該箇所を含め渋滞対策工事を進めております。高坂SA付近の付加車線については令和7年3月28日に供用開始しました。残りの区間についても引き続き渋滞対策工事を進めてまいります。

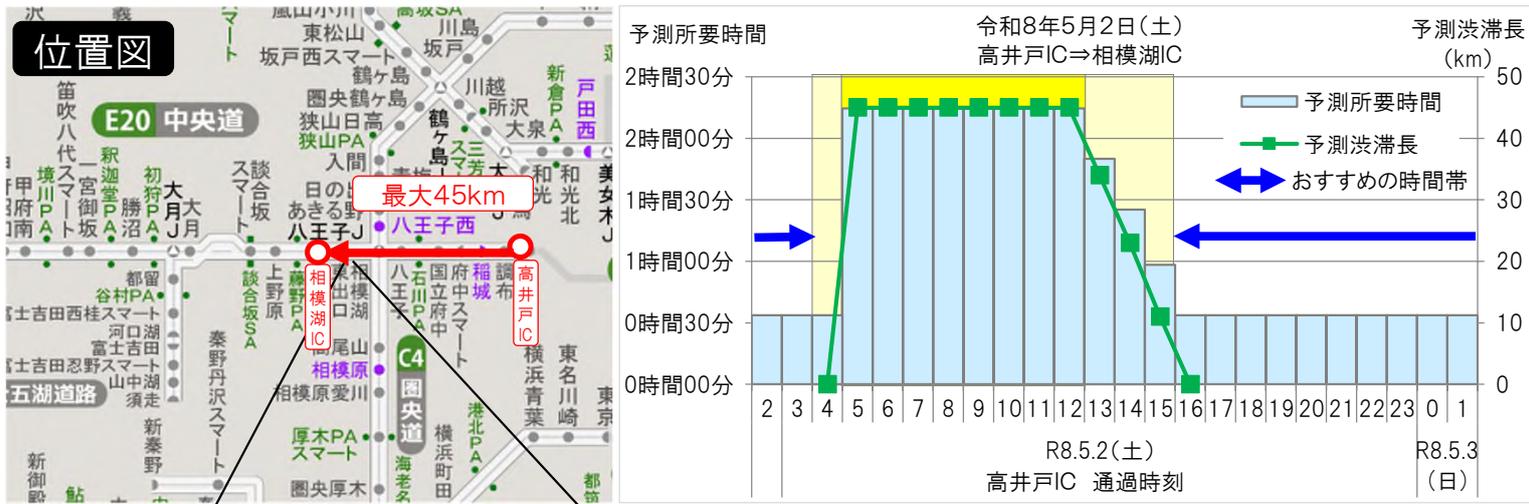


【別紙2】特に長い渋滞の回避例

※別紙2ではIC間の所要時間を示しているため、別紙1で記載の所要時間とは一致しません

③5月2日(土) E20 中央自動車道(下り線)相模湖IC付近を先頭とする渋滞[最大45km]

- ◆ 高井戸IC ⇒ 相模湖IC区間を走行する場合、渋滞のピークは5～12時で、渋滞がない場合に比べ約4倍(約2時間15分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 高井戸ICを4時よりも前または16時以降に通過する場合の所要時間は約35分と予測しており、これらの時間帯の利用をおすすめします。

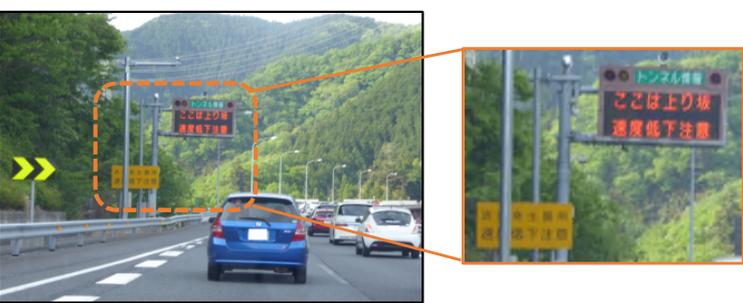


◆ 渋滞原因: サグによる速度低下

相模湖ICの2km手前付近は下り坂から上り坂に変わります。こうしたサグ部では無意識のうちに速度が低下してしまいます。渋滞の原因となるため、周りの車に気をつけ速度低下にご注意ください。

④ 5月4日(月) E20 中央自動車道(上り線)小仏TN付近を先頭とする渋滞[最大30km]

- ◆ 大月IC ⇒ 八王子JCT区間を走行する場合、渋滞のピークは16～21時で、渋滞がない場合に比べ約5倍(約2時間)の所要時間を予測しています。
- ◆ 大月ICを10時よりも前または翌2時以降に通過する場合の所要時間は約25分と予測しており、これらのご利用をおすすめします。



◆ 渋滞原因: 上り坂による速度低下

小仏トンネル付近は長い上り坂が続きトンネル部も重なることに加え、ゴールデンウィーク期間には交通が集中することから渋滞が発生しやすいポイントです。情報板で速度低下ポイントをお知らせしておりますので、周りの車に気をつけ速度低下にご注意ください。

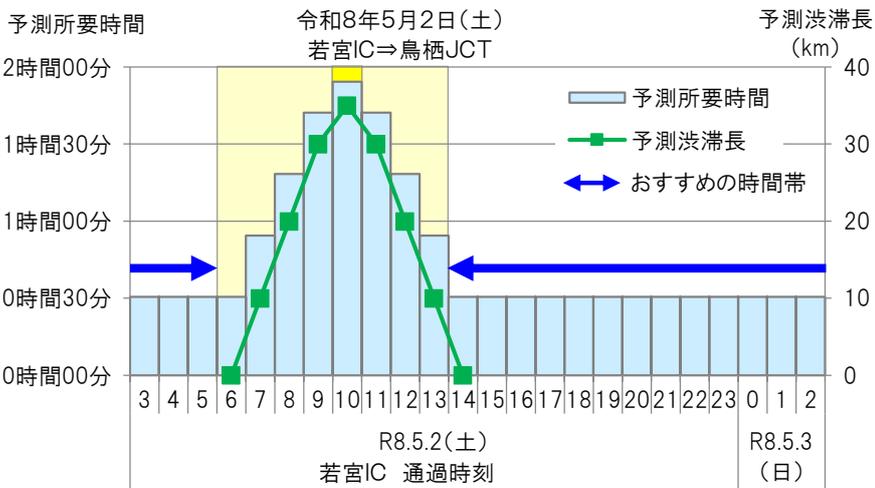
【別紙2】 特に長い渋滞の回避例

※別紙2ではIC間の所要時間を示しているため、別紙1で記載の所要時間とは一致しません

⑤5月2日(土) E3 九州自動車道(下り線)筑紫野IC先付近を先頭とする渋滞〔最大35km〕

- ◆ 若宮IC ⇒ 鳥栖JCT区間を走行する場合、渋滞のピークは10時で、渋滞がない場合に比べ約4倍(約1時間50分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 若宮ICを6時よりも前または14時以降に通過する場合の所要時間は約30分と予測しており、これら時間帯の利用をおすすめします。

位置図



◆ 渋滞原因：上り坂および分合流による速度低下

筑紫野IC先付近では、上り坂で無意識のうちに速度が低下することが渋滞の原因となっていますので、速度を一定に保つことを心がけてください。
また、その先の基山PA付近や鳥栖JCT付近では、分合流する車両の輻輳が渋滞の原因となりますので、十分な車間距離を保つことや、スムーズな合流などを心がけながらご走行ください。

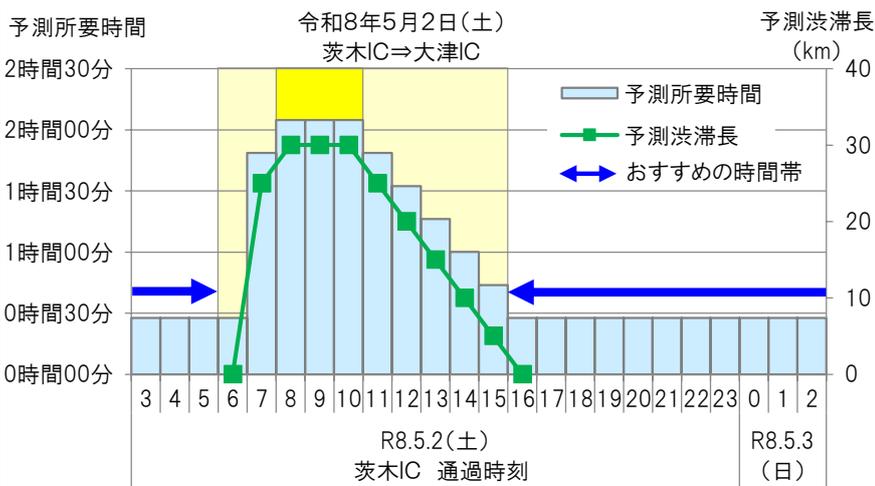
鳥栖JCTまで
60分



⑥5月2日(土) E1 名神高速道路(上り線)大津IC付近を先頭とする渋滞〔最大30km〕

- ◆ 茨木IC ⇒ 大津IC区間を走行する場合、渋滞のピークは8～10時で、渋滞がない場合に比べ約5倍(約2時間5分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 茨木ICを6時よりも前または16時以降に通過する場合の所要時間は約30分と予測しており、これら時間帯の利用をおすすめします。

位置図



◆ 渋滞原因：大津IC・SAの分合流およびトンネル

大津IC・SAでの分合流及び手前2カ所のトンネルでの速度低下により渋滞が発生します。栗東・名古屋方面へは大山崎JCTで、E1名神高速道路とE88京滋バイパスの2ルート交通情報を提供する図形情報板を設置しておりますので、ルート選択の参考としてください。

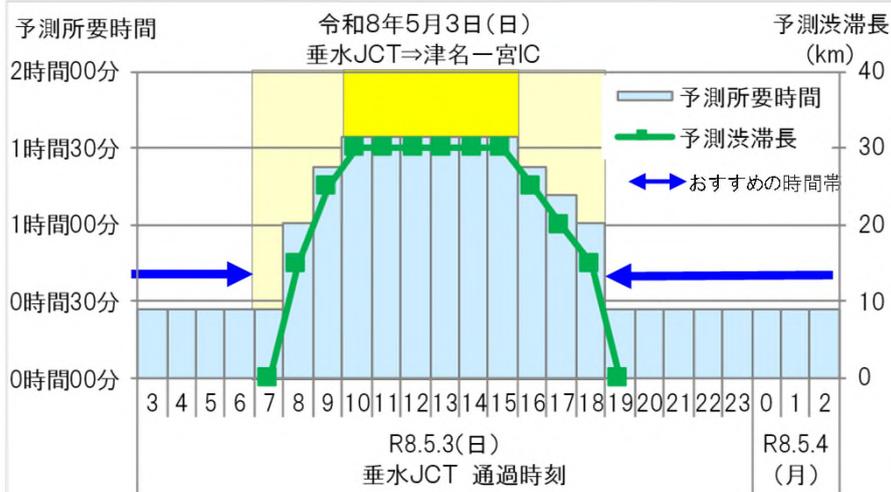


【別紙2】特に長い渋滞の回避例

⑦5月3日(日) E28 神戸淡路鳴門道(下り線)室津PA付近を先頭とする渋滞[最大30km]

- ◆ 垂水JCT ⇒ 津名一宮IC区間を走行する場合、渋滞のピークは10時～15時で、渋滞がない場合に比べ約3倍(約1時間30分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 垂水JCTを7時よりも前または19時以降に通過する場合の所要時間は約25分と予測しており、これらの時間帯のご利用をおすすめします。

位置図



◆ 渋滞原因:長い上り坂やサグ部での速度低下

東浦ICから仁井TN付近までの長い上り坂(約3km)と、北淡ICから室津PA間や室津PAの2km先付近の下り勾配から上り勾配に変わるサグ部では、無意識のうちに速度が低下して発生する3ヶ所の渋滞が繋がります。渋滞の原因となるため、周りの車に気を付けて、速度低下にご注意ください。

⑧5月5日(火) E28 神戸淡路鳴門自動車道(上り線)舞子TN出口付近を先頭とする渋滞[最大35km]

- ◆ 津名一宮IC ⇒ 垂水JCT区間を走行する場合、渋滞のピークは16時で、渋滞がない場合に比べ約4倍(約1時間45分)の所要時間を予測しています。
- ◆ 津名一宮ICを13時よりも前または翌1時以降に通過する場合の所要時間は約25分と予測しており、これらの時間帯のご利用をおすすめします。

位置図



◆ 渋滞原因:垂水JCTへの分岐やトンネルでの速度低下

舞子TN出口付近では、垂水JCTへの分岐及びトンネルでの速度低下により渋滞が発生します。混雑・渋滞時は、第2走行車線(3車線の中央車線)を直進し、大阪方面は布施畑JCTから阪神高速7号北神戸線、京都方面はE2山陽道三木JCT経由の方が便利な場合があります。淡路SAと明石海峡大橋の間に、交通情報を提供する図形情報板を設置しておりますので、ルート選択の参考としてください。



図形情報板



長期工事規制に伴う渋滞発生予測(最大渋滞長 10km以上)

IC:インターチェンジ

方向	月日	道路名	渋滞の先頭位置	最大渋滞長 ※1	ピーク時の渋滞区間 (渋滞末尾側 ⇒ 渋滞先頭側)	ピーク時	時間帯	通過所要時間 ※2		
								①ピーク時	②通常時	増加分 (①-②)
上り	5/2 土	E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	9時	6時~20時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/3 日	E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	8時	6時~21時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/4 月	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~21時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/5 火	E8 北陸道	美川IC付近	10km	白山IC ⇒ 能美根上スマートIC	9時	7時~22時	約 30分	約 10分	約 20分
下り	5/2 土	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	9時	7時~20時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/3 日	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	9時	7時~21時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/4 月	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~21時	約 30分	約 10分	約 20分
	5/5 火	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~22時	約 30分	約 10分	約 20分

※1 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。
 ※2 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。

E8 北陸道リニューアル工事の位置図及び規制図

<位置図>



<対象橋梁>



手取川橋

<車線規制の詳細: 昼夜連続・対面通行/車線規制>

