

ドライブをもっと楽しく!

ハイウェイウォーカー
東日本

TAKE FREE

9

2024
September
No.108

Highway Walker

「セツアンの善人」主演

葵わかな

COVER

日帰り
ドライブ
コース

〔群馬県・中之条町〕

群馬が誇る名湯で。ポカポカ

昭和の風情薫る

四万温泉へ!



特集 [かんえつどう]

関越道

埼玉・群馬・新潟

のSA・PA

SA・PA/

私の
推し

かみさと
上里SA①

ランキング



上里町産梨使用
梨のクリームサンド

フカ-リ-の
ハイウェイ曲し
まんぷく旅!



ゆず香る
武蔵野魚介つけうどん
(三芳PA②)



季節のおすすめ

注目スポット&イベント

- 川越まつり → いせさきまつり
- 利根川大花火大会 ほか



高速道路

東日本エリア

エリアマップ付き



特集

関越道 埼玉・群馬・新潟のSA・PA

かんえつどう

COVER FACE P19

「セツアンの善人」主演

葵わかな



撮影＝須田卓馬

ヘアメイク＝masaki / スタイリスト＝岡本純子

編集協力＝千葉由知 (ribelo visualworks)

衣装協力＝オーエムエムオー (ワンピース / ニットカーディガン)

発行人／加瀬典子
編集人／稲葉一朗

発行／株式会社角川アスキー総合研究所
〒113-0024 東京都文京区西片1-17-8
<https://www.lab-kadokawa.com/>

編集／伊藤聡史
制作／株式会社 大空出版、andR
AD・デザイン／Zapp!
MAP／株式会社ケイエムアドシステム
校閲／株式会社アドリブ
制作協力／株式会社ネクスコ東日本エリートラクト
印刷・製本／佐川印刷株式会社

©2024 KADOKAWA ASCII Research Laboratories, Inc.
お問い合わせ ☎03・5840・7921 (ウォーカー事務局)
広告に関するお問い合わせ ☎03・3238・8421

04 季節のおすすめ 注目スポット&イベント

06 日帰りドライブコース 群馬県・中之条町

群馬が誇る名湯でポカポカ

昭和の風情薫る四万温泉へ！

→路線特集

08 SA・PA 私の推しランキング ▶ 関越道 上里SA^上

10 SA・PA 今月のイチオシ ▶ ティータイム

12 SA・PA ご当地おみやげフェス ▶ 関越道 (埼玉・群馬・新潟)

16 フォーリンデブはっしーの
ハイウェイめし まんぷく旅 ▶ 関越道 (埼玉・群馬)

→連載

42 ハイウェイを支える人々 「株式会社ネクスコ・サポート北海道 北広島交通管理事業所」

46 Present & Information

→エリアMAP

21 関東エリアマップ 23 東北エリアマップ 27 北陸・上信越・関越エリアマップ

→SA・PA MAP

- 30 東北自動車道①・東京外環自動車道
- 31 東北自動車道②
- 32 東北自動車道③・八戸自動車道
- 33 秋田自動車道・山形自動車道・磐城自動車道
- 34 常磐自動車道
- 35 関越自動車道
- 36 上信越自動車道・長野自動車道
- 37 北陸自動車道・日本海東北自動車道
- 38 東関東自動車道・京葉道路・館山自動車道・千葉東金道路・東京湾アクアライン
- 39 北関東自動車道・圏央道・第三京浜道路・横浜新道・横浜横須賀道路
- 40 施設&サービス SA・PA 逆引きNAVI

問い合わせ先電話番号案内 おかけ間違いのないようご注意ください

■ 東日本・北日本地域的高速道路に関する問い合わせ
NEXCO (ネクスコ) 東日本

NEXCO東日本お客さまセンター ☎0570・024・024
☎(03)5308・2424



■ 東名高速・中央道に関する問い合わせ
NEXCO (ネクスコ) 中日本

NEXCO中日本お客さまセンター ☎0120・922・229
上記電話をご利用できない場合は ☎(052)223・0333

■ 首都高速道路に関する問い合わせ

首都高お客様センター ☎(03)6667・5855

■ 一般道路を含む道路交通情報 JARTIC (公財) 日本道路交通情報センター
全国共通ダイヤル ☎050・3369・6666 (携帯電話からは #8011)

■ 高速道路等で「故障車」や「落下物」、「道路の破損」などを見つけたら
道路緊急ダイヤル #9910 (通話料無料)



高速道路の料金に関しては、
携帯電話の対応機種から、左のQRコードを読み取り、
「ドラぷら」モバイルへアクセスしてください。
<http://m.driveplaza.com/>

本誌記載の情報は
変更されている場合が
ございます。最新の
営業時間は「ドラぷら」を
ご確認ください。





季節の
おすすめ

注目スポット&イベント

大にぎわいの秋祭りや花火大会・展覧会へ出かけよう

圧倒的なスケール感！
けんらんごう
絢爛豪華な山車の競演



向かい合う数台の山車がお囃子で競演する「曳っかわせ」は、最大の見どころ

9/28(土)・29(日)

【群馬県伊勢崎市】

いせさきまつり

図本町通り ほか

伊勢崎市を代表する伝統あるお祭り。山車・屋台、みこしの競演や郷土芸能、大抽選会などさまざまなイベントが満載

☑ 北関東道波志江スマートIC・伊勢崎IC
☎ 0270・24・5111(伊勢崎市産業経済部文化観光課)



いくつもの山車の巡行や、会場の本町通りを行列が埋め尽くす「百人みこし」は見逃さない

10/19(土)・20(日)

【埼玉県川越市】

川越まつり

図川越市街地中心部

370年以上の歴史を誇り、精巧な人形を乗せた絢爛豪華な山車が、小江戸川越の象徴である蔵造りの町並みを中心に曳行される

☑ 関越道川越IC
☎ 049・222・5556(川越駅観光案内所)



「川越氷川祭の山車行事」として、国指定重要無形民俗文化財となっており、ユネスコ無形文化遺産にも登録されている



広大な敷地内には本館「大正ロマンの館」「黒船館」のほか、さまざまな施設が点在

開催中～9/23(祝)

【群馬県渋川市】

竹久夢二生誕140周年 記念企画展I「いとしきひと」

図竹久夢二伊香保記念館

最愛の人・彦乃をはじめ、夢二を慕った人々とゆかりのある作品を中心に展示。夢二の交友関係や人となりを紹介する

☑ 関越道渋川伊香保IC
☎ 0279・72・4788

8/20(火) → 10/19(土)

クルマで行こう



2か月保存版

イベントカレンダー

10/5(土)~7(月)

【福島県二本松市】

二本松の提灯祭り

図二本松市街

初日の宵祭りは、二本松神社の御神火で太鼓台の提灯にいっせいに火がともる。たくさんの提灯を付けた太鼓台が、祭り囃子に合わせて練り歩くさまは壮観

☑東北道二本松IC
☎0243-55-5122(二本松市観光連盟(二本松市観光課内))



10/11(金)~13(日)

【千葉県香取市】

佐原の大祭 秋祭り

図香取市街

関東三大山車祭りの一つに数えられ、約300年の歴史を有する。国の重要無形民俗文化財として指定されているほか、ユネスコ無形文化遺産の「山・鉦・屋台行事」にも登録

☑東関東道佐原香取IC
☎0478-52-6675(水郷佐原観光協会)



10/12(土)・13(日)

【栃木県鹿沼市】

鹿沼秋まつり

図鹿沼市街(今宮神社周辺)

彫刻屋台が市街を練り歩き、交差点で披露するお囃子の競演「ぶつつけ」が見どころ。ユネスコ無形文化遺産・国指定重要無形民俗文化財になっている

☑東北道鹿沼IC・都賀西方スマートIC
☎0289-63-2188(鹿沼市経済部観光交流課)



開催中~11/4(祝)

【神奈川県藤沢市】

“えのすい”のくらげ展

図新江ノ島水族館

“えのすい”の20年間のクラゲ史を振り返りながら、新種のクラゲや世界初展示のクラゲも観察できる。バックヤードツアーやクラゲショーは必見!

☑新湘南バイパス茅ヶ崎海岸IC
☎0466-29-9960



9/14(土)

【茨城県境町】

利根川大花火大会

図さかいリバーサイドパーク

全国的に知られる有名花火師4社の競演が実現。さかいリバーサイドパーク(利根川河川敷)を舞台に、約30,000発の花火が約120分にわたり夏の夜空を彩る

☑圏央道境古河IC
☎0280-81-1319(境町観光協会)



開催中~9/23(祝)

【新潟県新潟市】

化石ハンター展 ゴビ砂漠の恐竜とヒマラヤの超大型獣

図新潟県立万代島美術館

名高い「化石ハンター(=古生物学者)」たちがゴビ砂漠などで発掘した恐竜や大型哺乳類の研究成果を展示し、最新学説も紹介

☑北陸道新潟西IC
☎025-290-6655

チバットケサイ全身復元骨格
国立科学博物館蔵



9/8(日)~23(祝)

【長野県佐久市】

佐久高原コスモスまつり

図佐久高原コスモス街道

国道254号の「佐久高原コスモス街道」沿いに、地域の人々が丹誠込めて育てた市花・コスモスが咲き誇る。沿道の農産物直売所では地元農産物を販売

☑中部横断自動車道佐久南IC
☎0267-62-3285(佐久市観光協会)



9/28(土)・29(日)

【北海道石狩市】

石狩さけまつり

図弁天歴史通り一帯

石狩で捕れた新鮮な秋サケをその日のうちに格安で販売する即売会をはじめ、超特大の千人鍋で作る本場の石狩鍋や、サケのつかみ取りなど、イベントがめじろ押しだ

☑札幌道札幌北IC
☎0133-62-4611(石狩観光協会)



開催中~9/8(日)の(土)(日)

【埼玉県所沢市】

ライブ花火フェス 爆レス☆サイリウムナイト

図西武園ゆうえんち

人気アニメ「【推しの子】」のライブにきたかのような大熱狂に包まれ花火を楽しめる話題のイベント。「【推しの子】」オリジナルグッズやコラボフードなどの販売もあり

☑関越道所沢IC
☎04-2929-5354



※写真はイメージです

9/7(土)・8(日)

【宮城県仙台市】

定禅寺ストリートジャズ フェスティバル

図勾当台公園、西公園、仙台駅周辺 ほか約35か所

仙台市で開催される都市型の大規模な市民音楽祭。世代や経験を問わず集まった演奏者が、さまざまなジャンルの音楽を仙台の街角で奏でる

☑東北道仙台宮城IC
☎022-722-7382(定禅寺ストリートジャズフェスティバル協会)



9/7(土)~9(月)

【秋田県仙北市】

角館祭りのやま行事

図角館町内

武者人形や歌舞伎人形を飾った大型のヤマを曳き回し、重さ4~5tのヤマ同士が「山ぶつつけ」がクライマックス。曳き手とおやま囃子の両方が最高潮に達し、迫力満点

☑秋田道大曲IC
☎0187-43-3352(仙北市観光文化スポーツ部観光課)



9/13(金)~15(日)

【岩手県花巻市】

花巻まつり

図花巻市上町おまつり広場 ほか

430年を超える歴史を持つお祭り。美しい風流山車、一堂に会した台数で世界記録を達成した勇壮な神輿、鹿踊・神楽権現舞など盛りだくさん

☑東北道花巻南IC
☎0198-41-3542(花巻まつり実行委員会(花巻市観光課内))





群馬が誇る名湯でポカポカ 昭和の風情薫る四万温泉へ！

四万の病を治すという泉質のよさで知られる四万温泉。宮崎駿監督のアニメーション映画「千と千尋の神隠し」の湯屋のモデルの一つとも言われる「四万温泉 積善館」で、良質な温泉とご当地グルメを堪能。食後には湖面が青く輝く「奥四万湖」に足を延ばそう。

温泉街にはスマートボールや射的の遊技場が残る路地も。どこか懐かしい昭和の風情が老若男女問わず人気だ

積善館本館前の赤橋。本館の玄関やはりなどに江戸時代のものが一部そのまま残り、湯治場の雰囲気は今に伝える



MAP 1 四万温泉 積善館

江戸時代開業の老舗宿で
レトロな温泉につかる

1694(元禄7)年開業の温泉宿。本館にある「元禄の湯」は日帰り入浴が可能。アーチ窓から明るい陽が射し込み、タイル張りの床に5つの湯舟が配されたユニークな造りだ。

群馬県吾妻郡中之条町四万甲4236
☎0279-64-2101
☒日帰り入浴10:00～17:30(最終受付17:00)
☒不定 ☒日帰り入浴料中学生以上¥1,500
(フェイスタオル・歯ブラシ付き)、3～12歳
¥1,100(フェイスタオル付き)、2歳以下無料
☒87台(四万温泉桐の木平駐車場を利用、無料)

ドライブコースMAP





積善館本館の一角にあり、和モダンな店内ではおみやげも販売

MAP 2 昼食処 「お芋 釜揚げうどん 積善や」

群馬のご当地食材を使った
健康で胃腸に優しいメニュー

名物の「釜揚げうどん」¥1,400をはじめ、上州豚など地元の食材を生かした料理が楽しみ。店内の釜に石を敷き詰めて石焼きにした群馬県産のサツマイモ「シルクスイート」を使ったオリジナルスイーツも味わえる。

〒群馬県吾妻郡中之条町四万甲4236
☎0279-64-2101
🕒11:00~15:00(LO14:30)
📍📞(税や連休の場合は営業)、その他不定休あり
📺30席(禁煙)
📍87台(四万温泉桐の木平駐車場を利用、無料)



- 1.上州豚井と具だくさんの上州豚汁が付いた「上州豚三昧セット」¥1,400。甘めの味噌味で、野菜もたっぷり
- 2.落ち着いた店内でくつろげる
- 3.6種のおかずが付いた「釜揚げうどん」
- 4.「焼き芋ぜんざい」¥600



車で約10分

MAP 3 おくしまこ 奥四万湖

時と共に刻々と変化する
「四万ブルー」が眼前に！

四万温泉の最奥、四万川ダムによって造られた周囲約4.5kmの人造湖。「四万ブルー」と呼ばれる青い湖面を望む展望地も5か所ほど整備され、車で周遊できる。

〒群馬県吾妻郡中之条町四万
☎0279-64-2321(四万温泉協会)
📍📞(税や連休の場合は営業)、その他不定休あり
📺30台(無料)



- 1.光線具合や時間によっても異なるが、深い青になることも
- 2.ダムの堤の上にある展望地から見た風景。徒歩約5分の場所には「奥四万湖展望台」も
- 3.ダム下にある日向見公園から見上げる景色も迫力満点！

車で約15分



SA・PAに“よしみち”

関越道 駒寄PA(上り)

☎0279-54-6682 MAP P27-D-7

東京方面 前橋IC 駒寄PA(上り) 渋川伊香保IC 長岡方面



赤城山や榛名山など上州の名峰が間近に見られ、休憩スポットとして最適な駒寄PA上り線。イチオシ商品はこちら！

飲むヨーグルト 賛酪
¥205(150g)

生乳の自然な味を生かし、甘さ控えめながら濃厚かつクリーミーな味わい。砂糖や香料、安定剤不使用で、まさに贅沢な逸品。



ぐんまちゃん 旅がらす
¥1,286(16個入り)

こげん 鉱泉煎餅でミルククリームをサンドした群馬銘菓。鉱泉煎餅の塩けとクリームの甘味がマッチし、サクサクとした食感も心地いい。



敷地内にはアートギャラリーなどを備えた「OUKETSU TERRACE」もオープン

MAP 4 森のカフェ KISEKI

緑に囲まれた開放的なカフェで
自然とアートに触れる

県の天然記念物に指定された「四万の鰐穴群」入口にあるカフェ。オープンテラスでは川音を聞きながら、人気パティシエールがプロデュースした季節のパフェやケーキなどを。

〒群馬県吾妻郡中之条町四万3497
☎0279-64-2290 🕒10:30~15:00(LO14:30)
📍📞(税や連休の場合は営業)、その他不定休あり
📺30席(禁煙※秋以降は有料予定)



- 1.「OUKETSU TERRACE」では、彫刻家・西島雄志氏による龍をモチーフにした「瑞雲 Zui-un」を常設展示
- 2.川底に巨大な穴が空いている「四万の鰐穴群」は徒歩すぐ
- 3.季節限定の「マンゴーレアチーズパフェ」¥1,100。秋には「大学芋パフェ」も登場



かんえつどう
関越道

かみさと

上里SA (上り)

☎0495・33・1263

MAP P27-D-8

【駐車場】小型:311台/大型:49台 【フードコート】「上州ぼ〜く亭」10:00〜22:00、「天井てんやHIGHWAY」11:00〜22:00、饅頭蕎麦「彩の国」らーめん「麺の匠 三州」24時間、「スターバックス」7:00〜22:00 【レストラン】「黄金色の豚」11:00〜22:00 【ベーカリー】「Panini KITCHEN ロイヤルベーカリー」8:00〜20:00 【ショッピングコーナー】24時間 【ガステーション】24時間 【その他道路施設】電気自動車急速充電器(24時間)/インフォメーション平日9:00〜19:00③④8:00〜20:00/ウォークインゲート(一般道からの出入口)/スマートIC(終日利用可/すべての方向の出入可/車長12.0m以下/入口利用の場合すべての施設利用可、出口利用の場合すべての施設利用不可)



スタッフが選ぶ

SA・PA 私の推し ランキング



上里SA(上り)
スタッフ
藤満さん

公式サイト
ドラぶら



「食を通じて“旅の想い”を紡ぐ里」をコンセプトに、地元埼玉県のほか、群馬県・長野県・新潟県の特産品・おみやげを豊富にそろえるSA。群馬県・赤城山麓のブランド豚「赤城ポーク」などご当地グルメも充実。毎日届く産直野菜の販売や、ふっかちゃんをはじめとしたご当地キャライベントなど、地元愛あふれるイベントでドライバーや観光客を迎える。



上里町産梨使用 梨のクリームサンド ¥780(3個入り)

上里町・相川梨園産のナシクリームを、卵とバターをたっぷり使用した軽やか食感のパフケーキでサンド。優しい甘味とみずみずしく爽やかな酸味が口いっぱいに広がる。

かわいいパッケージでおみやげにぴったり！袋を開けた瞬間、上里町の香りが華やかに広がります。甘酸っぱい余韻を楽しみながら、紅茶をひと口。



地元・上里町産ナシを使用した
待望のご当地おみやげが登場！



販売時間/「Panini KITCHEN ロイヤルベーカリー」8:00〜20:00



香ばしい深谷ねぎをオン！
上里SA上り限定の新メニュー



深谷ねぎのチーズフランス ¥280(1個)

もっちり食感で定番人気のチーズフランスに、オープンでじっくり焼いた深谷ねぎのスライスをトッピング。まろやかなチーズソースに、深谷ねぎの香ばしい風味と自然な甘味がマッチ。

フードコートの人気メニュー「深谷ねぎラーメン」から着想を得て、地元埼玉らしい新商品を開発しました！朝ご飯にも、SAでのおやつ休憩にも♪



シュガーバターサンドの木 ロイヤルのスイートポテト風 ¥1,380(14個入り)

サクサク食感のシリアル生地、なめらかなスイートポテト風ショコラに九州産サツマイモをたっぷり使用。バターで表面をじゅわっと焦がし焼いて、スイートポテトを表現した。

濃厚なイモとバターの風味がふわりと鼻に抜ける一品。関東では上里SA上りをはじめとしたSA数店のみで販売の限定品！



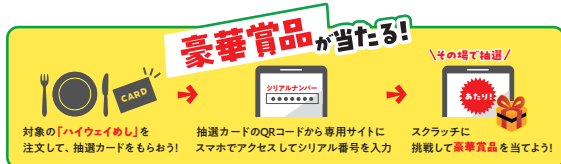
上里SA(上り)の「ここを見て！」
屋外の休憩スペース



SA内の緑豊かな休憩スペースで、長旅の疲れをリフレッシュ。天気によければ北に赤城山を望める。フードコートのご当地グルメをテイクアウトしてピクニックしたり、大自然を眺めながらストレッチしたり、思い思いの休憩時間を。

「ロイヤルのスイートポテト」と「シュガーバターサンドの木」がコラボ！





「ハイウェイめし甲子園」で上位に入賞したメニューを含む東日本のSA・PA各店舗自慢の「ハイウェイめし」を食べて、豪華賞品が毎月当たるキャンペーンに参加しよう！
おでかけの際は、SA・PAによりみちしてあなたのお気に入りの「ハイウェイめし」を見つけてみてはいかがでしょうか？

各店舗の
対象メニューなど
詳細はこちらから
チェック！



東北地方のサービスエリア・パーキングエリアの オススメソフトが大集結!!



東北地方の個性豊かなソフトクリームを掲載したソフトクリームマップを配布中！ドライブの際はソフトクリームを片手にひと休みするのがおすすめです。9月はマップ掲載のソフトクリームをご購入のお客さまに、スクラッチカードをプレゼント。あたりが出たら、対象のソフトクリーム1個と交換できます！



ソフトクリームマップ配布期間

2024年10月14日(月・祝)まで

スクラッチカード配布期間

2024年9月1日(日)～9月30日(月)

※スクラッチカードはなくなり次第終了

あたり券使用可能期間

2024年10月14日(月・祝)まで

買って調査! だから間違いない!



今日の担当はこの2人

今月のイチオシ

ティータイム

ライター・I上

ひと口にお茶といってもさまざまで、今回は選ぶのに迷いました! 味と香り、色の違いをお茶請けと共にご堪能あれ。

編集長・I藤

和菓子、特にあんこに合うお茶でリフレッシュするのが至福のひと時も、でも塩が効いたお茶請けも捨てがたい。



Instagramでオススメのグルメ・おみやげを紹介中!
「NEXCO 東日本サービスエリア」で検索!!

関越道 山谷PA(上り)

☎0258・83・3611 MAP P28-C-4

ゆきむろめいちゃ
雪室銘茶

各¥702(2~3g×10パック)

雪を利用した低温・高湿度の天然の冷蔵庫「雪室」でじっくりと寝かせることで、茶葉の旨味や甘味を引き出した。緑茶、紅茶まで種類豊富。



ライター・I上
ココがPOINT!

素材はすべて国産。新潟県産のコシヒカリの玄米をブレンドした越後棒茶や雪室こめ茶など、香ばしいお茶もぜひ!



イチオシ
DATA

定番 | | | ★ | 新商品
コスバ | | | ★ | 豪華
バリエ豊富: ★★★★★

関越道 越後川口SA(上り)

☎0258・89・2100 MAP P28-C-4

さかすけサブレ 各¥930
(塩サブレ90g、マールサブレ85g)

新潟県醸造組合の乳酸菌醗酵酒粕「さかすけ」を混ぜ込んで作られたサブレ。芳醇なチーズのようなコクとサクサクの歯応えが楽しい。



おぢや小千谷市の名物、錦鯉が描かれた地元の銘酒「長者盛」のワンカップ容器入りで、ちょっとしたギフトにもいい!



編集長・I藤
ココがPOINT!

イチオシ
DATA

定番 | | | ★ | 新商品
コスバ | | | ★ | 豪華
自然な甘味度: ★★★★★



江戸時代創業の老舗「亀屋」自慢の逸品。職人が手焼きする生地も、あんも甘さ控えめ

ライター・I上
ココがPOINT!

定番 | | | ★ | 新商品
コスバ | | | ★ | 豪華
カメ萌え度: ★★★★★



関越道 (埼玉・群馬・新潟)

HW編集部が実際に SA・PA

ご当地を代表する定番ものからひと味違う変わり種まで勢ぞろい！
旅行後のティータイムが楽しくなるお茶とお茶請けをご紹介します。



イチジク
DATA

定番 ★ 新商品
コスバ ★ 豪華
ベストマッチ度: ★★★★★

関越道

高坂SA(下り)

☎0493・34・5236 MAP P27-E-8

えび煎餅 狭山抹茶塩仕立て ¥1,650(30枚入り)

国産甘エビ使用の生地に狭山抹茶を練り込み、塩で味付け。
それぞれの味が引き立ち、パリパリとした軽い食感も◎。

エビの風味と狭山抹茶のほのかな苦味や旨味、塩けが絶妙！
抹茶は、地元埼玉の老舗・新井園本店の狭山抹茶です



編集長・1藤
ココがPOINT!

関越道

赤城高原SA(上り)

☎0278・24・7321 MAP P27-D-6

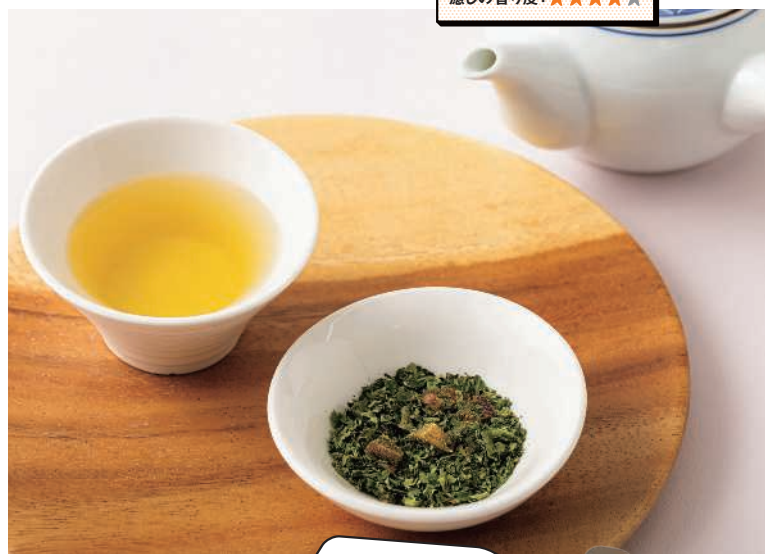
**いちじく葉茶
¥702(3g×8パック)**



減農薬、有機肥料で育てた
自社農園のイチジクの葉を丁寧
にローストし、乾燥。苦味
もなくすっきりとした味わい。

イチジク
DATA

定番 ★ 新商品
コスバ ★ 豪華
癒しの香り度: ★★★★★



ドライイチジク入りでほんのりと甘い香りに癒される～。ノンカフェインで飲みやすい！



編集長・1藤
ココがPOINT!

関越道

三芳PA(下り)

☎049・258・1264 MAP P27-F-9

**狭山茶とようかん詰合せ
¥1,728(お茶100g、ようかん8個)**

※セット内容は、新茶の時期(5～9月ごろ。売り切れ次第終了)のみ新茶。それ以外の時期は煎茶

茶葉が肉厚で濃厚な味わいの狭山茶の煎茶と、狭山茶を練り込んだ風味豊かなひと口ようかんのセット。自宅用にも贈答用にも。



オリゴ糖入りでおなかにも優しい緑茶ようかん
と、濃厚な狭山茶の組み合わせが最高！

ライター・1上
ココがPOINT!



関越道

上里SA(下り)

☎0495・33・2666 MAP P27-D-8

**亀どら(こしあん、つぶあん)
各¥270(1個)**

カメをかたどった生地に、北海道産の小豆を丹念に炊き上げたあんを合わせたどら焼き。
皮はしっとりふんわり、あんはなめらかだ。



イチジク
DATA

定番 ★ 新商品
コスバ ★ 豪華
狭山茶満喫度: ★★★★★

あなたが買ってみたく
思ったおみやげはどれ？

QRコードから投票しよう！



抹茶の風味香る
米粉のカステラ



関越道 高坂SA(下り)

☎0493・34・5236 MAP P27-E-8

雪室抹茶かすてら ¥680(6切れ入り)

雪を貯蔵した天然の冷蔵庫「雪室」で寝かせた抹茶と、新潟県産の米粉を使用。しっとり食感のなかに、抹茶の風味や苦味、甘味が感じられる。冷やして味わうのも◎。



もとは04年に埼玉で開催された「第59回国民体育大会」のマスコットだった。埼玉県民の鳥・シラコバトがモチーフ。現在は県の特命宣伝部長に任命され、県の魅力を発信している。

関越道 三芳PA(上り)

販売店舗:新井園本店
☎049・258・8585 MAP P27-F-9

さやま茶ペットボトル
¥150(500ml)

厚みのある茶葉を長く蒸し、独特の「狭山火入れ」で旨味を閉じ込めた狭山茶。老舗「新井園本店」のオリジナル商品。



深い味わいの
狭山茶を
手軽に堪能！



地元キャラが応援！

SA・PA

関越道
(埼玉・群馬・新潟)

ご当地おみやげフェス

特産品を使ったスイーツや肉の加工品まで盛りだくさんのエリア。
個性豊かなご当地おみやげを地元キャラと紹介します！

名物うどんが大変身!?
食べ応え満点の新感覚スナック



関越道 赤城高原SA(上り)

☎0278・24・7321 MAP P27-D-6

上州名物あげうどん
各¥760(100g)

「水沢うどん」を独自の製法で揚げた新感覚スナック。ザクザク食感で6つの味(のり塩・ソース・マヨネーズ・七味・カレー・胡麻)を楽しめる。



規格外のナシを利用し
食品ロス削減に取り組む
同SA下り線の限定品



関越道 上里SA(下り)

☎0495・33・2666 MAP P27-D-8

梨くりーむ大福
¥270(1個・冷凍)、¥1,404(6個入り・冷凍)

モチモチとした餅生地、上里町にある「相川梨園」のナシピューレを練り込んだ生クリームがたっぷりのとろける大福。



群馬

GUNMA
エリア



お富ちゃん

優しくおしとやかな永遠の14歳。蒟を湯で煮て生糸を巻き取る作業「座繰り」が特技。富岡をもっと元気にするため、魅力を全国にPRしている。

©お富ちゃん



※写真は調理例です

みなかみの精肉店が作る
ドイツ仕込みの本格派

関越道 谷川岳PA(下り)
☎0278・72・4626 MAP P27-D-6

育風堂精肉店ソーセージ 各種
各¥648～(200g)

国産の豚肉・牛肉、フランス産岩塩、山桜のスマークチップ、ドイツ産のスパイス、地元の名水などでシンプルに仕上げた。あふれ出す肉汁がたまらない。



©新潟県トッキキ

運動神経抜群の男子とっぴーと、おしゃべり大好きな女子きっぴーのペア「トッキキ」。県の鳥であるトキがモデルで、顔の赤いハートが特徴的な新潟県宣伝課長。

江戸中期創業の染工場と
地元の学生がコラボ!



関越道
越後川口SA(下り)
☎0258・89・3131 MAP P28-C-4

新潟手ぬぐい
各¥1,310(約35×90cm)

伝統的な「注ぎ染め」で作られた手ぬぐい。錦鯉や笹団子、トキなど当地ならではのモチーフが使われており、デザインや型作りには長岡造形大学の学生も協力。

関越道 谷川岳PA(上り)
☎0278・72・4627 MAP P27-D-6

生どら焼 小倉・抹茶・黒糖・マロン
各¥300(1個・冷凍)

渋川市産の卵を混ぜてふんわり焼き上げた生地、北海道産小豆や手亡豆を使用した、生クリームサンドどら焼き。4種用意あり。



アイス感覚で味わえる
生クリームどら焼き

※写真は調理例です



雪の下で越冬した
ニンジン(人参)の甘さと風味を
最大限引き出したジュレ

関越道
越後川口SA(上り)
☎0258・89・2100 MAP P28-C-4
雪下(ゆきした)にんじんジュレ
¥630(240g)

津南町特産の「雪下(ゆきした)にんじん」はニンジン独特の臭みがなく、凝縮した甘味とフルーティな香りが特徴。パンやクラッカー、ヨーグルトに添えてもおいしい。

関越道 塩沢石打SA(上り)
☎025・783・2940 MAP P28-C-5

越後魚沼
脂肪低減コンビーフ
¥540(80g)

蒸してほぐした牛肉を野菜エキスとゼラチンで固めた。牛脂を使っておらず、あっさりヘルシー。卵やポテトサラダに混ぜたり、ちょっとしたつまみにも。

※写真は調理例です



普段の料理のアクセントに!
あっさり味のコンビーフ

SAITAMA AREA ... 上里SA / 高坂SA / 三芳PA

GUNMA AREA ... 谷川岳PA / 赤城高原SA

NIIGATA AREA ... 越後川口SA / 塩沢石打SA

E4 東北道 リニューアル工事

宇都宮IC⇄矢板IC

終日・通行規制

2024 7/1_月 → 2025 2/28_金

※土日祝日、一部期間を除く

渋滞を予測しています。



規制内容

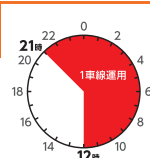
時間帯により、上下線の規制車線の数が変わります。

2024年7月1日（月）～11月29日（金）

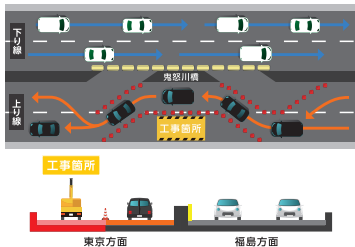
上り線 東京方面

1車線運用時間

平日 21時 → 翌12時



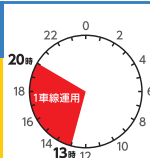
【1車線運用規制例】



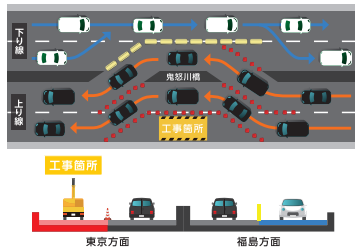
下り線 福島方面

1車線運用時間

平日 13時 → 20時

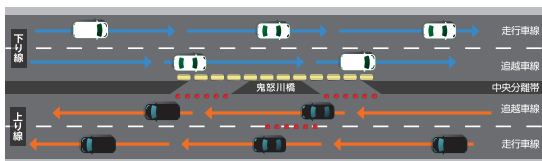


【1車線運用規制例】



土・日・祝日

上下線ともに
2車線運用
終日



工事カレンダー

※ 天候や作業進捗により変更する場合があります。

8月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

ご迷惑をおかけしますが、
ご理解とご協力をお願いいたします。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

NEXCO東日本グループは、高速道路事業を通じてSDGsの達成に貢献します。



高速道路リニューアルプロジェクト
大規模更新・修繕事業

リニューアル工事 公式WEBサイト
www.e-nexco.co.jp/renewal/

高速リニューアル

検索



あなたに、ベスト・ウェイ。





ETC 車限定 ドラ割

東北観光フリーパス

(繁忙期を除く)
連続する最大2~3日間

東北6県周遊プラン
2日間~の場合

普通車	軽自動車等
8,700円~	7,000円~

北東北周遊プラン
2日間~の場合

普通車	軽自動車等
7,600円~	6,100円~

南東北周遊プラン
2日間~の場合

普通車	軽自動車等
6,600円~	5,300円~

首都圏発着・東北6県周遊プラン
3日間

普通車	軽自動車等
16,000円	12,800円

首都圏発着・南東北周遊プラン
2日間~の場合

普通車	軽自動車等
11,500円~	9,200円~

宮城県道路公社
三陸道(仙台松島道路)は、宮城県道路公社が管理しています。

“高速”乗る前に、WEBでお申込み!!

ドラ割

検索

<https://www.driveplaza.com/etc/drawari/tohoku/>



ドラ割
ETC 限定
普通車・軽自動車等
ウェブサイトによる
事前申込制

ご利用期間

連続する最大2日間もしくは3日間
※ただし、交通混雑時はご利用いただけません。ご利用期間等の詳細はドラぷらからご確認ください。

販売価格

	2日間	普通車	軽自動車等
首都圏出発プラン	2日間	7,500円	6,000円
	3日間	8,500円	7,000円
周遊プラン	2日間	6,500円	5,000円
	3日間	7,500円	6,000円

アンケートに答えてプレゼントが当たる!!

ご利用後、アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で
各県からのご当地プレゼントが当たります!

ETCマイレージサービス登録でさらにお得!!

ETCマイレージサービスにご登録の方で、
条件を満たしたご利用の場合、通常付与されているポイントに加えて、
ポイントを追加付与いたします!

Check! 詳細は、ホームページ「ドラぷら」をご覧ください。

●ご利用開始前までに**お申込みが必要です。**(お申込みはドラぷらから)

ドラぷら インターネット

<http://www.driveplaza.com/etc/drawari/kitakanto/>

24時間、365日、お客さまの声を聞きしています。

NEXCO 東日本 お客さまセンター

0570-024-024

または 03-5308-2424

高速道路に関する情報は「ドラぷら」で

www.driveplaza.com/

検索

あなたに、ベスト・ウェイ。



フーリンギズはっしーの

ハイウェイめし

まんぷく旅



第2回 関越道(埼玉・群馬)

今までに全国10,000軒以上を食べ歩いた“食の伝道師”はっしー(橋本陽)さんが東日本のSA・PAを巡り、各店舗自慢のハイウェイめしを味わう「まんぷく旅」。今回は関越道(埼玉・群馬)のSA・PA7か所でハイウェイめしを堪能しました。

まんぷく旅 完全版はこちらをチェック!



HighwayWalker公式サイト



まんぷく旅で気分もアがる〜!

関越道のSA・PAにやって来ました〜!



Profile

はっしー(橋本陽) ● NEXCO 東日本ハイウェイめしアンバサダー。食べ歩いた店10,000軒超、Instagramのフォロワー数約30万人を誇るグルメエンターテイナーで、各種メディアをはじめ幅広く活躍。



埼玉県代表

ネギかき揚げで疲れをねぎらい
Wの揚げ物で気分アゲアゲ!!



埼玉

秩父名物わらじかつミニ丼とねぎかき揚げそば ¥1,500

そばは、甘く香り高いネギのかき揚げがサクッと軽やか。秩父名物「わらじかつ」のミニ丼は、衣を手付けした揚げたてのカツでボリューム満点。

関越道 三芳PA(上り)

フードコート「そばと丼 よしの」
☎049-274-1117
販売時間/10:00~21:00
MAP P27-F-9



ゆず香る 武蔵野
魚介つけうどん

¥1,000

むさしの武蔵野地方の郷土料理・肉汁うどんとラーメンが融合。つけ汁はつけ麺の「魚介系煮干タレ」を使い、メンマなどの具を麺にのせた。毛呂山町産の柚子の皮が風味のアクセントに。

関越道 三芳PA(下り)

フードコート「麺工房」 ☎049-258-1264
販売時間/10:00~20:30 MAP P27-F-9

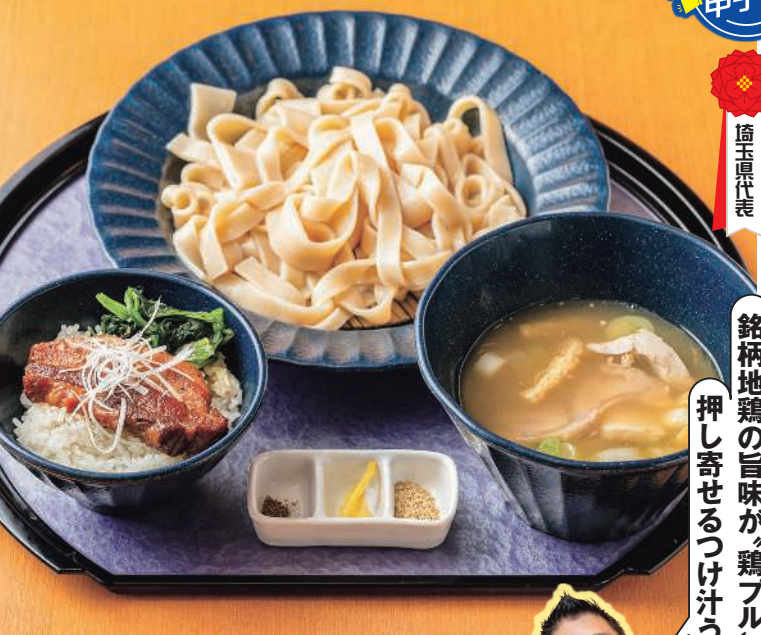


香りとコシが強い地粉うどんは埼玉県産小麦を100%使用。濃厚なつけ汁とベストマッチ
※撮影のため特別に厨房に入らせていただきました

濃厚スープと具はラーメン系!?
進化系★モチリ肉汁うどん



埼玉県代表



銘柄地鶏の旨味が、鶏プルで押し寄せるつけ汁うどん

彩の国タマシャモの
鶏塩つけ汁うどん

¥1,500

塩味のつけ汁は埼玉県の銘柄地鶏「彩の国地鶏タマシャモ」のkokoroと旨味が染み渡り、喉越しなめらかなうどんと絶妙に合う。川越市産「小江戸黒豚」を使った角煮のミニ丼付き。

関越道 高坂SA(上り)

フードコート「道なか食堂げんき」
☎0493・34・4375 販売時間/24時間
MAP P27-E-8



地鶏をじっくり低温調理。鶏チャーシュー2種入りのつけ汁は鶏ダシが効いた逸品だ
※撮影のため特別に厨房に入らせていただきました

名店のホルモン焼き
心もおなかもプリップリに弾む

埼玉

地元の大人気店! 太田ホルモン焼定食 ¥1,200

地元・小川町の人気店「太田ホルモン」監修の逸品。シャキシャキのキャベツとプリッと肉厚の豚モツが甘辛いタレとよく合い、ご飯が進む。

関越道 嵐山PA(上り)

フードコート
☎0493・62・8097
販売時間/8:00~20:00
MAP P27-E-8



埼玉

深谷牛辛味噌バーガー ¥1,500

希少な深谷市産ブランド和牛「深谷牛」を使ったハンバーガー。東松山市名物の辛味噌ダレが肉の味わいを引き立てる。ネギソースで味変も◎。

関越道 高坂SA(下り)

フードコート「肉Lab万万」
☎0493・34・5236
販売時間/11:00~19:45
MAP P27-E-8

熱々豪快! 群馬の美味盛り

鉄板の上の鶏豚合戦



群馬

上州もち豚と赤城鶏の Teppan 焼き定食 ¥1,380

キャベツやパスタの上に群馬県産銘柄肉2種を盛った鉄板焼き。「赤城どり」は洋風、「上州もち豚」はすき焼き風味で、薬味で味変も楽しめる。

関越道 赤城高原SA(上り)

フードコート「赤城食堂」
☎0278・24・7321
販売時間/11:00~20:00
MAP P27-D-6

テイクアウト! 光る肩ロースの旨煮

大判&ほろつと新食感☆



埼玉

姫豚旨煮丼 ¥1,200

地元・神川町産ブランド豚「姫豚」の肩ロースを使用。試作を重ねた大判肉厚の旨煮は口の中でほどける柔らかさ。特製タレと白飯も相性抜群。

関越道 上里SA(下り)

フードコート「姫軒」
☎0495・33・2666
販売時間/24時間
MAP P27-D-8



「フォーリンデブはっしーのハイウェイめしまんぶく旅」に掲載のメニューを注文すると豪華賞品が当たるチャンス!

「ハイウェイめしを食べて当てようキャンペーン」開催中

詳細はこちら▶



前回(18年2月号)登場してくれた時は、連続テレビ小説「わろてんか」の撮影中ながら免許取得に意欲を見せていた葵わかなさん。

「あのあと、その年の年末には運転免許を取得することができました。今ではマイカーも手に入れて、旅行はもちろん、実家に帰る時など、事あるごとに運転を楽しんでいます」

旅行が好きという葵さん。今年だけでも既に5回ほど行ったという。

「日帰り旅行も入れると、もっと行っていますね。旅先でも運転する機会が多いです。今年、母と宮崎県の高千穂へ行った時は、熊本空港からレンタカーで向かったのですが、山越えの道中が大自然すぎて。冒険感もあって楽しいドライブでした」

長時間のドライブも楽しめる葵さんだが、ピンチを経験したことも。「去年の冬に長野県へ旅行に行ったのですが、帰りに雪で大渋滞に巻き込まれてしまい……。雪を見越して早めに出たのですが、それでも東京まで9時間ぐらいかかってしまいました。唯一立ち寄れた諏訪湖SAが本当にありがたかったです」

遠方へのドライブではSA・PAに寄るのも楽しみの一つだとか。

「家族や友達と旅行へ行く時は、SAに着くたびに運転をリレーみたいに交代するんです。こうすると、遠

方でも疲れないし、おいしいモノも食べられる。もはや、SAに寄ることも旅行計画の一部ですね(笑)。そんなことしながら、都会から離れて、自然を感じられるデジタルデトックスみたいなドライブが理想です」

仕事面では現在、ドラマ「ブラックペアン シーズン2」(TBS系)に出演中。9月は主演の時代劇「おいち不思議がたり」(NHK BSほ

か)、さらに10月は主演舞台「セツアンの善人」が控えている。

「『セツアンの善人』は、『善とは何か?』『幸せとは何か?』といった哲学的な問いかけをしつつ、ポップな明るさもある作品です。私は劇中で性別も性格も違う2役を演じ分けて、さらに歌唱シーンもあるんです。どんな舞台がで上がるのか、今からドキドキしています」

Profile あおい わかな ●1998年6月30日生まれ、神奈川県出身。17年度後期の連続テレビ小説「わろてんか」(NHK総合)でヒロインに抜擢され、注目を集める。舞台にも挑戦しており、「アナスタシア」、「パンドラの鐘」など。現在は日曜劇場「ブラックペアン シーズン2」(TBS系)に出演中。9/1⑩から放送のBS時代劇「おいち不思議がたり」(NHK BS)では主演を務める。

撮影=須田卓馬/取材・文=江口和孝
ヘアメイク=masaki /スタイリスト=岡本純子
編集協力=千葉由知(ribeo visualworks)

葵わかな

Wakana
Aoi



日常でも旅行でもクルマが大活躍
長時間ドライブはSAリレーで楽しむ!

撮影:山崎伸康



「セツアンの善人」

STORY

ドイツの劇作家ベルトルト・ブレヒトが第二次世界大戦中に亡命先で執筆した寓意劇の名作。善人探しで下界に現れた神々から認められ、大金を与えられた娼婦のシェン・テ(葵わかな)。彼女は新しい商売を始めるが、お人よし故にさまざまな困難が立ちはだかる。このままでは身を滅ぼすと気づき、冷酷にビジネスに徹する架空のいとこ、シュイ・タ(葵・2役)に変装。邪魔者を一掃し始める。

10/16⑩〜11/4⑩ 世田谷パブリックシアター
11/9⑤・10⑩ 兵庫県立芸術文化センター 阪急 中ホール

STAFF & CAST

作 貝トルト・ブレヒト
脚 パウ・デッサウ
監 酒寄進一
(上演台本:演出) 白井晃
(歌詞・音楽監督) 国広和毅
出 葵わかな、木村達成、
渡部豪太、七瀬なつみ、
あめくみちこ、
ラサール石井 ほか

SA・PA&ドライブ 一問一答

Q. SAでつい買ってしまうものは?

A. 「ご当地そばがあると必ず買います。そばが好きなので、配らずに自分用ですね(笑)」

Q. もらってうれしかったおみやげは?

A. 「新潟の米菓専門店・瑞花のうす揚です。サクッと軽くて人に薦めたくなるおいしさ!」

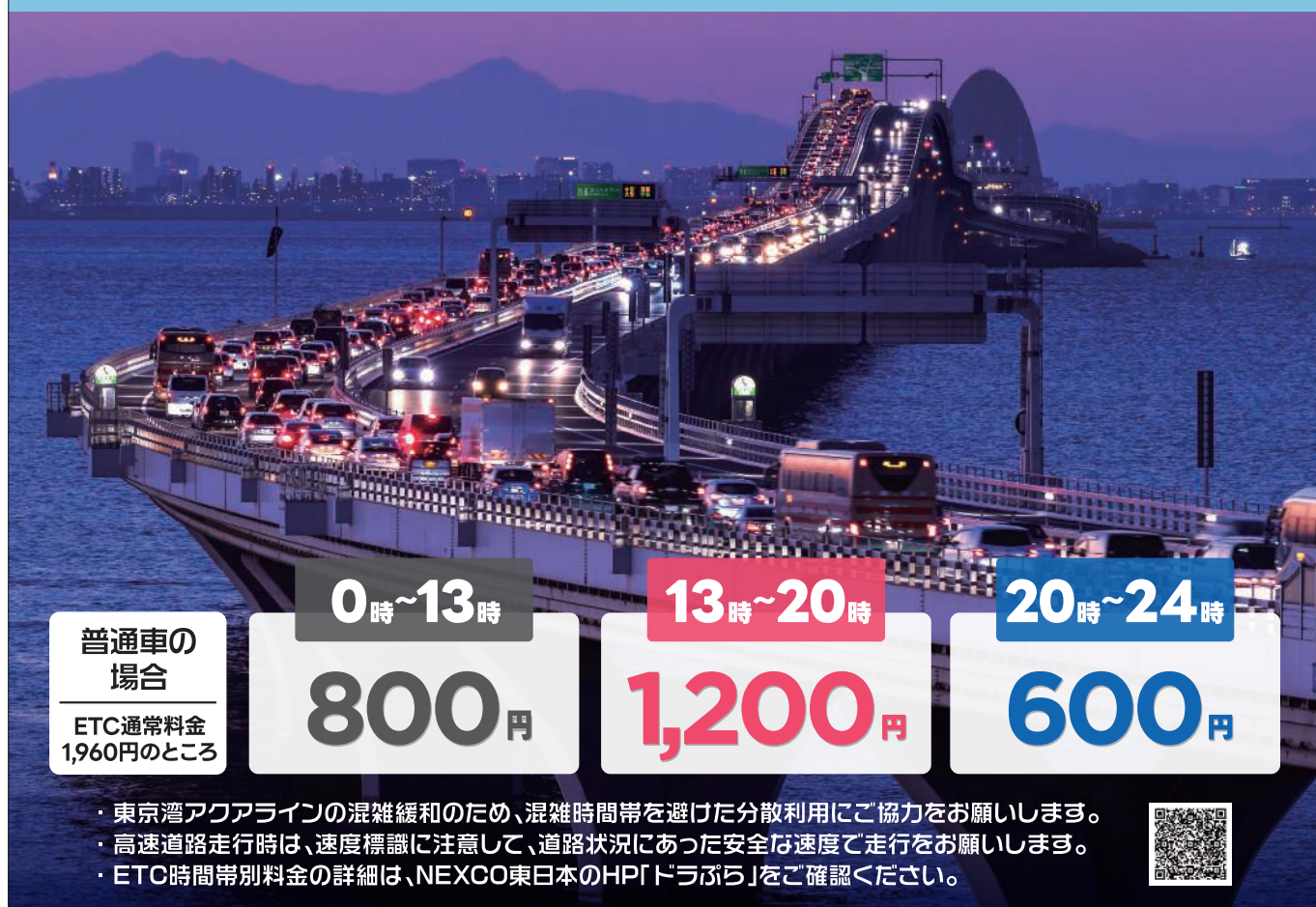
Q. マイカーを乗り換えるとしたら?

A. 「コンパクトなものより大きめの方が好きなのでSUVですね。色は黒か白か緑色!」

CA 東京湾アクアライン 上り線（木更津→川崎方面）


土日・祝日の混雑緩和のため ETC時間帯別料金を実施中

（1/2、1/3、振替休日を含む）



	0時~13時	13時~20時	20時~24時
普通車の 場合	800円	1,200円	600円
ETC通常料金 1,960円のところ			

- ・東京湾アクアラインの混雑緩和のため、混雑時間帯を避けた分散利用にご協力をお願いします。
- ・高速道路走行時は、速度標識に注意して、道路状況にあった安全な速度で走行をお願いします。
- ・ETC時間帯別料金の詳細は、NEXCO東日本のHP「ドラぷら」をご確認ください。



社会実験に関する問合せ先
千葉県県土整備部道路計画課

043-223-3298
（平日：9時～17時）

高速道路の通行料金等に関する問合せ先
NEXCO東日本お客さまセンター

 0570-024-024
または 03-5308-2424
（24時間365日）

駐車マスタ数について・・・「※」があるエリアには大型車・小型車ともに利用可能な「兼用マスタ」が設置されています。(兼用マスタは大型車マスタとしてカウントしております)

鶴巣PA・下り



大型55台小型123台／宮城県大和町
☎022-343-2051／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:00～20:00
ガスステーション24H☎022-343-2101
※セルフサービス方式

菅生PA・下り



大型23台小型102台／宮城県村田町
☎022-83-2915／春駒交通(株)
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎022-483-4543

国見SA・下り



大型72台小型115台／福島県国見町
☎024-585-3561／(株)名鉄ミライト
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎024-585-3560※セルフサービス方式

早めの休憩を
お願いします!



NEXCO東日本
マナーアップキャラクター「ナーティ」

吾妻PA・下り



大型22台小型47台／福島県福島市
ファミリーマート(免税対象店舗)24H☎024-592-1455
幸楽苑7:00～21:00(LO20:45)☎024-592-2077
ガスステーション7:00～22:00
☎024-591-4321

福島松川PA・下り



大型14台小型51台／福島県福島市
☎024-573-0967／(株)カルラ
フードコート・ショップ7:30～19:30
★ETC利用履歴発行プリンター7:30～19:30

安達太良SA・下り



大型58台小型79台／福島県本宮市
☎0243-33-1250／(株)ナックス
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:00～18:30
レストラン 平日11:00～15:30(LO15:00)及び17:00～
20:30(LO20:00) 土日祝11:00～15:30(LO15:00)及び
17:00～21:00(LO20:30) フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎0243-33-1145

安積PA・下り



大型70台小型35台／福島県郡山市
☎024-953-2596／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート 6:00～20:00 ショップ24H
シャワー24H
ガスステーション24H☎024-953-2691

鏡石PA・下り



大型15台小型27台／福島県鏡石町
ミニストップ24H☎0248-62-1508

東北自動車道③(32ページ)につづく



鶴巣PA・上り



大型34台小型69台／宮城県大和町
☎022-343-2412／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:00～20:00
ガスステーション24H☎022-343-2833

菅生PA・上り



大型21台小型99台／宮城県村田町
☎0224-83-2918／(株)グリーン・グリーン
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎0224-83-4544

国見SA・上り



大型51台小型109台／福島県国見町
☎024-585-3557／(株)鬼わさび本舗
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎024-597-7671※セルフサービス方式

吾妻PA・上り



大型23台小型35台／福島県福島市
ファミリーマート(免税対象店舗)24H
☎024-526-1771
会津屋 9:00～21:00☎024-533-2811

福島松川PA・上り



大型17台小型48台／福島県福島市
☎024-573-0986／(株)カルラ
フードコート・ショップ8:00～20:00

安達太良SA・上り



大型52台小型172台／福島県本宮市
☎0243-33-1151／日の丸サンス(株)
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:30～19:00
レストラン11:00～21:00(LO20:40)
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H☎0243-33-1245

安積PA・上り



大型54台小型36台／福島県郡山市
☎024-947-6850／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート 7:00～21:00 ショップ24H
シャワー24H
ガスステーション24H☎024-947-6878

鏡石PA・上り



大型11台小型27台／福島県鏡石町
ミニストップ24H☎0248-62-4618

【凡例】 案内スペースの淡色ピクトは、設置されていない施設です。

レストラン・フードコート ETC利用履歴発行プリンター

インフォメーション ETC利用履歴発行プリンター

ATM E-NEXCO Wi-Fi SPOT

【掲載情報のご注意】 本誌記載の情報は2024年7月20日時点のものです。営業時間、サービス内容等の掲載内容については、予告なく変更される場合があります。

インターチェンジ(IC)

パーキングエリア(PA)

サービスエリア(SA)

パーキングエリア(PA)

営業施設のないSA・PA

0.0キロポスト(KP)

ハイウェイガゼット推進中

apollostation

ENEOSウイング

宇佐美

ENEOS

エネクスフリード

電気自動車急速充電器

太陽電池

高速道路等に関するお問合わせについては、NEXCO東日本お客さまセンター

☎0570-024-024

☎03-5308-2424

エリアの詳細情報・料金等は

をご利用ください。

ドラぷら

https://driveplaza.com/

ガス欠注意!

早めの給油を!

記載されている営業時間は繁忙期等

期により異なる場合がございます。

をご利用ください。

ドラぷら

https://driveplaza.com/



E4 東北自動車道 ③

E4A 八戸自動車道

営業時間の詳細は「ドラぷら」をご確認ください。



駐車マス数について・・・※があるエリアには大型車・小型車ともに利用可能な「兼用マス」が設置されています。(兼用マスは大型車マスとしてカウントしております)

津軽SA・下り



大型29台小型132台／青森県平川市
セブン-イレブン24H ☎0172-44-5557

花輪SA・下り



大型16台小型59台／秋田県鹿角市
牛めし「松屋」・ショップ7:30～19:30 ☎0186-30-1131
★ベビーケアルーム7:30～19:30

八戸自動車道

折爪SA・下り



大型18台小型59台／岩手県軽米町
ミニストップ24H ☎0195-47-2280

岩手山SA・下り



大型37台小型93台／岩手県八幡平市
☎0195-75-0643／(株) ナックス
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H ☎0195-75-0646
※2024年3月25日リニューアルオープン!

滝沢PA・下り



大型28台小型21台／岩手県滝沢市
☎019-688-4320／(株) 半田屋
フードコート・ショップ7:30～19:30

矢巾PA・下り



大型12台小型31台／岩手県矢巾町
※商業施設運営工事のため、2023年12月1日より自動販売機(24H)のみ営業
を行っております。ご理解・ご協力をお願いいたします。

紫波SA・下り



大型※50台小型66台／岩手県紫波町
☎019-671-7775／(株) 家族亭
フードコート・ショップ7:00～22:00
ガスステーション24H ☎019-671-7013

北上金ケ崎PA・下り



大型※29台小型9台／岩手県北上市
☎0197-67-2586／(株) 半田屋
フードコート・ショップ7:30～19:30

前沢SA・下り



大型26台小型83台／岩手県奥州市
☎0197-56-2715／(株) 平泉観光センター
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:00～18:30
レストラン 11:00～20:00 (LO19:45)
フードコート24H
ショップ(免税対象店舗) 24H
ガスステーション24H ☎0197-41-3770

金成PA・下り



大型24台小型23台／宮城県栗原市
セブン-イレブン24H ☎0228-44-2345
シャワー24H

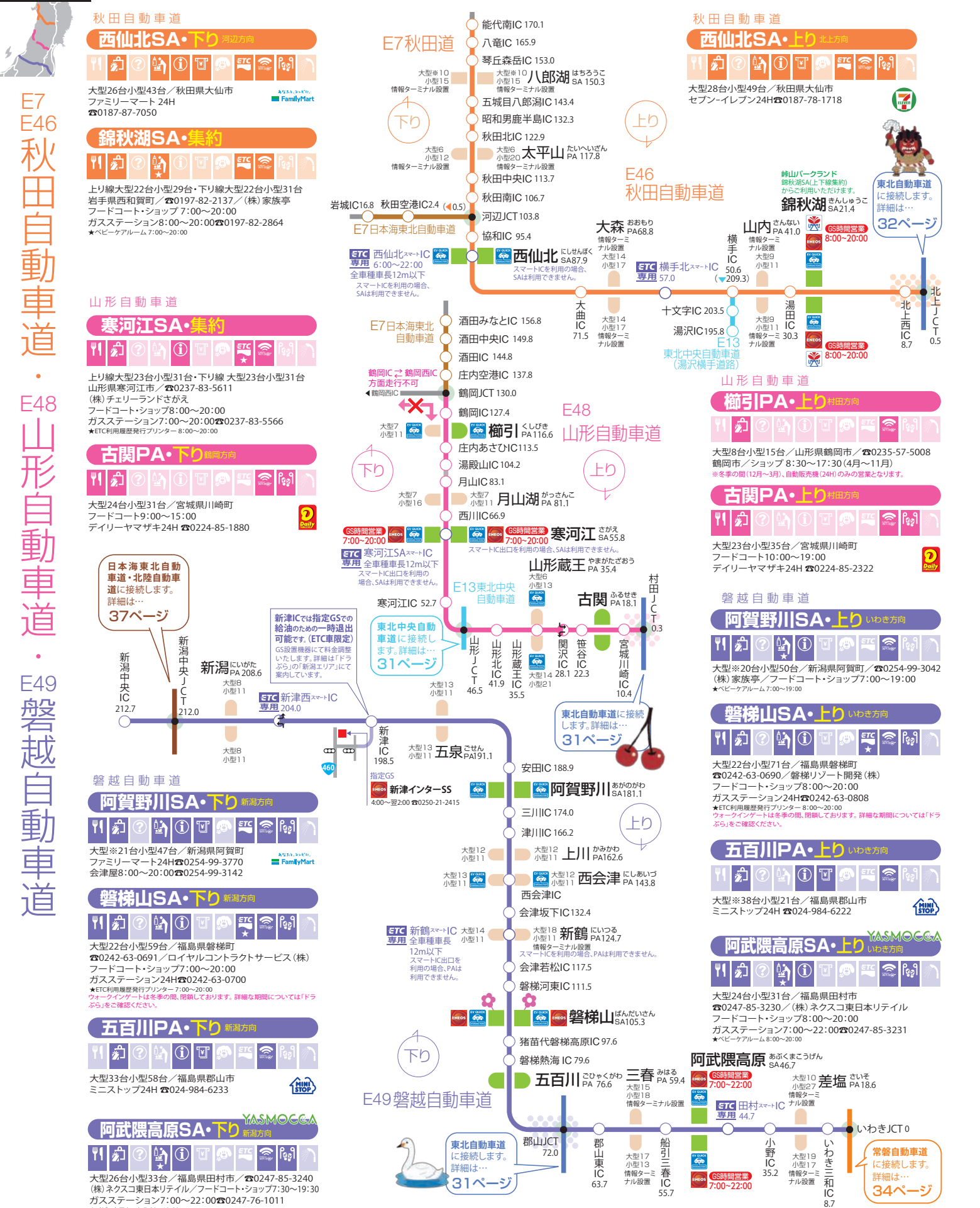
長者原SA・下り



大型※47台小型98台／宮城県大崎市
☎0229-28-3737／(株) 鳴子観光ホテル
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:00～18:30
レストラン 平日11:00～15:00 及び 18:00～20:00
土日祝11:00～20:00
フードコート・ショップ24H
ガスステーション24H ☎0229-28-3716



東北自動車道②(31ページ)につづく



凡例 案内スペースの淡色ピクトは、設置されていない施設です。

レストラン・フードコート	ドッグラン
ショッピングコーナー	ETC利用履歴発行プリンター
インフォメーション	ATM
ベビーカー用	情報ターミナル
	ウォークインゲート
	E-NEXCO Wi-Fi SPOT

【掲載情報のご注意】 本誌記載の情報は2024年7月20日時点のものです。営業時間、サービス内容等の掲載内容については、予告なく変更される場合があります。

インターチェンジ(IC)
パーフィンターチェンジ(IC)
サービスエリア(SA)
パーキングエリア(PA)
営業施設のないSA・PA
0.0キロポスト(KP)
ハイウェイガゼン推進中

apollostation
ENEOSウイング
宇佐美
ENEOS
エネクスフリード
電気自動車急速充電器
太陽電池
ガス欠注意！
早めの給油を！
記載されている営業時間は繁忙期等季節により異なる場合がございます。
高速度道路等に関するお問合わせについては、NEXCO東日本お客さまセンター
0570-024-024
03-5308-2424
エリアの詳細情報・料金等は
をご利用ください。
ドラぷら
https://driveplaza.com/



E18 上信越自動車道・E19 長野自動車道

営業時間の詳細は、「ドライブ」を「確認」ください。



駐車マス数について……「※」があるエリアには大型車・小型車ともに利用可能な「兼用マス」が設置されています。(兼用マスは大型車マスとしてカウントしております)

妙高SA・下り



大型30台小型37台／新潟県妙高市
☎0255-81-3022／高崎弁当(株)
フードコート・ショップ 7:00～19:00
★ベビーゲアルーム 7:00～19:00

小布施PA・下り



大型16台小型24台／長野県小布施町
☎026-247-5023／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:00～19:00
※電気自動車急速充電器は小布施ハイウェイオアシスからご利用いただけます。

松代PA・下り



大型29台小型111台／長野県長野市
☎026-278-8155／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:00～20:00
ガスタンクステーション24H ☎026-278-4406

長野自動車道

姨捨SA・下り 長野方向



大型32台小型119台／長野県千曲市
☎026-274-2982／アルピコ交通(株)
レストラン 11:00～15:00
フードコート・ショップ 7:00～22:00
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～22:00

千曲川さかきPA・下り



大型40台小型27台／長野県坂城町
セブン-イレブン24H ☎0268-82-5710

東部湯の丸SA・下り



大型52台小型80台／長野県東御市
☎0268-62-6102／(株)荻野屋
レストラン 11:00～15:00 (LO14:30)
フードコート・ショップ 24H
ガスタンクステーション7:00～22:00 ☎0268-61-0271

佐久平PA・下り



大型※41台小型23台／長野県佐久市
☎0267-66-3533／佐久平尾山開発(株)
フードコート・ショップ 7:00～19:00
信州そば ひらお 11:00～15:00 ☎0267-66-3380

横川SA・下り



大型※46台小型265台／群馬県安中市
☎027-395-2571／高崎弁当(株)
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:00～18:30
レストラン 8:00～20:00 (LO19:30)
フードコート・ショップ24H
ドトールコーヒー 7:00～20:00 ☎027-386-2198
ガスタンクステーション24H ☎027-395-2770
※セルフサービス方式(大型車のみフルサービス)

甘楽PA・下り



大型※40台小型45台／群馬県甘楽町
☎0274-74-6855／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:30～19:30

上越JCT 204.8

上越高田IC198.8

北陸自動車道に接続
します。詳細は…
37ページ

ETC専用 新井スマートIC

大型28台
小型49台

大型※24台
小型60台

新井 あらい
PA 191.7

中郷IC184.4

妙高 みょうこう
SA 179.8

妙高高原IC172.4

信濃町IC167.2

大型8台
小型11台

黒姫野尻湖 くるひめのじりこ
PA 164.1

豊田飯山IC154.0

信州中郷IC146.3

ETC専用 小布施スマートIC

全車種車長12m以下

小布施 おぶせ
PA 141.6

ハイウェイオアシス
小布施総合公園
千曲山ハイウェイミュージアム、
レストラン
ハイウェイオアシス駐車場から
ご利用いただけます。
☎ 026-251-4111

須坂長野東IC134.8

長野IC124.9

下り線123.0

松代 まつしろ
PA 122.8

E19
長野
自動車道

更埴JCT118.9 (←75.7)

更埴IC74.8

ETC専用 下り線63.4

姨捨

おぶすて
SA 63.5

下り線52.4

大型22台
小型43台

麻績IC56.2

筑北 ちくほく
PA 53.2

ETC専用 筑北スマートIC

47.2

安曇野IC33.1

至松本IC

下り線106.0

千曲川さかき ちくまがわさかき
PA 106.1

坂城IC104.7

上田菅平IC96.8

GS時間営業
7:00～22:00

東部湯の丸

とうぶゆのまる
東部湯の丸IC 88.6

小諸IC 82.1

佐久小諸JCT 72.8

佐久IC 71.3

ETC専用 佐久平スマートIC

全車種車長12m以下

佐久平 さくだいら
PA 68.3

スマートIC出口を利用の場合、PAは利用できません。

佐久平ハイウェイオアシス
「リラダ」
アスレチック昆虫体験学習館など
佐久平PA(上下線)第2駐車
場からご利用いただけます。
☎ 0267-67-8100

碓氷軽井沢IC52.5

下り線42.1

横川

よこかわ
SA 42.2

松井田妙義IC37.5

下仁田IC26.7

富岡IC20.1

ETC専用 甘楽スマートIC

スマートIC入口を利用の場合
PAは利用できません。

甘楽 かんら
PA 15.4

スマートIC出口を利用の場合PAは利用できません。

吉井IC11.2

ハイウェイオアシス ららん藤岡
花の交流館、農産物直売所、レストラン
藤岡PA(上り線)からご利用いただけます。☎ 0274-24-8220

大型※20台
小型173台

藤岡 ふじおか
PA 1.8

藤岡IC 情報ターミナル設置

関越自動車道に接続
します。詳細は…
35ページ

藤岡JCT 0

妙高SA・上り



大型22台小型41台／新潟県妙高市
☎0255-81-3025／高崎弁当(株)
フードコート・ショップ 8:00～20:00
★ベビーゲアルーム 8:00～20:00

小布施PA・上り



大型16台小型25台／長野県小布施町
☎026-247-5552／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:00～19:00
野菜市場 10:00～17:00

松代PA・上り



大型※32台小型115台／長野県長野市
☎026-278-8788／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:00～20:00
野菜市場 10:00～17:00
ガスタンクステーション24H ☎026-278-3833

長野自動車道

姨捨SA・上り 松本方向



大型29台小型111台／長野県千曲市
☎026-274-2981／アルピコ交通(株)
フードコート・ショップ 7:00～22:00
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～22:00

千曲川さかきPA・上り



大型40台小型27台／長野県坂城町
セブン-イレブン24H ☎0268-82-0112

東部湯の丸SA・上り



大型※49台小型80台／長野県東御市
☎0268-63-0230／(株)ホテル紅や
レストラン 11:00～15:00
フードコート・ショップ 24H
ガスタンクステーション24H ☎0268-61-0500※セルフサービス方式

佐久平PA・上り



大型※40台小型23台／長野県佐久市
☎0267-66-3522／佐久平尾山開発(株)
フードコート・ショップ 7:30～19:30

横川SA・上り



大型※50台小型296台／群馬県安中市
☎027-395-3535／(株)荻野屋
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:30～19:00
レストラン 11:00～21:00 (LO20:30)
フードコート・ショップ24H
スターバックス 8:00～20:00
☎027-380-4088
野菜市場10:00～18:00
ガスタンクステーション24H ☎027-380-4101

甘楽PA・上り



大型30台小型45台／群馬県甘楽町
☎0274-74-6647／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 7:30～19:30



E8 北陸自動車道・E7 日本海東北自動車道

37

駐車マス数について・・・「※」があるエリアには大型車・小型車ともに利用可能な「兼用マス」が設置されています。(兼用マスは大型車マスとしてカウントしております)

花と緑のやすらぎ
ハイウェイガーデン
ハイウェイガーデン推進中

黒崎PA・下り 新潟方向

大型※71台小型141台／新潟県新潟市
☎025-379-3464／(株)ネクスコ東日本リテイル
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:00～18:30
フードコート・ショップ7:00～20:00
スターバックス7:00～20:00 ☎025-370-6131
ガステーション24H ☎025-378-7311

栄PA・下り 新潟方向

大型28台小型69台／新潟県三条市
☎0256-45-2855／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:30～19:30

大積PA・下り 新潟方向

大型※22台小型13台／新潟県長岡市
セブンイレブン24H ☎0258-46-8767
シャワー24H

米山SA・下り 新潟方向

大型32台小型104台／新潟県柏崎市
☎0257-26-2000／(株)ニッカイ米山
レストラン8:00～21:00 (LO20:30)
フードコート・ショップ24H
ガステーション24H ☎0257-31-1812

名立谷浜SA・下り 新潟方向

大型30台小型56台／新潟県上越市
☎025-546-2069／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:00～20:00
ガステーション24H ☎025-546-2900
★ベビーゲアールーム7:00～20:00

蓮台寺PA・下り 新潟方向

大型23台小型13台／新潟県糸魚川市
☎025-552-8104／(株)秀穂
フードコート・ショップ8:00～21:00

越中境PA・下り 新潟方向

大型24台小型13台／富山県朝日町
フードコート7:00～19:00 (LO18:30)
デイリーヤマザキ24H ☎0765-83-3620

E7 日本海東北自動車道

ETC専用 豊栄スマートIC 大型※34 小型33 豊栄 SA 11.8
二輪車、軽自動車、普通車、
中型車12m以下

ETC専用 新潟東スマートIC 7.4
新潟中央IC212.7
新潟亀田IC3.2
新潟中央JCT476.5
新潟西IC473.0

ETC専用 黒崎スマートIC 黒崎 SA466.6
スマートIC出口を利用の場合、
PAは利用できません。

ETC専用 米スマートIC 米 さかえ PA441.5
スマートIC入口を利用の場合、
PAは利用できません。

ETC専用 長岡北スマートIC 425.4
長岡JCT421.5

E8 北陸自動車道

大積 おおつみ PA 415.0
西山IC 407.9
刈羽 かりわ PA 405.8
柏崎IC 397.1

米山 よねやま SA387.2
米山IC 385.2
柿崎IC 373.8

ETC専用 大潟スマートIC 大型10 小型25 大潟 おおがた PA365.3
全車種車長12m以下
スマートIC入口を利用の場合、
PAは利用できません。

上越IC 355.9
上越JCT351.4

名立谷浜 名だちたにはま SA341.6
名立谷浜IC
能生IC 326.5

蓮台寺 れんだいじ PA313.5
糸魚川IC 311.9

親不知IC 299.4

越中境 えっちゅうさかい PA 288.2
朝日IC 282.1
至黒部IC

黒崎PA・上り 富山方向

大型※88台小型83台／新潟県新潟市
☎025-370-1222／(株)ネクスコ東日本リテイル
インフォメーション平日9:00～17:00 土日祝8:30～19:00
フードコート・ショップ7:00～19:00
モスバーガー7:00～20:00 ☎025-379-2015
ガステーション24H ☎025-377-3621

栄PA・上り 富山方向

大型23台小型61台／新潟県三条市
☎0256-45-2856／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:00～19:00

大積PA・上り 富山方向

大型※23台小型13台／新潟県長岡市
セブンイレブン24H ☎0258-47-1178
シャワー24H

米山SA・上り 富山方向

大型22台小型94台／新潟県柏崎市
☎0257-22-7070／ロイヤルホールディングス(株)
レストラン11:00～20:00 (LO19:45)
フードコート・ショップ24H
ガステーション24H ☎0257-24-7067
ドッグランは冬季の間、閉鎖しております。詳細な期間については「ドラぷら」をご確認ください。

名立谷浜SA・上り 富山方向

大型27台小型56台／新潟県上越市
☎025-546-2062／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ7:00～20:00
ガステーション24H ☎025-531-5255
★ベビーゲアールーム7:00～20:00

蓮台寺PA・上り 富山方向

大型19台小型13台／新潟県糸魚川市
☎025-552-8102／(株)秀穂
フードコート・ショップ8:00～21:00

越中境PA・上り 富山方向

大型24台小型13台／富山県朝日町
フードコート7:00～19:00 (LO18:30)
デイリーヤマザキ24H ☎0765-83-3412

【凡例】 案内スペースの淡色ピクトは、設置されていない施設です。

- レストラン・フードコート
- ドッグラン
- ETC利用履歴発行プリンター
- インフォメーション
- ATM
- ウォークインゲート
- ベビーゲアールーム
- 情報ターミナル
- NEXCO Wi-Fi SPOT
- 【掲載情報のご注意】 本誌記載の情報は2024年7月20日時点のものです。営業時間、サービス内容等の掲載内容については、予告なく変更される場合があります。

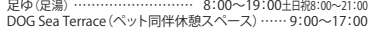
○ インターチェンジ(IC)
● ハーフインターチェンジ(HIC)
■ サービスエリア(SA)
■ パーキングエリア(PA)
■ 営業施設のないSA・PA
0.0 キロポスト(KP)
✿ ハイウェイガーデン推進中

apollostation ENEOS エネクスフリード 電気自動車急速充電器 太陽電池

高速道路等に関するお問合わせについては、NEXCO東日本お客さまセンター
☎0570-024-024
☎03-5308-2424

エリアの詳細情報・料金等は
をご利用ください。
ドラぷら https://driveplaza.com/

ガス欠注意！
早めの給油を！
記載されている営業時間は繁忙期等季節により異なる場合がございます。



※セルフサービス方式

 **GS** []内フリーブランド ♥=セルフ式

**ガス欠注意！
早めの給油を！**

東北道
花輪SA ④8:00～20:00
岩手山SA ④ **apollostation**[宇佐美]♥
⑤ **ENEOS**
紫波SA ④⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]
前沢SA ④ **apollostation**[宇佐美]♥
⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]
長者原SA ④⑤ **ENEOS**
鶴巣PA ④ **apollostation**[宇佐美]♥
⑤ **ENEOS**♥
菅生PA ④⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]
国見SA ④⑤ **ENEOS**♥
吾妻PA ④⑤ 7:00～22:00 **apollostation**[宇佐美]
安達太良SA ④ **ENEOS**、
⑤ **apollostation**[宇佐美]
安積PA ④⑤ **ENEOS**
那須高原SA ④ **ENEOS**[ENEOSウイング]、
⑤ **apollostation**[宇佐美]
上河内SA ④ **apollostation**[宇佐美]、
⑤ **apollostation**[太陽館]
佐野SA ④ **apollostation**[宇佐美]、
⑤ **apollostation**[宇佐美]
蓮田SA ④⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]♥、
⑤ **apollostation**
秋田道
錦秋湖SA 集約
8:00～20:00 **ENEOS**[宇佐美]
山形道
寒河江SA 集約
7:00～20:00 **ENEOS**
磐越道
磐梯山SA ④⑤ **ENEOS**
阿武隈高原SA ④⑤
7:00～22:00 **ENEOS**
常磐道
南相馬鹿島SA 集約
apollostation[エクスフリー]♥
中郷SA ④⑤ **ENEOS**♥、
⑤ **apollostation**[宇佐美]
友部SA ④⑤ **ENEOS**
守谷SA ④⑤ **ENEOS**♥
関越道
越後川口SA ④ **apollostation**[宇佐美]、
⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]
赤城高原SA ④ **apollostation**[宇佐美]、
⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]♥
上里SA ④ **ENEOS**、
⑤ **apollostation**[エクスフリー]
高坂SA ④⑤ **apollostation**[宇佐美]
三芳PA ④ **apollostation**、
⑤ **ENEOS**
上信越道
松代PA ④ **apollostation**、
⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]
東部湯の丸SA ④ **ENEOS**♥、
⑤ 7:00～22:00 **apollostation**
横川SA ④ **apollostation**[宇佐美]、
⑤ **ENEOS**[ENEOSウイング]♥
北陸道
黒崎PA ④ **apollostation**、
⑤ **ENEOS**
米山SA ④ **ENEOS**[宇佐美]、
⑤ **apollostation**[宇佐美]
名立谷浜SA ④⑤ **apollostation**[宇佐美]
北関東道
太田強戸PA 集約
ENEOS[エクスフリー]♥
笠間PA 集約 **ENEOS**♥
東関東道
酒々井PA ④ **ENEOS**、
⑤ **apollostation**[エクスフリー]
圏央道
菰蒲PA 集約 **apollostation**[宇佐美]
館山道
市原SA ④ **apollostation**[宇佐美]♥、
⑤ 7:00～22:00 **apollostation**[宇佐美]♥
EV QUICK **電気自動車
急速充電器**
東北道
津軽SA ④⑤
花輪SA ④⑤
岩手山SA ④⑤

紫波SA ④⑤
前沢SA ④⑤
長者原SA ④⑤
鶴巣PA ④⑤
菅生PA ④⑤
国見SA ④⑤
安達太良SA ④⑤
安積PA ④⑤
那須高原SA ④⑤
上河内SA ④⑤
都賀西方PA ④⑤
佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤
蓮田SA ④⑤
八戸道
折爪SA ④⑤
秋田道
西仙北SA ④⑤
錦秋湖SA 集約
山形道
柳引PA ④⑤
寒河江SA 集約
山形蔵王PA ④⑤
磐越道
阿賀野川SA ④⑤
西会津PA ④⑤
磐梯山SA ④⑤
阿武隈高原SA ④⑤
常磐道
南相馬鹿島SA 集約
四倉PA ④⑤
湯ノ岳PA ④⑤
中郷SA ④⑤
田野PA ④⑤
友部SA ④⑤
千代田PA ④⑤
守谷SA ④⑤
関越道
越後川口SA ④⑤
塩沢石打SA ④⑤
谷川岳PA ④⑤
赤城高原SA ④⑤
駒寄PA ④⑤
上里SA ④⑤
嵐山PA ④⑤
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
妙高SA ④⑤
小布施PA ④⑤
東部湯の丸SA ④⑤
横川SA ④⑤
甘楽PA ④⑤
長野道
嬬捨SA ④⑤
北陸道
黒崎PA ④⑤
柴PA ④⑤
米山SA ④⑤
名立谷浜SA ④⑤
越中境PA ④⑤
北関東道
波志江PA (東行き) (西行き)
壬生PA (東行き) (西行き)
笠間PA 集約
東関東道
湾岸幕張PA ④⑤
酒々井PA ④⑤
圏央道
狭山PA (外回り) (内回り)
菰蒲PA 集約
坂東PA (内回り)
江戸崎PA (外回り) (内回り)
京葉道路
幕張PA ④⑤
館山道
市原SA ④⑤
君津PA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約
第三京浜
都筑PA ④
保土ヶ谷PA ④
横浜横須賀道
横須賀PA ④⑤

守谷SA ④⑤
関越道
越後川口SA ④⑤
上里SA ④⑤
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
横川SA ④⑤
北陸道
黒崎PA ④⑤
東関東道
酒々井PA ④⑤
館山道
市原SA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約
ベビーケアルーム
東北道
津軽SA ④⑤
花輪SA ④⑤ 7:30～19:30
⑤ 7:30～19:30
岩手山SA ④⑤
紫波SA ④⑤
前沢SA ④⑤
長者原SA ④⑤
国見SA ④⑤
安達太良SA ④⑤
那須高原SA ④⑤
上河内SA ④⑤
佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤ 7:00～22:00、⑤
蓮田SA ④⑤
八戸道
折爪SA ④⑤
秋田道
西仙北SA ④⑤
錦秋湖SA 集約 7:00～20:00
磐越道
阿賀野川SA ④⑤ 7:00～19:00、⑤
磐梯山SA ④⑤
阿武隈高原SA ④⑤ 8:00～20:00
⑤ 7:30～19:30
常磐道
中郷SA ④⑤ 7:00～21:00
⑤ 7:00～21:00
友部SA ④⑤
守谷SA ④⑤
関越道
越後川口SA ④⑤
塩沢石打SA ④⑤
谷川岳PA ④⑤
赤城高原SA ④⑤
駒寄PA ④⑤
上里SA ④⑤
寄居PA ④⑤
嵐山PA ④⑤
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
妙高SA ④⑤ 8:00～20:00
⑤ 7:00～19:00
東部湯の丸SA ④⑤
横川SA ④⑤
長野道
嬬捨SA ④⑤
北陸道
黒崎PA ④⑤
米山SA ④⑤
名立谷浜SA ④⑤ 7:00～20:00
⑤ 7:00～20:00
東関東道
酒々井PA ④⑤ 7:00～21:00、⑤
京葉道路
幕張PA ④⑤ 6:00～22:00
⑤ 6:00～22:00
館山道
市原SA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約
情報ターミナル
東北道
津軽SA ④⑤
花輪SA ④⑤
岩手山SA ④⑤
滝沢PA ④⑤
矢巾PA ④⑤
紫波SA ④⑤
前沢SA ④⑤
金成PA ④⑤
志波姫PA ④⑤
長者原SA ④⑤
安達太良SA ④⑤
三本木PA ④⑤
鶴巣PA ④⑤
泉PA ④⑤
菅生PA ④⑤
蔵王PA ④⑤
国見SA ④⑤

吾妻PA ④⑤
福島松川PA ④⑤
安達太良SA ④⑤
安積PA ④⑤
鏡石PA ④⑤
阿武隈PA ④⑤
那須高原SA ④⑤
黒磯PA ④⑤
上河内SA ④⑤
大谷PA ④⑤
都賀西方PA ④⑤
佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤
蓮田SA ④⑤
東京外環道
新倉PA 集約
八戸道
福地PA ④⑤
折爪SA ④⑤
二戸PA ④⑤
秋田道
八郎湖SA ④⑤
太平山PA ④⑤
西仙北SA ④⑤
大森PA ④⑤
山内PA ④⑤
山形道
寒河江SA 集約
磐越道
阿賀野川SA ④⑤
新鶴PA ④⑤
磐梯山SA ④⑤
五百川PA ④⑤
阿武隈高原SA ④⑤
三春PA ④⑤
差塩PA ④⑤
常磐道
鳥の海PA ④⑤
南相馬鹿島SA 集約
ならはPA ④⑤
四倉PA ④⑤
湯ノ岳PA ④⑤
中郷SA ④⑤
東海PA ④⑤
友部SA ④⑤
谷田部東PA ④⑤
守谷SA ④⑤
関越道
越後川口SA ④⑤
塩沢石打SA ④⑤
谷川岳PA ④⑤
赤城高原SA ④⑤
駒寄PA ④⑤
上里SA ④⑤
寄居PA ④⑤
嵐山PA ④⑤
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
妙高SA ④⑤
松代PA ④⑤
東部湯の丸SA ④⑤
佐久平PA ④⑤
横川SA ④⑤
長野道
嬬捨SA ④⑤
北陸道
黒崎PA ④⑤
柴PA ④⑤
米山SA ④⑤
名立谷浜SA ④⑤
北関東道
波志江PA (東行き) (西行き)
太田強戸PA 集約
出流原PA (東行き) (西行き)
壬生PA (西行き)
笠間PA 集約
東関東道
酒々井PA ④⑤
湾岸幕張PA ④⑤
圏央道
狭山PA (外回り) (内回り)
菰蒲PA 集約
坂東PA (内回り)
江戸崎PA (外回り) (内回り)
高滝湖PA (外回り) (内回り)
京葉道路
幕張PA ④⑤
京葉市川PA ④⑤
館山道
市原SA ④⑤
君津PA ④⑤
千葉東金道
野呂PA ④⑤
菅生PA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約

第三京浜
都筑PA ④
保土ヶ谷PA ④
横浜新道
戸塚PA ④
横浜横須賀道
横須賀PA ④
ATM
東北道
津軽SA ④⑤
矢巾PA ④
金成PA ④⑤
吾妻PA ④⑤
国見SA ④⑤
安達太良SA ④⑤
鏡石PA ④⑤
那須高原SA ④⑤
黒磯PA ④⑤
上河内SA ④⑤
佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤ 7:00～22:00、⑤
蓮田SA ④⑤
東京外環道
新倉PA 集約
八戸道
折爪SA ④⑤
秋田道
西仙北SA ④⑤
磐越道
阿賀野川SA ④⑤
五百川PA ④⑤
常磐道
関本PA ④⑤
日立中央PA ④⑤
友部SA ④⑤
千代田PA ④⑤
守谷SA ④⑤
関越道
山谷PA ④⑤
塩沢石打SA ④⑤
赤城高原SA ④⑤
上里SA ④⑤
寄居PA ④⑤
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
千曲川さかきPA ④⑤
横川SA ④⑤
北陸道
大積PA ④⑤
越中境PA ④⑤
北関東道
波志江PA (東行き) (西行き)
東関東道
大栄PA ④⑤
酒々井PA ④⑤ 7:00～21:00、⑤
京葉道路
幕張PA ④⑤
京葉市川PA ④⑤
館山道
市原SA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約
横浜新道
戸塚PA ④⑤ 9:00～21:00、⑤
横浜横須賀道
横須賀PA ④⑤ 7:30～19:30、⑤
**ETC ETC利用履歴
発行プリンター**
東北道
津軽SA ④⑤
花輪SA ④⑤
岩手山SA ④⑤
紫波SA ④⑤
前沢SA ④⑤
長者原SA ④⑤
菅生PA ④⑤
国見SA ④⑤
吾妻PA ④⑤
圏央道
福島松川PA ④⑤、⑤ 7:30～19:30
安達太良SA ④⑤
那須高原SA ④⑤
黒磯PA ④⑤
上河内SA ④⑤
佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤ 7:00～22:00、⑤
蓮田SA ④⑤
東京外環道
新倉PA 集約
八戸道
折爪SA ④⑤
秋田道
西仙北SA ④⑤
錦秋湖SA 集約
寒河江SA 集約 8:00～20:00

磐越道
阿賀野川SA ④⑤
磐梯山SA ④⑤ 8:00～20:00
⑤ 7:00～20:00
常磐道
南相馬鹿島SA 集約 8:00～20:00
四倉PA ④⑤ 7:00～20:00
⑤ 6:30～19:30
関本PA ④⑤
中郷SA ④⑤
日立中央PA ④⑤
友部SA ④⑤
千代田PA ④⑤
守谷SA ④⑤
関越道
越後川口SA ④⑤
塩沢石打SA ④⑤
赤城高原SA ④⑤
上里SA ④⑤
寄居PA ④⑤、⑤ 7:00～19:00
高坂SA ④⑤
三芳PA ④⑤
上信越道
妙高SA ④⑤
千曲川さかきPA ④⑤
東部湯の丸SA ④⑤
横川SA ④⑤
八戸道
折爪SA ④⑤
長野道
嬬捨SA ④⑤ 7:00～22:00
⑤ 7:00～22:00
北陸道
黒崎PA ④⑤
大積PA ④⑤
米山SA ④⑤
名立谷浜SA ④⑤
北関東道
太田強戸PA 集約 7:00～21:00
東関東道
湾岸幕張PA ④⑤ 6:00～21:00
⑤ 7:00～22:00
圏央道
狭山PA (外回り) 7:00～21:00
(内回り) 7:00～21:00
菰蒲PA 集約 7:00～21:00
京葉道路
幕張PA ④⑤
京葉市川PA ④⑤
館山道
市原SA ④⑤
東京湾アクアライン
海ほたるPA 集約
第三京浜
都筑PA ④
保土ヶ谷PA ④
横浜新道
戸塚PA ④⑤ 9:00～21:00、⑤
横浜横須賀道
横須賀PA ④⑤ 7:30～19:30、⑤
ドッグラン
東北道
長者原SA ④⑤
那須高原SA ④⑤
佐野SA ④⑤ ※1
蓮田SA ④⑤ 9:00～17:00
常磐道
南相馬鹿島SA 集約
守谷SA ④⑤
北陸道
米山SA ④⑤ ※2
館山道
市原SA ④⑤
※1 上り線側からご利用可能です。
※2 米山SAドッグランは冬季の間、閉鎖しております。詳細な期間については「ドラぷら」をご確認ください。
シャワー
東北道
金成PA ④⑤
安積PA ④⑤
関越道
塩沢石打SA ④⑤
寄居PA ④⑤
常磐道
千代田PA ④⑤
北陸道
大積PA ④⑤





原付(125cc以下)や自転車で

ナビアプリを利用する際の注意点



原付 (125cc 以下) のガイド設定

高速道路を使わない経路案内を設定してください



※画面イメージは Google マップを引用



自転車のガイド設定

自転車モードを設定してください



NEXCO 東日本 マナーアップキャラクター
『マナーディ』

24時間、365日、お客さまの声をお聞きしています。
NEXCO 東日本 お客さまセンター
0570-024-024
または 03-5308-2424

高速道路に関する情報は「ドラぷら」で
www.driveplaza.com/

ドラぷら 検索

あなたに、ベスト・ウェイ。



高速道路の情報を LINEで配信します！

よく使う
高速道路の
情報がほしい

来月の工事の予定は？

工事予定を
通知してほしい

目的地の天候を
チェックしたい！

ここからここまでの
高速料金は？

サービスエリアで
行われている
イベントは？

お得なプランを
検索したい！

未知のスポットを
知りたい！



NEXCO 東日本
マナーアップキャラクター
マナーティ

友だち追加は、二次元コードから
マナーティで隠れていても、読み取れます

写真提供：NEXCO 東日本

あなたに、ベスト・ウェイ。



高速道路の裏側に潜入

ハイウェイを支える人々

Vol.101

高速道路上で日々起こるさまざまな事案に、現場の最前線で対応する交通管理隊員。その業務について話を伺った。

株式会社ネクスコ・サポート北海道
北広島交通管理事業所

主任
さききこうじ
佐々木弘司さん

隊員
あかつかゆうすけ
赤塚友輔さん

交

交通事故や車両故障、路上障害物など高速道路のさまざまな異常事態に迅速に対応すべく、日々巡回車でパトロールにいそむ交通管理隊員。道路上の異変をいち早く察知し、現場の最前線でお客さまと高速道路の安全・安心を守る、重要な役割を担っている。

株式会社ネクスコ・サポート北海道の北広島交通管理事業所では、新千歳空港を沿線に含む重要路線である道央道の札幌南IC～苫小牧東IC間、道東道の千歳恵庭JCT～タ張IC間を管轄。夏は1日10回、冬は14回の定期巡回を行い、冬季には1日で約1,500kmも走行するという。「巡回時は、広い視界で全体を捉えるようにしています。そうして毎日、何度も巡回することで、センターボールの倒れや落下物など、いつもとは違う状況に気付くことができるんです」と主任の佐々木弘司さん。隊員の赤塚友輔さんも巡回業務を間違い探しに例えつつ、「集中して、2人の隊員の4つの目で、異変(間違い)がないかを探すようにチェックしています」と話す。

危険と隣り合わせの現場業務

故障車や事故の処理、落下物の排除などは車から降りての作業となるため、対処中は常に危険が付きまとう。「現場では、体の横を時速10

0kmで車が通過していきます。赤旗をどのように振れば通行するお客さまに伝わりやすいか。日々工夫して訓練していますが、現場次第で臨機応変な対応が必要なので、そこは大変ですね」と佐々木さん。「ひと手間かけて、より安全に」を意識して、日々業務を遂行しています。

冬は吹雪や大雪の中、通行止め時の車両誘導などで屋外に長時間立つことも。「防寒対策はしていますが、時にはマイナス20℃近くまで気温が下がる場合があります。ただどんな現場でも、お客さまと自らの安全確保を最優先し、緊張感を持って臨んでいます」と赤塚さんは胸を張る。

高速道路が正常であるために

責任があり、精神的にも体力的にも決して楽な仕事ではないが、そんな彼らを支えるのが、お客さまからの感謝の声だ。「何らかの理由で困っているところへわれわれが駆け付け、サポートや復旧作業をする中で『ありがとう』『助かったよ』と言葉をかけていただくことがあります。それが大変励みになっています」と、にっこりはほ笑む2人。

高速道路が正常に機能するために、道路状況の異変から利用者の困り事まで目を光らせる、交通管理隊員の仕事。第一線で働く誇りとやりがいを感じ、今日も巡回を続ける。



①路上障害物の排除では、身の安全を守りつつ、素早く車線上の障害物を取り除く ②天候や通行止め状況の確認、巡回報告などのデスクワークもある ③出発前に標識装置やランプ類などを点検 ④巡回業務は2人1組で実施

またすぐに
帰ってくるね。

NEXCO東日本は、
その気持ちを守るために、
24時間走り続けます。

#3「会いたい」を守る仕事



あなたに、ベスト・ウェイ。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

NEXCO東日本グループは、高速道路事業を通じてSDGsの達成に貢献します。

こんなときは… NEXCO東日本お客さまセンターへ



上記の走行は、通行料金のお支払いができていない場合がありますので、**周囲の安全を確認し、料金所係員にお申し出いただくかNEXCO東日本お客さまセンターへ走行状況をお伝えください。**

24時間、365日、お客さまの声をお聞きしています。

NEXCO東日本お客さまセンター

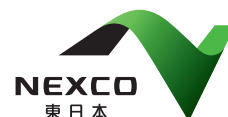
0570-024-024

または 03-5308-2424

ETCカード番号・有効期限・
車両番号・車両の特徴を
あらかじめご準備ください。

※適正な通行料金のお支払いがされていない場合に
そのまま放置されますと、不正通行として取り扱われ
ることがありますのでご注意ください。

あなたに、ベスト・ウェイ。



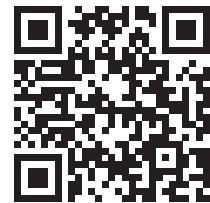


ハイウェイウォーカー【公式】 X(旧Twitter)盛り上がっています



地元グルメ、名物おみやげ、
穴場スポット...
お役立ち情報のほか
「ハイウェイウォーカー」
最新号も読める！

素敵な商品が当たる
キャンペーンも



Instagramは こちら！



映える
おでかけ写真が
いっぱい

公式WEBサイトは こちら！



週末の
ドライブ、
どこ行く？

自然ときめくりリゾート休暇村 休暇村陸中宮古
シングル宿泊券(¥13,500相当)



1泊2食付き(夕食:三陸のシーサイドビュッフェ、朝食:ビュッフェ)
※お食事の提供方法が変更となる場合がございます
※人数の増員、追加のご飲食などは別途ご精算ください
有効期間/10/1②～25年1/31②
除外日/④、10/13②、11/3②、12/30②～25年1/3②、1/6②～10②、1/12②

にぎり寿司や刺身、「瓶ドン」が絶品

陸中海岸のほぼ中央に位置する「休暇村陸中宮古」。季節ごとの旬を大切に、三陸ならではの新鮮な海産物と岩手県産の食材を使用したビュッフェが人気で、料理人が心を込めて握るにぎり寿司や、宮古のご当地グルメ「瓶ドン」などが味わえる。

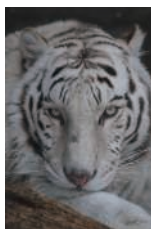
休暇村陸中宮古

☎0193-62-9911

🌐www.qkamura.or.jp/miyako/

2名様

東北サファリパーク ペア入園券
(¥6,200相当)



有効期間/～12/30②
休園日/②、ほか ※HPを要確認

世界各国の動物に会いに行こう

福島県の安達太良山麓に約700頭羽の動物たちが暮らす「東北サファリパーク」。放し飼いのエリアでは、ライオンなどの迫力ある姿を車の中から見られるほか、草食動物には車内からエサあげも可能。ホワイトタイガーなどに出合えるウォーキングエリアも見逃さない。

東北サファリパーク

☎0243-24-2336(9:00～17:00)

🌐tohoku-safari-park.co.jp/

3組
6名様

<辻利>抹茶ラテ(13g×10本入)
2個セット(¥1,026相当)



3名様

本格的な抹茶ラテをお手軽に

茶匠厳選の宇治抹茶を100%使用した「<辻利>抹茶ラテ」。一番茶をふんだんに使い、抹茶本来の芳醇な旨味と香りをダイレクトに感じることができる。スティック1本で1杯分の計量いらず。水や牛乳にも溶けるので、アイスでも楽しめる。

片岡物産(株)お客様相談室

☎0120-941440

🌐www.kataoka.com/

応募は携帯電話/スマートフォンから!

対応機種をお持ちの方は、下のQRコードをカメラで読み取って、応募画面にアクセスしてください。

※ご応募は、お一人様1回までとなります(重複応募は無効です)。発表は発送をもって代えさせていただきます。また、一部の機種では、お申し込みができない場合があります。



読者アンケート・プレゼントの
ご応募について

ギフト券¥2,000分などプレゼント!

プレゼントご希望の方は、左記の方法でご応募ください。ご応募の際、よりよい誌面づくりのためのアンケートにご協力をお願いいたします。ご応募された方の中から、抽選で希望賞品をプレゼントいたします。

Present & Information

プレゼントの応募締め切りは ▶ 9月19日(木)

JCBギフトカード ¥2,000分



※画像はイメージです

30名様

“食欲の秋”にも活用できる

残暑が少しずつ和らいで、暦の上では秋が到来。これからが旬の秋の味覚を味わって、夏の疲れを解消しよう。日本全国の取扱店で使えるJCBギフトカードは、買物はもちろん、食事や宿泊にも利用できとても便利。利用可能店舗は公式サイトで確認を。

JCBギフトカードデスク

☎0570-06-4741(9:00～17:00 ※④⑧⑨、年末年始除く)

🌐www.jcb.co.jp/voucher/gift-card/merchant.html

「あらわざ桜島」
(900ml/¥1,099相当)



5名様

磨き蒸留により実現した、軽やかな旨さ

鹿児島県のお酒老舗・本坊酒造による本格芋焼酎「あらわざ桜島」。南薩摩伝統の技に世界が認めた蒸留もろみに対流を起こす独自技術の特許「磨き蒸留」を加え、芋特有のkokoro・旨味・香りがよりなめらかで、軽やかな味わいに。

本坊酒造株式会社

☎099-822-7003

🌐www.hombo.co.jp/

葵わかなさん
サイン入り写真



1名様

愛車でのドライブを満喫しています

前回ご登場いただいたのは18年2月号、取材現場でそのHWの現物を目にした葵さん。「わあ～懐かしい! 当時はまだ運転免許を持っていなかったのですが、このあとすぐ免許を取って。今はドライブは私にとってなくてはならないものになりました」と、充実のカーライフを送っているようでした。

from READERS

Voice

♥HWのドライブコースで旅をしたら、調べる手間がなく気楽に旅行を楽しむことができました!(栃木県/貴司さん)

♥旅行帰り、SAの展望台で夕日を見ました。子供が「きれい!」と喜んでいて、寄ってよかったです。(長野県/瑞希さん)

♥友部SAでツバメの巣を発見。ふんよけの手作りカバーもありSAの皆さんの見守りに優しい気持ちに!(茨城県/明日佳さん)

from EDITORS

★夏休み、帰省ラッシュを乗り越えて、海辺ドライブを楽しみました! 捕れたての海鮮、浜焼きなど、おいしいものたくさん食べて大満足。皆さんもSA・PAに寄りながら、ゆっくり安全運転でドライブをお楽しみくださいませ〜(三輪)

地域をつなぎ
地域とつながり
未来につなげる



NEXCO東日本グループは、高速道路事業を通じてSDGsの達成に貢献します。



NEXCO東日本のCSR動画
「事業環境の今と進化に向けた取組み」
はこちらから

