

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

2025
September
No.120

Highway Walker

COVER 上戸彩写真集「Midday Reverie」発売中

上戸 彩



特集 [かんえつどう]

関越道

埼玉・群馬・新潟

のSA・PA



舞茸天うどん
(三芳PA⑤)

SA・PA/
私の
推し

あんこの勝ち ANしゅーくりーむ
皮むきあん



ランキング

たかさか
高坂SA⑦

季節のおすすめ

注目スポット&イベント

- 伊香保まつり → 沼田花火大会
- 日本海クラシックカーレビュー ほか



豚に現代アートに曼珠沙華!?
テーマパークを
遊び尽くす

〔埼玉県飯能市・入間市・日高市〕



高速道路

東日本エリア

エリアマップ付き

特集

関越道の埼玉・群馬・新潟のSA・PA

かんえつどう

COVER FACE P39

上戸彩写真集「Midday Reverie」発売中

上戸彩



撮影＝寺田茉布 (LOVABLE)

ヘアメイク＝猪股真衣子 (TRON) / スタイリスト＝宮澤敬子 (WHITNEY)

キャスティング＝千葉由知 (ribelo visualworks)

衣装協力＝トーガ プルラ / トーガ 原宿店 (ワンピース)、
mayuokamatsu / マユ ショールーム (リング3点)

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、and R
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アトラクト
印刷・製本／佐川印刷株式会社

©2025 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 埼玉県 飯能市・入間市・日高市 豚に現代アートに曼珠沙華!? テーマパークを遊び尽くす

→路線特集

- 08 SA・PA 私の推しランキング ▶ 関越道 高坂SAⓉ
- 10 SA・PA 今月のイチオシ ▶ ワンハンドフード
- 12 SA・PA ご当地おみやげフェス ▶ 関越道 (埼玉・群馬・新潟)
- 16 必食! SA・PAごはん ▶ 秋の収穫祭

→連載

- 27 ハイウェイウォーカー みんなのランキング
- 40 ハイウェイを支える人々 「株式会社ネクスコ東日本エリアサポート フロントサービス部 蓮田インフォメーション エリアコンシェルジェ」
- 42 Present & Information

→エリアMAP

- 19 関東エリアマップ 21 東北エリアマップ 25 北陸・上信越・関越エリアマップ

→SA・PA MAP

- 28 東北自動車道①・東京外環自動車道
- 29 東北自動車道②
- 30 東北自動車道③・八戸自動車道
- 31 秋田自動車道・山形自動車道・磐城自動車道
- 32 常磐自動車道
- 33 関越自動車道
- 34 上信越自動車道・長野自動車道
- 35 北陸自動車道・日本海東北自動車道
- 36 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
- 37 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
- 38 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。





AIが渋滞を高精度予測



NTT docomo

AI渋滞予知

AI渋滞予知とは、当日お昼時点の人口統計に基づき、14時以降の交通需要や所要時間を予測するものです。その日の天候やイベントなどによる人の動きを考慮できるため、高精度な予測が可能となっています。



14時以降の渋滞予測を毎日13時に発表!

お昼時に確認して、午後の計画を立てるのに、ひと役買います。

「**ドラぷら**」で好評配信中!

NEXCO東日本 お客さま向けWEBサイト



沼田IC ▶ 練馬IC

上り線



木更津JCT ▶ 川崎浮島JCT

上り線



木更津JCT ▶ 篠崎IC

上り線

E17 関越自動車道

CA 東京湾アクアライン

New E14 京葉道路・館山道



所要時間 ▶ 通過するのに要する時間

本日午後の関越道渋滞予測

沼田IC → 練馬IC

予測所要時間

予測交通需要

30分ごとの予測!

表示切替

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

交通需要 ▶ 各時間帯ごとに走行したい交通量

本日午後の関越道渋滞予測

沼田IC → 練馬IC

予測所要時間

予測交通需要

30分ごとの予測!

表示切替

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

所要時間

交通需要

※画像は関越道の渋滞予測イメージです。※東京湾アクアラインは始点終点の選択はありません。

渋滞対策は、ご利用いただくお客さまとの掛け算です
ご理解・ご協力をお願いいたします

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。
NEXCO 東日本

季節の
おすすめ

注目スポット&イベント

神輿や彫刻屋台・山車で盛り上がる秋祭り、花火大会などがめじろ押し

伊香保温泉のシンボル・石段を
荘厳華麗な神輿が練り上がる



石段街の頂上に鎮座する伊香保神社の例大祭として行われ、神輿が勢い余って石段を転げ落ちることもあることから、激しい祭りとしても知られる

9/18(金)~20(土)

【群馬県渋川市】

伊香保まつり

伊香保温泉

重さ数百kgにもなる本神輿や全国的にもまれな樽神輿が、伊香保温泉の石段街を練り歩き、伊香保神社を目指して上る様子が迫力満点

☎関越道渋川IC伊香保IC
☎0279-72-3151(渋川伊香保温泉観光協会)

9/13(土)

【群馬県沼田市】

沼田花火大会

沼田市運動公園および利根川河川敷

超至近距離からの打ち上げが迫力。最先端の音楽花火パフォーマンスなど、オリジナリティあふれる演出が見どころ

☎関越道沼田IC・月夜野IC ☎0278-23-1137(沼田花火大会実行委員会(沼田商工会議所))・0278-23-2111(沼田花火大会実行委員会(沼田市観光交流課))



13(平成25)年に43年ぶりに復活した花火大会。今年は花火のほかにドローンショーを予定



1970年代のボンネットバス「いすゞTSD40型」の試乗会のほか、特別展示車両もあり

9/7(日)

【新潟県糸魚川市】

日本海クラシックカーレビュー

フォッサマグナミュージアム

1974(昭和49)年以前に製造の国産車・外国車130台を展示し、ジョイフルラーでは約30台のクラシックカーが市内を走行

☎北陸道糸魚川IC
☎025-553-1785(糸魚川市観光案内所)



子供たちがまつり囃子を披露。樽神輿は、おもに酒樽と4本の丸太棒を使って毎年手作りされ、石段街をみみ合いながら上っていく



8/20(水) → 10/19(日)

クルマで行こう



2か月保存版

イベントカレンダー

10/11(土)

【長野県松本市】

浅間温泉松明祭

浅間温泉

江戸時代から続く伝統行事で、五穀豊穡と人々の安泰を祈願する火祭。若人が麦わらを束ねた直径2m以上の燃え上がる松明を担いで温泉街を練り歩く

☎長野県松本市・梓川ス
マートIC
☎0263-46-1800(浅間温
泉観光協会)



9/13(土)・14(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

勾当台公園、西公園、仙台駅周辺ほか

仙台の中心街を舞台とする都市型の大規模市民音楽祭。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街角で披露する

☎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)



開催中～8/31(日)

【新潟県魚沼市】

こども船長

奥只見湖

奥只見湖で絶景を満喫できる遊覧船の周遊コースで、「こども船長」体験が可能(新潟県内の小学生以下体験無料、乗船券必要)。こども舵輪による操船などが楽しめる

☎関越道魚沼IC
☎025-795-2750(奥只見観光)



10/11(土)～13(日)

【茨城県笠間市】

笠間浪漫

笠間芸術の森公園イベント広場

笠間の秋をふんだんに楽しめるイベント。「笠間の栗」をはじめとする農産物やおいしいグルメ、笠間焼、クラフト、ワークショップなど150に及ぶ店が会場内に軒をつらねる

☎北関東道友部IC
☎0296-72-9222(笠間観
光協会)



9/13(土)・14(日)

【山形県舟形町】

ふながた若鮎まつり

アユパークふながた

町のシンボルである清流・最上小国川で育まれたアユをはじめ、町の特産品の販売や友好都市からの出店が行われる。「子ども鮎つかみどり体験」などの催しもいっぱい

☎東北中央道舟形IC
☎0233-32-0844(舟形町まち
づくり課ふさと応援推進室)



8/30(土)

【秋田県大仙市】

全国花火競技大会 「大曲の花火」

「大曲の花火」公園(大仙市大曲雄物川河畔)

約18,000発を打ち上げる花火競技大会。大会提供花火では、約900mにわたって打ち上げる花火が圧巻だ

☎秋田道大曲IC
☎0187-88-8073(観覧席
など大曲商工会議所花
火振興事業部)・0187-
73-7931(交通規制・駐車
場など大仙市花火産業
推進課)



画像提供: 秋田県大仙市

10/11(土)・12(日)

【栃木県鹿沼市】

鹿沼秋まつり

鹿沼市街地・鹿沼今宮神社周辺

江戸時代の祭りの伝統と粋を今に受け継ぎ、ユネスコ無形文化遺産に登録。豪華絢爛な彫刻屋台26台が鹿沼の街を勇壮に練り歩く

☎東北道鹿沼IC
☎0289-63-2188(鹿沼秋
まつり実行委員会事務局
(鹿沼市観光交流課))



画像提供: 鹿沼市観光交流課

9/14(日)～16(火)

【青森県むつ市】

大畑八幡宮例大祭

大畑八幡宮

大畑八幡宮の例大祭で、300年の歴史を持つ。神輿や能舞・神楽のほか、山車と共に大行列が町内を練り歩く

☎上北道七戸北IC、下北半島縦
貫道路横浜吹越IC
☎0175-34-3636(大畑八幡宮社
務所)



8/30(土)・31(日)

【北海道幌加内町】

幌加内町新そば祭り the FINAL

幌加内町役場前周辺

全国一のそば作付面積と生産量を誇る幌加内町の新そばを味わえる。全国ご当地そば自慢広場は、道内外の13店舗(予定)のそば店が腕を振る。野外ステージのライブショーも必見

☎深川留萌道秩父別IC
☎0165-26-7505(幌加内
町そば祭り実行委員会)



10/18(土)・19(日)

【埼玉県川越市】

川越まつり

川越市街地中心部

370年以上の伝統を誇る都市祭りで、ユネスコ無形文化遺産に登録。華麗な山車が数多く登場する

☎関越道川越IC、首都圏
中央連絡自動車道川島
IC、首都高速埼玉大宮線
と野出入口※来場者用
の専用駐車場はなし
☎049-222-5556(川越駅
観光案内所)



10/3(金)～5(日)

【岩手県岩手町】

岩手町秋まつり

岩手町沼宮内周辺 ※露店は大町商店街に出店

その年の豊作を祝うため、3日間にわたり行われる。郷土芸能や北上川清流太鼓に加え、人形や造花などで飾られた南部風流山車が町内を練り歩く

☎東北道滝沢IC・西根IC
☎0195-62-2760(岩手町
秋祭り実行委員会事務局
(岩手町商工会内))



9/13(土)

【千葉県一宮町】

千葉県指定無形民俗文化財 上総十二社祭り

釣ヶ先海岸

7つの神社、合計9基の神輿が釣ヶ先海岸祭典場へ渡御。神輿を担ぐ人々が裸に近い姿で波打ち際を走ることから「裸祭り」の名で親しまれている

☎九十九里有料道路一
宮町IC ☎0475-42-2711
(上総十二社祭り保存会
事務局、一宮玉前神社)



埼玉県 飯能市・入間市・日高市

豚に現代アートに曼珠沙華!? テーマパークを遊び尽くす

日帰り
ドライブ
コース

埼玉南西部には、自然を生かしたテーマパークがめじろ押し。

まずは豚のテーマパーク「サイボク」でショッピングなどを楽しんだら、テーマごとに展示が替わる新時代の現代美術館「ハイパーミュージアム飯能」へ。9月に曼珠沙華(ヒガンバナ)が咲き誇る「巾着田曼珠沙華公園」では、真っ赤なお花畑に感動! 名物の武蔵野うどんもお忘れなく。

車で約20分

2

1・2. 子供がのびのび遊べる芝生広場・サイボクの森。10種のアスレチックのほか、大人がWi-Fiで読書を楽しめる空間も 3. サイボクキャラクターと記念撮影 4. カフェテリアなどで購入したホットドッグセット¥950やスベアリブ¥550などを持ち込んで、サイボクの森でピクニックを楽しむのも◎ 5. 園内のそここちに「顔はめパネル」が存在。トンカツのパネルは「運気が上がる」と評判に!



1



MAP 1 サイボク

家族で一日楽しめる「豚のテーマパーク」

豚の飼育から加工品の製造販売までを行う、サイボクが運営する「豚のテーマパーク」。緑豊かな園内には、牧場直送のブランド肉が味わえるレストランやカフェテリア、精肉やハム、ウインナーなどを購入できるミートショップ、地元の朝採り野菜がそろう農産物直売所などが点在。

図埼玉県日高市下大谷沢546 ☎0120-112-922
 □サイボクの森9:00~17:00(最終受付16:00)、ミートショップ・カフェテリア・楽農ひろは9:00~18:30など、施設により異なる ㊟㊢(㊢の場合は営業)
 ㊢サイボクの森入園料平日中学生以上¥300、小学生¥150、㊢㊢㊢中学生以上¥400、小学生¥200 ※未就学児無料 ㊢約1,400台(無料)

ドライブコースMAP



6

6・8. ミートショップでは、自社牧場のオリジナル銘柄豚・ゴールデンポークを加工した味噌漬けをはじめ、ソーセージ、ハム、ベーコンなどがめじろ押し。環境とエサにこだわり、肉に甘味がある 7. 農産物直売所の楽農ひろばでは自社牧場の有機肥料を使った野菜も

7

8



人間の住宅街にひっそりとたたずむ、こじんまりとした店

MAP 2 手打うどん つきじ

地元で昔から愛されてきた
武蔵野うどんの原点を守る

特別な材料を用いず、創業当時から変わらぬ荒削りのカツオ節でとっただしを守る武蔵野うどんの店。国産小麦を使い、その日の分だけ打つ麺はコシが強く、麺の旨味を存分に感じられる。

〒埼玉県入間市宮前町7-12
☎04-2962-8096
🕒11:00～15:00 ㊟
🍽️32席(個室)
🚰3台(無料)

1.テーブル席のほか、畳敷きの座敷も
2.豚肉入りのつけ汁で味わう肉汁うどん並¥580。このあたりでうどんといえば、家庭にあるものでまかなうのが基本。味わいもいたってシンプル 3.もつ煮うどん並¥700。肉の卸業を営む親戚から仕入れたモツは鮮度抜群だ 4.天ぷらは一律¥60!



車で約15分

MAP 3 ハイパーミュージアム飯能

「自然とデジタル」「キャラクターアート」が融合した、異色の現代美術館

今年3月の開館。オープニング企画展として、8/31㊟まで世界的アーティストのヤノベケンジによる「宇宙猫の秘密の島」を開催中。企画ごとに展示が替わるので毎回新鮮!

〒埼玉県飯能市宮沢327-6 メッツァビレッジ内
☎0570-03-1066(メッツァお問い合わせ窓口) 🕒10:00～17:00(最終入館16:30) ㊟なし ㊟大人¥1,200、4歳～高校生¥700 ㊟約1,000台(平日¥1,000/1日 ※120分まで無料、㊟㊟㊟および特定日¥1,500/1日)

次回展情報 9/7㊟～11/9㊟ 画家junaidaによる「THE WHISPERING GARDEN」を開催!

3.美術館前にはGINZA SIXでの展示で話題となったシップス・キャットが
4.館内では絵本の原画や模型、映像など約80点のさまざまな作品に触れられる



1.自然豊かな宮沢湖には新作の「宇宙猫の島」が浮かぶ。1人¥1,500でボートで上陸も可能
2.ミュージアムショップでは、作品のピンバッチ¥800やアクリルキーホルダー¥1,200なども販売



車で約15分

SA・PAに“よしみち”



関越道 上里SA(上り)

☎0495-33-1263 MAP P25-D-8

東京方面 本庄児玉IC 上里SA(上り) 藤岡JCT 長岡方面

北に赤城山を望む、広々とした屋外スペースが広がるSA。地元埼玉のほか、群馬・長野・新潟の特産品も豊富にそろう。

ごほうび苺ソフトクリーム ¥650(1個)

クリーミーなバニラソフトの上には埼玉県産の削りイチゴとイチゴシロップがたっぷり。ひんやり優しい甘さのご当地スイーツだ。



販売時間/10:00～20:00

大和屋珈琲 カフェショコラ サンドクッキー ¥1,998(12個入り)

群馬県高崎市「大和屋珈琲」とのコラボ商品。粗びきコーヒーとコーンフレーク入りチョコをサンドし、ザクザク&ビターな大人の味わいに。



1・2.巾着田を取り囲む清流・高麗川は、カワセミなど野鳥の宝庫。浅瀬は水遊びにも最適だ 3.遊歩道には魔よけの意味を持つ「チャンスン」が立つが、高句麗とゆかりがある日高市ならではの

4.長さ91.2mの木製トラス橋も見もの
5.草刈り後のある日、いっせいに咲いたという曼珠沙華。以来大切に保護され、500万本以上の大群生に

MAP 4 巾着田曼珠沙華公園

きんちゃくの形をした河川敷に
真っ赤な曼珠沙華が咲き誇る

高麗川の蛇行でできた約22haの平地が巾着田。なかでも3.4haもの曼珠沙華群生地が見もので、9月中旬～10月上旬の開花期には、まるで赤いじゅうたんを敷き詰めたよう。

〒埼玉県日高市高麗本郷 ☎042-989-2111(日高市産業振興課) 🕒8:00～17:00 ㊟なし
㊟曼珠沙華の開花時期のみ
有料(大人¥500、中学生以下無料) ㊟185台(¥500/1日)



かんえつどう
関越道

高坂SA (下り)

☎0493-34-5236
MAP P25-E-8

【駐車場】小型:273台/大型:103台 【レストラン】11:00~21:00(LO20:30)
※15:00~18:00はカフェラウンジ営業、㊤㊤㊤7:00~22:00(LO21:30)
【フードコート・ショッピングコーナー】24時間、ほか店舗により異なる
【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(8:00~18:00、㊤㊤㊤7:00~19:00)/ウォー
クインゲート(一般道からの出入口)/ベビーカールーム(24時間)

公式サイト
ドラぶら



スタッフが選ぶ

SA・PA 私の推し ランキング



高坂SA(下り)
スタッフ
阿部さん

圏央道鶴ヶ島JCTから新潟方面に向かって最初のSA。高坂SA(上り)と徒歩で行き来できるので便利だ。地元埼玉の名物・肉汁ひもかわうどんを味わえるほか、たこ棒やみそポテトなどワンハンドフードが充実。おみやげは東京や関越道周辺の商品を取りそろえており、外には珍しい焼きイモの自動販売機も。緑豊かなドッグランが併設され、休憩にぴったり。



1 あんこの勝ち ANしゅーくりーむ 皮むきあん ¥590(1個)

北海道産小豆100%のあんこと濃厚カスタード、ふわふわホイップクリームを軽い食感のシュー生地でサンド。しっとりなめらかな食感で、和洋三位一体のハーモニーが楽しめる。

推しの皮むきあん(糖度45度)のほかに、つぶあん(糖度60度)、こしあん(糖度52度)があり、その日の気分で糖度が選べます!



あんこ×シュークリームの
すてきなマリァージュ



湯上がりの新提案!
ひんやりチーズケーキ



2 湯あがりミルクチーズケーキ工房 ふろまあじゅ

いちご¥540、コーヒー¥540、ミルク¥500(各1個)

埼玉を中心に「おふろcafé®」を運営する温泉道場が開発。湯あがりに楽しめる、3種の新感覚スイーツ。埼玉県産の牛乳やヨーグルトをおもに使い、濃厚でフレッシュな味わいが◎。

湯あがりの火照った体に飲むものの定番といえば(コーヒー)牛乳。その代替として新提案。冷凍・半解凍・全解凍の3つのタイミングで味わえます。



3 風薫る嵐山 肉汁うどん ¥1,296(3人前)



小麦香るツルツルモチモチの麺がうれしい、昔ながらの肉汁うどん。豚の旨味を感じる醤油ベースのツウと、幻の小麦である「農林61号」を使用した麺がよく絡む。

トッピングのおすすめは埼玉県産ブランド豚バラ肉と深谷ねぎ、そして油揚げ。ひと口目は麺だけで小麦の味をご堪能ください。



埼玉ご当地うどんを
おうちでも楽しめる!



高坂SA(下り)の「ここを見て!」
涼フェス



夏を涼しく過ごすための約30種のおみやげコーナー。全国から商品を取り寄せ、社員が厳選。岩崎商店の生寒天を使ったあんみつ、老舗・河内駿河屋の水ようかん、愛媛県産温州みかんを使用した無茶々園の寒天ゼリーが人気だ。

対象SA・PAにて スタンプラリー開催中!

NEXCO東日本のSA・PAで、「たまごっち」とコラボしたデジタルスタンプラリーを開催中です。対象のSA・PAに設置されたポスターに記載のQRコードをスマートフォンで読み取って、スタンプを集めれば、イベントオリジナルのたまごっちグッズなどがもらえるチャンス!

たまごっち × NEXCO 東日本

ハイウェイ
スタンプラリー開催
期間

2025

7/15

火

9/23

火



たまごっちと 旅をはじめよう



スタンプラリーは
こちらから



スマホでスタンプを集めて、イベントオリジナルのグッズをゲットしてね

賞品

インフォメーション
カウンターで引き換え!

スタンプ
2種類
獲得

先着で
50,000名様に
プレゼント

引き換え画面を見せてね!

オリジナル
ステッカー



※いずれか1種類
縦7×横7cm

オリジナル
アクリルスタンド



縦6.5cm

先着で
10,000名様に
プレゼント

引き換え画面を見せてね!

たまごっちハイウェイスタンプラリーの実施
期間中、東日本SAPAのショッピングコー
ナーでお買い上げいただいた際の1会計税
込1,500円以上の紙レシートを提示してね

スタンプ
6種類
獲得

その場で当たる!

スタンプ
4種類
獲得

抽選で
100名様に
プレゼント

ピクニックセット



1等

・おにぎりケース：高さ8.8×幅9×奥行6.5cm
・折り畳みコップ：口径5×高さ7cm(使用時)
・トートバッグ：縦20×横30×マチ10cm

デジタルお買物券
500円

抽選で
1,000名様に
プレゼント

2等



TaMaGoTchi
Paradise

抽選で
6名様に
プレゼント

1等

※いずれか1種類

マスコットセット



2等

高さ 約9.5~12cm

スタンプ
12種類
コンプリート

抽選で
80名様に
プレゼント

お問い合わせ
(イベント事務局)

たまごっちハイウェイスタンプラリー事務局
(株) 角川アスキー総合研究所内
TEL:03-5840-7844 (10:00~17:00)
E-mail:highway-stampラリー@lab-kadokawa.com
※窓口開設期間:7/1(火)~10月末



特設サイト

https://www.jp/highway-stampラリー_tmg/



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

ワンハンドフード

ライター・Y村

ワンハンドは食べやすさはもちろん、ちょうどいいボリューム感で食べ比べできるのが最高! 地元食材を使った商品を狙っています。



編集長・I藤

SA・PAでのおやつタイムは、もはやドライブの一番の楽しみ。甘いもの、しょっぱいもの、どちらも欲張っちゃいます!



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!!

あかぎ こうげん
関越道 赤城高原SA(上り)

☎0278-24-7321 MAP P25-D-6

味付け玉こんにゃく ¥400(1カップ6個入り)

群馬県産のこんにゃくイモで作った玉こんにゃくを、地元・昭和村のこんにゃく製造会社「北毛久呂保」特製のダシで、しっかりと味付け。



ライター・Y村
ココがPOINT!

温めても、冷たいまま食べてもおいしい大人気商品。特製ダシの味と香りが口いっぱいに広がり、ブリブリの食感がクセになる



イチオシ
DATA

定番★★★★ 新商品
コスバ★★★★ 豪華
ブリブリ度:★★★★★

あかぎ こうげん
関越道 赤城高原SA(下り)

☎0278-24-7771 MAP P25-D-6

えだまメンチ ¥380(1個)

地元・利根実業高校の生徒が考案したメンチカツ。外はサクサク、中は肉汁あふれる豚挽き肉。枝豆のツブツブ食感がアクセントに。

枝豆の産地・沼田市で、枝豆を無駄なく使おうとの思いから考案。ジューシーながら枝豆が入ることでヘルシーさも両立



編集長・I藤
ココがPOINT!

イチオシ
DATA

定番★★★★ 新商品
コスバ★★★★ 豪華
地元新名物度:★★★★★



イチオシ
DATA

定番★★★★ 新商品
コスバ★★★★ 豪華
イモ尽くし度:★★★★★

サツマイモの自然な甘さとミルクシーなソフトクリームが絶妙! 富の川越いも100%使用の同PA下り線オリジナル商品です



ライター・Y村
ココがPOINT!



関越道 (埼玉・群馬・新潟)

HW編集部が実際に

SA・PA

定番商品から地元の特産品を使った変わりダネまで、
ワンハンドで食べられる商品を一挙紹介！ ドライブ途中の小腹満たしに最適です♪



イチオシ
DATA

定番 | ★ | 新商品
コスバ | ★ | 豪華
肉の旨味度: ★★★★★

関越道 高坂SA(下り)
☎0493-34-5236 MAP P25-E-8

「香り豚」は農林水産大臣賞
を受賞した加須のブランド豚。
良質なエサで育ち、とろける
ような脂と柔らかな食感が◎



編集長・I藤
ココがPOINT!

肉巻きおにぎり ¥650(1本)

埼玉県産の「香り豚」に甘辛いタレをたっぷり絡めた肉巻きおにぎり。モチモチの国産のもち米が、濃厚な旨味を受けとめる。

関越道
越後川口SA(上り)

☎0258-89-2100 MAP P26-C-4



長岡のソウルフード・洋風カツ丼をイメージ。挽き肉と魚沼産コシヒカリを合わせたカツに、トロトロの自家製デミグラスソースがよく合う。

洋カツ米米バーガー ¥600(1個)

たくあんとマヨネーズをあえた「マヨタク」が味のアクセントになっていて、コリコリとした食感が楽しめます

ライター・Y村
ココがPOINT!



関越道
三芳PA(下り)

☎049-258-1264 MAP P25-F-9

芋んぶらんソフト ¥650(1個)

北海道産ソフトクリームに、三芳特産のサツマイモ・富の川越いもを贅沢にトッピング。砂糖不使用で、サツマイモ本来の味が際立つ。

あなたが買ってみたいと思ったおみやげはどれ？

QRコードから投票しよう!





えちごかわぐち
関越道 越後川口SA(下り)
☎0258-89-3131 MAP P26-C-4

柿の種のオイル漬け
(新潟カレー・にんにくラー油・激辛にんにくラー油)
¥972~(160g~)

フライドガーリックやオニオンが入り、ラー油に漬けてもザクザク食感をキープした柿の種。激辛にはからし屋 大祐・超鬼殺しの粉末と激辛柿の種を使用し、刺激度Max!

ラー油漬けでもザクザク食感!
アレンジ自在のクラッシュ柿の種



©新潟県トッキキ

運動神経抜群の男の子とぴーと、おしゃべり大好きな女の子とぴーのペア「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。

※写真は調理例です

ミルキーなクリームと
爽やかな酸味がマッチ



えちごかわぐち
関越道 越後川口SA(上り)
☎0258-89-2100 MAP P26-C-4

みかんミルクジャム ¥702(140g)

新鮮な佐渡牛乳と佐渡産ミカンを使用したジャム。濃厚でなめらかなミルククリームと、粒入りミカンの爽やかな酸味が人気で、売り切れになることも。かわいいデザインも◎



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

埼玉・群馬・新潟の個性豊かなおみやげを、地元キャラがご紹介。
ご当地名物をアレンジ、コラボした逸品もお見逃しなく!

なにがわぐち
関越道 谷川岳PA(下り)
☎0278-72-4626 MAP P25-D-6

**やよいひめ毎ラテ
ぐんま名月りんごラテ
各¥500(12g×3袋)**

県産イチゴ・やよいひめと、ぐんま名月のパウダーをそれぞれ使用。お湯を注ぐだけで、果実の甘味と酸味がふわりと感じられる極上の一杯に。



©お富ちゃん

優しくおしとやかな永遠の14歳。満をお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。



甘くフルーティな
ほっこりラテに癒される

カラフルな雲のよう!
リンゴが香る綿アメ



こまよせ
関越道 駒寄PA(下り)
☎0279-54-7784 MAP P25-D-7

わたあめ 駒寄PA(下)限定 ¥480(15g)

群馬県産のブランドリンゴ・ぐんま名月の果汁を使った、3色の綿アメ。リンゴの香りと程よい甘味が口いっぱいに広がる。同PA下り線の限定販売。



モツの旨味が溶け出した
濃厚スープがヤミツキに！

関越道 赤城高原SA(上り)
☎0278-24-7321 MAP P25-D-6
一番星もつ次郎
¥1,680(1kg・冷凍)



厳選した国産豚の大腸を大根、ニンジン、こんにゃくと共に自家製味噌で長時間煮込んだ。旨味たっぷりの濃厚なスープは極上の旨さ。内容量1kgのコスパもうれしい。



さいたまっ子
14年11月14日・埼玉県民の日生まれ。くりくりおめとおなかのボーダーがトレードマーク。世界に通用するエンターテイナーキャラを目指している。



ずっしりと中身が詰まった
大満足のあんこクリーム♪

関越道 高坂SA(上り)
☎050-1722-6202 MAP P25-E-8
十万石クリームパン
¥450(1個)

埼玉銘菓「十万石まんじゅう」のあんこと、同SA上り線の大ヒット商品「ダブルクリームパン」の生クリームが詰まったコラボ商品。あんな上品な甘さと濃厚クリームが抜群の相性！

関越道 谷川岳PA(上り)
☎0278-72-4627 MAP P25-D-6
ウマミコーラ
¥324(250ml)

こうじ
麹甘酒を使用した
ノンカフェインの
エナジードリンク

麹甘酒に、高知産の黄金生姜など10種類以上のハーブやスパイスを独自にブレンド。香料・保存料・添加物・カフェインなしで、子供にも安心だ。



関越道 上里SA(下り)
☎0495-33-2666 MAP P25-D-8
東京ショコラシTRAS ¥1,650(8個入り)

芳醇なチョコブラウニーと香り高いネーブルオレンジを組み合わせ、豊かな風味とほろ苦さが感じられる逸品。関越道では同SA下り線のみの限定販売だ。

濃厚なカカオとオレンジが絶妙！
ビタースイートな贅沢スイーツ

関越道 嵐山PA(上り)
☎0493-62-8097 MAP P25-E-8
秩父 豚みそ棒
¥1,188(26本入り)

秩父名物の豚味噌をアレンジしたスナック菓子。ピリ辛のサクサク食感で、おやつにもおつまみにも向く。26本入りなので、職場や友達へのばらまきみやげにも。



豚味噌の風味を感じる
ご当地ピリ辛スナック

NIIGATA AREA ... 越後川口SA

GUNMA AREA ... 谷川岳PA / 赤城高原SA / 駒寄PA

SAITAMA AREA ... 上里SA / 嵐山PA / 高坂SA

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

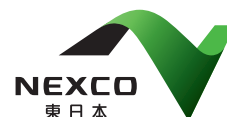
0570-024-024

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。



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、
東日本地域における高速道路サービスをお客さまに届けるため、
道路事業（管理事業、建設事業、技術開発・環境事業）および
収益事業（サービスエリア事業、高速道路関連ビジネス、海外事業）を行っています。
これからも、地域・国・世代を超えた持続可能な社会の実現に向けて、
高速道路事業を通じて「つなぐ」価値を創造し、
あらゆるステークホルダーの皆さまに貢献する企業として成長してまいります。

NEXCO東日本グループのCSR動画
「事業環境の今と進化に向けた取組み」
E-NEXCO driveplaza (YouTube) にて公開中



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



季節限定！農家直送のマイタケを
揚げたての天ぷらで堪能しよう

舞茸天うどん

¥850

農家から直接仕入れた香り高いマイタケの天ぷらを2個盛り付け。カツオダシの効いた関西風ツウのうどんと一緒に味わおう。キレのある濃口醤油を使った関東風ツウのそばも選択可。

関越道 三芳PA(下り)

フードコート「麺工房」 ☎049-258-1264
販売時間／9:00～18:00(LO)
MAP P25-F-9



薄めの衣で揚げたマイタケは香りや歯応えがより際立つ。ツウが染みた、軽くフワフワの衣も◎

3月までの期間限定販売。
この時季だからこそ味わえるマイタケの美味しさは格別です。うどんかそばを選んで、ぜひご賞味を！



スタッフ
高木さん

SA・PAごはん

・今月のテーマ・

秋の収穫祭

美味を使った逸品たちがめじろ押しだ。期間限定メニューもあるので、お見逃しなく！



サケとイクラを盛った
彩り華やかな新潟名物

・あねさわっぱ飯 ¥1,800

ダシ醤油で炊いた「茶飯」と具を木製容器「わっぱ」に入れて加熱した新潟県の郷土料理。秋の味覚の代表格・サケとイクラの親子コラボは絶品！

関越道 越後川口SA(下り)

レストラン「たかべん」
☎0258-89-3131
販売時間／11:00～16:00(LO15:30)
MAP P26-C-4



多彩なキノコが香り立つ
秋限定の和風パスタ

・和風きのこスパゲティ ¥1,290(Mサイズ)

キノコ3種類の凝縮された旨味と地元・群馬県昭和村産の唐辛子を生かした秋ならではの人気パスタ。Sサイズ¥1,190もある。11月まで販売予定。

関越道 赤城高原SA(上り)

レストラン「TORATTORIA Ogozzo」
☎0278-24-7321
販売時間／11:00～22:00(LO21:30)
MAP P25-D-6

きのこハンバーグ (ライス・サラダセット)

¥1,870

キノコ3種の風味と食感が満喫できる
秋季限定メニュー。群馬名物「高崎
パスタ」の名店「シャンゴ」の特製オニ
オンソースが、肉汁あふれるハンバー
グやキノコの味わいを引き立てる。

あかぎ こうげん
関越道 赤城高原SA(上り)

レストラン「TORATTORIA Ogozzo」
☎0278・24・7321 販売時間／11:00～22:00
(LO21:30) MAP P25-D-6



ハンバーグにのせたキノコにサラダ油をかけてオ
ープンへ。焼き色をつけて香ばしく仕上げる

調理長
田子さん

ふっくらジューシーなハン
バーグや出盛りのキノコに
「シャンゴ」のソースがよく
合い、ご飯が進みます。
11月まで販売予定。

風味豊かなキノコ3種と
ハンバーグがベストマッチ！



秋グルメが勢ぞろい！

旬が薫る人気メニューで
収穫の秋を丸ごと味わおう

関越道(埼玉・群馬・新潟)の

立ち寄りグルメ 必食！

さまざまな山海の幸が収穫を迎える実りの秋。SA・PAではキノコや秋野菜、サケなど、旬の

濃厚でシャキシャキ食感
滋味深いブランドマイタゲ



・ まいたけ天そば ¥890

香り・歯応え・味の3拍子そろった群馬
県吉岡町産「100日まいたけ」の天ぷらは
ボリュームたっぷり。そばは「温」または
「冷(ざるそば)」が選べる。

あかぎ こうげん
関越道 赤城高原SA(下り)

フードコート「あかぎ食堂」
☎0278・24・7771 販売時間／24時間
MAP P25-D-6

新潟の名物そばと味わう
秋食材の揚げたて天ぷら



・ へぎ天そば ¥1,850

つなぎに布海苔(海藻)を使う新潟名
物「へぎそば」はコシが強く、喉越しは
ツルリ。秋野菜など季節の具材を使
ったサクサクの天ぷらと相性抜群だ。

きよこ かわぐち
関越道 越後川口SA(上り)

レストラン「火ばたる」
☎0258・89・2100 販売時間／11:00～16:00(LO15:30)
MAP P26-C-4





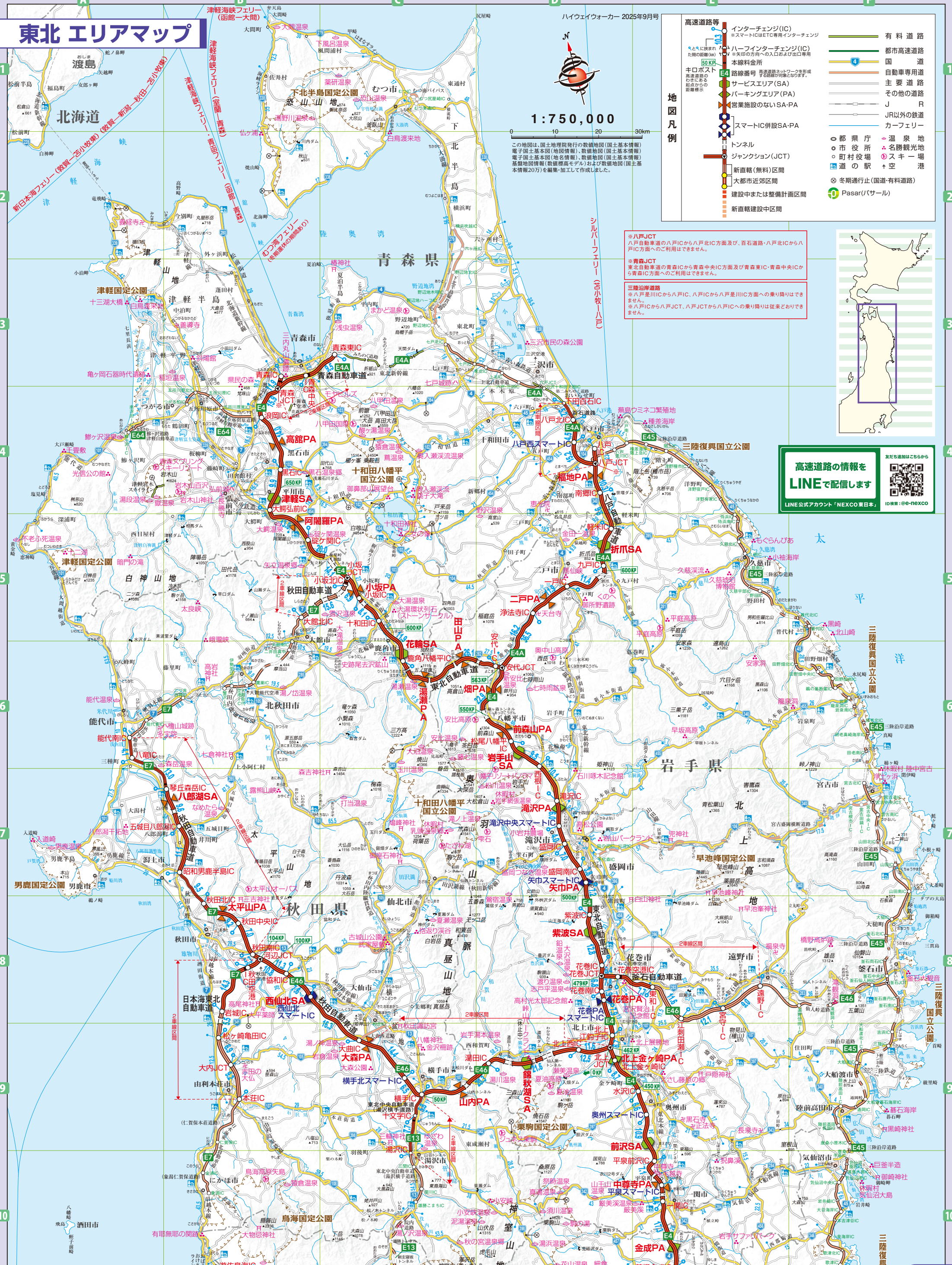
北陸 上信越 関越エリアマップ

- ### 地図凡例
- 高速道路等
 - インターチェンジ(IC)
 - ETC専用料金所
 - ハーフインターチェンジ(IC)
 - ※天竺の方向への入口および出口専用
 - 本線料金所
 - キロポスト
 - 50 KP
 - 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
 - スマートIC併設SA-PA
 - トンネル
 - ジャンクション(JCT)
 - 新直轄(無料)区間
 - 大都市近郊区間
 - 建設中または整備計画区間
 - 新直轄建設中区間
 - 有料道路
 - 都市高速道路
 - 国道
 - 自動車専用道
 - 主要道路
 - その他の道路
 - J
 - R
 - JR以外の鉄道
 - カーフェリー
 - 都県庁
 - 市役所
 - 町村役場
 - 道の駅
 - 温泉地
 - 名勝観光地
 - スキー場
 - 港
 - 冬期通行止(国道・有料道路)
 - Pasar(パサル)

上越市に接続

上越市に接続

東北 エリアマップ



地図凡例

高速道路等	インターチェンジ(IC) ※スマートICはETC専用インターチェンジ	有料道路
インターチェンジ(IC)	※スマートICはETC専用インターチェンジ	都市高速道路
本線料金所		国道
路側番号	※スマートICはETC専用インターチェンジ	自動車専用道
サービスエリア(SA)		主要道路
パーキングエリア(PA)		その他の道路
営業施設のないSA・PA		J R
スマートIC併設SA・PA		JR以外の鉄道
トンネル		カーフェリー
ジャンクション(JCT)		
新直轄(無料)区間		
大都市近郊区間		
建設中または整備計画区間		
新直轄建設中区間		

○ 都 県 庁 ● 温泉地
● 市 役 所 ● 名勝観光地
● 町村役場 ● スキー場
● 道の駅 ● 空港
● 冬期通行止(国道・有料道路)
● Pasar(パサル)

※八戸JCT
八戸自動車道の八戸ICから八戸北IC方面及び、百石道路・八戸北ICから八戸IC方面へのご利用はできません。

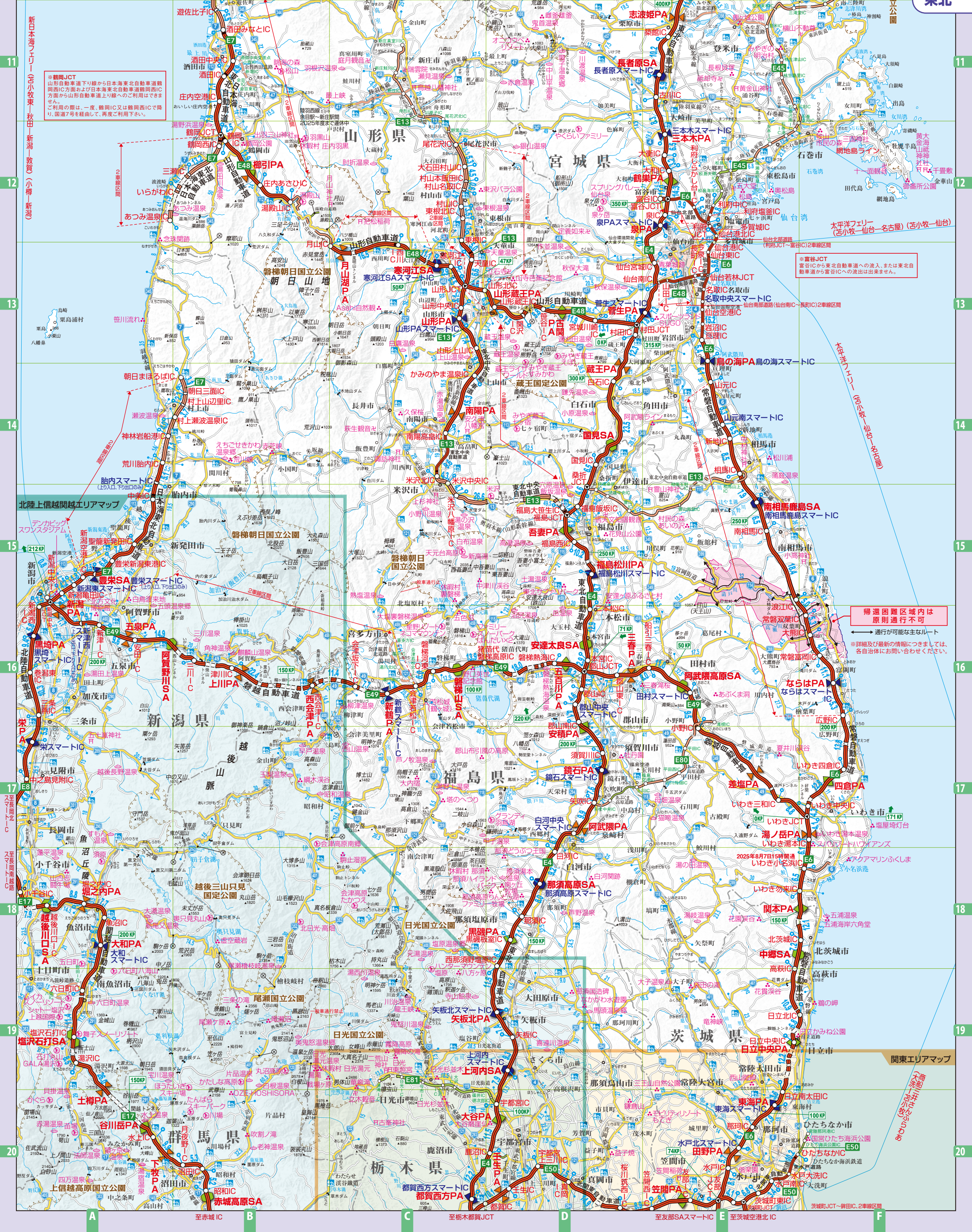
※青森JCT
東北自動車道の青森ICから青森中央IC方面及び青森東IC・青森中央ICから青森IC方面へのご利用はできません。

三陸沿岸道路
※八戸は川口ICから八戸IC、八戸ICから八戸北IC方面への乗り降りはできません。
※八戸ICから八戸JCT、八戸JCTから八戸ICへの乗り降りは従来どおりできます。

高速道路の情報を
LINEで配信します

LINE公式アカウント「NEXCO東日本」

ID検索: @e-nexco



駐車車両数について……※「※」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)



E4 東北自動車道①

C3 東京外環自動車道

営業時間の詳細は「ドらぶら」をご確認ください。



那須高原SA・下り



大型※129台小型69台／栃木県那須町
 ☎0287-72-1707／ロイヤルコントラクトサービス(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 11:00～21:00 (LO20:15)
 フードコート・ショップ24H
 ガスステーション24H ☎0287-72-1208

黒磯PA・下り



大型※13台小型23台／栃木県那須塩原市
 フードコート6:00～20:00
 デリヤマザキ24H ☎0287-65-4922

矢板北PA・下り



大型18台小型35台／栃木県矢板市
 ☎0287-43-1382／(株)ネクスコ東日本リテイ
 フードコート・ショップ7:30～19:30

上河内SA・下り



大型※49台小型173台／栃木県宇都宮市／☎028-674-2121
 フタバ(食品(株))/レストラン平日7:00～16:00 土日祝7:00～21:00 フードコート・ショップ24H
 ガスステーション24H ☎028-674-3381
 ※セルフサービス方式(大型車のみフルサービス)

大谷PA・下り



大型※56台小型120台／栃木県宇都宮市
 ☎028-652-2132／(株)ネクスコ東日本リテイ
 フードコート・ショップ7:00～19:00

都賀西方PA・下り



大型18台小型57台／栃木県栃木市／☎0282-92-7217
 (株)ネクスコ東日本リテイ/フードコート・ショップ7:30～19:30

佐野SA・下り



大型※83台小型153台／栃木県佐野市
 ☎0283-23-7133／(株)グランビスタ ホテル&リゾート
 インフォメーション平日8:00～18:00 土日祝7:00～19:00
 フードコート・ショップ24H
 スターバックス 7:00～21:00 ☎0283-86-7872
 ガスステーション24H ☎0283-27-0440
 E-NEXCO LODGE (ホテル・上り施設利用)

羽生PA・下り



大型※93台小型175台／埼玉県羽生市
 ☎048-565-3844／Pasar羽生マネジメントオフィス
 レストラン ●ROYAL羽生生食軒
 平日11:00～22:00 (LO21:00) 土日祝7:00～22:00 (LO21:00)
 フードコート ●ゴーゴーカー 10:00～21:30 (LO21:00)
 ●神様ちゃんぽん 10:00～21:30 (LO21:00)
 ●よーいDON(丼ぶり物) 7:00～21:30 (LO21:00)
 ●美彩屋(彩の国グルメ) 8:00～20:00
 ●胡麻唐屋(ラーメン) 10:00～23:00 (LO22:30)
 ●羽生製麺処(うどん・そば) 24H
 ショッピング ●おこわ米八(おこわ・お弁当) 9:00～20:00
 ●旬撰倶楽部(土産品) 6:00～21:00
 ●世界一のアップルバイ 鎌倉 ミレレー 8:00～20:00
 テイクアウト ●ずんだ茶寮Cafe(スイーツ) 8:00～20:00
 ドンク・ミニワン(ベーカリー) 7:00～21:00
 スターバックス 平日7:00～22:00 土日祝6:30～22:00
 ファミリーマート 24H
 ※2025年8月1日
 「世界一のアップルバイ 鎌倉 ミレレー」オープン!

蓮田SA・下り



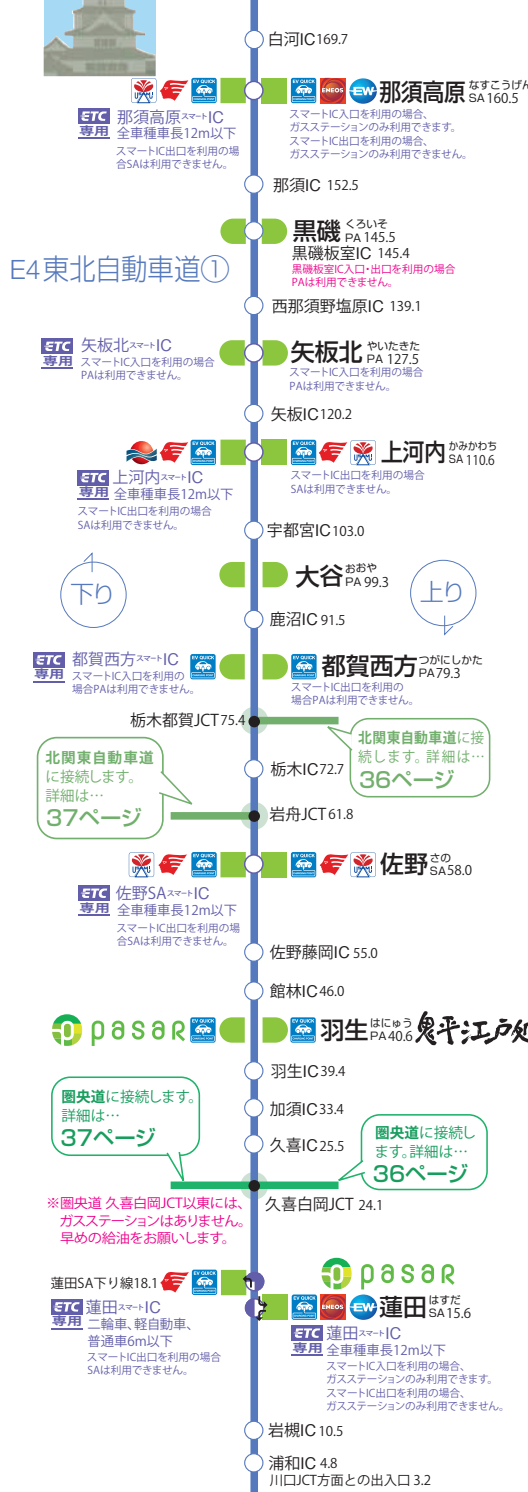
大型※35台小型167台／埼玉県蓮田市／☎048-768-6411
 ジャパンフードマネジメント(株)
 インフォメーション平日8:00～18:00 土日祝7:00～19:00
 レストラン 平日11:00～21:00 (LO20:30) ※15:00～17:00のみ
 カフェラウンジ営業 土日祝7:00～22:00 (LO21:30)
 フードコート・ショップ 24H
 エキセルシオール カフェ 月～木6:00～20:00
 金土日祝6:00～21:00
 ガスステーション24H ☎048-768-6484

新倉PA・集約



大型43台小型73台／埼玉県和光市
 ローン24H ☎048-462-2702

東北自動車道②(29ページ)につづく



那須高原SA・上り



大型※86台小型99台／栃木県那須町
 ☎0287-72-1717／日の丸ササズ(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 土日祝7:00～21:00
 フードコート・ショップ24H/野菜市場 10:00～17:00
 ガスステーション24H ☎0287-72-1207

黒磯PA・上り



大型※14台小型22台／栃木県那須塩原市
 フードコート7:00～20:00
 デリヤマザキ24H ☎0287-65-5580

矢板北PA・上り



大型21台小型47台／栃木県矢板市
 ☎0287-44-1078／(株)ネクスコ東日本リテイ
 フードコート・ショップ8:00～20:00

上河内SA・上り



大型※71台小型117台／栃木県宇都宮市
 ☎028-674-2111／(株)あさやホテル
 フードコート・ショップ24H
 ガスステーション24H ☎028-674-8771

大谷PA・上り



大型※38台小型93台／栃木県宇都宮市
 ☎028-652-2131／(株)ネクスコ東日本リテイ
 フードコート・ショップ8:00～20:00

都賀西方PA・上り



大型12台小型59台／栃木県栃木市
 ☎0282-91-4110／(株)ネクスコ東日本リテイ
 フードコート・ショップ8:00～20:00

佐野SA・上り



大型50台小型266台／栃木県佐野市
 ☎0283-23-5751／日の丸ササズ(株)
 インフォメーション平日9:00～19:00 土日祝8:00～20:00
 フードコート・ショップ24H
 ガスステーション24H ☎0283-27-2844
 E-NEXCO LODGE (ホテル) ☎0283-24-4485
 ※ドッグラン下り施設利用
 ※改良工事につき、仮設店舗及び仮設トイレによる営業・運用を行っております。また、駐車場・歩道部の一部利用制限もっております。ご理解・ご協力をお願いいたします。

羽生PA・上り



大型※149台小型118台／埼玉県羽生市
 ☎048-566-1215／鬼平江戸処マネジメントオフィス
 五鉄(軍鶏鍋) 10:00～21:00 (LO)
 本所さなだや(そば) 10:00～21:00 (LO)
 思八(うなぎ) 10:00～21:00 (LO)
 弁多津(中華そば) 9:00～22:00 (LO)
 万七(江戸めし) 7:00～22:00 (LO)
 船橋屋(くすのぎ・甘味) 9:00～20:00
 文楽茶本舗(人形焼) 9:00～20:00
 屋台連(立ち食い処) 10:00～20:00
 (みやげ処) 7:00～22:00
 (LO)=閉店時間の30分前
 ★ベビーチェア 7:00～22:00 ※ATM 7:00～22:00
 ★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～22:00

蓮田SA・上り



大型133台小型360台／埼玉県蓮田市
 ☎048-731-8111／Pasar蓮田マネジメントオフィス
 インフォメーション平日9:00～19:00 土日祝8:00～20:00
 レストラン ●牛たん炭焼利久 11:00～21:30 (LO21:00)
 フードコート ●翁の郷(うどん・そば) 24H
 ●ひのや食堂(定食・丼ぶり物) 7:00～21:30 (LO21:00)
 ●伝説のすた丼屋(丼ぶり物) 7:00～21:30 (LO21:00)
 ●せがら屋(ラーメン) 7:00～23:30 (LO23:00)
 ●韓美膳(韓国料理) 10:00～21:30 (LO21:00)
 ●鶏三和(親子丼) 10:00～21:30 (LO21:00)
 ●旬撰倶楽部(土産品) 7:00～22:00
 ●おこわ米八(おこわ) 9:00～21:00
 ●鶏茶屋(焼鳥・唐揚げ・鶏飯) 9:00～21:00
 ●PAOPAO(点心中) 9:00～21:00
 ●日々本布(靴・免税対象店舗) 9:00～21:00
 ●グニッパ(Tシャツ) 9:00～21:00
 テイクアウト ●日本橋 一平(揚げかき) 9:00～21:00
 ●たけやき神田連磨 9:00～21:00
 ●MOI&TOYS(ソフトラーム) 10:00～21:00
 ●魚市場 ●フレッシュダイター(野菜) 10:00～21:00
 ●ニュー・クック(精肉) 10:00～21:00
 ●魚の北庭(鮮魚) 8:00～20:00
 アンデルセン(ベーカリー) 8:00～20:00
 スターバックス 7:00～22:00 ローン 24H
 ガスステーション 24H ☎048-765-2871 ※セルフサービス方式(大型車のみフルサービス)
 ★ドッグラン 9:00～17:00
 ※毎月1日・9日30日は都合により閉鎖いたします。
 ※2025年3月下旬 無人販売店「蓮田GO」オープン!



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」をご覧ください。



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
ガステーション24H ☎0195-75-0646

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
ファミリーマート 24H ☎019-681-3724

紫波SA・下り



大型※50台小型65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 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
ガステーション24H ☎0229-28-3716



東北自動車道②(29ページ)につづく

津軽SA・上り



大型28台小型104台／青森県平川市
ファミリーマート24H ☎0172-43-1075

花輪SA・上り



大型14台小型71台／秋田県鹿角市
牛めし「松屋」・ショップ7:30～19:30 ☎0186-30-0075
ガステーション8:00～20:00 ☎0186-22-0851
※セルフサービス方式
★ベビーケアルーム7:30～19:30

八戸自動車道

折爪SA・上り



大型23台小型37台／岩手県軽米町
ミニストップ24H ☎0195-47-2270

岩手山SA・上り



大型29台小型93台／岩手県八幡平市
☎0195-75-0641／岩手県北自動車(株)
フードコート24H
ショップ(免税対象店舗) 24H
ガステーション24H ☎0195-75-1081

滝沢PA・上り



大型23台小型17台／岩手県滝沢市
☎019-688-4890／(株)半田屋
フードコート・ショップ7:30～19:30

矢巾PA・上り



大型12台小型31台／岩手県矢巾町
ファミリーマート 24H ☎019-611-1775

紫波SA・上り



大型32台小型115台／岩手県紫波町
☎019-673-6121／岩手ハイウェイサービス(株)
レストラン 11:00～19:00 (LO18:30)
フードコート・ショップ 8:00～20:00
ガステーション24H ☎019-673-6123

北上金ケ崎PA・上り



大型※27台小型3台／岩手県北上市
☎0197-67-2571／(株)半田屋
フードコート・ショップ7:30～19:30

前沢SA・上り



大型22台小型83台／岩手県奥州市
☎0197-56-4014／(株)三友
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 11:00～15:00 (LO14:45)
フードコート・ショップ24H
ガステーション24H ☎0197-56-8766

金成PA・上り

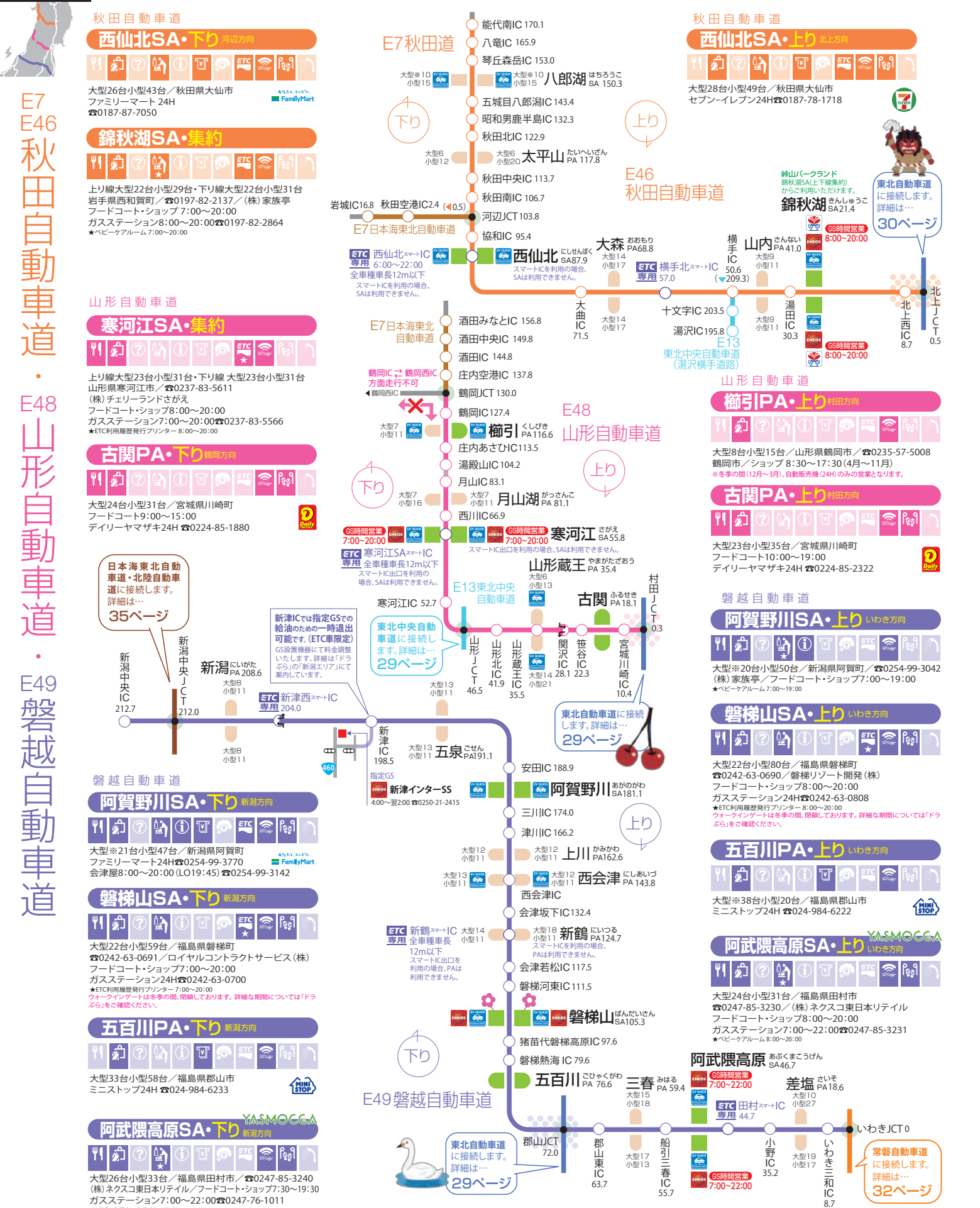


大型30台小型25台／宮城県栗原市
セブン-イレブン24H ☎0228-43-1711
シャワー24H

長者原SA・上り



大型34台小型128台／宮城県大崎市
☎0229-28-3717／(株)グリーン・グリーン
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 11:00～20:00
フードコート・ショップ24H
ガステーション24H ☎0229-28-3715
E-NEXCO LODGE(ホテル) ☎0229-28-5854



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
- ウォークインゲート
- ベビーケアルーム
- 情報ターミナル
- E-NEXCO Wi-Fi SPOT
- シャワー
- 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

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)
ハイウェイガーデン推進中

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

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。



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」をご覧ください。



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33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
無人販売店舗「東部湯の丸GO」24H ☎0268-62-6102
ガスタンクステーション7:00～22:00 ☎0268-61-0271
※2024年11月21日 無人販売店舗「東部湯の丸GO」オープン!

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
佐久平珈琲 10:00～15:00
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…
35ページ

ETC専用 新井スマートIC

大型30台
小型49台

大型※26台
小型64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

黒姫野尻湖 くるひめのじりこ PA 164.1

豊田飯山IC154.0

信州中野IC146.3

ETC専用 小布施スマートIC

全車種車長12m以下

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

小布施 おぶせ PA 141.6

須坂長野東IC134.8

長野IC124.9

下り線123.0 ETC ETC専用 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

おぶせ SA 63.5

二輪車、軽自動車、
普通車6m以下

下り線52.4 大型22台
小型42台

麻績IC56.2

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 ETC ETC専用 東部湯の丸

どうぶゆのまる 東部湯の丸IC SA 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

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

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。

碓氷軽井沢IC52.5

下り線42.1 ETC ETC専用 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 ふじおか PA 1.8

小型173台 藤岡IC 情報ターミナル設置

藤岡JCT 0

関越自動車道に接続
します。詳細は…
33ページ

妙高SA・上り



大型25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
佐久平珈琲 11:00～18:00

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

本誌記載の情報は2025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。

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)

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34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25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 (LO20:45)

越中境PA・下り 新潟方向

大型26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
二輪車、軽自動車、普通車、
中型車12m以下

大型※34 豊栄 SA 11.8
小型33

ETC専用 新潟東スマートIC 7.4

新潟中央IC212.7

新潟中央JCT476.5

新潟西IC473.0

ETC専用 黒崎スマートIC 大型※34 小型33
スマートIC出口を利用の場合、
PAは利用できません。

スマートIC入口を利用の場合、
ガステーションのみ利用いただけます。
スマートIC出口を利用の場合、
ガステーションのみ利用できません。

黒崎 くらさき PA466.6

巻潟東IC457.8

三条燕IC447.5

ETC専用 米スマートIC 大型※34 小型33
スマートIC入口を利用の場合、
PAは利用できません。

スマートIC入口を利用の場合、
PAは利用できません。

米 さかえ PA441.5

中之島見附IC432.1

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 おねやま SA 387.2

米山IC 385.2

柿崎IC 373.8

ETC専用 大潟スマートIC 大型11 小型25
全車種車長12m以下

大潟 おおがた PA 365.3

上越IC 355.9

上越JCT351.4

ETC専用 名立谷浜スマートIC 大型11 小型25
スマートIC入口を利用の場合、
PAは利用できません。

名立谷浜 名だちたにはま SA 341.6

蓮台寺IC 326.5

蓮台寺 れんたいじ PA 313.5

糸魚川IC 311.9

親不知IC 299.4

ETC専用 越中境スマートIC 大型11 小型25
全車種車長12m以下

越中境 えっちゅうさかい PA 288.2

朝日IC 282.1

至黒部IC

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・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29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21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 (LO20:45)

越中境PA・上り 富山方向

大型26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
- シャワー

【掲載情報のご注意】 本誌記載の情報は2025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)
パーインターチェンジ(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)
ハイウェイガーデン推進中

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

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/

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)

営業時間の詳細は、「ドラぶら」をご確認ください。



SA・PA MAP



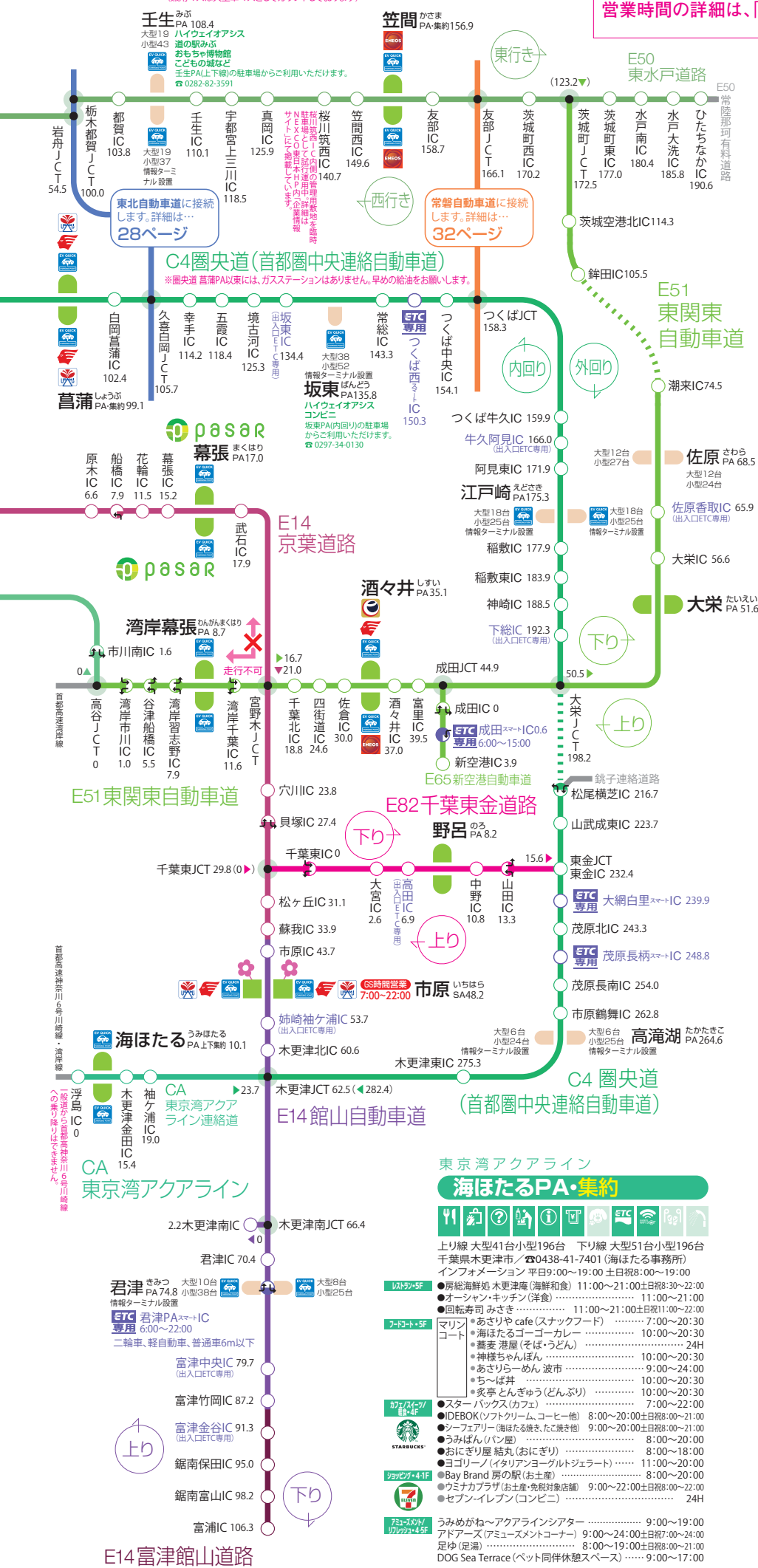
E51 東関東道

E14 京葉道路

E14 館山道

E82 千葉東金道路

CA 東京湾アクアライン



東関東自動車道

湾岸幕張PA・下り



大型52台小型90台／千葉県千葉市
☎043-276-0692／(株)キャニ
フードコート・ショップ 7:00～22:00
スターバックス 7:00～22:00 ☎043-350-0301
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～22:00

湾岸幕張PA・上り



大型53台小型79台／千葉県千葉市
☎043-273-1231／(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ 6:00～21:00
スターバックス 7:00～22:00 ☎043-212-7551
★ETC利用履歴発行プリンター 6:00～21:00

酒々井PA・下り



大型※74台小型159台／千葉県酒々井町
☎043-496-5331／(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7:30～18:00
フードコート 6:00～20:00
ショップ(免税対象店舗) 6:00～20:00
牛めし「松屋」24H ☎043-488-5731
スターバックス 6:30～22:00 ☎043-481-6511
ガステーション24H
☎043-496-4957

酒々井PA・上り



大型※68台小型152台／千葉県酒々井町
☎043-496-5332／(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 7:00～21:00
成田ゆめ牧場 9:00～19:00
ガステーション24H ☎043-496-4827
★ベビーカー 7:00～21:00 ★ATM 7:00～21:00
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～21:00

大栄PA・下り



大型※28台小型34台／千葉県成田市
セブンイレブン(免税対象店舗) 24H ☎0476-73-5358

大栄PA・上り



大型※28台小型37台／千葉県成田市
セブンイレブン(免税対象店舗) 24H ☎0476-73-2655

千葉東金道路

野呂PA・下り



大型20台小型99台／千葉県千葉市／☎043-228-4381
(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

野呂PA・上り



大型20台小型101台／千葉県千葉市／☎043-228-4380
(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

館山自動車道

市原SA・下り



大型35台小型174台／千葉県市原市
☎0436-36-6366／(株)大庄
インフォメーション 平日9:00～17:00 土日祝7:30～18:00
フードコート・ショップ 24H
ガステーション 7:00～22:00 ☎0436-36-8812 ※セルフサービス方式

市原SA・上り



大型33台小型174台／千葉県市原市
☎0436-20-5301／カフェ・カンパニー(株)
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 7:00～23:00
ショップ 24H
ロッテリア 7:00～22:00 ☎0436-37-7261
ガステーション 24H ☎0436-36-8771
※セルフサービス方式

東京湾アクアライン

海ほたるPA・集約



上り線 大型41台小型196台 下り線 大型51台小型196台
千葉県東津市／☎0438-41-7401 (海ほたる事務所)
インフォメーション 平日9:00～19:00 土日祝8:00～19:00

●房総海鮮処 大更津庵(海鮮和食)	11:00～21:00 土日祝8:30～22:00
●オーシャン・キッチン(洋食)	11:00～21:00
●回廊寿司 みさき	11:00～21:00 土日祝11:00～22:00
●あざりや cafe(スナックフード)	7:00～20:30
●海ほたるゴーゴーカー	10:00～20:30
●蕎麦 港屋(そば・うどん)	24H
●神様ちゃんぽん	10:00～20:30
●あざりやーめん 波市	9:00～24:00
●ちへば丼	10:00～20:30
●家亭とんぎゅう(どんぶり)	10:00～20:30
●スターバックス(カフェ)	7:00～22:00
●IDEBOK(ソフトクリーム・コーヒー他)	8:00～20:00 土日祝8:00～21:00
●シーフェアリー(海ほたる焼き、たこ焼き他)	9:00～20:00 土日祝8:00～21:00
●うまぼん(パン屋)	8:00～20:00
●おにぎり屋 結丸(おにぎり)	8:00～18:00
●ヨゴロー(イタリアンヨーグルトジェラート)	11:00～20:00
●Bay Brand 房の駅(お土産)	8:00～20:00
●ウミナガプラザ(お土産・免税対象店舗)	9:00～22:00 土日祝8:00～22:00
●セブンイレブン(コンビニ)	24H

うめがね～アクアラインインター 9:00～19:00
アドアース(アミューズメントコーナー) 9:00～24:00 土日祝7:00～24:00
足元(足湯) 8:00～19:00 土日祝8:00～21:00
DOG Sea Terrace(ペット同伴休憩スペース) 9:00～17:00



E50 北関東道
C4 圏央道
E83 第三京浜道路
E83 横浜新道
E16 横浜横須賀道路

37

北関東自動車道

波志江PA・東行き

レストラン・フードコート

ミニストップ24H ☎0270-21-0193

ETC利用履歴発行プリンター

波志江PA・西行き

レストラン・フードコート

ローソン24H ☎0270-50-7067

ETC利用履歴発行プリンター

太田強戸PA・集約

東行き 大型※44台小型64台・西行き 大型※44台小型64台

群馬県太田市 / ☎0276-61-3512 / (株)ネクスコ東日本リテイル

フードコート・ショップ7:00~21:00

ガステーション24H東行き ☎0276-55-3499西行き ☎0276-55-2006

※セルフサービス方式(大型車のみフルサービス)

★ETC利用履歴発行プリンター 7:00~21:00

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

笠間PA・集約

東行き 大型21台小型37台・西行き 大型21台小型37台

茨城県笠間市 / ☎0296-70-1250

(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 ☎0296-71-1280 ※セルフサービス方式

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

E50 北関東自動車道

波志江PA・東行き

レストラン・フードコート

ミニストップ24H ☎0270-21-0193

ETC利用履歴発行プリンター

波志江PA・西行き

レストラン・フードコート

ローソン24H ☎0270-50-7067

ETC利用履歴発行プリンター

太田強戸PA・集約

東行き 大型※44台小型64台・西行き 大型※44台小型64台

群馬県太田市 / ☎0276-61-3512 / (株)ネクスコ東日本リテイル

フードコート・ショップ7:00~21:00

ガステーション24H東行き ☎0276-55-3499西行き ☎0276-55-2006

※セルフサービス方式(大型車のみフルサービス)

★ETC利用履歴発行プリンター 7:00~21:00

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

笠間PA・集約

東行き 大型21台小型37台・西行き 大型21台小型37台

茨城県笠間市 / ☎0296-70-1250

(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 ☎0296-71-1280 ※セルフサービス方式

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

第三京浜道路

都筑PA・上り

レストラン・フードコート

YASMOCCA

ETC利用履歴発行プリンター

保土ヶ谷PA・下り

レストラン・フードコート

STARBUCKS

ETC利用履歴発行プリンター

横浜新道

戸塚PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

戸塚PA・下り

レストラン・フードコート

FamilyMart

ETC利用履歴発行プリンター

横浜横須賀道路

横須賀PA・上り

レストラン・フードコート

YASMOCCA

ETC利用履歴発行プリンター

横須賀PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

E83 第三京浜道路

都筑PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

保土ヶ谷PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

横浜新道

戸塚PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

戸塚PA・下り

レストラン・フードコート

FamilyMart

ETC利用履歴発行プリンター

横浜横須賀道路

横須賀PA・上り

レストラン・フードコート

YASMOCCA

ETC利用履歴発行プリンター

横須賀PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

E16 横浜横須賀道路

横須賀PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

横須賀PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

東京外環自動車道

京葉市川PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

図央道 (首都圏中央連絡自動車道)

狭山PA・外回り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

狭山PA・内回り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

荻蒲PA・集約

内回り 大型52台小型88台・外回り 大型51台小型90台

埼玉県狭山市 / ☎0480-85-1313 / 日の丸サンス(株)

フードコート・ショップ7:00~21:00

ガステーション24H ☎0480-87-3115

★ETC利用履歴発行プリンター 7:00~21:00

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

東京外環自動車道

京葉市川PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

東京外環自動車道

京葉市川PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・下り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

幕張PA・上り

レストラン・フードコート

ETC利用履歴発行プリンター

ETC利用履歴発行プリンター

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

ドッグラン

ETC利用履歴発行プリンター

ミニストップ

ETC利用履歴発行プリンター

シャワー

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

ベビーカー

ETC利用履歴発行プリンター

ATM

ETC利用履歴発行プリンター

ウォークインゲート

ETC利用履歴発行プリンター

情報ターミナル

ETC利用履歴発行プリンター

E-NEXCO Wi-Fi SPOT

ETC利用履歴発行プリンター

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)

ハイウェイガゼン推進中

apollostation

ENEOS

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い合わせについては、NEXCO東日本お客様センター

☎0570-024-024

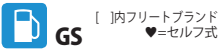
☎03-5308-2424

エリアの詳細情報・料金等は

ドラぷら

https://driveplaza.com/

37

[]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 ④8:00～20:00ENEOS[宇佐美]♥
岩手山SA ④apollostation[宇佐美]、
⑤ENEOS紫波SA ④⑤ ENEOS[ENEOSウイング]
前沢SA ④apollostation[宇佐美]、
⑤ENEOS[ENEOSウイング]長者原SA ④ ENEOS、
⑤ ENEOS[ENEOSウイング]鶴巣PA ④apollostation[宇佐美]、
⑤ ENEOS ♥菅生PA ④⑤ ENEOS[ENEOSウイング]
国見SA ④⑤ ENEOS♥吾妻PA ⑤7:00～22:00
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SA④ 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 ④ 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 ④ 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 ④ apollostation[宇佐美]♥、
⑤ 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♥、
⑤7:00～22:00 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
菖蒲PA 集約 apollostation[宇佐美]館山道
市原SA ④ apollostation[宇佐美]♥、
⑤7:00～22:00
apollostation[宇佐美]♥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
八郎湖SA ④⑤
西仙北SA ④⑤

錦秋湖SA 集約

山形道
櫛引PA ④⑤
寒河江SA 集約

山形蔵王PA ④⑤

磐越道
阿賀野川ISA 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

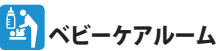
甘楽PA ④⑤

長野道
姨捨SA ④⑤北陸道
越後川口SA ④⑤
塩沢石打SA ④8:00～20:00、⑤赤城高原SA ④⑤
上里SA ④⑤高坂SA ④⑤
三芳PA ④7:00～22:00、⑤上信越道
妙高SA ④8:00～20:00
⑤7:00～19:00東部湯の丸SA ④⑤
横川SA ④⑤長野道
姨捨SA ④⑤北陸道
黒崎PA ④⑤
米山SA ④⑤名立谷浜SA ④7:00～20:00
⑤7:00～20:00東関東道
酒々井PA ④7:00～21:00、⑤京葉道路
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 ⑤

横浜横須賀道
横須賀PA ④⑤

インフォメーション

東北道
前沢SA ④⑤
長者原SA ④⑤安達太良SA ④⑤
那須高原SA ④⑤佐野SA ④⑤
蓮田SA ④⑤常磐道
友部SA 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ISA 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 ④7:30～19:30
⑤7:30～19:30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 ④7:00～22:00、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ISA ④7:00～19:00、⑤磐梯山SA ④⑤
阿武隈高原SA ④8:00～20:00
⑤7:30～19:30常磐道
中郷SA ④7:00～21:00
⑤7:00～21:00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上里SA ④⑤
高坂SA ④⑤

三芳PA ④7:00～22:00、⑤

上信越道
妙高SA ④8:00～20:00
⑤7:00～19:00東部湯の丸SA ④⑤
横川ISA ④⑤長野道
姨捨SA ④⑤北陸道
黒崎PA ④⑤
米山SA ④⑤名立谷浜SA ④7:00～20:00
⑤7:00～20:00東関東道
酒々井PA ④7:00～21:00、⑤京葉道路
幕張PA ④6:00～22:00
⑤6:00～22:00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
那須高原SA ④⑤
黒磯PA ④⑤矢板北PA ④⑤
上河内SA ④⑤大谷PA ④⑤
都賀西方PA ⑤佐野SA ④⑤
羽生PA ④⑤

蓮田SA ④⑤

東京外環道
新倉PA 集約磐越道
阿賀野川ISA ④⑤常磐道
中郷SA ④⑤
東海PA ④⑤関越道
友部SA ④⑤
谷田部東PA ④守谷SA ④⑤
越後川口SA ④⑤塩沢石打SA ④⑤
谷川岳PA ⑤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ISA ④⑤

長野道
姨捨SA ④⑤北陸道
黒崎PA ④⑤黒崎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)
菖蒲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 ⑤館山道
市原SA ④⑤
君津PA ④⑤千葉東金道
野呂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 ⑤

横浜新道
戸塚PA ④横浜横須賀道
横須賀PA ④※ 2025年6月より一部のSAPAでハイウェイ情報ターミナルを順次運用
休止しています。これらのSAPAに
おいては、道路交通情報は「ドラ
ら」よりご確認ください。

ATM

東北道
津軽SA ④⑤
矢巾PA ④⑤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 ④7:00～22:00、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ISA ⑤
五百川PA ④⑤常磐道
関本PA ⑤
日立中央PA ④⑤友部SA ④⑤
千代田PA ④⑤守谷SA ④⑤
高坂SA ④⑤関越道
山谷PA ④⑤
塩沢石打SA ⑤赤城高原SA ④⑤
上里SA ④⑤寄居PA ④
高坂SA ④⑤

三芳PA ④⑤

上信越道
千曲川さかきPA ④⑤
横川ISA 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 ④7:00～21:00、⑤京葉道路
幕張PA ④⑤
京葉市川PA ⑤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 ⑤ETC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
福島松川PA ④⑤、⑤7:30～19:30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 ④7:00～22:00、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 集約山形道
寒河江SA 集約 8:00～20:00磐越道
阿賀野川ISA ⑤
磐梯山SA ④8:00～20:00
⑤7:00～20:00常磐道
南相馬鹿島SA 集約 8:00～20:00
四倉PA ④7:00～20:00
⑤6:30～19:30関本PA ⑤
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、⑤7:00～19:00

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ISA ④⑤長野道
姨捨SA ④7:00～22:00
⑤7:00～22:00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
酒々井PA ④7:00～21:00、⑤湾岸幕張PA ④6:00～21:00
⑤7:00～22:00圏央道
狭山PA(外回り)7:00～21:00
(内回り)7:00～21:00

菖蒲PA 集約 7:00～21:00

京葉道路
幕張PA ④⑤
京葉市川PA ⑤館山道
市原SA ④⑤千葉東金道
野呂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 ⑤

横浜新道
戸塚PA ④9:00～21:00、⑤横浜横須賀道
横須賀PA ④7:30～19:30、⑤

ドッグラン

東北道
長者原SA ④⑤
那須高原SA ⑤佐野SA ⑤ ※1
蓮田SA ④9:00～17:00常磐道
南相馬鹿島SA 集約
守谷SA ④⑤北陸道
米山SA ⑤ ※2館山道
市原SA ④⑤※1 上り線側からもご利用可能です。
※2 米山SAの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 ⑤
寄居PA ④常磐道
千代田PA ④⑤北陸道
大積PA ④⑤

たった3分で回答OK!

みんな、どんなふうにドライブを楽しんでいるの？

みんなのおすすめグルメが知りたい！

地元民しか知らない◎スポットはどこ？

ハイウェイウォーカー みんなのランキング

抽選で

Amazon
ギフトカード

1,000円分が
10名様に当たる!

本キャンペーンは株式会社角川アスキー総合研究所が主催するものです。
Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

親しい友人と話すことはあっても、ほかのドライバーと情報交換する機会は実はあまりないもの。でも、高速道路を使ってどこかに向かうという意味では、本誌読者は全員ドライバー仲間とも言えるんです！そんな、仲間だけだと実は知らないみんなの好みや秘密を大アンケート&ランキング化して発表しちゃいます。自分だけのとっておきや自慢も大歓迎。果たしてあなたの好みは何位？ どしどしご応募ください～!!



あなただけの
「とっておき
ドライブ旅」を
教えて!

編集長・I藤

運転歴20年。「ドライブが好きな人なら誰でも参加可能。みんなの楽しみ方、◎デクをぜひ知りたいね」

2025年7月号アンケート 得票集計(結果発表)

今年は特に暑いからでしょうか、涼しい場所で遊びたい、という声が多数でした。「夏の温泉」という方もちらほら。シブいですね!

Q この夏休みにドライブで行きたい所は?

- | | | |
|----|--------------------|-----|
| 1位 | キャンプやハイキングなどの山レジャー | 36% |
| 2位 | 水族館や動物園 | 19% |
| 3位 | テーマパーク、遊園地 | 15% |
| 4位 | その他 | 17% |
| 5位 | 海水浴などの海レジャー | 13% |

▶「5月に子供が生まれたので那須高原の大自然に触れさせたい」▶「富士山山麓のキャンプ場。自然に囲まれてデジタルデトックス」▶「鶴岡市立加茂水族館(山形県)。漂うクラゲを見て涼しい気持ちに」▶「八木山動物公園(宮城県)のホッキョクグマの双子がめっちゃかわいい!」▶「孫達と夏休みの東京ディズニーリゾートはお約束」▶「西武園ゆうえんち。昭和レトロが好きなので」▶「黒部峡谷トロッコ電車で峡谷の風を感じたい」▶「菱野温泉(長野県)。露天風呂からの見晴らしがよく、夕飯は鯉の甘露煮が食べられる」▶「群馬県桐生市の宝徳寺風鈴祭り、新潟県五泉市の五泉八幡宮七夕風鈴祭に家族で行きました」▶「気仙沼の大谷海岸。雄勝の荒浜海水浴場。夏といえば海!」▶「大洗サンビーチは遠浅で子供達を安全に遊ばせられる」

今月のアンケート

よく行くSA・PA名とメニュー名も教えてください!

SA・PAでよく注文するグルメは?

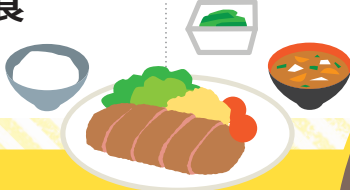
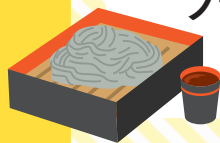
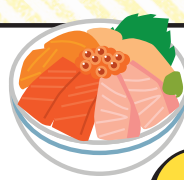
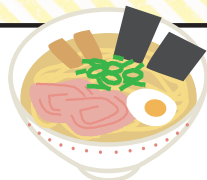
① ラーメン

② うどん、そば

③ 肉系ボリューム定食(丼物)、
フライ洋食、中華定食

④ 魚系和定食(丼物)、
天ぷら、ウナギ

⑤ その他



イラスト/サタケシンスケ(人物イラストを除く)

回答は
こちらから!



上のQRコードにアクセスし、
回答を入力してください。

夏は冷たいうどん、冬はあったかいそば。
季節のかき揚げがうれしいね。

締め切り:25年9月19日(金)

みんなのランキング「ベスト5」は
11月号&公式Xで発表します。

次回もお楽しみに!



ハイウェイウォーカー
公式X

「長男が運転免許を早く取りたがっていて。いつか私を助手席に乗せてくれるそうです。息子が運転する車に乗ってみたいという夢はありますね」

満面の笑みでこう話す上戸彩さん。上戸さんは現在、10歳、6歳、2歳の3人の子育てを楽しみながら、俳優業にもまい進する。インタビュ中は自然と子供とのエピソードが飛び出す。

「以前、車でディズニーランドへ行った時、長男は車がとても好きだから、ずっと隣でしゃべってるんです。あの車は『わ』ナンバーだからレンタカーだとか、(ナンバープレートの数字を指して)誰々の誕生日だとか。本当に自動車に夢中！」

秋シーズン、そんな家族と共にドライブで訪れたいのは「ナシ狩り」だ。「私はナシが大好きなんです。今年はイチゴ狩りに2回行きましたが、やはり子供がいると『○○狩り』が楽しくて。ブドウ狩りもしたいし、山梨へほうとうも食べに行きたい」

わが子たちと共に過ごす時間を大切にしつつも、仕事で自宅を空けなければならぬこともある。15年ぶりにリリースした写真集「Midday Reverie」の撮影で台湾を訪れた時もそうだった。

「子供と離れるので日数はそんなに

取れませんでした。その分、とても濃い撮影内容でした」と上戸さんは振り返る。限られた状況が上戸さんや制作陣に火を付け、終始ポジティブな雰囲気でも乗り切った。

「常に楽しくて爆笑の絶えない、すごくいいチームでした。普段は夜ご飯を食べたら寝るという生活をしているから、夕食後にまた夜市に出かけて撮影……といったことにもワクワクしました！」

写真集でお気に入りのカットは？

「滝のシーンかな。小雨が降っていて天気はよくなかったです。でも逆にこのロケ地に合っていました。晴天のハワイやグアムでの撮影とはまた違って、こういう曇り空が似合う年齢になってきたのかなと感じましたね」

SA・PA&ドライブ 一問一答

Q. ドライブ中によく聴く音楽は？

A. 「ケツメイシさん。自分の曲を作っていたいたこともあり、Ryojiさんの声がすごく好き」

Q. SA・PAで買ってよかったものは？

A. 「ワサビ、自然薯など。SA・PAで売っている野菜はいつもたくさん買って帰ります」

Q. もしSA・PAをプロデュースするなら？

A. 「大きな公園が欲しい！ ずっと車内にいると退屈してしまうし、皆が気分転換できる場所を」

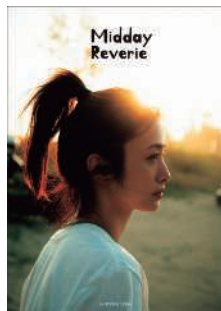
上戸彩

Aya Ueto

長男は自動車に夢中
車での移動中はずっと車のことをしゃべっています



©川島小鳥／宝島社



ロケ地は台湾、カメラマンは川島小鳥氏。幻想的な台湾の夜市を楽しむ姿やビーチでのあどけないビュアな表情、自然の中にたたずむ美しいカット、透明感あふれる寝起き姿など、多彩な魅力が満載。これまでの活動を振り返ったロングインタビューも読み応えあり。

上戸彩写真集「Midday Reverie」

発売中 価格：¥3,850／宝島社

高速道路の裏側に潜入

ハイウェイを支える人々

Vol.113

東北自動車道最大級のSA、パサール蓮田では地域との一体感から浦和レッドダイヤモンズを応援。その取り組みについて話を伺った。



株式会社ネクスコ東日本エリアサポート
フロントサービス部 蓮田インフォメーション
エリアコンシェルジェ

おのほらまゆ
小野原磨優さん

N

EXCO東日本関東支社は、浦和レッドダイヤモンズ（以下、浦和レッズ）とファ

ミリーパートナー契約を締結。地域の活性化を図り、「サッカーのまち浦和」をアピールしている。例えば東北自動車道のSA「パサール蓮田」では、ホームゲーム開催日にインフォメーションのコンシェルジェが浦和レッズのユニフォームを着用して、サポーターたちをお出迎える。

「ユニフォームを着ると全員で心を一つにして浦和レッズを応援しているような一体感があり、気持ちが盛り上がります」

そう語ってくれたのは、コンシェルジェの一人、小野原磨優さんだ。試合当日はサポーターとのなごやかな交流も楽しみの一つだという。

「私たちがユニフォームを着用した初日には、赤ちゃんをお連れのお客さまが私たちのユニフォームを見て『本日、この子の観戦デビューです』とおっしゃったので、『私たちも本日デビューです』と話すなど、ほほ笑ましいやりとりもありました」

試合当日に感じる特別感

コンシェルジェの業務はおもに道路案内や施設案内だが、パサール蓮田では館内のショップに関する問い合わせも多いという。

「例えば日常の買物にも利用されて

いる旬撰市場の商品について、『今日はシャインマスカットを売っていますか？』などの電話があり、店頭には並ぶ商品情報までご案内することがあります。そのため、私たちも施設内を巡回して商品などをよく観察するようにしています。このほか、給茶機やベビーケアルームの清掃など、業務内容は多種多様です。そんな毎日ですが、ユニフォームを着用する日は日常とは異なる特別感があり、とても前向きな気分で見守らせています」

浦和の街全体が赤一色に

浦和レッズのサポーターは、リーグ屈指の熱狂的な応援で有名だ。そのため、試合当日は街全体が盛り上がりを見せ、レッズカラーの赤一色に染まるという。

「試合当日、スタジアムに向かう道中では車や家々が浦和レッズの応援アイテムに彩られ、街全体がまさに赤一色に染まります。そんな熱狂的なサポーターが多いですから、アウエーゲームでも多くのサポーターが駆け付けています。そんなときは高速道路を使って移動することも多いので、この取り組みを通じてお客さまのサポーターライフを楽しんでもらうのはもちろん、移動中の高速道路での時間も楽しくお過ごしいただけるよう努めていきたいです」



- 1 サポーターから「一緒に応援しましょう!」と声をかけられることも多い
- 2 マスコットキャラクターぬいぐるみもサポーターをお出迎え
- 3 当日の試合予定パネルなども設置
- 4 ベビーケアルームのおむつ交換台なども日々清掃

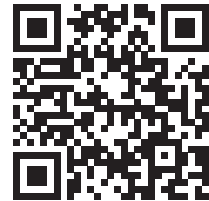


ハイウェイウォーカー【公式】 X(旧Twitter)盛り上がっています

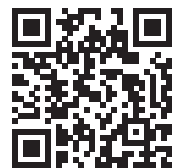


地元グルメ、名物おみやげ、
穴場スポット...
お役立ち情報のほか
「ハイウェイウォーカー」
最新号も読める！

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？

自然にときめくりゾート休暇村 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/10/1⑤～26年1/31④
除外日/⑤、10/12⑤、11/23⑤、12/30⑤～26年1/3⑤

雄大な海岸美と新鮮な海の幸を堪能

陸中海岸のほぼ中央に位置するリゾートホテル。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ふんだんに使用したビュッフェが人気だ。料理人が握るにぎり寿司や刺身、宮古のご当地グルメ「瓶ドン」などを味わえる。

休暇村陸中宮古

☎0193-62-9911

🌐www.qkamura.or.jp/miyako/

1名様

スバリゾートハワイアンズ
日帰りペア入場券(¥8,240相当)



有効期間/～12/31⑤
除外日:なし

全天候型の巨大空間で常夏を満喫

6つのテーマパークを有し、南国ムードあふれる温泉リゾート。常夏の大プールやウォータースライダー、屋外施設スパガーデン パレオ、大露天風呂「江戸情話 与市」など楽しみいっぱい。フラガールショーやファイヤーナイフダンスも必見。

スバリゾートハワイアンズ

☎0570-550-550(10:00～21:30)

🌐www.hawaiians.co.jp/

2組
4名様

「おとなの肝油ドロップ
カルシウムプラス」(¥2,138相当)



10名様

カルシウム不足が気になる方におすすめ

大人には懐かしい、子供には新しいおいしいの肝油ドロップ。日本人に最も不足していると言われている栄養素「カルシウム」を配合し、レモン風味に。ビタミンA・D・Cはもちろん、葉酸や乳酸菌、本物のサメ肝油エキスも配合。

株式会社野口医学研究所

☎03-5251-4755

🌐noguchi-co.com/products/list/

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(金)

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”にも大活躍!

暦の上では秋になり、残暑が少しずつ和らぐ時季。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 ※④⑤⑥、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」による軽やかな旨さ

鹿児島県のお酒・本坊酒造が、南薩摩産の黄金千貫などの原料と造りにこだわり、伝統の技に新技を加えて生み出した本格芋焼酎。特許取得の「磨き蒸留」を採用し、独自の技術により、イモ特有のコク・旨味・香りを、よりなめらかに軽やかな味わいへと仕上げた。

本坊酒造株式会社

☎099-822-7003

🌐www.hombo.co.jp/

上戸彩さん
サイン入り写真



1名様

すてきなメッセージも入れてくれました

「SA・PAに行くとおなかが減っちゃいます。よく食べるのはアイスクリーム」と笑う上戸さん。俳優業と子育てをしっかりと両立させており、車で移動中でも常に家庭のことが頭にあるようです。「新鮮な野菜を売っているところもありますよね。先日はワサビと自然薯を買って帰りました」と、ママの顔がちらり。

from READERS

Voice

♥ 夫の通院で毎月高速道路を利用し、HWをもらいます。治療が終わったらどこへ行こうかと計画するのが元気の源です!(茨城県/寺木さん)

♥ HWの地図を使い、仕事で通った道や寄った場所を子供に教えます。HWが家族だんらの役に立っています!(鹿児島県/裕将さん)

♥ 海はたつPAは海の上にあります、開放感が抜群。子供は「幸せの鐘」を鳴らして喜んでいました。(千葉県/元信さん)

★ from EDITORS

★ 私にとってSA・PAの定番グルメといえばソフトクリーム。夏は溶けないように急いで食べて、いっきに体をクールダウンさせるのも醍醐味です。皆さんにとって、ドライブの時に食べる定番グルメは何ですか?(R)