

ドライブをもっと楽しく! Highway Walker

ハイウェイウォーカー
東日本

TAKE FREE

12

2025
December
No.123

COVER

ドラマ「娘の命を奪ったヤツを
殺すのは罪ですか?」主演

齊藤京子

日帰り
ドライブ
コース



【栃木県・那須町】

開湯1,400年を誇る温泉郷で
ぽかぽか
湯巡りの冬旅

SA・PA/
私の
推し



チキンバーガー de
プレート

ランキング

那須高原SA^下

季節のおすすめ

注目スポット&イベント

- グリムの森イルミネーション → 嵐山溪谷(紅葉)
- 栃木県子ども総合科学館リニューアルオープン ほか



特集

東北道

埼玉・
栃木

の
SA・PA

～味彩とちぎ～
那須豚 青源みそカツ丼
(那須高原SA^上)



高速道路 東日本エリア
エリアマップ付き

特集

東北道 埼玉・栃木のSA・PA

とうほくどう

COVER FACE P39

ドラマ「娘の命を奪ったヤツを殺すのは罪ですか？」主演

齊藤京子



撮影＝佐藤佑一
キャスティング＝千葉由知 (ribelo visualworks)
衣装協力＝LILLIAN CARAT

発行人・編集人／垣貫真和

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 栃木県 那須町

開湯1,400年を誇る温泉郷で
ぽかぽか湯巡りの冬旅

→路線特集

08 SA・PA 私の推しランキング ▶ 東北道 那須高原SA①

10 SA・PA 今月のイチオシ ▶ ふわふわorもちもち

12 SA・PA ご当地おみやげフェス ▶ 東北道・圏央道 (埼玉・栃木)

16 必食! SA・PAごはん ▶ 深まる秋の肉祭り

→連載

40 ハイウェイを支える人々「株式会社ネクスコ・エンジニアリング東北 仙台事業所」

41 ハイウェイウォーカー みんなのランキング

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・北日本地域の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。



CA東京湾アクアライン(上下線)

土日・祝日の混雑緩和のため ETC時間帯別料金を実施中

※土日・祝日のほか、1/2、1/3、振替休日にも実施

普通車の場合

ETC通常料金
1,960円のところ

上り線(木更津→川崎方面)

0時～4時

400円

4時～13時

800円

13時～19時

1,600円

19時～20時

800円

20時～24時

400円

下り線(川崎→木更津方面)

0時～4時

400円

4時～5時

800円

5時～7時

1,000円

7時～24時

800円

- ・上記の金額は、ETC普通車の場合の通行料金です。
- ・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「トらぶら」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)

季節の
おすすめ

注目スポット&イベント

冬の定番イルミネーションをはじめ、紅葉やマルシェなど盛りだくさん

童話の中に迷い込んだような 圧巻のイルミネーション



グリムの森が75万球のイルミネーションの光に包まれる。まるで童話の世界のような風景が広がるお城のイルミネーションは必見だ

11/23(金)~26年1/3(土) 17:00~21:00 【栃木県下野市】

グリムの森イルミネーション

図グリムの森 グリムの里いしばし

グリム童話の世界観を光で演出。15回目の今回は、幻想的な森の中にまばゆい新装飾「グリムフォレストグロウスクエア」が登場する

☑北関東道壬生IC、東北道栃木IC
☎0285-52-1180



メルヘンチックなモチーフが園内を彩る。下野市は、ドイツのグリム兄弟ゆかりの地・ディーツヘルツタールと姉妹都市になっている



11月中旬~12月上旬

【埼玉県嵐山町】

嵐山渓谷(紅葉)

図嵐山渓谷

埼玉県屈指の紅葉スポットで、華やかな紅葉と楓川に映る彩りを楽しめる。見ごろ時季に「嵐山渓谷紅葉まつり」を開催

☑関越道東松山IC・嵐山小川IC
☎0493-81-4511 (嵐山町観光協会)



燃えるようなモミジを中心とするグラデーションが美しい。遊歩道が整備されているので歩きやすい

【栃木県宇都宮市】

栃木県子ども総合科学館 リニューアルオープン

図コジマ子どもサイエンスパーク(栃木県子ども総合科学館)

リニューアルオープンを記念し、12/7(日)までサイエンスショーやワークショップなどさまざまなイベントが行われる(詳細は☎を確認)

☑北関東道壬生IC、東北道鹿沼IC
☎028-659-5555 ☎https://t-csm.jp



7つのゾーンに分かれた体験型の展示で科学に親しめる。プラネタリウムや天文台も併設

11/20(木)→26年1/19(月)

クルマで行こう



2か月保存版

イベントカレンダー

12/12(金)～26年1/31(土)17:00～
※12/12(金)は17:30～

【福島県福島市】

光のしずくイルミネーション

図パセオ470および周辺、福島駅東口広場

福島駅東口広場とパセオ通り周辺の中心市街地の街路樹に約15万球のイルミネーションを点灯。初日の点灯式のほか、フォトコンテストなども行われる

図東北道福島西IC
☎024-522-4841(光のしずくイルミネーション実行委員会、平日9:00～17:00)



12月中旬～26年2月中旬

【青森県十和田市】

アーツ・トワダ ウィンターイルミネーション

図十和田市現代美術館アート広場

十和田市現代美術館のアート広場全体を、青色LEDが光のじゅうたんのようにおおい尽くす。さまざまなアート作品が光の中に浮かび、昼間とは違った幻想的な雰囲気

図百石道路下田百石IC
☎0176-51-6771(十和田市商工観光課)



12/19(金)～21(日)

【群馬県高崎市】

榛名湖花火&イルミ ウィンターフェス

図榛名湖畔 商店街周辺

冬の榛名湖畔が花火と約10万球のイルミネーションで彩られる。花火は各日20:00から約10分間の予定。澄んだ空気の中、湖面に映る光が幻想的な空間をつくり出す

図関越道渋川伊香保IC
☎027-374-5111(榛名観光協会)



12/31(火)23:30～26年1/1(水)0:30

【北海道上富良野町】

北の大文字

図日の出公園

大晦日から元旦にかけて「大」の形に御神火をともし、雪一面の斜面に浮かび上がらせる雄大なイベント。新年を迎える瞬間には花火も打ち上げられる

図道央道三笠IC
☎0167-45-2191(北の大文字運営委員会)



12/5(金)～7(日)、12(金)～14(日)

【長野県安曇野市】

あつみの かみあかり 安曇野 神竹灯

図穂高神社

境内に約10,000本の竹灯籠が並べられ、火がともされる。来場者自ら願いを込めながら点灯が可能(16:00～)。神楽殿でのライブやキッチンカーもあり

図長野道安曇野IC
☎0263-82-3133(安曇野市観光協会)



12/6(土)・7(日)

【茨城県笠間市】

カラフル

図笠間工芸の丘

茨城県内外の95組のクラフト作家と17台のキッチンカーが参加するマルシェ。日々をカラフルにしてくれそうな個性が光る作品や店舗がいっぱい

図北関東道友部IC
☎0296-70-1313(笠間工芸の丘)



12/6(土)～28(日)の金(土)日18:00～20:00

【宮城県山元町】

コダナリエ

図小平農村公園

東日本大震災の翌年から開かれ、「心の復興」を願って、地域の人々が手作りで届ける温かみあふれるイルミネーション。約20万球の光で一画が輝く

図常磐道山元IC
☎090-9641-9300(コダナリエ実行委員会)



12/7(日)

【新潟県新潟市】

かもん! カモねぎまつり

図潟東地域コミュニティセンター

天然の野鴨で作った「カモ汁定食」(前売り券のみ¥1,000)のほか、ふるまい餅(無料)が味わえる。地元農家のネギなど冬野菜の販売やキッチンカーも人気

図北陸道巻潟東IC
☎0256-86-3123(潟東地域コミュニティ協議会)



開催中～26年1/4(日)

【神奈川県横須賀市】

横須賀 ウィンターイルミネーション

図ヴェルニー公園

ヴェルニー公園の園路や洋風あずまやなどが、シャンパンゴールドを基調としたイルミネーションで彩られる。横須賀本港の夜景と共に満喫しよう

図横浜横須賀道路横須賀IC
☎046-822-8427(横須賀市文化スポーツ観光部企画課)



開催中～26年3/1(日)(土)夜および
12/24(火)・25(水)・29(日)～26年1/4(日)

【千葉県富津市】

マザーイルミ

図マザー牧場

東京湾を望むマザー牧場ならではの夕景と富士山、色鮮やかなイルミネーションのコラボレーションが見どころ。時間と共に移り変わるロマンチックな景色を堪能できる

図館山道君津PAスマートIC・君津IC
☎0439-37-3211



11/23(金)～26年1月中旬(予定)

【岩手県軽米町】

かるまい冬灯り

図軽米町防災センター周辺

町内の住民たちが飾り付けた多彩なイルミネーションが、軽米町の寒い冬を温かに照らす。点灯期間中にはインスタグラムでフォトコンテストも開催している

図八戸道軽米IC
☎0195-46-4746(かるまい冬灯り実行委員会)



令和6年フォトコンテスト入選作品

12/1(日)～26年1/12(日)17:30～21:00

【栃木県大田原市】

那須野が原ハーモニーホール イルミネーション

図那須野が原ハーモニーホール 中央エントランス外側 円形広場

音楽や文化芸術の拠点として知られる那須野が原ハーモニーホールの冬の風物詩。約30,000球のLEDによるイルミネーションが、ガラスや水面に美しく映し出される

図東北道西那須野塩原IC
☎0287-24-0880



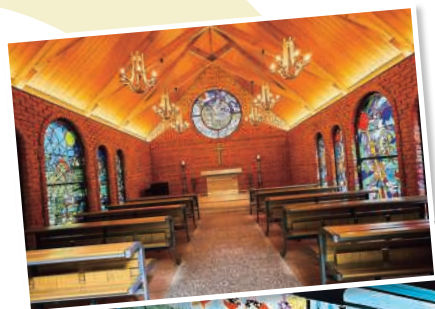


開湯1,400年を誇る温泉郷で ぽかぽか湯巡りの冬旅

飛鳥時代の開湯と伝わる冬的那須温泉郷へ。「藤城清治美術館」で光と影の感動的な世界に没入したら、栃木最古の元湯「鹿の湯」で心も体も温めよう。ランチは地元別荘族御用達の手打ちそばの名店へ。おみやげには、那須高原の気候風土を生かした手作りチーズを。

敷地内には藤城氏デザインのス
テンドグラスが美しいチャペルも

「魔法の森に燃える再生の炎」(2013)。美術館の
グランドオープンに合わせ、藤城氏が89歳で制作し
た幅6mの大作。80年前に見た夢の世界を再現
した自身の「メルヘンの原点」とか。鏡や水を張った
演出で、作品に広がり奥行きを与えている



MAP 2 ふじしろせいじ 藤城清治美術館

影絵作家、藤城清治氏の仕事を
集大成した劇場型美術館

「クリスマスの鐘」など代表作約200
点を常設展示。プロジェクションマッ
ピングや影絵劇を再現した回転舞台
では、作品の世界に足を踏み入れ
たかのような錯覚を覚える。カフェや
ミュージアムショップも併設。

国栃木県那須郡那須町湯本203
☎0287-74-2581 ☎9:30~16:30(最終受付
16:00) ㊟ ㊟高校生以上¥2,000、3歳~
中学生¥1,300、70歳以上¥1,900、各種手帳を
お持ちの方¥1,300 ㊟64台(無料)

ドライブコースMAP



1.緑豊かな敷地に立つ長屋門風の
の入口 2.こびとがモチーフの作品
「月光の響」(1981) 3.影絵劇の舞
台裏を再現したミニ影絵シアター
4.ショップではポストカード各¥220、
ケロヨンノピンズ¥990、アクリル
キーホルダー¥660なども販売



東京・半蔵門にあった名店が静かな環境を求めて当地に移転

MAP 1 石臼挽手打蕎麦 丹凧

那須の森にたたずむ
江戸切りそばの新店

今年6月の開店以来、舌の肥えた別荘族にも支持される店。北海道・音威子府のそば粉を石臼でひく手打ちそばは、カツオが効いたツユで。2名以上、前日までの要予約で地元食材を使った前菜6品などが付く蕎麦ご膳も。

〒321-0801 栃木県那須郡那須町湯本599-5
☎0287-73-5655 ☎11:00~15:00(そばがなくなり次第閉店)、18:00~21:00(完全予約制)
休不定 図14席(禁煙) 図7台(無料)



1.庭を望みジャズが流れる店内 2.季節により異なるが、日光湯波や鴨のロース煮など前菜6品に、エビと野菜の天ぷら、そば、甘味などが付く蕎麦ご膳¥5,500 3.茄子とトマトのつけ汁せいろ¥1,550。濃いめのツユにさっとつけ、香りと喉越しを味わうのが江戸切りそばの信条 4.季節野菜と揚げもち蕎麦¥1,850

MAP 4 あまたにチーズ工房

那須高原で放牧された乳牛の新鮮なミルクを使った手作りチーズ

森に囲まれた木造りの工房。那須高原では珍しい放牧スタイルを貫く摩庭牧場の新鮮な生乳を使用したチーズが大人気。OMOTENASHI SELECTION金賞を受賞した、モzzarellaチーズのたまり漬けは絶品!

〒321-0801 栃木県那須郡那須町湯本206-530
☎0287-76-2723
☎10:00~17:00
休必休
図8台(無料)



1・3.店内で販売する手作りチーズの数々 2.モzzarellaチーズのたまり漬け100g ¥750(左)とカチョカパロのたまり漬け200g ¥1,380。たまり醤油に漬け込んだコクと旨味が凝縮したチーズで、酒のつまみにも向く 4.牛乳に上白糖と麦芽糖を加えて煮詰めたミルクソース150g ¥750



SA・PAに"よみち"

東北道 上河内SA(下り)

☎028-674-2121 MAP P21-D-19

東京方面 宇都宮IC 上河内SA(下り) 矢板IC 青森方面

小高い丘の上に立つSA。宇都宮名物の餃子をはじめ、イチゴを使ったスイーツなど、栃木の特産品が勢ぞろい!

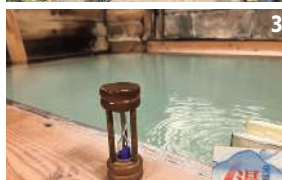
揚げ揚げ餃子焼売串
¥500(1本)

自社製の「とんきき餃子」2個とジャンボシューマイ2個を揚げ串に。一度で2種類の味をワンハンドで楽しむことができる人気串だ。



マロングラッセ(ブローケン)
¥864(170g)

本場の製法そのままに、イタリア産の栗の食感を生かしたシロップで仕上げたマロングラッセ。製造過程で砕けたものなどでお得な価格に。



1.源泉をそのまま利用するため、湯舟は一段低いところにある。故に鮮度は抜群 2.開湯は約1,400年前という風情ある共同湯 3.泉温が41~48度と高いため、短時間入浴がおすすめ。砂時計の無料貸し出しもある。神経痛、関節痛、冷え性、慢性皮膚病、糖尿病などに効能あり 4.手作りの湯の素は¥800

MAP 3 鹿の湯

栃木県では最古の源泉を持つ
江戸時代の温泉番付「東の関脇」

湯量豊富で源泉かけ流しを保つ、那須温泉の元湯。温度が異なる6つの湯舟が、昔ながらの湯治場の雰囲気盛り上げる。単純酸性硫黄温泉(硫化水素型)の白濁した湯は高温で、まずひしゃくでかぶり湯をするのが特徴だ。

〒321-0801 栃木県那須郡那須町湯本181 ☎0287-76-3098
☎8:00~18:00(最終受付17:30) 休なし
図大人¥500、小学生¥300、小学生未満無料、フェイスタオル¥400 図50台(無料)



とうほくどう
東北道
なすこうげん
那須高原SA
(下り)

☎0287-72-1707
MAP P21-D-18

【駐車場】小型: 69台/大型: 129台 【レストラン】「黄金色の豚」11:00～21:00 (LO20:15)、㊤㊤㊤【4～11月】7:00～21:00 (LO20:15)、【12～3月】11:00～21:00 (LO20:15) 【フードコート】「白河の郷」24時間、「芽吹き」24時間、「高原ベーカリー CAFE」7:00～19:00、「とん豚」11:00～21:00 (LO20:30)、「NASU FOREST KITCHEN」11:00～21:00 (LO20:30) 【ショッピングコーナー】24時間、「高原ベーカリー」7:00～18:00、㊤㊤㊤6:00～18:00
【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)/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)/ドッグラン



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

那須高原SA (下り)
スタッフ
寺内さん

那須高原南部にあるSA。酪農が盛んな那須は、新鮮な乳製品や畜産物など大自然に抱かれたおいしい食材の宝庫。地元食材の「那須豚」や「那須どり」を使用した自慢のメニューが味わえるほか、おみやげは銘菓「御用邸の月」をはじめ、産地直送の野菜を取りそろえている。愛犬との散歩に最適なドッグランも完備し、高原の爽やかな空気と自然に包まれながら休憩できる。

推し **1**
チキンバーガー de プレート
¥1,730

地元の銘柄鶏「那須どり」の外モモ肉を使用したチキンバーガーに、パンプキンスープ、フライドポテト、サラダを付けた豪華なワンプレート。

+¥180でドリンクセットにできる。

「クリスピーなチキンと新鮮なレタスに、濃厚なオニオンソースをかけてふんわりパンズでサンド。かぶりつくと肉汁がジュワッと広がります。」



※付け合わせ等は変更になる場合もございます

販売時間／フードコート「NASU FOREST KITCHEN」11:00～21:00 (LO20:30)

推し **3**
白河ラーメン
¥900

小麦香る自家製麺
福島・白河の懐かしい一杯



鶏ガラベースの醤油スープに鶏油を入れることで香り高く、そしてコク深い仕上がりに。自家製の中太麺はスープとよく絡み、ツルツルとした喉越しとコシのあるモチモチ食感が◎。

「具材はチャーシューやメンマ、海苔、ホウレン草、ナルト、ネギ。福島を代表する白河ラーメンの実直な味わいを楽しんで！」



販売時間／フードコート「白河の郷」24時間

バター香るミルクーな甘味
サクふわな新感覚デザート！



販売時間／「高原ベーカリー」10:00～18:00

推し **2**
シュガーバターの木ソフトクリーム
ホワイトショコラ&バター味 ¥620

北海道産ミルクを練り込んだホワイトショコラ&バターのソフトクリームに「シュガーバターサンドの木」の生地2枚をトッピング。サクサクとなめらかな食感の差が楽しめるご褒美デザート。

「シリアル生地「シュガーバターサンドの木」の香ばしさとソフトクリームの芳醇なバターの味わい。ミルクーな甘さが一つに溶け合い、たまりません。」



那須高原SA(下り)の「ここを見て！」
チーズガーデン



那須を代表するチーズスイーツの専門ブランド「チーズガーデン」。東北道で取り扱うSA・PA9店舗のなかで最大面積と品数を誇る。しっとりとした食感と濃厚な味わいの看板商品「御用邸チーズケーキ」は、1日で670個以上販売したことも。



第2回 “よしみち”してでも食べたい地元めしの熱い戦い ハイウェイめし 甲子園

おかげさまでNEXCO東日本は20周年



ハイウェイめし アンバサダー
はっしー (橋本雄)



20周年
記念

食べて応援! プレゼントがもらえる!

詳しくは
こちら



エントリーメニューを食べて応援しよう

道・県予選 2025 10/1 (水) → 11/30 (日)



14メニューが**決勝戦**に進出!

プレゼント

注文すると
もれなくお買い物券
GIFT 200円

食べて評価 合計300名様
その場で抽選!
1,000円分の
デジタルギフト

決勝戦 2026 1/15 (木) → 3/15 (日)



2代目ハイウェイめし王者が決定!

プレゼント

注文すると
もれなくお買い物券
GIFT 200円

食べて評価 合計155名様
抽選で
豪華賞品

※2025.12/1(月)～2026.1/14(水)の期間は配布しておりません

※全てのエントリーメニューが対象です

ハイウェイウォーカー公式Xでも応援

抽選で 豪華賞品プレゼント!

＼ご当地キャラも応援!／



買って調査! だから間違いない!👉

今月のイチオシ

今日の担当はこの2人

ライター・S村

自他共に認める大の甘党なので、今回のラインアップに大喜び。ふわふわともちもち、どちらもこよなく愛しています!



編集長・I藤

甘いものからしょっぱいものまで幅広く厳選。あんこ好きの私としては、ふわもち食感とあんこの相性が気になります。



ふわふわorもちもち



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!!

東北道 那須高原SA(上り)

☎0287-72-1717 MAP P21-D-18

大田原チーズステーション 小滝 ¥700(100g)

栃木県産生乳と那須の牛乳を使用した熟成する前のチーズ。加熱すると驚くほど伸びるのが特徴で、弾力のある歯応えがたまらない。



ライター・S村
ココがPOINT!

塩味はなくまろやかな味わい。ピザにのせたり、マッシュポテトと混ぜて、フランスの郷土料理「アリゴ」にするのがおすすめです!



イチオシ
DATA

定番 ——— ★ 新商品
コスバ ——— ★ 豪華
のび〜度: ★★★★★

※中身は「バナナチョコ」「いちご」「ミックスベリー」「イエローピーチ」「メイプルウォールナッツ」「五家宝」の全6種から選べる



イチオシ
DATA

定番 ——— ★ 新商品
コスバ ——— ★ 豪華
山盛り度: ★★★★★

栃木県産サツマイモペーストを練り込んだ生地はもちもち。ホイップとのふわもち食感を楽しんで!



ライター・S村
ココがPOINT!

圏央道 菖蒲PA(集約)

☎0480-85-1313 MAP P20-B-5

東京しゅうもちあん ¥1,150(12個入り)

カリッと香ばしいシュー生地。中には、なめらかなながらも粒感のある小倉あん、もちもちとした柔らかい餅が入っている。



東京に店舗を置く「和洋菓子 EDO USAGI」のスイーツ。程よい甘さで、お茶請けにぴったりです



編集長・I藤
ココがPOINT!

イチオシ
DATA

定番 ——— ★ 新商品
コスバ ——— ★ 豪華
和洋折衷度: ★★★★★



東北道・圏央道 (埼玉・栃木)

HW編集部が実際に

SA・PA

地域の特産品を使用した、食感が楽しい商品をセレクトしました。
ふわふわのホイップやもちもちのチーズなど、心ときめく食感の逸品が勢ぞろいです！



1ポイント
DATA

定番 ★★★★★ 新商品
コスバ ★★★★★ 豪華
ふわシャリ度: ★★★★★

東北道 上河内SA(下り)
☎028-674-2121 MAP P21-D-19

混ぜてから食べるとふわ
シャリです。上河
内SA下り線限定のオリ
ジナルスイーツです！



編集長・1勝
ココがPOINT!

削りいちごソフト ¥800

「とちおとめ」を使用したふんわりなめらかなソフトクリームに、削った冷凍イチゴと練乳をトッピング。濃厚なクリームと練乳の甘さに加え、冷凍イチゴの甘酸っぱさとシャリシャリ果肉がアクセントに。

東北道
佐野SA(下り)

☎0283-23-7133 MAP P20-B-3



栃木県産「とちおとめ」と那須高原のミルクを使用。たっぷりの濃厚クリームを、赤ちゃんのほっぺのようなもちもち生地で包んだ。

もちもちロール(栃木とちおとめ・
那須高原の特濃ミルク) 各¥320(1個・冷凍)

ライター・S村
ココがPOINT!

「栃木とちおとめ」は特製イチゴピューレと、ピューレを使ったクリームの2層仕立てで、濃厚ながらも甘酸っぱい！



東北道
蓮田SA(下り)

☎048-768-6411 MAP P20-B-5



バナナチョコホイップクリーム
マウンテン盛り
¥1,000

ふわふわのホイップが山盛りに入ったクレープの高さは、なんと約27cm! ホイップは植物性であっさり低カロリーだ。

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!

埼玉“裏”名物3種の味が楽しめる
パリッと香ばしい煎餅



圏央道 菖蒲PA(集約)
☎0480・85・1313 MAP P20-B-5

菖蒲PA限定 3種詰合せ煎餅
(うなぎ・大宮ナポリタン・狭山茶各1枚) ¥486

国産うるち米使用の生地に3種の味付けをした草加煎餅。浦和名物のウナギ蒲焼き風、トマト粉末を生地に練り込んだ大宮ナポリタン、入間市産茶葉の渋味が効いた狭山茶と個性豊か。

地元キャラが応援!

SA・PA

東北道・圏央道
(埼玉・栃木)

ご当地おみやげフェス

老舗監修のスイーツやご当地ラーメン、特産品を使ったおかずなど
埼玉・栃木ならではののおみやげをたくさん紹介します!

東北道 黒磯PA(下り)
☎0287・65・4922 MAP P21-D-18

栃木限定ハッピーターン餃子風味
¥691(12枚入り)

餃子消費量トップクラスの栃木ならではのハッピーターン。パウダーはニンニクがガツンと効きつつ、宇都宮餃子の特徴である野菜の旨味も存分に生かされている。



パンチの効いた味付けに
サクサク生地が相性抜群!



埼玉
SAITAMA
エリア

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ィナーキャラを目指している。

2種の熟成チーズを使用した
コク深いチーズサンド



東北道 蓮田SA(下り)
☎048・768・6411 MAP P20-B-5

CHEESE CAVERY TOKYO
熟成チーズサンド ¥1,134(5個入り)

イタリア産パルミジャーノ・レッジャーノ&ゴルゴンゾーラ使用のクッキー生地でクリームチーズをサンド。クリームにはライスパフを加え、軽やかな食感に。

「スカイベリー」が決め手!
ザクッと食感のウエハースサンド



東北道 黒磯PA(上り)
☎0287・65・5580 MAP P21-D-18

栃木スカイベリーチョコサンド
¥1,400(プレーン10個/チョコ10個)

栃木県産「スカイベリー」を使用したイチゴクリームを、プレーン・チョコの2種類のウエハース生地ではさんだ。生地のザクザク食感がクセになる商品。



わずか2分で茹で上がる
「青竹打ち」のツルもち麺

東北道
おおや
大谷PA(下り)
☎028-652-2132 MAP P21-D-20

麺の城山 佐野生ラーメン
¥1,188(醤油4食/味噌2食)

佐野の名水と国内製造の小麦粉を使用した「青竹打ち」の生麺。青竹で生地を延ばすことで、気泡を多く含み短時間で茹で上がる。この手もみ縮れ麺を、コクのある味噌とあっさり醤油の2種類のスープで楽しめる。



東北道 かみかわち
上河内SA(下り)
☎028-674-2121 MAP P21-D-19

とんきつき餃子 ¥1,350(20個入り・冷凍)

栃木県産の豚肉とニラに、キャベツ・タマネギ・生姜・鶏肉を混ぜ込んだ餃子。ジューシーな肉の旨味と野菜の甘味を味わえる。

※写真は調理例です



餃子の本場である宇都宮の名店
「豚嘻嘻」の餃子をご家庭で!

栃木
TOCHIGI
エリア



©栃木県

とちまるくん
栃木県のマスコットキャラクター。夢は栃木県の「元気」と「ニコニコ」で全国のお友達を笑顔にすること。ちょっとやんちゃな頑張り屋さんで、得意なことは「とちまるくん体操」と「かけっこ」。

東北道
おおや
大谷PA(上り)
☎028-652-2131 MAP P21-D-20

キングホルモン
¥1,242(500g・冷凍)

栃木県産特撰生ホルモン(豚生直腸)を使用。フライパンで焼くだけの簡単な調理で、噛めば噛むほどに旨味が広がるプリプリ食感のホルモンを堪能できる。



栃木県矢板市の精肉店
「山久」の特撰生ホルモン!

薄皮生地にこしあんがみっちり!
那須の由緒正しきまんじゅう



東北道
なすこうげん
那須高原SA(上り)
☎0287-72-1717 MAP P21-D-18

御用饅頭 ¥1,200(8個入り)

1925(大正14)年創業の那須の和菓子店「扇屋」のまんじゅう。ふんわりと黒糖の香る薄皮生地で、上品な甘さのこしあんを包んだ。なめらかな舌触りのこしあんがたまらない逸品。



©A&M SANWA CO., LTD.

東北道 きの
佐野SA(下り)
☎0283-23-7133 MAP P20-B-3

ももちゆきおクッション
¥1,980(全長46cm)

なんともいえないシュールな表情が愛くるしい「ゆきお」が、栃木県のソウルドリンク「レモン牛乳」とコラボ。全長46cmのクッションは抱き心地抜群だ。

ももちの肌触りがクセになる!
ご当地「ゆきお」クッション

SAITAMA AREA ... 蓮田SA / 葛蒲PA

TOCHIGI AREA ... 黒磯PA / 上河内SA / 大谷PA / 佐野SA / 那須高原SA

ETC 限定
普通車・軽自動車等
ドラ割



東北観光
フリーパス



MITSUI
OUTLET PARK
三井アウトレットパーク 仙台港

高速道路を使っておトクに
三井アウトレットパーク 仙台港に行こう!

4日間乗り降り自由で

普通車 4,500円~!!

連続する最大4日間

※ご利用可能日については、当社HPをご確認ください。



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。

ドラ割

検索

詳細は WEB で!

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

宿泊やレンタカーとのお得なセットプランはこちら

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



東北6県周遊コース

普通車

軽自動車等

8,500円

6,800円

青森岩手宮城周遊コース

普通車

軽自動車等

7,500円

6,000円

秋田岩手宮城周遊コース

普通車

軽自動車等

7,100円

5,700円

山形宮城周遊コース

普通車

軽自動車等

4,500円

3,600円

福島宮城周遊コース

普通車

軽自動車等

6,000円

4,800円

※高速道路の通行料金のお支払いは別に三井アウトレットパーク 仙台港
で3,000円以上(税込・合算可)のお買い物が必要となります。3,000
円以上(税込・合算可)のお買い物が確認できなかった場合には、本プ
ランは適用となりませんのでご注意ください。

探究心を刺激する検索旗

TOHOKU QUEST

スマホで東北の観光地を当てる

謎解きゲームもやっています→



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。

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。





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

1

原付(125cc以下)は経路を変更してください

2

経路オプション

3

◆iOS(アップル)

高速道路を使わない

◆Android(アンドロイド)

高速道路を使わない

4

高速道路を使わない経路が表示されます

※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。





ローストビーフ丼 de プレート

¥2,080

メインのローストビーフは「日光高原牛」を使用。甘めの和風オニオンソースで肉本来の味わいを堪能できるほか、レフォール(西洋ワサビ)マヨネーズでの味変も魅力。

東北海道 那須高原SA(下り)

フードコート「NASU FOREST KITCHEN」
☎0287-72-1707 販売時間/11:00~20:30(LO)
MAP P21-D-18



焼き目をつけ、低温調理でじっくり加熱。しっとりなめらかな食感に仕上げたローストビーフ

風味まるやかな栃木県産銘柄牛
「日光高原牛」の絶品ローストビーフ

※付け合わせ等は変更になる場合もございます

ローストビーフ丼は自信作です! ご飯はローストビーフとベストマッチなお米を使用。多彩な付け合わせと共にご賞味を!



料理長
高橋さん

SA・PAごはん

・今月のテーマ・

深まる秋の肉祭り

ークもビーフもチキンも、各SA・PA自慢の肉メニューをおいしく食べ尽くそう!



ジューシーでコク旨
栃木県産銘柄豚の豚丼

那須三元豚の焼肉豚丼 Part2 ¥1,500

甘辛く焼き上げた「那須三元豚」をご飯にのせた丼。薬味は銘柄柚子「宮ゆず」「岩下の新生姜」「山菜唐みそからかんべえ」と栃木ならではの。

東北海道 上河内SA(上り)

フードコート
「KAMIKAWACHI GARDEN」
☎028-674-2111
販売時間/24時間 MAP P21-D-19



脂身が甘く、肉質柔らか
「香り豚」の揚げたてカツ

香り豚の手付けロースカツ定食 ¥1,600

埼玉県加須市「松村牧場」の「香り豚」を使い、衣を丁寧に手付け。カツは表面がサクサク、肉はきめ細かな舌触りで旨味が口の中に広がる。

東北海道 蓮田SA(下り)

レストラン ☎048-768-6411
販売時間/11:00~20:30(LO)、
☎☎7:00~21:30(LO)
MAP P20-B-5

～味彩とちぎ～
那須豚 青源みそカツ丼

¥1,280

あと味さっぱりでコク深い「那須豚」のカツと相性抜群の味噌ダレを、栃木県宇都宮市の味噌蔵と共同開発。肉と合う同県産「那須の白美人ねぎ」「那須御養卵」もトッピング。

東北道 那須高原SA(上り)

フードコート「那須キッチン」
☎0287・72・1717
販売時間／11:00～20:45(LO) MAP P21-D-18



160度でじっくり4分揚げる。少し粗めに付けた衣はサクッと食感、豚肉は歯切れよく旨味たっぷり



常盤さん
スタッフ

地元感満載の新メニュー。
豚肉+味噌ダレ+卵+ネギと、那須高原エリアの食材が織り成す味のハーモニーは格別です！



老舗味噌蔵「青源味噌」と共同開発
味噌ダレが引き立てるカツの美味

モリモリ食べまろう！
食欲の秋を締めくくる
肉★肉★肉グルメ！！

東北道(埼玉・栃木)の 立ち寄りグルメ 必食！

ガッツリ系といえば、外せないのが“肉”。終盤を迎える食欲の秋にラストスパートをかけ、ポ



豚も鶏も肉汁ジュワッ
カリッと揚げたてコロンビ

シュウ・カラ定食 ¥1,400

新開発の揚げシューマイと定番・鶏唐揚げのセット。肉感濃厚ながらあと味あっさりのシューマイは栃木県日光市産銘柄豚「日光HIMITSU豚」を使用。

東北道 佐野SA(下り)

フードコート「萬福」
☎0283・23・7133
販売時間／24時間
MAP P20-B-3



銘柄豚のおいしさを際立つ
自家製タレの生姜焼き

和豚もちぶた生姜焼き定食 ¥1,660

軽やかな脂身、みずみずしい肉質の栃木県産「和豚もちぶた」を特製タレで焼き上げた。香ばしい黒ゴマと生姜が効き、豚肉の味がより引き立つ。

東北道 上河内SA(下り)

レストラン「九尾」 ☎028・674・2121
販売時間／11:00～15:30(LO)、
④⑧⑨11:00～20:30(LO)
MAP P21-D-19





東北 エリアマップ



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
- ハーフインターチェンジ(IC)
- ※矢印の方向への入口および出口専用
- 本線料金所
- 路線番号
- ※高速道路ネットワークを形成する道路の対称となる
- 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

地図凡例

- 有料道路
- 都市高速道路
- 国道
- 自動車専用道路
- 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
- 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)
- Parasol(パサール)

※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「ドライブ」を「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
軽食自販機24H

都賀西方PA・下り

大型18台小型57台／栃木県栃本市／☎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

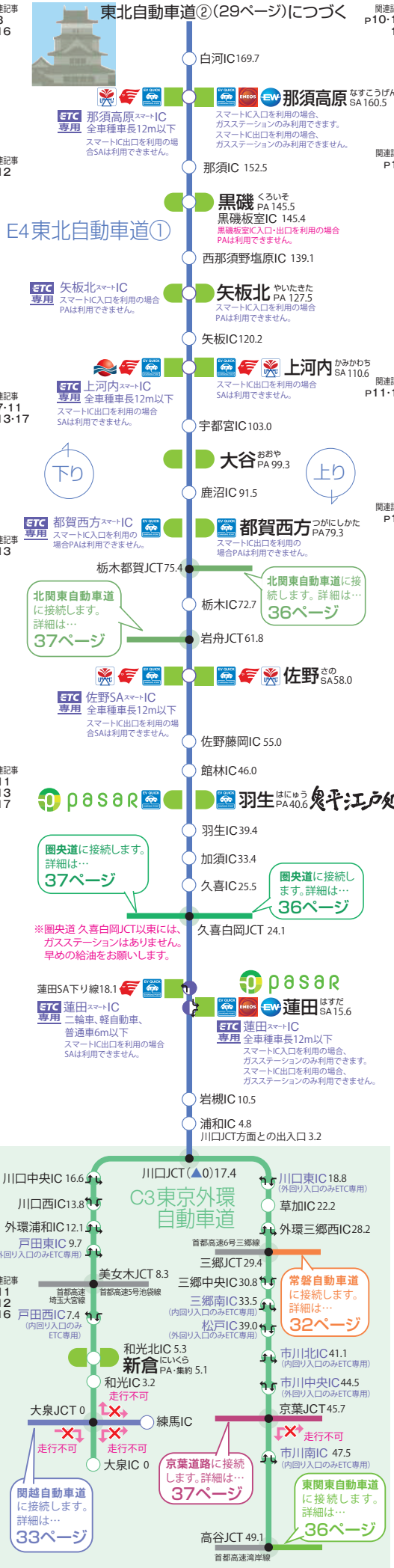
大型※93台小型175台／埼玉県羽生市
☎048-565-3844／Pasar羽生マネジメントオフィス
レストラン ●ROYAL羽生洋食軒
平日11:00～22:00 (LO21:00) 土日祝7:00～22:00 (LO21:00)
●フードコート ●ゴーゴーカー 10:00～21:30 (LO21:00)
●神様ちゃんぽん 10:00～21:30 (LO21:00)
●よーへいDON(丼ぶり物) 7:00～21:30 (LO21:00)
●美彩屋(彩の国グルメ) 8:00～20:00
●胡麻唐屋(ラーメン) 10:00～23:00 (LO22:30)
●羽生製麺処(うどん・そば) 24H
●ジョッキン ●おこわ米八(おこわ・お弁当) 9:00～20:00
●旬展倶楽部(土産品) 6:00～21:00
●世界一のアップルパイ 鎌倉 ミレミール 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
「世界一のアップルパイ 鎌倉 ミレミール」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は
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
エクスプレス・カフェ 月～木6:00～20:00
金土日祝6:00～21:00
ガステーション24H☎048-768-6484

新倉PA・集約

大型43台小型73台／埼玉県和光市
ロソン24H☎048-462-2702



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 (LO20:30)
フードコート・ショップ24H／野菜市場 10:00～17:00
ガステーション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 軽食自販機24H

都賀西方PA・上り

大型12台小型59台／栃木県栃本市
☎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／日の丸サンス(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)
忠八(うなぎ) 10:00～21:00 (LO)
井多津(中華そば) 9:00～22:00 (LO)
万七(江戸めし) 7:00～22:00 (LO)
船橋屋(くす餅・甘味) 9:00～20:00
文楽焼本舗(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

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 ●牛たん炭焼炉11:00～21:30 (LO21:00)
●フードコート ●魚の郷(うどん・そば) 24H
●ひのや食堂(定食・丼ぶり物) 7:00～21:30 (LO21:00)
●伝説のすた井屋(丼ぶり物) 7:00～21:00 (LO21:00)
●せたが屋(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)
●おこわ米八(おこわ) 7:00～22:00
●旬展倶楽部(土産品) 9:00～21:00
●鶏屋(焼鳥・唐揚・鶏惣菜) 9:00～21:00
●PAOPAO(点心) 9:00～21:00
●日乃本焼肉(焼・免税対象店舗) 9:00～21:00
●たいていやき神田連唐 9:00～21:00
●MOMI&TOYS(ソフクリーム) 10:00～21:00
●魚の北飯(鮮魚) 10:00～21:00
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 ロソン 24H
ガステーション 24H☎048-765-2801 ※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
※8月1日～9月30日は都合により閉鎖いたします。
※2025年3月下旬 無人販売店舗「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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
★ベビーキアルーム 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

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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
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) 平泉観光レストセンター
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(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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション8:00～20:00 ☎0186-22-0851
※セルフサービス方式
★ベビーキアルーム 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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション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 軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション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
ガスステーション24H ☎0229-28-3715
E-NEXCO LODGE(ホテル) ☎0229-28-5854



E7 E46 秋田自動車道
・
E48 山形自動車道
・
E49 磐越自動車道

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)

秋田自動車道

西仙北SA・下り 河辺方向

大型26台小型43台／秋田県大仙市
ファミリーマート 24H ☎0187-87-7050

錦秋湖SA・集約

上り線大型22台小型29台・下り線大型22台小型31台
岩手県西和賀町／☎0197-82-2137／(株)家族亭
フードコート・ショップ7:00～20:00 軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション8:00～20:00 ☎0197-82-2864
★ベビーケアルーム 7:00～20:00

山形自動車道

寒河江SA・集約

上り線大型23台小型31台・下り線大型23台小型31台
山形県寒河江市／☎0237-83-5611
(株)チェリーランドさえ
フードコート・ショップ8:00～20:00 軽食自販機24H
ガスステーション7:00～20:00 ☎0237-83-5566
★ETC利用履歴発行プリンター 8:00～20:00

古閑PA・下り 鶴岡方向

大型24台小型31台／宮城県川崎町
フードコート9:00～15:00
デイリーヤマザキ 24H ☎0224-85-1880

日本海東北自動車道・北陸自動車道に接続します。詳細は… 35ページ

新潟中央IC 212.7
新潟中央JCT 212.0
新潟にいがたPA 208.6
ETC 新潟西スマートIC 専用 204.0
ETC 新潟スマートIC 専用 204.0

磐越自動車道

阿賀野川SA・下り 新潟方向

大型※21台小型47台／新潟県阿賀町
ファミリーマート 24H ☎0254-99-3770
会津屋8:00～20:00 (LO19:45) ☎0254-99-3142

磐梯山SA・下り 新潟方向

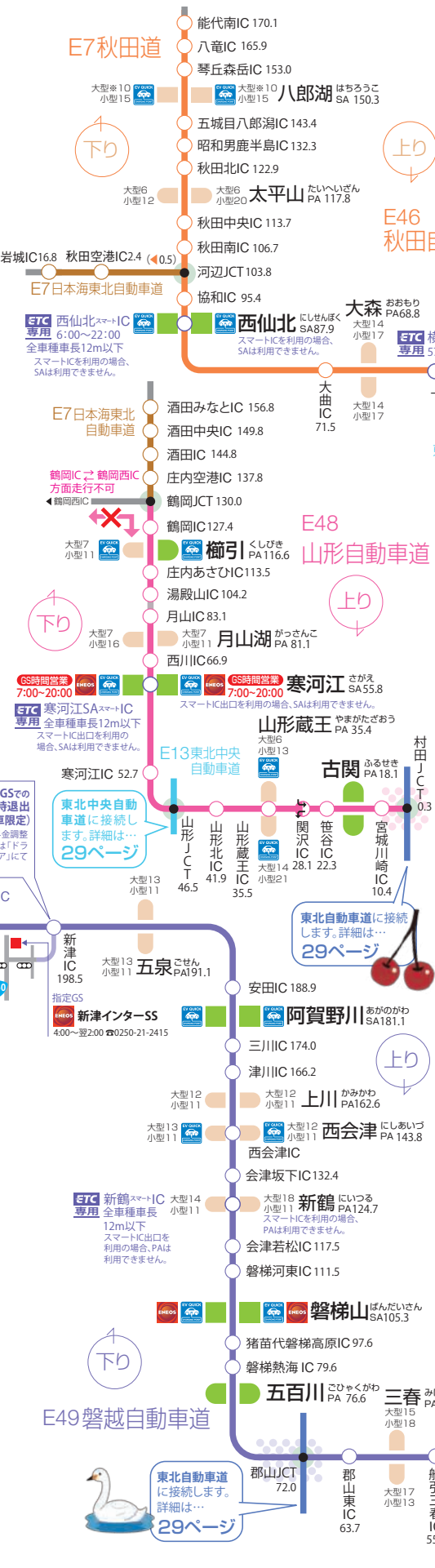
大型22台小型59台／福島県磐梯町
☎0242-63-0691／ロイヤルコントラクトサービス(株)
フードコート・ショップ7:00～20:00 軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション24H ☎0242-63-0700
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～20:00
ウォークインゲートは冬季の間、閉鎖しております。詳細な期間については「ドラぷら」をご確認ください。

五百川PA・下り 新潟方向

大型33台小型58台／福島県郡山市
ミニストップ 24H ☎024-984-6233

阿武隈高原SA・下り 新潟方向

大型26台小型33台／福島県田村市
☎0247-85-3240／(株)ネクス東日本リテイ
フードコート・ショップ7:30～19:30 軽食自販機24H
ガスステーション7:00～22:00 ☎0247-76-1011
★ベビーケアルーム 7:30～19:30



秋田自動車道

西仙北SA・上り 東上方向

大型28台小型49台／秋田県大仙市
セブン-イレブン 24H ☎0187-78-1718

錦秋湖SA・集約

上り線大型22台小型29台・下り線大型22台小型31台
岩手県西和賀町／☎0197-82-2137／(株)家族亭
フードコート・ショップ7:00～20:00 軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション8:00～20:00 ☎0197-82-2864
★ベビーケアルーム 7:00～20:00

山形自動車道

鶴引PA・上り 村田方向

大型8台小型15台／山形県鶴岡市／☎0235-57-5008
鶴岡市／ショップ 8:30～17:30 (4月～11月)
※冬季の間(12月～3月)、自動販売機(24H)のみの営業となります。

古閑PA・上り 村田方向

大型23台小型35台／宮城県川崎町
フードコート10:00～19:00
デイリーヤマザキ 24H ☎0224-85-2322

磐越自動車道

阿賀野川SA・上り いわき方向

大型※20台小型50台／新潟県阿賀町／☎0254-99-3042
(株)家族亭／フードコート・ショップ7:00～19:00
★ベビーケアルーム 7:00～19:00

磐梯山SA・上り いわき方向

大型22台小型80台／福島県磐梯町
☎0242-63-0690／磐梯リゾート開発(株)
フードコート・ショップ8:00～20:00 軽食自販機(栄養補助食品) 24H
ガスステーション24H ☎0242-63-0808
★ETC利用履歴発行プリンター 8:00～20:00
ウォークインゲートは冬季の間、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。

五百川PA・上り いわき方向

大型※38台小型20台／福島県郡山市
ミニストップ 24H ☎024-984-6222

阿武隈高原SA・上り いわき方向

大型24台小型31台／福島県田村市
☎0247-85-3230／(株)ネクス東日本リテイ
フードコート・ショップ8:00～20:00 軽食自販機24H
ガスステーション7:00～22:00 ☎0247-85-3231
★ベビーケアルーム 8:00～20:00

阿武隈高原SA・上り いわき方向

大型24台小型31台／福島県田村市
☎0247-85-3230／(株)ネクス東日本リテイ
フードコート・ショップ8:00～20:00 軽食自販機24H
ガスステーション7:00～22:00 ☎0247-85-3231
★ベビーケアルーム 8:00～20:00

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

【掲載情報のご注意】 本誌記載の情報は2025年10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。

高速道路等に関するお問い合わせについては、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「確認」ください。



駐車マス台数について……「※」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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
★ベビーケアルーム 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
軽食自販機24H
★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

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 11:00～15:00 (LO14:30) 及び17:00～20:00 (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※26台 小型64台 新井 あらい PA 191.7
ハイウェイオアシス 道の駅あらい 物産館、飲食店、宿泊施設、コンビニ
新井PA上り線はPAから、下り線はETC出口手前の駐車場からご利用いただけます。☎0255-70-1021

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 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

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
二輪車、軽自動車、普通車6m以下

下り線52.4 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 SA 88.6
東部湯の丸IC

小諸IC 82.1

E22中部横断自動車道 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PAIは利用できません。
佐久平ハイウェイオアシス「リブラ」 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 全車種車長12m以下 スマートIC入口を利用の場合PAIは利用できません。
甘楽 かんら PA 15.4

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

関越自動車道に接続
します。詳細は…
33ページ

藤岡JCT 0

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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H
★ベビーケアルーム 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
軽食自販機24H
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
軽食自販機(栄養補助食品) 24H



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10月20日時点のものであり、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
軽食自販機24H
ガスステーション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
軽食自販機(栄養補助食品)24H
ガスステーション24H ☎025-546-2900
★ベビーケアルーム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

荒川胎内IC 46.6
ETC 胎内スマートIC 専用 41.4
中条IC 36.8
聖籠新発田IC 25.6
豊栄新潟東港IC 18.3
軽食自販機24H 大型※34 小型33 豊栄 SA 11.8
ETC 専用 二輪車、軽自動車、普通車、中型車12m以下
新潟空港IC9.2
ETC 専用 新潟東スマートIC 7.4
新潟亀田IC3.2
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 専用 黒崎 くらさき PA466.6
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、ガスステーションのみ利用できません。
巻潟東IC457.8
三条燕IC447.5
ETC 専用 米スマートIC 専用 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。
中之島見附IC432.1
ETC 専用 長岡北スマートIC 425.4
長岡JCT421.5
ETC 専用 大積 おおつみ PA 415.0
E8 北陸自動車道

E8 北陸自動車道

大積 上り
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 専用 大潟 おおがた PA 365.3
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
ETC 専用 名立谷浜 名だちにはま SA 341.6
名立谷浜IC
能生IC 326.5
蓮台寺 れんだいじ PA 313.5
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

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
軽食自販機24H
ガスステーション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
軽食自販機(栄養補助食品)24H

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 (LO19:30)
フードコート・ショップ24H
ガスステーション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
軽食自販機(栄養補助食品)24H
ガスステーション24H ☎025-531-5255
★ベビーケアルーム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
- ベビーケアルーム
- ATM
- 情報ターミナル
- ウォークインゲート
- NEXCO Wi-Fi SPOT
- 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。

駐車スペースについて...「※」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あります)

営業時間の詳細は、「ドラぶら」をご確認ください。



SA・PA MAP



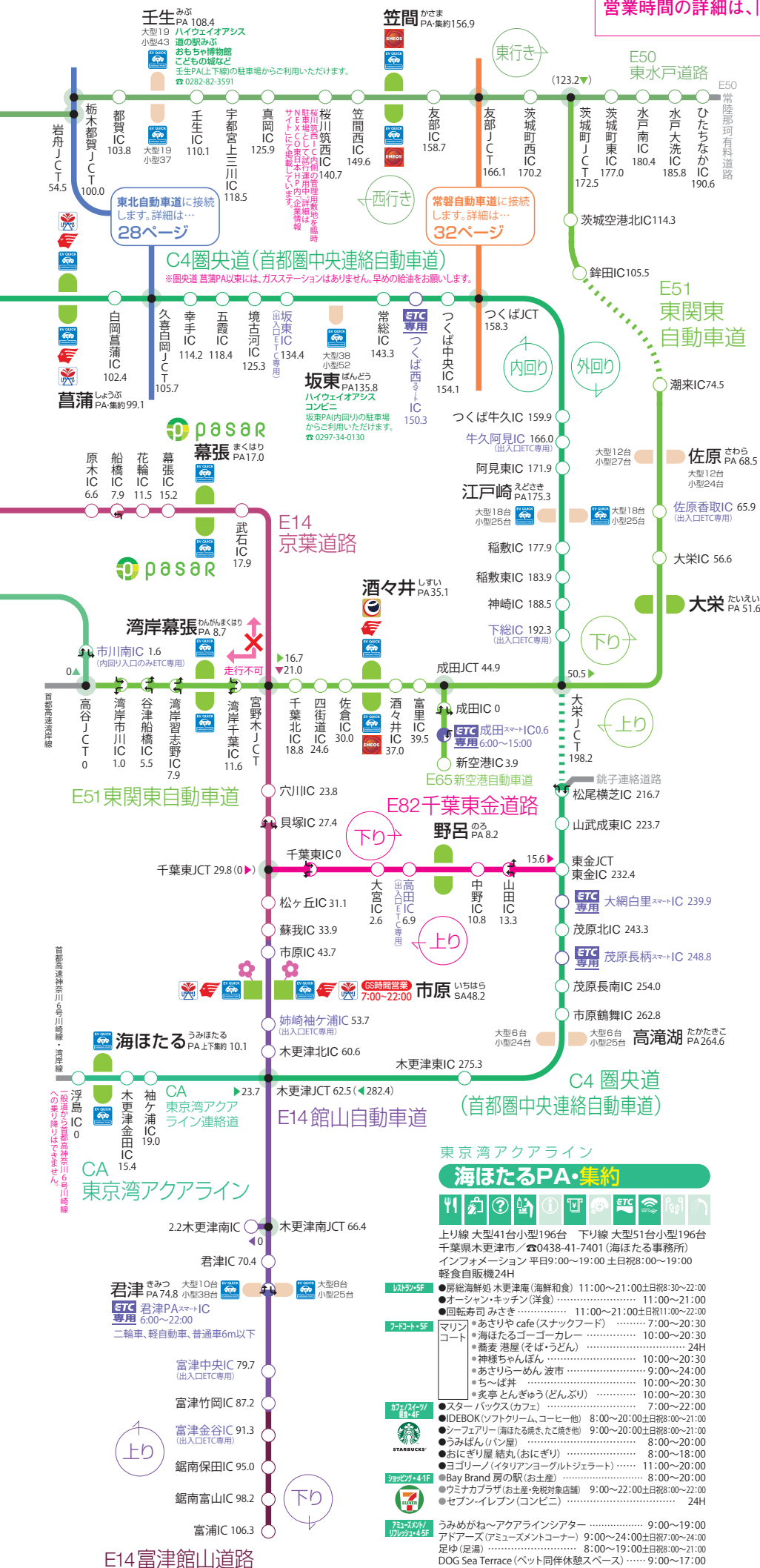
E51 東関東道

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)キャニオン

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

軽食自販機24H

★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

軽食自販機24H

★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

軽食自販機24H

ガスターション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 軽食自販機24H

ガスターション24H ☎043-496-4827

★ベビーカール7:00～21:00 ★ATM7:00～21:00

★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7:00～19:00 軽食自販機24H

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 軽食自販機24H

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

ガスターション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7:30～19:00

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

ガスターション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

千葉県木更津市／☎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

軽食自販機24H

●房総海鮮処 木更津庵(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

●回転寿司 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レー 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

●あざりらめん 波市 9:00～24:00

●ちへば丼 10:00～20:30

●炙子 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(バン屋) 8:00～20:00

●おにぎり屋 結丸(おにぎり) 8:00～18:00

●ヨゴリーノ(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

●ウミナブラザ(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

うみめがね～アクアラインシアター 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

足ゆ(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

駐車マスの数について・・・「※」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)

北関東自動車道

波志江PA・東行き

大型※36台小型39台／群馬県伊勢崎市
ミニストップ24H ☎0270-21-0193

波志江PA・西行き

大型※36台小型37台／群馬県伊勢崎市
ローソン24H ☎0270-50-7067

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 軽食自販機24H
ガスステーション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

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 軽食自販機24H
ガスステーション24H ☎0296-71-1280 ※セルフサービス方式

E50 北関東自動車道

高崎JCT 0
前橋IC 2.9
胸形IC 7.4
波志江PAスマートIC 11.7
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 波志江スマートIC 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。
伊勢崎IC 14.5
太田IC 19.8
太田桐生IC 30.4
足利IC 40.7
出流原スマートIC 46.9
佐野田沼IC 49.0
軽食自販機24H
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 出流原スマートIC 46.9
スマートIC出口を利用の場合 PAは利用できません。
軽食自販機24H

圏央道 (首都圏中央連絡自動車道)

狭山PA・外回り

大型※65台小型61台／埼玉県狭山市／☎04-2968-2751
(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 軽食自販機24H
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～21:00

狭山PA・内回り

大型※55台小型72台／埼玉県狭山市／☎04-2969-5515
(株)スリーエフ/ショップ7:00～21:00
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～21:00

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
埼玉県久喜市／☎0480-85-1313／日の丸ササズ(株)
フードコート・ショップ7:00～21:00 軽食自販機24H
ガスステーション24H ☎0480-87-3115
★ETC利用履歴発行プリンター 7:00～21:00

C3 東京外環自動車道

京葉JCT
京葉市川PA・下り
幕張PA・下り
幕張PA・上り

第三京浜道路

都筑PA・上り

大型38台小型167台／神奈川県横浜市／☎045-592-9595
(株)ネクスコ東日本リテイル
フードコート・ショップ6:00～20:00
スターバックス8:00～21:00 ☎045-590-0581

保土ヶ谷PA・下り

大型21台小型99台／神奈川県横浜市
牛めし「松屋」・ショップ24H ☎045-381-1821

横浜新道

戸塚PA・上り

大型1台小型10台／神奈川県横浜市／☎045-392-6101
グループ・ジャパン(株)
フードコート 9:00～21:00
★ETC利用履歴発行プリンター 9:00～21:00

戸塚PA・下り

大型3台小型13台／神奈川県横浜市
ファミリーマート24H ☎045-810-3926

横浜横須賀道路

横須賀PA・上り

大型17台小型74台／神奈川県横須賀市／☎046-852-4130
(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
★ETC利用履歴発行プリンター 7:30～19:30

横須賀PA・下り

大型17台小型74台／神奈川県横須賀市／☎046-850-1377
フェリー興業(株)/フードコート・ショップ7:00～19:00

E83 第三京浜道路

玉川IC 0
京浜川崎IC 2.1
都筑PA 7.7
都筑IC 都筑PAを利用した後、都筑ICで有料道路を降りられます。
港北IC 横浜港北JCT 10.7
羽沢IC 14.4
保土ヶ谷PA 15.0
保土ヶ谷IC 16.0
常盤台出口1.5
峰岡出口1.9
星川入口2.6
藤塚IC 4.3 方面への流入はできません。
新保土ヶ谷IC 4.6
今井IC 5.8
川上IC 7.4
上矢部IC 9.3
狩場IC 1.6
別所IC 4.4
日野IC 8.9
港南IC 10.6
釜利谷JCT 12.8
堀口能見台IC 3.1
並木IC 4.4
朝比奈IC 14.7
逗子IC 20.3
横須賀IC 22.6
横須賀PA 25.9
衣笠IC 27.8
佐原IC 29.7
浦賀IC 32.9
馬堀海岸IC 34.0

E83 横浜新道

上り線8.9
上り線25.1
三浦縦貫道路

E16 横浜横須賀道路

三浦縦貫道路

【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
- ショッピングコーナー
- ETC利用履歴発行プリンター
- ドッグラン
- インフォメーション
- ATM
- ウォークインゲート
- ベビーカー用
- 情報ターミナル
- E-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10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)
- ハイウェイガゼン推進中

高速道路等に関するお問い合わせについては、NEXCO東日本お客さまセンター

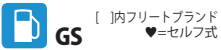
☎0570-024-024
☎03-5308-2424

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。

ドラぷら

https://driveplaza.com/

[]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

ENEOS [宇佐美]♥
岩手山SA ④apollostation [宇佐美]、
⑤ENEOS紫波SA ④⑤ENEOS [ENEOSウイング]
前沢SA ④apollostation [宇佐美]、
⑤ENEOS [ENEOSウイング]長者原SA ④ENEOS、
⑤ENEOS [ENEOSウイング]鶴巣PA ④apollostation [宇佐美]、
⑤ENEOS♥菅生PA ④⑤ENEOS [ENEOSウイング]
国見SA ④⑤ENEOS♥吾妻PA ⑦7:00～22:00
apollostation [宇佐美]安達太良SA
④ENEOS、
⑤apollostation [宇佐美]安積PA ④⑤ENEOS
那須高原SA
④ENEOS [ENEOSウイング]、
⑤apollostation [宇佐美]上河内SA
④apollostation [宇佐美]、
⑤apollostation [太陽館]♥佐野SA ④apollostation [宇佐美]、
⑤apollostation [宇佐美]蓮田SA ④⑤ENEOS [ENEOSウイング]♥、
⑥apollostation

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♥、
⑤apollostation [宇佐美]友部SA ④⑤ ENEOS
守谷SA ④⑤ ENEOS♥

関越道

越後川口SA
④apollostation [宇佐美]、
⑤ENEOS [ENEOSウイング]赤城高原SA
④apollostation [宇佐美]、
⑤ENEOS [ENEOSウイング]♥上里SA
④ENEOS、
⑤apollostation [エクスフリー]高坂SA ④apollostation [宇佐美]♥、
⑤apollostation [宇佐美]三芳PA ④apollostation、
⑤ENEOS

上信越道

松代PA ④ ENEOS [ENEOSウイング]

東部湯の丸SA ④ ENEOS♥、
⑤7:00～22:00 apollostation

横川SA ④ ENEOS [ENEOSウイング]♥

北陸道

黒埼PA ④apollostation、
⑤ENEOS米山SA ④ ENEOS [宇佐美]、
⑤apollostation [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、
⑤apollostation [エクスフリー]

圏央道

菖蒲PA 集約 apollostation [宇佐美]

館山道

市原SA ④apollostation [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

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

山形道

柳井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

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

黒埼PA ④⑤

栄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)

菖蒲PA 集約

坂東PA (内回り)

江戸崎PA (外回り) (内回り)

京葉道

幕張PA ④⑤

館山道

市原SA ④⑤

京葉道

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SA ④⑤

北陸道

黒埼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

山形道

柳井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

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

黒埼PA ④⑤

栄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)

菖蒲PA 集約

坂東PA (内回り)

江戸崎PA (外回り) (内回り)

京葉道

幕張PA ④⑤

館山道

市原SA ④⑤

京葉道

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



情報ターミナル

※2025年6月よりハイウェイ情報ターミナルを順次運用休止しています。道路交通情報は「ドラとら」よりご確認ください。

軽食自販機

●軽食 (おにぎり、パン、サンドイッチ等)

東北道

鶴巣PA ④

安積PA ④⑤

大谷PA ④⑤

山形道

寒河江SA 集約

磐越道

阿武隈高原SA ④⑤

常磐道

中郷SA ④⑤

谷田部東PA ④

関越道

寄居PA ⑤

上信越道

松代PA ④

長野道

姨捨SA ⑤

北陸道

黒埼PA ④⑤

日本海東北自動車道

豊栄SA ④⑤

北関東道

太田強戸PA 集約

出流原PA (東行き) (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)

菖蒲PA 集約

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

●栄養補助食品

東北道

津軽SA ④⑤

花輪SA ④⑤

岩手山SA ④⑤

紫波SA ④⑤

前沢SA ④⑤

蔵王PA ④⑤

阿武隈PA ④⑤

秋田道

錦秋湖SA 集約

磐越道

磐梯山SA ④⑤

常磐道

四倉PA ④⑤

関越道

塩沢石打SA ④⑤

駒寄PA ④

上信越道

妙高SA ④⑤

甘楽PA ④

八戸道

栄PA ④

名立谷浜SA ④⑤

●焼き芋

常磐道

友部SA ④⑤

関越道

寄居PA ⑤

高坂SA ⑤

三芳PA 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 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

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

北陸道

中郷SA ④⑤

谷田部東PA ④

上信越道

千曲川さかきPA ④⑤

横川SA ④

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。



昨年、普通自動車免許を取得したという齊藤京子さん。教習所ではつまづくこともなく、卒業までスムーズに進んだそう。

「俳優業の幅を広げるためにも免許は持っておいた方がいいと思います、昨年取得しました。免許を取ってから、まず運転に慣れるために近場を何時間も走ったりして。同乗してくれた親には『いいじゃん』と運転を褒めてもらいました。練習も兼ねてホームセンターなどいろんなお店を回ったのですが、駐車場では切り返しもせず毎回一発で止められました！ 駐車は得意なんです笑」

高速道路を走ってみての感想は？
「高速はまだ教習でしか運転した経験がなくて。でも、信号もなく歩行者もいないので、一般道よりむしろ安心して走れました」

きつと運転の才能があるんですよ、と投げかけると、「いえいえ」と首を横に振ってこう答えた。

「まだちょっと怖い時があつて、運転を完全にモノにはできていない気がします。慣れるにはやっぱり回数が大事だと思うので、もっとたくさん乗りたい。そしていざれ運転に慣れたら、遠出もしてみたいですね。高速を使って、いろんな土地のおいしいものを食べたいです。気軽にクルマで喜多方ラーメンを食べに行け

たらしいな(笑)」

現在放送中のドラマ「娘の命を奪ったヤツを殺すのは罪ですか？」で主人公・レイコを演じる。55歳のシングルマザーが全身整形で25歳に生まれ変わり、娘の命を奪ったママ友に復讐するというストーリーだ。

「最初にタイトルやあらすじを聞いた時、衝撃を受けました。作品のジャンルも役どころも今まで全く経験がなかったもので、ぜひ演じてみたいと思いました。何より私自身が原作を読んで感情を動かされたので、私もレイコを通していろんな人の心を動かしたいです」

ドラマはクライマックスに向けて、怒涛の展開が待っているという。「最後はスカッとした気持ちになれるはず。爽快感のある復讐劇を楽しんでももらえたらうれしいです」

撮影＝佐藤佑一／取材・文＝左藤 豊
キャスティング＝千葉由知(ribeo visualworks)
衣装協力＝LILLIAN CARAT

齊藤京子

Kyoko
Saito



運転に慣れてきたら、クルマで喜多方ラーメンを食べに行きたい

©カンテレ



火ドラ★イレブン
「娘の命を奪ったヤツを殺すのは罪ですか？」

㊦夜11:00～フジテレビ系

STORY

シングルマザーとして幸せに暮らしていた篠原玲子(水野美紀)。ところがある日、玲子の娘と孫がマンションから飛び降り、娘は亡くなってしまふ。そして、非通知の電話で「娘はママ友に殺された」と告げられる。怒りに震える玲子は、驚愕の復讐方法を決意する。それは、全身整形を施して若く美しい母・篠原レイコ(齊藤京子)に生まれ変わり、娘を死に追いやったママ友たちを社会的に抹殺すること――。

STAFF & CAST

園あしだかおる・アオイセイ「娘の命を奪ったヤツを殺すのは罪ですか？」(ぶんか社刊) 圓川崎いつみ
㊦ 齊藤京子、水野美紀 ほか

SA・PA&ドライブ 一問一答

Q. ドライブ中に聴きたい音楽は？

A. 「西野カナさんなど学生のころによく聴いていた曲を流して、青春時代を思い出したいですね」

Q. もしSA・PAをプロデュースするなら？

A. 「私はかき氷が大好きなので、ご当地の果物や名産品を使ったかき氷を販売したいです！」

Q. この冬にドライブで行きたい場所はどこ？

A. 「新潟に行ってみたいです。ラーメンもおいしいですし、冬に旅してみたい場所です」

高速道路の裏側に潜入

ハイウェイを支える人々

Vol.116

高速道路の「安全・安心・快適・便利」を支える
専門家集団の中で、日々保守点検に励み、
より優れた技術者を目指す2人に話を聞いた。

株式会社ネクスコ・エンジニアリング東北
仙台事業所

施設管理課
ななうみ こころ
七海 心さん

保全点検課
ぬまた みお
沼田美織さん



株

式会社ネクスコ・エンジニアリング東北は東北地方の
高速道路・総延長約1400

kmの点検・保全を実施。このうち
東北自動車道・白石IC～一関IC、
山形自動車道・村田JCT～宮城川
崎ICを仙台事業所が担う。

保全点検課は舗装や橋梁、標識な
ど土木構造物の点検を担当。同課の
沼田美織さんは「最も頻繁に行うの
が、高速道路を車で走行して目視や
振動などにより確認する日常点検。
特に路面のポットホール(穴)に注意
し、その位置やサイズを確認のうえ、
場合により穴埋め補修を行います」
と説明する。

各種点検は保全管理の第一歩

このほか、双眼鏡による土木構
造物の目視、コンクリート構造物をハ
ンマーでたたいて剥離や空洞を特定
する打音点検なども同課の業務だ。
「昨日異常がなかった場所に今日は
異変があるなど、高速道路は生き物
のように日々変化します。その保守
の出发点が多種多様な点検です」と
沼田さん。異常発見後は、課内で原
因を考察し異変の特定を行うそうだ。
一方、施設管理課の保守対象は照
明や情報板、分電盤など、電気が通
っている設備。同課の七海心さん
は「日常点検は見た目触ったりする
ほか、異音や異臭がしないかなど五

感を駆使しチェックします」と話す。
電気を止め、測定器で細部まで診断
する定期点検の際は停電による影響
を最小限に抑えるよう、人員配置や
時間帯など工夫をこらすという。定
期的に電気・水道使用量も確認する
そうで、七海さんの経験では「ある
SAの水道使用量が突然4倍に増え、
調べたら配管が腐食し漏水していた
ことがありました」とのこと。

命をつなぐ高速道路を守る

両課とも高速道路上で作業するこ
とが多い。沼田さんは「すぐ近くを
車が高速走行し、騒音で声も聞こえ
ず、初めは立っているのが精いつぱ
い。その緊張感を忘れず、常に安全
を最優先に行動することを徹底して
います」と気を引き締める。

福島県出身の沼田さんは東日本大
震災後すぐに復旧した高速道路を利
用し、避難したそうだ。七海さんは
体調が急変したペットを遠方の病院
に連れていく際、高速道路を使い、
治療が間に合った経験がある。2人
とも高速道路は「命をつなぐ」役割
があると実感したという。七海さん
は「高速道路上の全設備が常に正常
に機能するには保守点検が必要不可
欠。蛍光オレンジの作業服の人を見
かけたら、高速道路を守っているん
だな、と見守っていただけるとうれ
しいです」と締めくくってくれた。



- ①路肩簡易交通規制を行い、路面を点検
- ②コンクリート構造物をたたき、音や振動から状態を判断
- ③受配電設備で絶縁不良(電気漏れ)の有無を確認する絶縁抵抗測定
- ④速度規制標識を点検し、必要の場合はLEDランプを交換

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
⑧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、⑧テクをぜひ知りたいね」

2025年10月号アンケート 得票集計(結果発表)

おみやげを買う時は「誰にあげるか」を優先して選ぶのが大切ですが、立ち寄ったSA・PAで「これよさそう!」と衝動買いするのも、結構“当たり”が出て楽しいよね。

Q SA・PAでのおみやげ選びで重視することは？

- 1位 家族へのプレゼント、会社ばらまき用など、用途や目的…41%
- 2位 売場で実物を見た時のフィーリング…39%
- 3位 本誌やテレビ番組などの媒体情報…15%
- 4位 その他…3%
- 5位 SNS、インフルエンサーの情報…2%

▶「会社用には安価で数が多いもの。以前、赤城高原SAで購入した蚕の形のチョコレートは見た目が楽しく社内ウケもよかった」▶「おみやげは商品名重視。旅行先の地名が入っているものだと●●に行った」とわかりやすい」▶「自分用おみやげは現地の伝統工芸品で日常使えるもの」▶「家族用に仙台産はオススメ。軽いので持ち帰るのが楽。料理に使うだけでなく、子供がおやつ代わりに食べます」▶「売場でマツコ絶賛とポップが貼ってあったいふりがっことチーズのオリーブオイル漬けの瓶詰めを購入」▶「選ぶ基準は、おいしそうで地元の製造であること(←ここ大事)。東北道前沢SAで購入した『青なんばん みそっこ胡瓜』にどハマリしてリピ買っています」

今月のアンケート

利用予定の高速道路名、目的地や場所もぜひ教えて!

年末年始、どんなドライブ予定?



- ① 家族と過ごすための帰省ドライブ
- ② イルミやショッピングを楽しむXmasドライブ
- ③ しっぼりのんびり温泉ドライブ
- ④ 今年もよろしく初詣ドライブ
- ⑤ その他



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。

冬といえばやっぱり温泉! 東北地方、
山奥の静かな宿へ行こうかと

締め切り: 25年12月19日(金)



ハイウェイウォーカー
公式X

みんなのランキング「ベスト5」は
26年2月号&公式Xで発表します。

次回もお楽しみに!

自然にときめくりゾート休暇村 休暇村日光湯元
シングル宿泊券(¥19,500相当)



1名様

1泊2食付き(夕食・湯・朝食・ビュッフェ)
※お食事のご提供方法が変更となる場合がございます
※入湯税と、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/26年1/19㊦～4/24㊦
除外日/2/21㊦～23㊦

歴史ある名湯と満天の星を堪能

標高約1,500mの湯ノ湖のほとりに立ち、「日光湯元温泉」から引いた源泉かけ流しの温泉が自慢。冬季には、関東では珍しいパウダースノーを満喫できるスキーやスノーシューなどのアクティビティが盛りだくさん！星空観察も楽しめる。

休暇村日光湯元

☎0288-62-2421

🌐www.qkamura.or.jp/nikko/

那須とりっくあーとびあ
ペア単館入館券(¥2,600相当)



5組
10名様

有効期間/～26年6/30㊦
※入館券は、1館分の入館券です。ほか2館の入館には別途料金がかかります

不思議な「トリックアート」を楽しもう

目の錯覚を利用して立体的に見える絵画や不思議なオブジェなど、トリックアートを展示する美術館。3館ある建物はそれぞれテーマが違って、幅広い年齢層が楽しめる。作品の中に入ってアートを体感しながら、思い出の一枚を撮影しよう！

那須とりっくあーとびあ

☎0287-62-8388

🌐www.trick-art.jp/

奥只見丸山スキー場
ペア1日リフト券(¥10,000相当)



5組
10名様

1stシーズン:11月下旬～26年1/3㊦(予定)
2ndシーズン:26年3月下旬～5月初旬(予定)

有効期間/26年シーズン中

抜群の雪質で全10コースを満喫

奥只見シルバーライントネルを抜けると現れる奥只見丸山スキー場。新潟県屈指の豪雪地帯で、雪が多いため1stシーズン後にいったん閉鎖し、3月下旬から2ndシーズンの営業を開始する。春でもパウダースノーを楽しめるのが魅力だ。

奥只見丸山スキー場

☎025-795-2750

🌐okutadami.co.jp/ski/

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 ▶ 12月19日 金

JCBギフトカード ¥2,000分



30名様



※画像はイメージです

クリスマスの買物でも大活躍

大阪・関西万博に沸いた25年も残すところあと少し。日本全国の取扱店で使えるJCBギフトカードなら、クリスマスや年末年始のショッピングはもちろん、食事・宿泊でも使えて大活躍。利用可能店舗は公式サイトで確認しよう。

JCBギフトカードデスク

☎0570-06-4741(9:00～17:00 ※㊦㊧㊨、年末年始除く)

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

「桜島年号焼酎 2025年」
(900ml/¥1,099相当)



5名様

新鮮なサツマイモで造られた限定品

25年収穫の鹿児島県産「黄金千貫」のみを使った秋季限定品が発売。芋焼酎のフレッシュさが前面に出た、軽快な甘さと香りの旬の味わいが楽しめる新酒だ。「桜島美術展」の桜島アートラベル賞受賞作品を採用し、毎年替わるラベルも人気。

本坊酒造(株)

☎099-822-7003

🌐www.hombo.co.jp/

齊藤京子さん
サイン入り写真



1名様

寒い時季にアツアツをすすりたい！

ラーメン好きとしても知られる齊藤さん。「旅先では地元のラーメンを食べたいです。冬に行くなら新潟ですね」。さすがお目が高い！新潟は全国屈指のラーメン県で、「新潟五大ラーメン」と呼ばれる5つの有名ご当地ラーメンを擁し、新潟市は「日本で一番ラーメンを愛する街」(!!)を自負しているんだって。

from READERS

Voice

♥ブドウ狩りでもう何も入らないほど食べたのに、帰りのSAで誘惑に勝てずコロケや唐揚げを食べちゃいました(笑)。(茨城県/ゆかさん)

♥よく母とPasar三芳に行きます。遠くまで行かなくても旅行気分が味わえる貴重な存在です。何度行っても飽きません！(東京都/菜央さん)

♥夜に高速道路を使うと、星空がとってもきれいに見えます。SAやPAでの休憩を少し長くと、見上げています。(福島県/光吉さん)

★ from EDITORS

★あっという間に、秋から冬へと季節が移ろい始めたのを感じます。気候のいい時季は、窓を開けて風を浴びながらドライブするのが気持ちよくて好きなのですが、そろそろ窓を閉めて暖房をつける日も近そうですね。(R)