

2026 年 7 月 24 日

東日本旅客鉄道株式会社

「お盆期間」の指定席予約状況のお知らせ

8月7日(金)から8月16日(日)までの10日間における指定席予約席数は7月23日(木)現在(※)、新幹線 124 万席(前年比 106%)、在来線を含めた全体では 155 万席(前年比 106%)となっております。

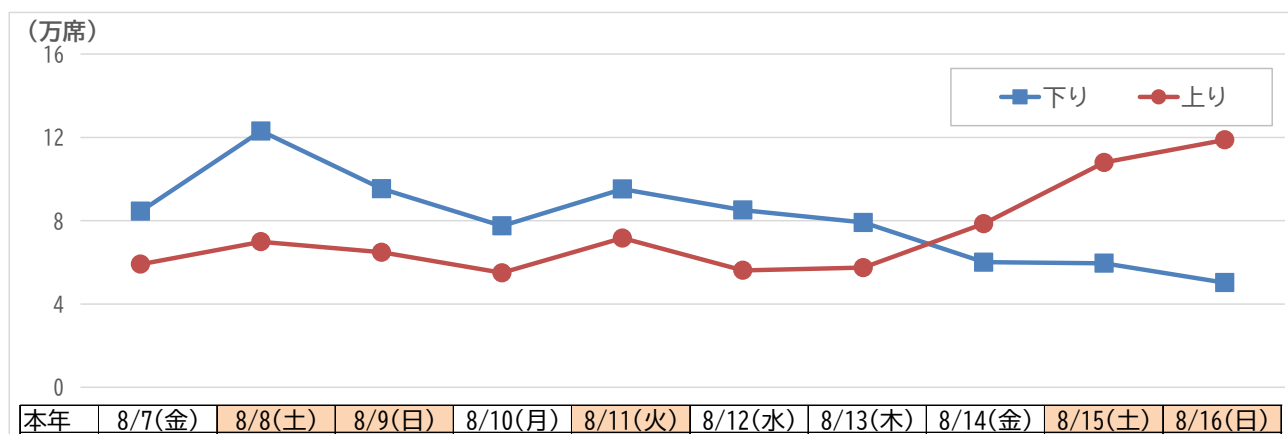
(※) 7月22日営業終了時点のデータを7月23日に集計

○指定席予約状況 (上下計 前年同曜日比較)

	予約可能席数	前年比	予約席数	前年比
新幹線	291 万席	106%	124 万席	106%
在来線	158 万席	101%	31 万席	106%
合 計	449 万席	104%	155 万席	106%

○発車日別予約状況

下り 前年比 107% 上り 前年比 106%



○予約のピーク日について

■下りのピーク日は8月8日(土)で、約12万3千席のご予約をいただいております。

8月8日午前～夕方の新幹線各方面で満席の列車が多くなっております。その他の日にち、時間帯についてはまだ空席があります。

■上りのピーク日は8月16日(日)で、約11万9千席のご予約をいただいております。

8月15、16日にかけてピークが分散しており、各日午後の新幹線各方面で混雑が見られます。その他の日にち、時間帯についてはまだ余裕があります。

最新の予約状況及び臨時列車のお知らせは、以下のウェブサイトでご案内いたします。

(予約状況) えきねっと <https://www.eki-net.com/>

JR サイバーステーション <https://www.jr.cyberstation.ne.jp/>

※JR サイバーステーションは、鉄道情報システム(株)が運用するウェブサイトです。

(臨時列車) <https://www.jreast.co.jp/railway/extratrain/>

[えきねっと] [JR サイバーステーション]



[臨時列車]



○主な線区の予約状況

【新幹線】

線区	列車名	予約可能席数	前年比	予約席数	前年比
東北新幹線	はやぶさ・はやて・やまびこ・なすの	120 万席	106%	57 万席	97%
秋田新幹線	こまち	14 万席	98%	8 万席	98%
山形新幹線	つばさ	16 万席	97%	8 万席	1359%
上越新幹線	とき・たにがわ	56 万席	111%	16 万席	102%
北陸新幹線	かがやき・はくたか・あさま	85 万席	105%	34 万席	106%

【在来線】

線区	列車名	予約可能席数	前年比	予約席数	前年比
中央本線	「あずさ」「かいじ」「富士回遊」等	41 万席	101%	14 万席	107%
常磐線	「ひたち」「ときわ」	41 万席	102%	6 万席	104%
東海道本線	「踊り子」「サフィール踊り子」等	20 万席	104%	4 万席	109%
総武本線	「成田エクスプレス」「しおさい」	35 万席	99%	2 万席	113%

お盆期間は混雑が予測されます！

自由席をご利用の時も
混雑時間帯を避けて快適な旅を！



本画像は AI によって生成されています

JR 東日本では、過去の輸送実績に基づいて

お盆期間中の自由席混雑時間帯予測をお知らせしています！

リンクはこちら↓

<https://media.jreast.co.jp/articles/6494>

(本プレスにも次ページ以降、資料を添付しております。ご参照ください。)

◆◇JR・新幹線で行く！おトクな夏の旅行◇◆

「JR 東日本びゅうダイナミックレールパック」は旅行のスタイルに合わせて列車と宿泊または日帰りプランを自由に組み合わせることができる Web 申込専用の旅行商品です。

夏の旅行特集では避暑旅プランもご紹介！避暑旅で使えるクーポンや夏の旅行を

おトクに楽しめるクーポンを配布中です♪

ぜひ、この機会に夏の旅行をお楽しみください！

▼詳細は「びゅうトラベル」サイトからご確認ください。

・夏の旅行特集 <https://www.jre-travel.com/seasonal/summer/>

・割引クーポン一覧 <https://www.jre-travel.com/coupon/>



「お盆期間」の自由席混雑予測について

例年、お盆期間中は多くのお客さまから新幹線指定席のご予約をいただいています。既に需要が集中する時間帯の新幹線は満席になっているため、自由席でご移動されるお客さまが多く見込まれます。

自由席でご移動されるお客さまに向けて、過去のご利用状況から新幹線自由席の混雑予測をお知らせいたしますので、混雑を避けた快適な旅行計画を立てるのにお役立てください。

凡例



※過去の実績を基に予測しているため、当日の混雑状況は実際の状況とは異なる場合がございます。

○各方面のピーク日の混雑予測を以下ご紹介いたします。

■首都圏から東北・上越・北陸方面へ

旅行や帰省で首都圏(東京・上野・大宮)から各地へ向かう混雑のピークは8月8日(土)と予測しています。

8/8(土)首都圏から東北・上越・北陸方面へ【自由席混雑予測】

東京駅(発)時間帯	始発～8時台	9時台～12時台	13時台～16時台	17時台～終電
やまびこ				
なすの				
とき				
たにがわ		列車設定なし	列車設定なし	
はくたか				
あさま				

※過去のご利用実績から予測

一部の列車を除き、午前中はどの列車の自由席も身動きが取れないほどの混雑が予測されます。新幹線の停車駅では、ホーム上も大変混雑する予測です。17時以降に首都圏を発車する新幹線で比較的余裕がある予測です。

■各地から首都圏へ

各地から首都圏(東京・上野・大宮)へ向かう混雑のピークは 16 日(日)の午後と予測しています。両日とも 13 時頃までに首都圏へ到着する自由席が比較的余裕がある予測です。

北陸新幹線は「はくたか」の混雑が目立ちます。長野・軽井沢からご利用の方は「あさま」の自由席が比較的余裕がある予測です。

8/16(日)東北・上越・北陸から首都圏へ【自由席混雑予測】

東京駅(着)時間帯	始発～8時台	9時台～12時台	13時台～16時台	17時台～終電
やまびこ				
なすの				
とき				
たにがわ			列車設定なし	
はくたか	列車設定なし			
あさま				

※過去のご利用実績から予測

そのほかの日程や情報につきましては、JRE メディアにて公開しております。ぜひご覧ください。
<https://media.jreast.co.jp/articles/6494>