



令和 8 年 9 月 8 日
株式会社ネクスコ東日本エリアトラクト

食べる休憩で、おいしくリセット 高速道路に「ドライブリカバリーめし」新登場！ 管理栄養士「渥美まゆ美」氏監修

今年のシルバーウィークは、2015 年以來 11 年ぶりの大型連休！！
旅行や帰省など長距離ドライブを予定している方も多いのではないでしょうか？長時間の運転ではこまめな休憩やリフレッシュが大切です。
そこで、株式会社ネクスコ東日本エリアトラクト(東京都港区)は、近年拡大するリカバリー需要に着目し、SAPA での食事と休憩を通じてドライバーのコンディションケアをサポートする「**ドライブリカバリーめし**」を、令和 8 年 9 月 19 日(土)から展開！管理栄養士の渥美まゆ美さん監修のもと **4 つの基準** で分類したメニューをご用意。長距離運転で疲れた体をいたわりながら、SAPA でココロもカラダもおいしくリセットしませんか？

【※POP イメージ】



【対象メニュー例】



蓮田 SA (上り線) 1,280 円 (税込)
野菜と若鶏黒酢あんかけ定食

■管理栄養士が設定した 4 つの基準

①眠気に配慮・集中力をキープ

突発的な強い眠気や集中力低下を防ぐアプローチ

②代謝サポート

食べたものをしっかり動けるエネルギーに変換し、スタミナを維持

③筋肉・疲労ケア

運転による同一姿勢・ペダル操作の負担がかかった筋肉・組織をいたわる

④血流停滞・むくみに配慮

水分ミネラルを補給し、血流停滞、乾燥・むくみに配慮

■対象メニュー

別紙のとおり

※価格はすべて税込です。※写真はイメージです。

※掲載商品は予告なく内容変更・価格変更・販売中止する場合がございます。

※「ドライブリカバリーめし」は医学的な疲労回復効果や特定の効果・効能を保証するものではありません。

管理栄養士のコメントは、メニューに含まれる栄養素の一般的な特徴や食事の考え方を紹介したものです。

■対象箇所

【E5】道央自動車道	輪厚 PA・砂川 SA
【E4】東北自動車道	長者原 SA・国見 SA・安達太良 SA・岩手山 SA・前沢 SA・蓮田 SA・羽生 PA 佐野 SA 那須高原 SA
【E6】常磐自動車道	友部 SA
【E51】東関東自動車道	酒々井 PA
【E17】関越自動車道	高坂 SA・上里 SA・越後川口 SA
【E8】北陸自動車道	米山 SA
【E19】長野自動車道	姨捨 SA
【E18】上信越自動車道	横川 SA

各上下線 計 38 箇所

■販売期間

令和 8 年 9 月 19 日(土)～ 令和 8 年 11 月 23 日(月・祝)

■監修者プロフィール



渥美まゆ美 (Atsumi Mayumi)

株式会社 Smile meal 代表取締役

管理栄養士・フードプロデューサー・健食ナビゲーター®

保育園管理栄養士、料理講師、健保組合管理栄養士を経て管理栄養士料理家として、商品開発や出版、レシピ開発、メディア出演など多岐に渡り活動。2016年株式会社 Smile meal 設立。食を通して人々の健康につながる料理の提案や売れる商品作りのお手伝い、健康セミナー講師や料理講師、管理栄養士の栄養相談で企業の健康経営サポートも手掛ける。企業向けの健康的な外食の食べ方をサポートするサービス「健食なび®」も手がける。テレビ出演多数。出版「野菜たっぷりレシピ(池田書店)」「朝つめるだけ弁当 188(西東社)」他多数。



NEXCO東日本のサービスエリア・パーキングエリアでは、お客さまに高速道路でのドライブをもっと楽しんでもらえるよう、「ENJOY! よりみち」をテーマにしたプロモーションを展開中です。

高速道路をご利用の際は、SA・PAに“よりみち”して、地域ごとの特色を活かした“ハイウェイめし”を召し上がってみてはいかがでしょうか。

お問い合わせ先

【お客さま専用】

NEXCO 東日本お客さまセンター TEL : 0570-024-024

または TEL : 03-5308-2424