



やうてゐる人、増えてます

松江Good Morning Project

超渋滞エリアを 協力して解消しよう!



時差通勤で変わる、朝のドタバタ。
朝の足りない時間は『通勤時間』にある!!

松江市中心部では、朝7:45~8:15に渋滞が発生しています。

渋滞する時間帯を避けて、Goodな朝にしましょう。

もっと詳しく!

集中
実施期間

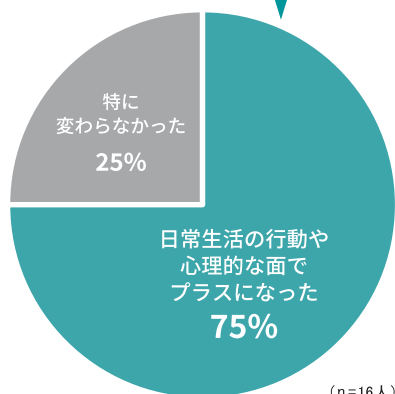
2026

9.28 (月) » 10.9 (金)



写真:朝8時頃の西津田交差点

時差通勤を 実施した方のうち **約80%がプラスを実感!!**



【時差通勤を実施した方の声】

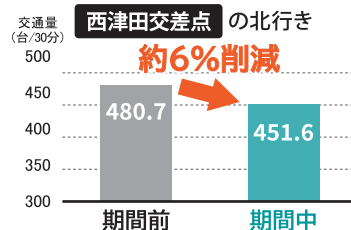
出典：R7年度企業アンケート結果

実施いただいた方からは好意的な意見が
多数寄せられています。

また、皆様のご協力により集中実施期間の
ピーク時の交通量が約6%削減しました。

右図出典：日本道路交通センター断面交通量
(期間前：R7.9.1～9.12平日、期間中：R7.9.29～10.10平日)

【7:45～8:15の交通量の変化】



渋滞を回避でき、
精神的に余裕が
できる



出勤時刻を早めること
で退勤時刻も早まり、
帰宅後の趣味の
時間を確保できた



通勤時間を短縮でき、
朝の時間にゆとりが
持てる



出典：R7年度企業アンケート結果

毎朝の渋滞で人生の2ヶ月分※が失われるかも…。

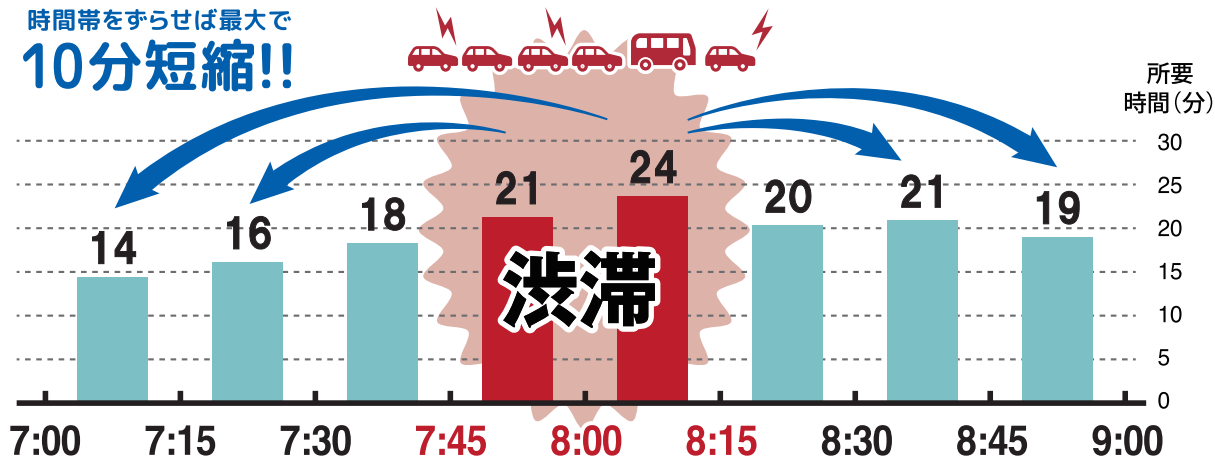
10分の時間差でも約40年間続いたとすると、約2ヶ月分(1440時間)の時間を失うことになります。

「たった10分」と思われるかもしれませんが、積み重なると大きな損失になるのです。

※年間平日245日、勤務年数38年(22～60歳まで働く場合)、毎日10分ずつ渋滞による遅れが生じたと想定した場合

例えば、東出雲→松江駅まで、車で通勤するときにかかる時間は…

時間帯をずらせば最大で
10分短縮!!



バス通勤の方へ

オフピーク時で
ゆとり通勤しませんか？

バス通勤も利用者の少ない時間帯が
おすすめです。席に座って
読書したり、通勤時間を有
効に使いましょう。



**時差通勤以外の
方法もあります!!**

時差通勤の他にも、相乗り
や自転車利用・テレワーク
など多様な参加方法が
あります。

集中実施期間

2026 **9.28** (月) » **10.9** (金)

お問い合わせ



国土交通省 中国地方整備局
松江国道事務所

〒690-0017 島根県松江市西津田2丁目6-28

TEL:0852-60-1345【計画課】

<https://www.cgr.mlit.go.jp/matsukoku/>