

**東京** → 長岡 → 宮内 (平日)

上越新幹線					乗換 時間	信越本線 / 上越線		備考
列車名	東京	上野	大宮	長岡		長岡	宮内	
					-	5:39	5:44	
					-	6:33	6:38	
					-	6:39	6:44	
					-	6:54	6:59	
					-	7:05	7:09	
					-	7:27	7:32	
					-	7:47	7:52	
とき301号	6:08	6:14	6:34	7:50	16分	8:06	8:11	
					47分	8:37	8:41	
Maxとき303号	7:04	7:10	7:30	8:40	71分	9:51	9:56	
Maxとき305号	7:48	7:54	8:14	9:33	18分	9:58	10:02	
					25分	10:34	10:39	
Maxとき307号	8:24	8:30	8:50	10:05	29分	10:34	10:39	
とき309号	8:52	8:58	9:17	10:48	9分	10:57	11:01	
とき313号	9:28	9:34	9:54	11:12	55分	12:07	12:11	
Maxとき315号	10:16	10:22	10:42	12:02	5分	12:34	12:38	
とき317号	10:40	10:46	11:06	12:21	13分	13:32	13:36	
とき319号	11:40	11:46	12:06	13:26	6分	13:48	13:54	
					22分	14:38	14:42	
Maxとき321号	12:40	12:46	13:06	14:25	13分	14:43	14:48	
					18分	15:29	15:34	
とき323号	13:40	13:46	14:06	15:26	3分	15:40	15:45	
					14分	16:13	16:19	Shu*Kura (全席指定) 運転日注意(※1)
とき325号	14:40	14:46	15:06	16:25	2分	16:27	16:31	快速ですが、 宮内駅に停車します
					7分	16:32	16:37	
とき327号	15:16	15:22	15:42	16:45	7分	16:52	16:56	
とき329号	15:40	15:46	16:06	17:26	11分	17:37	17:41	
とき331号	16:16	16:22	16:42	17:54	3分	17:57	18:02	
					9分	18:03	18:08	快速ですが、 宮内駅に停車します
とき333号	16:40	16:46	17:06	18:25	19分	18:44	18:49	
					28分	18:53	18:59	
とき335号	17:16	17:22	17:42	18:57	31分	19:28	19:33	
Maxとき337号	17:40	17:46	18:06	19:22	6分	19:56	20:01	
					34分	20:28	20:33	
Maxとき339号	18:12	18:18	18:38	19:50	6分	21:00	21:04	
					38分	22:24	22:29	
Maxとき341号	18:52	18:58	19:18	20:42	18分	23:07	23:12	
Maxとき343号	19:36	19:42	20:02	21:17	67分	23:17	23:21	
とき345号	20:04	20:10	20:30	21:34	50分	-	-	
とき347号	20:24	20:30	20:50	22:13	11分	-	-	
とき349号	20:52	20:58	21:18	22:38	29分	-	-	
					39分	-	-	
Maxとき351号	21:40	21:46	22:06	23:33	-	-	-	

青色のコースは、乗換時間が5~20分のオススメコースとなっています  
 黄色のコースは、**運転日が限られています**のでご注意ください



