

長野県とその周辺の地震活動

(令和8年6月)

令和8年7月24日

長野地方気象台

【地震活動概況】

1. 長野県とその周辺

6月に、県内の震度観測点で震度1以上を観測した地震は15回（前月：22回）でした。6月の県内の最大震度は、26日22時28分 山梨県東部・富士五湖の地震（M5.6）により川上村で観測した震度4でした。また、4日と5日に発生した長野県南部の地震により、それぞれ茅野市で最大震度3を観測しました。詳細は「表2 6月に県内で震度1以上を観測した地震と各地の震度」、「2. 長野県内で震度を観測した主な地震」を参照してください。

表1 県内の震度別回数表（6月および2026年累計）

	震度1	震度2	震度3	震度4	震度5弱	震度5強	震度6弱以上	計
2026年6月	8	3	3	1	0	0	0	15
2026年累計	68	32	12	1	1	1	0	115

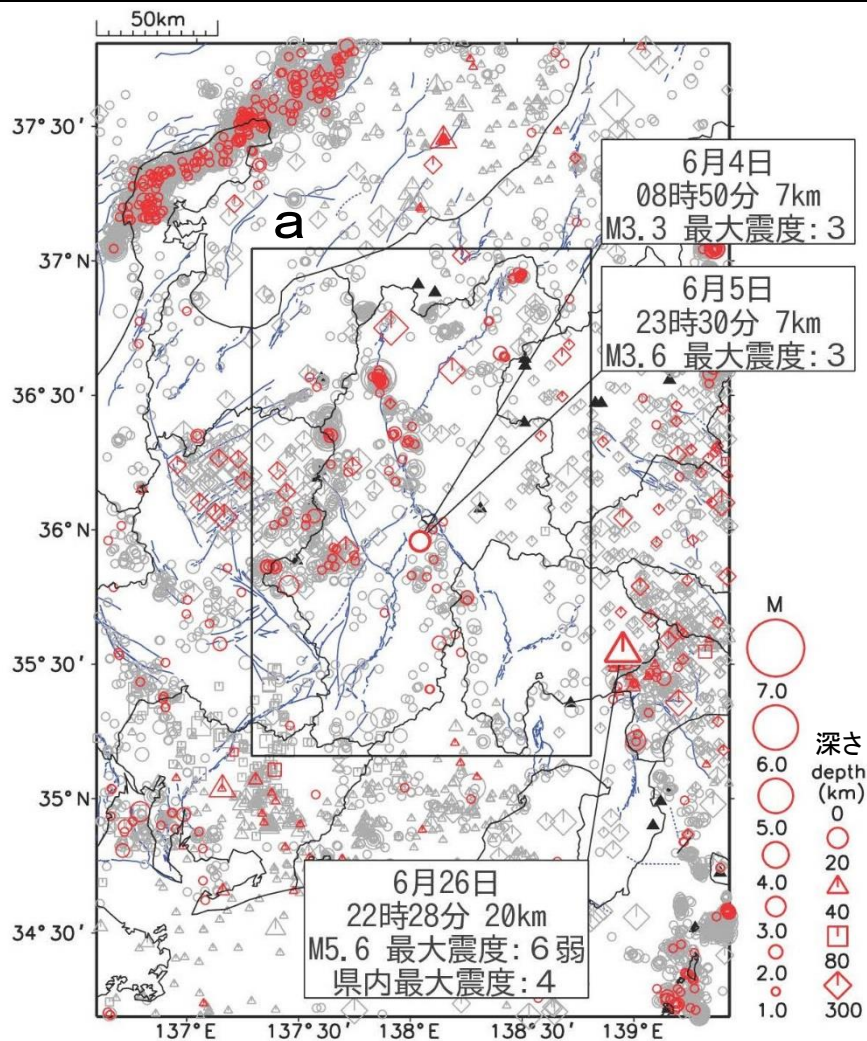


図1 震央分布図

(2025年7月1日～2026年6月30日、深さ0～300 km、M≥1.0)

2026年6月の地震は赤色で示しています。概況文に記載した地震に吹き出しを付けています。青色の線は地震調査研究推進本部の長期評価による活断層を示します。また、▲は活火山を示します。

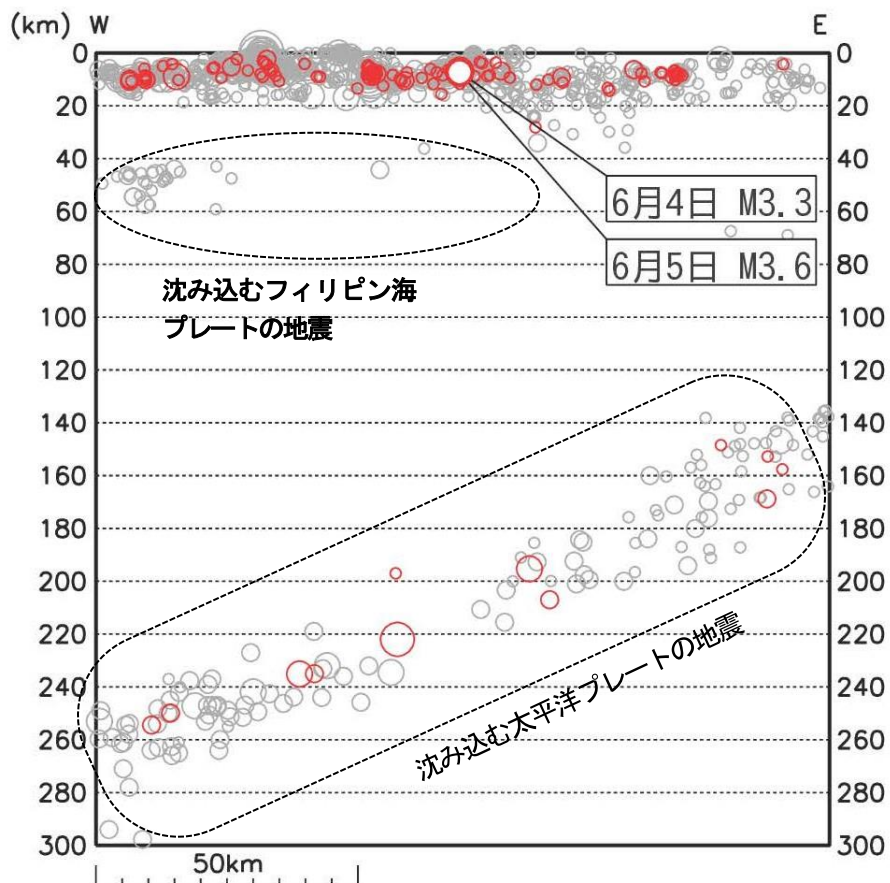


図2 東西断面図（図1の領域a内）

丸の大きさはマグニチュードの大きさを表しています。2026年6月の地震は赤色で示しています。

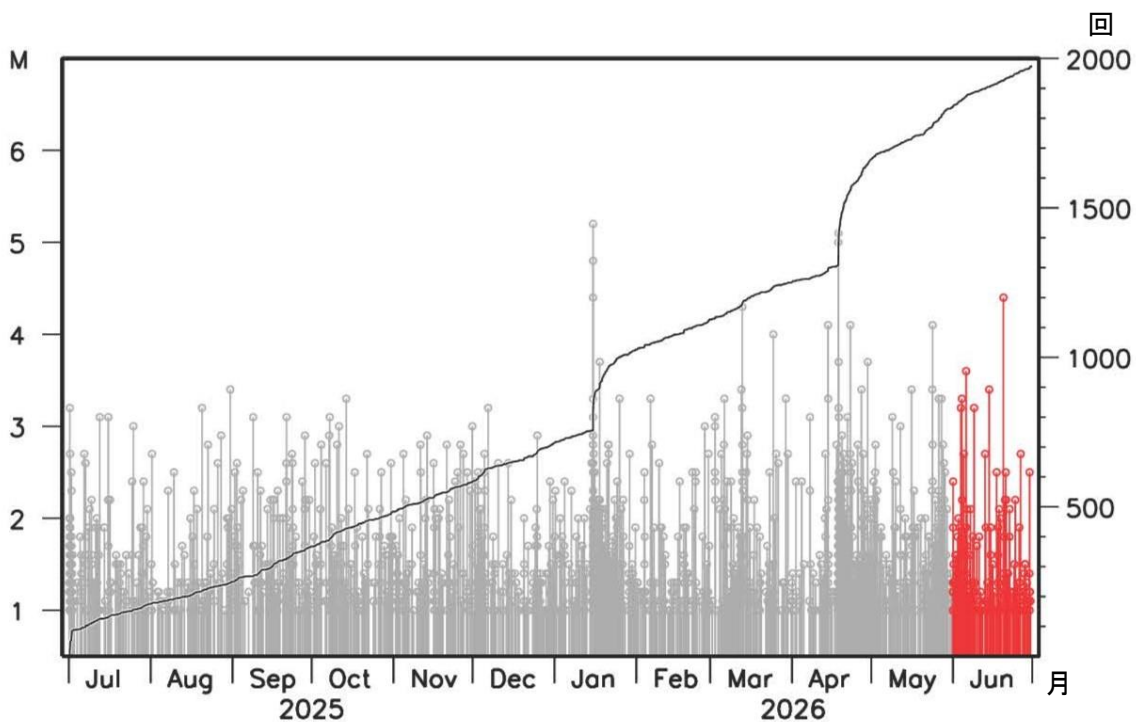


図3 地震活動経過図及び回数積算図（図1の領域a内）

地震発生日時と、マグニチュードの大きさを丸の付いた縦棒で表しています。横軸は年月で、マグニチュードの目盛を左側に示します。2026年6月の地震は赤色で示しています。折れ線グラフは地震の積算回数を表し、目盛を右側に示します。

表2 6月に県内で震度1以上を観測した地震と各地の震度

No.	年 月 日 時 分 震 央 地 名	緯 度	経 度	深 さ	M
1	2026年06月01日05時54分 新潟県上中越沖 長野県 震度 1: 長野市箱清水, 長野市戸隠*, 長野市豊野町豊野*, 長野市信州新町新町* 飯山市飯山福寿町*, 信濃町柏原東裏*, 栄村北信*, 飯綱町芋川*, 佐久市中込* 長野南牧村海ノ口*, 立科町芦田*	37° 27.4' N	138° 09.2' E	28km	M4.6
2	2026年06月04日08時50分 長野県南部 長野県 震度 3: 茅野市葛井公園* 震度 2: 諏訪市湖岸通り, 諏訪市高島*, 下諏訪町役場*, 辰野町中央, 箕輪町中箕輪* 震度 1: 塩尻市檜川保育園*, 原村役場*, 伊那市高遠町荊口, 南箕輪村役場*	35° 57.9' N	138° 02.6' E	7km	M3.3
3	2026年06月05日23時30分 長野県南部 長野県 震度 3: 茅野市葛井公園* 震度 2: 諏訪市湖岸通り, 諏訪市高島*, 下諏訪町役場*, 原村役場*, 伊那市高遠町荊口 辰野町中央, 箕輪町中箕輪* 震度 1: 岡谷市幸町*, 塩尻市檜川保育園*, 塩尻市木曽平沢*, 富士見町落合* 南箕輪村役場*, 長野高森町下市田*, 木曽町新開*	35° 57.9' N	138° 02.6' E	7km	M3.6
4	2026年06月06日08時47分 長野県北部 長野県 震度 1: 山ノ内町消防署*	36° 39.9' N	138° 24.9' E	6km	M2.1
5	2026年06月06日10時20分 愛知県西部 長野県 震度 1: 飯田市高羽町, 飯田市上郷黒田*, 中川村大草*, 長野高森町下市田* 阿智村清内路*, 平谷村役場*, 根羽村役場*, 下條村睦沢*, 売木村役場* 泰阜村役場*, 大鹿村大河原*, 南木曽町役場*, 王滝村鈴ヶ沢*, 王滝村役場* 大桑村長野*, 木曽町新開*, 木曽町三岳*	35° 02.4' N	137° 09.0' E	40km	M4.0
6	2026年06月07日15時46分 長野県北部 長野県 震度 1: 大町市美麻*, 小川村高府*	36° 34.8' N	137° 51.2' E	9km	M2.1
7	2026年06月10日22時48分 長野県北部 長野県 震度 1: 大町市役所	36° 34.4' N	137° 51.4' E	8km	M1.8
8	2026年06月13日04時11分 岐阜県飛騨地方 長野県 震度 1: 木曽町新開*	35° 52.1' N	137° 22.8' E	10km	M2.7
9	2026年06月14日17時39分 長野県南部 長野県 震度 2: 王滝村鈴ヶ沢*, 王滝村役場*, 木曽町三岳* 震度 1: 南木曽町読書小学校*, 木曽町新開*, 木曽町開田高原西野*, 木曽町福島*	35° 48.0' N	137° 26.7' E	9km	M3.4
10	2026年06月16日19時46分 茨城県南部 長野県 震度 3: 諏訪市湖岸通り, 諏訪市高島*, 茅野市葛井公園*, 佐久市中込*, 小海町豊里* 長野川上村大深山*, 長野南牧村海ノ口*, 立科町芦田*, 長野高森町下市田* 震度 2: 大町市八坂*, 坂城町坂城*, 栄村小赤沢*, 松本市丸の内*, 松本市寿* 上田市築地, 上田市大手*, 上田市下武石*, 小諸市小諸消防署* 小諸市文化センター*, 塩尻市檜川保育園*, 佐久市下小田切, 佐久市望月* 佐久市臼田*, 佐久市甲*, 南相木村見上*, 北相木村役場*, 軽井沢町追分 軽井沢町長倉*, 御代田町役場*, 青木村田沢青木*, 富士見町落合* 原村役場*, 麻績村麻*, 東御市県*, 東御市大日向*, 佐久穂町高野町* 筑北村坂井, 筑北村西条*, 飯田市高羽町, 飯田市上郷黒田*, 飯田市大久保町* 伊那市高遠町荊口, 伊那市下新田*, 駒ヶ根市赤須町*, 辰野町中央 箕輪町中箕輪*, 飯島町飯島, 南箕輪村役場*, 中川村大草*, 宮田村役場* 阿智村駒場*, 泰阜村役場*, 喬木村役場*, 豊丘村神稲*, 大鹿村大河原* 上松町役場*, 南木曽町読書小学校*, 南木曽町役場*, 木祖村藪原* 王滝村鈴ヶ沢*, 王滝村役場*, 大桑村長野*, 木曽町開田高原西野* 木曽町三岳*, 木曽町日義* 震度 1: 長野市箱清水, 長野市戸隠*, 長野市豊野町豊野*, 長野市大岡* 長野市信州新町新町*, 須坂市須坂*, 中野市豊津*, 大町市美麻* 飯山市飯山福寿町*, 長野池田町池田*, 長野高山村高井*, 木島平村往郷* 野沢温泉村豊郷*, 信濃町柏原東裏*, 小川村高府*, 栄村北信*	36° 06.7' N	139° 52.5' E	50km	M5.5

	千曲市上山田温泉＊, 千曲市戸倉＊, 千曲市杭瀬下＊, 飯綱町芋川＊ 飯綱町牟礼＊, 松本市沢村, 松本市美須々＊, 松本市安曇＊, 松本市会田＊ 松本市梓川梓＊, 松本市波田＊, 松本市奈川＊, 上田市上丸子＊ 上田市真田町長＊, 岡谷市幸町＊, 塩尻市広丘高出＊, 塩尻市木曽平沢＊ 下諏訪町役場＊, 生坂村役場＊, 山形村役場＊, 朝日村役場＊, 長和町古町＊ 長和町和田＊, 安曇野市穂高支所, 安曇野市穂高福祉センター＊, 安曇野市堀金＊ 安曇野市明科＊, 安曇野市豊科＊, 安曇野市三郷＊, 筑北村坂北＊, 飯田市上村＊ 飯田市南信濃＊, 阿南町東條＊, 阿智村浪合＊, 阿智村清内路＊, 平谷村役場＊ 根羽村役場＊, 下條村睦沢＊, 天龍村清水＊, 天龍村平岡＊, 木曽町新開＊ 木曽町福島＊					
11	2026 年 06 月 18 日 13 時 05 分	長野県北部	36° 33.4' N	137° 52.0' E	8km	M2.1
	長野県 震度 1 : 大町市役所, 大町市大町図書館＊					
12	2026 年 06 月 25 日 07 時 30 分	岩手県沖	40° 12.6' N	142° 18.2' E	44km	M7.2
※	2026 年 06 月 25 日 07 時 31 分	岩手県沖	40° 07.2' N	142° 24.0' E	34km	M5.0
	2026 年 06 月 25 日 07 時 33 分	岩手県沖	40° 11.9' N	142° 20.6' E	40km	M3.5
	長野県 震度 2 : 諏訪市湖岸通り, 諏訪市高島＊, 佐久市中込＊, 長野南牧村海ノ口＊, 軽井沢町追分 震度 1 : 長野市箱清水, 長野市戸隠＊, 長野市豊野町豊野＊, 中野市豊津＊ 飯山市飯山福寿町＊, 小布施町小布施＊, 木島平村往郷＊, 栄村北信＊ 飯綱町芋川＊, 飯綱町牟礼＊, 上田市築地, 岡谷市幸町＊, 小諸市小諸消防署＊ 小諸市文化センター＊, 茅野市葛井公園＊, 佐久市望月＊, 佐久市甲＊ 長野川上村大深山＊, 軽井沢町長倉＊, 御代田町役場＊, 立科町芦田＊ 富士見町落合＊, 原村役場＊, 東御市大日向＊, 飯田市高羽町, 飯田市大久保町＊ 飯島町飯島, 宮田村役場＊, 木曽町開田高原西野＊					
13	2026 年 06 月 26 日 12 時 46 分	千葉県北東部	35° 43.6' N	140° 37.0' E	53km	M5.8
	長野県 震度 2 : 諏訪市高島＊, 茅野市葛井公園＊, 長野南牧村海ノ口＊ 震度 1 : 上田市築地, 諏訪市湖岸通り, 佐久市中込＊, 軽井沢町追分, 軽井沢町長倉＊ 御代田町役場＊, 飯田市高羽町, 飯島町飯島, 木曽町開田高原西野＊					
14	2026 年 06 月 26 日 22 時 28 分	山梨県東部・富士五湖	35° 33.1' N	138° 57.9' E	20km	M5.6
※	2026 年 06 月 26 日 22 時 30 分	山梨県東部・富士五湖	35° 32.2' N	138° 57.7' E	19km	M3.2
	長野県 震度 4 : 長野川上村大深山＊ 震度 3 : 諏訪市湖岸通り, 諏訪市高島＊, 茅野市葛井公園＊, 佐久市下小田切, 佐久市中込＊ 佐久市望月＊, 佐久市臼田＊, 小海町豊里＊, 長野南牧村海ノ口＊, 南相木村見上＊ 北相木村役場＊, 立科町芦田＊, 富士見町落合＊, 原村役場＊, 伊那市高遠町荊口 南木曽町役場＊, 木曽町新開＊, 木曽町三岳＊ 震度 2 : 長野市戸隠＊, 長野市鬼無里＊, 大町市八坂＊, 大町市美麻＊, 坂城町坂城＊ 小川村高府＊, 千曲市杭瀬下＊, 松本市奈川＊, 松本市寿＊, 上田市築地 上田市大手＊, 上田市上丸子＊, 上田市下武石＊, 岡谷市幸町＊ 小諸市小諸消防署＊, 小諸市文化センター＊, 塩尻市櫛川保育園＊ 塩尻市木曽平沢＊, 佐久市甲＊, 軽井沢町追分, 軽井沢町長倉＊, 御代田町役場＊ 青木村田沢青木＊, 下諏訪町役場＊, 麻績村麻＊, 山形村役場＊, 朝日村役場＊ 東御市県＊, 東御市大日向＊, 佐久穂町高野町＊, 長和町古町＊, 筑北村坂井 筑北村西条＊, 飯田市高羽町, 飯田市上郷黒田＊, 飯田市大久保町＊ 伊那市下新田＊, 駒ヶ根市赤須町＊, 辰野町中央, 箕輪町中箕輪＊, 飯島町飯島 南箕輪村役場＊, 中川村大草＊, 宮田村役場＊, 松川町元大島＊ 長野高森町下市田＊, 下條村睦沢＊, 泰阜村役場＊, 喬木村役場＊, 豊丘村神稲＊ 大鹿村大河原＊, 上松町役場＊, 南木曽町読書小学校＊, 王滝村鈴ヶ沢＊ 王滝村役場＊, 大桑村長野＊, 木曽町開田高原西野＊, 木曽町日義＊, 木曽町福島＊ 震度 1 : 長野市箱清水, 長野市松代, 長野市鶴賀緑町＊, 長野市豊野町豊野＊, 長野市大岡＊ 長野市信州新町新町＊, 長野市中条＊, 中野市豊津＊, 大町市役所 大町市大町図書館＊, 長野池田町池田＊, 松川村役場＊, 白馬村北城＊ 小谷村中小谷＊, 信濃町柏原東裏＊, 千曲市上山田温泉＊, 千曲市戸倉＊ 飯綱町芋川＊, 飯綱町牟礼＊, 松本市沢村, 松本市美須々＊, 松本市安曇＊ 松本市会田＊, 松本市梓川梓＊, 松本市丸の内＊, 松本市波田＊					

	上田市真田町長*, 塩尻市広丘高出*, 生坂村役場*, 長和町和田* 安曇野市穂高支所, 安曇野市穂高福祉センター*, 安曇野市堀金* 安曇野市明科*, 安曇野市豊科*, 安曇野市三郷*, 筑北村坂北*, 飯田市上村* 飯田市南信濃*, 阿南町東條*, 阿智村駒場*, 阿智村清内路*, 平谷村役場* 根羽村役場*, 売木村役場*, 天龍村清水*, 天龍村平岡*, 木祖村藪原*			
15	2026 年 06 月 28 日 05 時 21 分 岩手県沖 長野県 震度 1 : 長野南牧村海ノ口*	40° 12.4' N	142° 22.0' E	41km M6.1

*の地点は、地方公共団体(長野県、松本市、大町市、栄村)または国立研究開発法人防災科学技術研究所の震度観測点です。

※を付した地震については、近接した地域でほぼ同時刻に発生した地震であるため震度の分離が出来ないことを示します。

各地の震度は、気象庁ホームページの「震度データベース検索」でも検索することができます。

<https://www.data.jma.go.jp/svd/eqdb/data/shindo/index.php>

一口メモ

長周期地震動について

規模の大きな地震が発生すると、「長周期地震動」と呼ばれる、周期(揺れが1往復するのにかかる時間)が長い揺れが発生します。この長周期地震動は周期の短い揺れと比べてより遠くまで伝わる特徴があり、特にやわらかい地層の平野などで長時間継続する傾向があります。

長周期地震動は周期の短い揺れと異なり、高層ビルなどの高い建物を大きく長く揺らすため、特に高層階(概ね14~15階以上)での揺れの大きさを表す指標として、「長周期地震動階級」という震度とは異なるものを用います。これは地震時の人の行動の困難さの程度や、家具や什器の移動・転倒などの被害の程度から4つの段階に区分した揺れの大きさの指標です。

階級1

- 室内にいたほとんどの人が揺れを感じる。驚く人もいる。
- ブラインドなど吊り下げものが大きく揺れる。



階級2

- 室内で大きな揺れを感じ、物につかまりたいと感じる。物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。
- キャスター付きの家具類等がわずかに動く。棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。



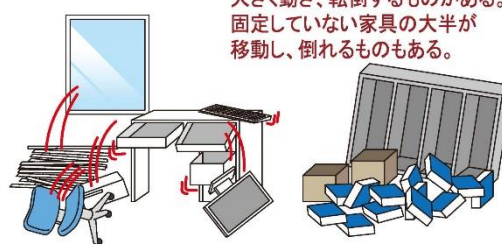
階級3

- 立っていることが困難になる。
- キャスター付きの家具類等が大きく動く。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。



階級4

- 立っていることができず、はわないと動くことができなく。揺れにほんろうされる。
- キャスター付きの家具類等が大きく動き、転倒するものがある。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。



詳しくは、気象庁 HP『長周期地震動について』をご覧ください。

<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/jishin/choshuki/>

2. 長野県内で震度を観測した主な地震

令和8年6月4日・5日 長野県南部の地震

4日08時50分 長野県南部の地震（深さ7km、M3.3）により、茅野市で震度3を観測したほか、長野県中部・南部で震度2～1を観測しました。この付近では5日23時30分にも地震（深さ7km、M3.6）が発生し、茅野市で震度3を観測したほか、長野県中部・南部、山梨県で震度2～1を観測しました。

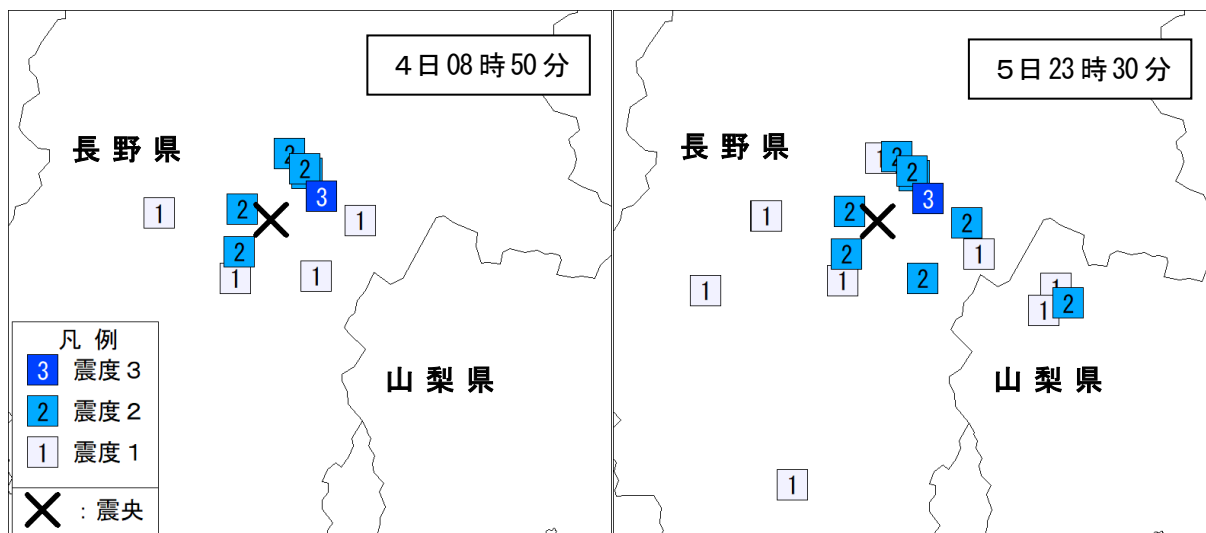


図4 6月4日・5日 長野県南部の地震の震度分布図（地点別）

令和8年6月26日 山梨県東部・富士五湖の地震

26日22時28分 山梨県東部・富士五湖の地震（深さ20km、M5.6）により、山梨県富士河口湖町で震度6弱を観測したほか、東北地方から中国地方にかけて震度5強～1を観測しました。長野県では川上村で震度4を観測したほか、長野県中部・南部で震度3～1、長野県北部で震度2～1を観測しました。この地震により、負傷者22人の被害が生じています。なお、長野県内における被害はありません。（2026年7月6日現在。総務省消防庁による。）

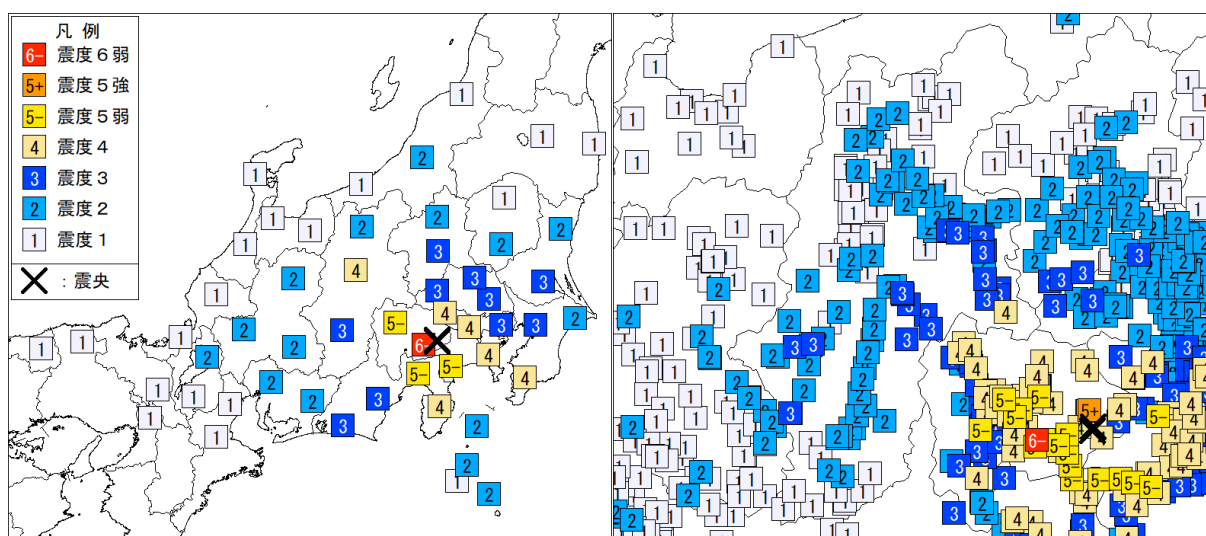


図5 6月26日 山梨県東部・富士五湖の地震の震度分布図（左：地域別、右：地点別）

【南海トラフ沿いの地震に関する評価検討会】

評価検討会は令和8年7月7日に行われています。現在のところ、南海トラフ沿いの大規模地震の発生の可能性が平常時と比べて相対的に高まったと考えられる特段の変化は観測されていません。

・詳細はこちらから <https://www.data.jma.go.jp/svd/eew/data/nteq/index.html>

南海トラフ沿いの大規模地震（M8からM9クラス）は、「平常時」においても今後30年以内に発生する確率は高い（詳細は「南海トラフの地震活動の長期評価（第二版一部改訂）」※参照）と評価されており、昭和東南海地震・昭和南海地震の発生から約80年が経過していることから切迫性の高い状態です。

※地震調査研究推進本部 HP https://www.jishin.go.jp/main/chousa/kaikou_pdf/nankai_3.pdf

本資料中、マグニチュードをMと略記しています。

気象庁では地震の震源、マグニチュード等を算出するにあたり、国立大学法人などの関係機関から地震観測データの提供を受け(注)、文部科学省と協力して処理を行っています。

また、震度の情報は、地方公共団体及び国立研究開発法人防災科学技術研究所から提供された観測データを含めて発表しています。

(注) 本資料は、国立研究開発法人防災科学技術研究所、北海道大学、弘前大学、東北大学、東京大学、名古屋大学、京都大学、高知大学、九州大学、鹿児島大学、国立研究開発法人産業技術総合研究所、国土地理院、国立研究開発法人海洋研究開発機構、公益財団法人地震予知総合研究振興会、青森県、東京都、静岡県、神奈川県温泉地学研究所及び気象庁のデータを用いて作成しています。また、2016年熊本地震合同観測グループのオンライン臨時観測点（河原、熊野座）、2022年能登半島における合同地震観測グループによるオンライン臨時観測点（よしが浦温泉、飯田小学校）、2025年トカラ列島近海における合同地震観測グループによるオンライン臨時観測点（平島、小宝島）、EarthScope Consortiumの観測点（台北、玉峰、寧安橋、玉里、台東）のデータを用いて作成しています。

本資料は速報資料です。後日内容を変更する場合があります。

「長野県とその周辺の地震活動」は、長野地方気象台ホームページに掲載しています。

長野地方気象台 <https://www.data.jma.go.jp/nagano/>

問い合わせ先：長野地方気象台 地震担当（026-232-3773）