

## 令和8年4月20日16時53分頃の三陸沖の地震について

4月20日16時52分に三陸沖でM7.7の地震（北海道で最大震度4）が発生しました。

この地震が発生した地域では、過去に大地震発生から1週間程度の間と同程度の地震が続発した事例があることから、揺れの強かった地域では、地震発生から1週間程度、同程度の地震に注意するとともに、さらに強い揺れをもたらす地震が発生する可能性もありますので注意してください。特に地震発生から2～3日程度は、強い揺れをもたらす地震が発生することが多くあります。

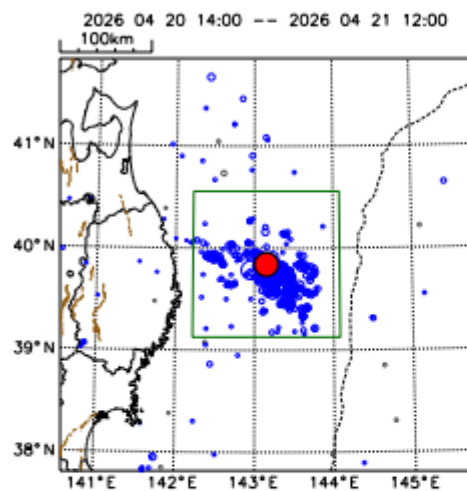
また、4月20日19時30分に「北海道・三陸沖後発地震注意情報」を発表しました。日頃からの地震への備えの再確認等を実施してください。



# 今回の地震活動

## 震央分布図（広域図）

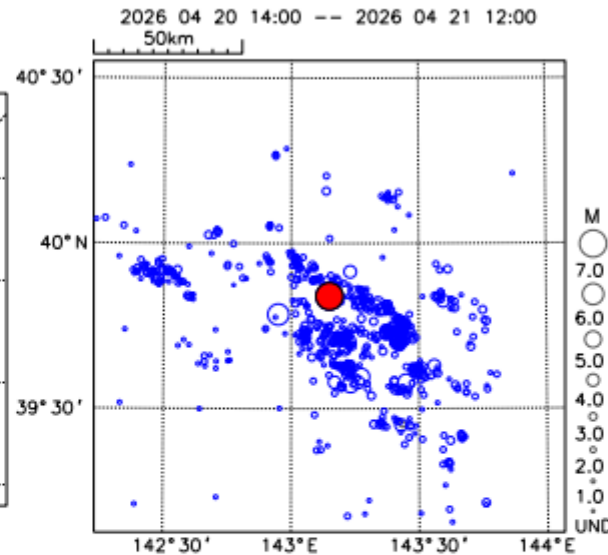
深さ0 -- 100km、 M 全て



## 震央分布図（詳細図）

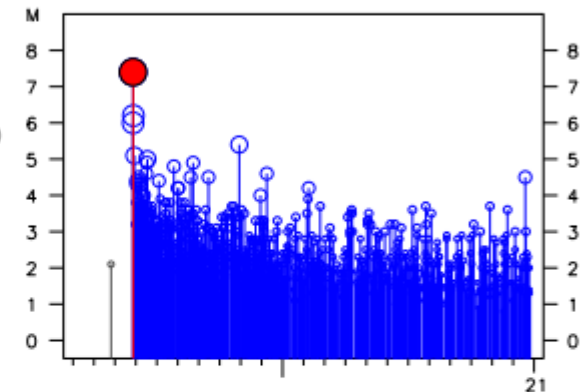
震央分布図（広域図）の四角形領域内の震央分布図

深さ0 -- 100km、 M 全て



## 震央分布図（詳細図）の地震活動経過図

2026 04 20 14:00 -- 2026 04 21 12:00



（震源の色について）赤色：今回の地震 青色：今回の地震より後に発生した地震 灰色：今回の地震より前に発生した地震

- ・震央分布図中の茶色の細線は、地震調査研究推進本部の長期評価による活断層を示す。
- ・震央分布図中の黒色の点線は、海溝軸を示す。

### <資料の利用上の留意点>

- ・表示している震源は、速報値を含みます。
- ・速報値の震源には、発破等の地震以外のものや、誤差の大きなものが表示されることがあります。
- ・個々の震源の位置や規模ではなく、震源の分布具合や活動の盛衰に着目して地震活動の把握にご利用ください。

# 津波の観測状況

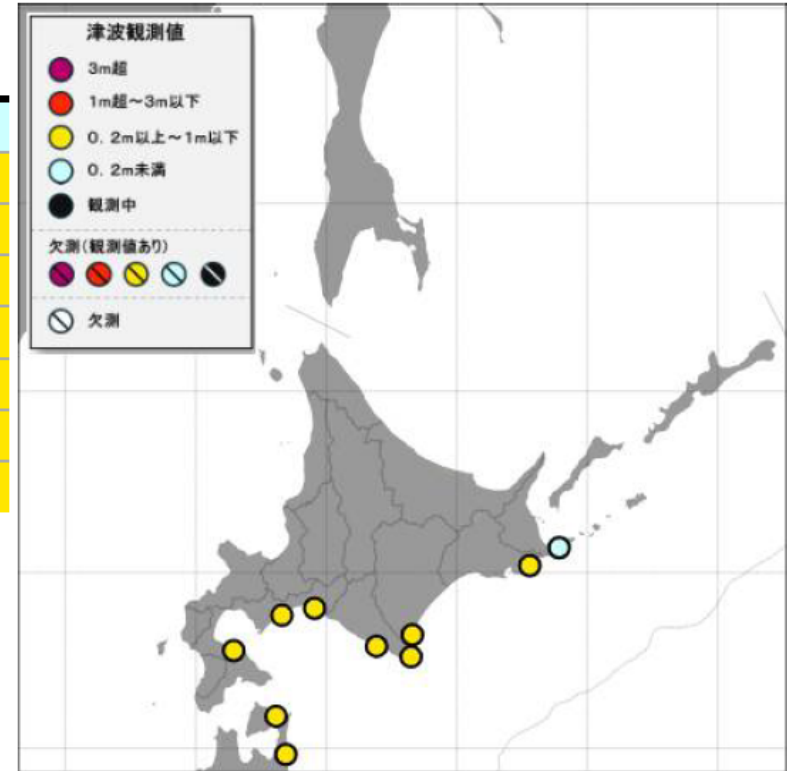
## 【主な観測点の観測値】

観測点名	該当予報区名	第一波 到達時刻	これまでの 最大波	高さ
根室市花咲	北海道太平洋沿岸東部	20日17:51	20日20:05	0.1m
浜中町霧多布港	北海道太平洋沿岸東部	--	20日18:59	0.2m
浦河	北海道太平洋沿岸中部	--	20日18:31	0.4m
十勝港	北海道太平洋沿岸中部	--	20日19:21	0.3m
えりも町庶野	北海道太平洋沿岸中部	--	20日21:38	0.3m
苫小牧東港	北海道太平洋沿岸西部	--	20日20:46	0.3m
白老港	北海道太平洋沿岸西部	--	20日22:23	0.3m
渡島森港	北海道太平洋沿岸西部	20日18:16	20日21:01	0.2m

※大津波警報または津波警報を発表中で、観測された津波の高さが低い間は、数値ではなく「観測中」と発表します。

※検潮所での津波の高さです。沿岸の地形の影響などにより、局所的に高くなることもあります。

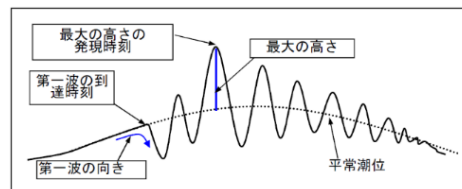
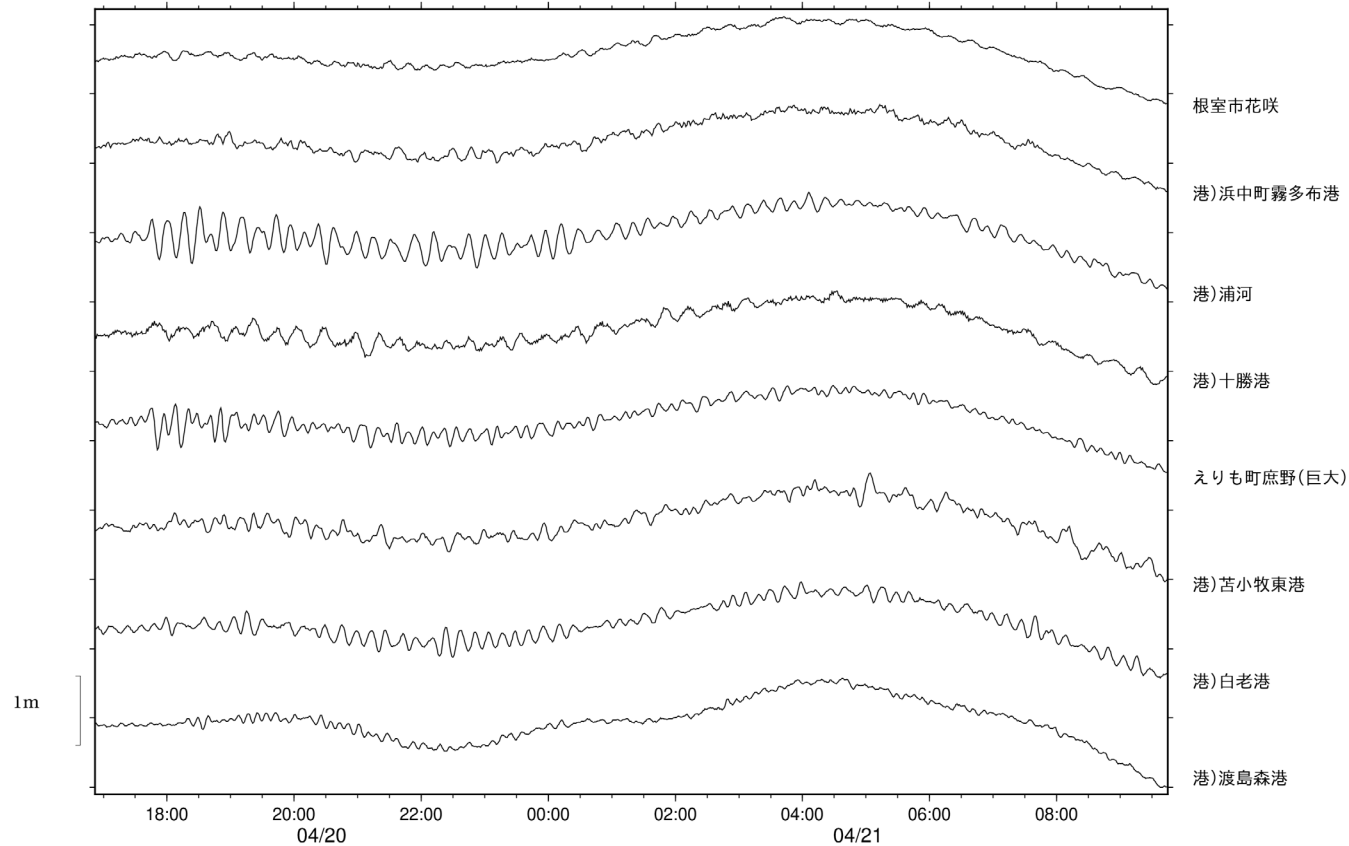
4月20日23時52分発表



最新の情報は、以下のページでご確認ください。

津波の観測状況：<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#elem=info&contents=tsunami>

# 津波観測状況（潮位波形） 4月21日09時45分現在



## <津波の観測値について>

第一波の向きは、下方が「引き」、上方が「押し」となる（上図の例の場合は「引き」）。  
 「津波の高さ」とは、津波がない場合の潮位（平常潮位）と津波による実際の潮位との差のことである。

注）津波波形の第一波および最大波が共に不明瞭で判別できないような場合は、当該地点の観測値が観測情報で発表されない場合があります。

# 北海道・三陸沖後発地震注意情報 について

# 北海道・三陸沖後発地震注意情報の概要

本日（20日）16時52分に三陸沖で地震発生  
モーメントマグニチュード※：7.4

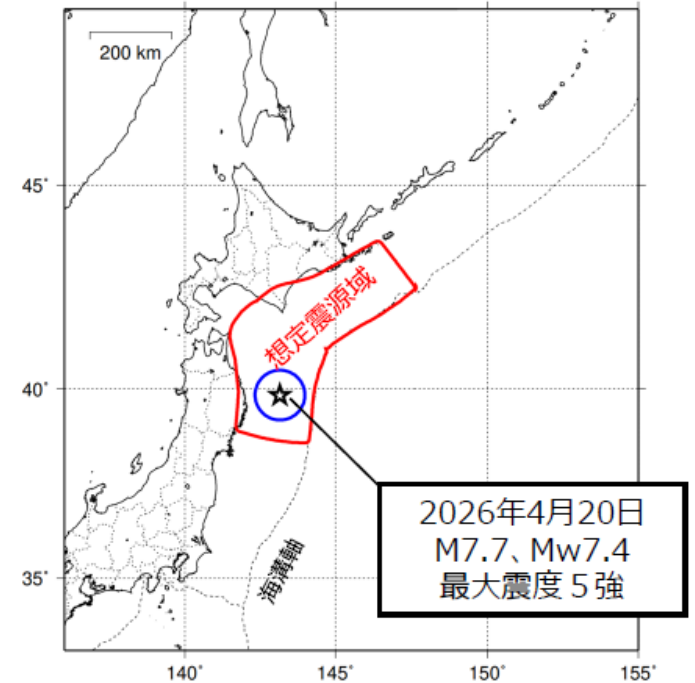
今回の地震の発生により、北海道の根室沖から東北地方の三陸沖にかけての巨大地震の想定震源域では、新たな大規模地震の発生可能性が平常時と比べて相対的に高まっていると考えられます。

今後、もし大規模地震が発生すると、巨大な津波が到達したり、強い揺れとなる可能性があります。

なお、新たな大規模地震が発生する可能性は平常時と比べると高まっていますが、過去の世界的な事例を踏まえるとその確率は百回に1回程度と低く、特定の期間中に大規模地震が必ず発生するということをお知らせするものではありません。

※モーメントマグニチュード（Mw）は、震源断層のずれの規模を精査して得られるもので、地震発生直後に地震波の最大振幅から計算し津波警報等や地震情報の発表に用いるマグニチュードとは異なります。北海道・三陸沖後発地震注意情報は、Mw 7.0以上の地震が想定震源域に影響を与える場所で発生した場合に発表されます。

今回の地震と想定震源域の位置関係

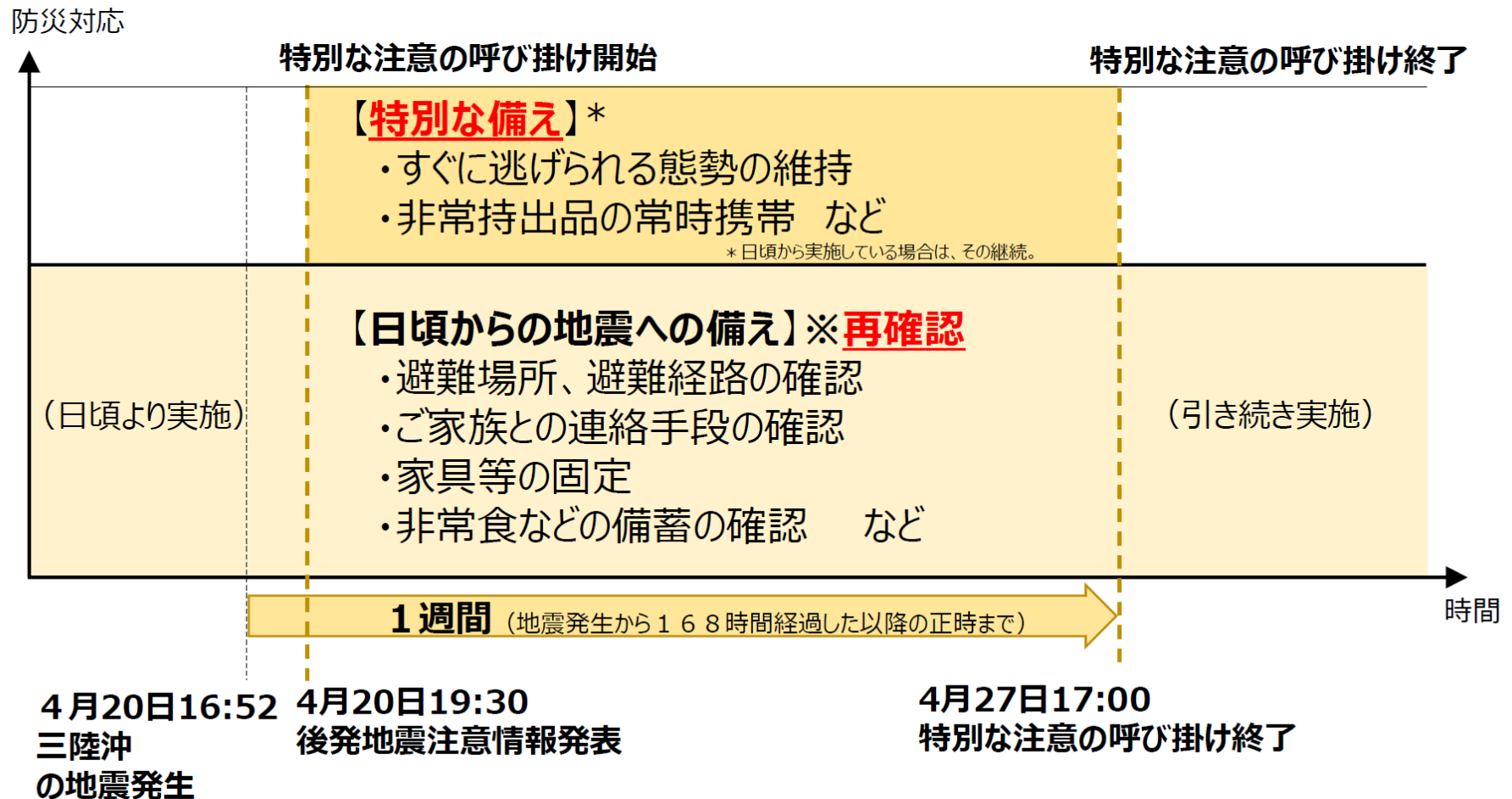


・赤色領域は、千島海溝・日本海溝沿いの巨大地震の想定震源域。  
・青色領域は、今回の地震が影響を与える領域。今回の地震の震央を中心として、モーメントマグニチュード（Mw）から経験式（宇津の式： $\log_{10}L=0.5Mw-1.85$ ）を使って求めた断層長L(km)を半径とする円を示す。

# 後発地震注意情報発表に伴う特別な注意

＜北海道・三陸沖後発地震注意情報の発表に伴い防災対応をとるべき地域＞

- ・「**特別な備え**」及び「**日頃からの地震への備えの再確認**」を実施し、  
その上で社会経済活動を継続してください。



# 防災対応（住民）

- ・ 次の地震により揺れを感じたり津波警報等が発表されたら、直ちに避難することが重要です。
- ・ 地震への備えとして、以下の事項を実施してください。

## 日頃からの地震への備えの再確認

- 安全な避難場所・避難経路の確認、ご家族との連絡手段の確認、家具の固定、非常食などの備蓄の確認 など



日頃からの地震への備えの再確認

## 後発地震注意情報の発表に伴う特別な備え

- 昼夜問わず津波警報等が発表されても速やかに避難し命を守ることができるよう、すぐに逃げられる態勢の維持や非常持出品の常時携帯 など



すぐに逃げられる態勢の維持



非常持出品の常時携帯

を実施した上で、**社会経済活動を継続**してください。

# 防災対応（住民） ～日頃からの地震の備え～

- 情報が発表された際に、慌てず防災行動をとるためには、日頃からの地震への備えが大切です。下記のような備えは日頃から行い、情報が発表された際に再確認することが重要です。
- このような備えをすることで、強い揺れや津波等から命を守ることに繋がる他、地震発生後の避難生活の備えとなります。

## 迅速な避難体制・準備

- ✓ 地域のハザードマップでどのような危険があるかを確認する
- ✓ 安全な避難場所・避難経路等を確認する
- ✓ 家族との連絡手段を決めておく
- ✓ 非常持出品を準備しておく
  - ・食料、水、常備薬
  - ・懐中電灯、携帯ラジオ
  - ・身分証明書、貴重品 等



## 出火や延焼の防止対策

- ✓ 火災警報器の電池切れがないことを確認する
- ✓ 漏電遮断機や感震ブレーカー等を設置する



## 室内の対策

- ✓ 窓ガラスの飛散防止対策をする
- ✓ タンス類・本棚の転倒防止対策をする
- ✓ ベッド頭上に物を置かない

## 地震発生後の避難生活の備え

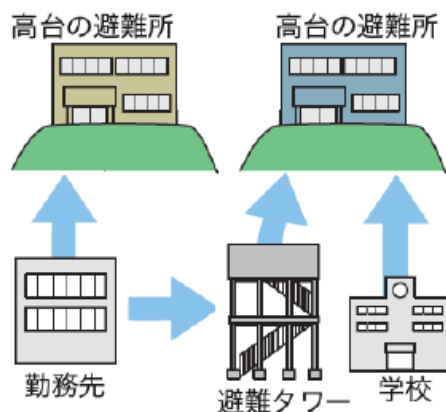
- ✓ 水や食料の備蓄を多めに確保する
- ✓ 簡易トイレを用意する
- ✓ 携帯ラジオや携帯電話の予備バッテリー等を準備する



# 防災対応（事業者等）

- 避難場所、避難経路及び避難誘導手順の再確認の徹底や、
- 従業員や施設利用者への情報の正確かつ迅速な伝達など、

**揺れを感じたり、津波警報等が発表されたりした場合に、従業員や施設利用者が直ちに避難できる態勢をとった上で、社会経済活動を継続してください。**



避難経路、避難誘導手順等の再確認



従業員や施設利用者への情報伝達

