

# 2026年4月20日 三陸沖の地震

## (1) 概要

2026年4月20日16時52分に三陸沖の深さ19kmでM7.7の地震が発生し、青森県階上町で震度5強を観測したほか、北海道から近畿地方にかけて震度5弱～1を観測した。また、宮城県北部及び秋田県内陸南部で長周期地震動階級3を観測したほか、北海道から中部地方にかけて長周期地震動階級2～1を観測した。この地震により、岩手県の久慈港<sup>(注1)</sup>で79cm<sup>(注2)</sup>、北海道の浦河<sup>(注1)</sup>で39cm<sup>(注2)</sup>など、北海道及び東北地方の太平洋沿岸で津波を観測した。

気象庁はこの地震に対して、最初の地震波の検知から19.8秒後の16時53分23.3秒に緊急地震速報（警報）を発表した。また、同日16時55分に北海道太平洋沿岸中部及び岩手県に津波警報を発表し、同日17時08分に青森県太平洋沿岸に発表していた津波注意報を津波警報に切り替えた。その後、同日20時15分に津波警報を津波注意報に切り替え、同日23時45分に津波注意報を全て解除した。

気象庁は、この地震について震源位置や規模を精査した結果、国の基本計画等に定められている、後発地震への注意を促す情報を発表する基準を満たしており、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大規模地震の発生可能性が平常時に比べて相対的に高まっていると考えられたことから、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た。

この地震は、発震機構（CMT解）が西北西－東南東方向に圧力軸を持つ逆断層型で、太平洋プレートと陸のプレートの境界で発生した。

今回の地震の震央周辺では、4月20日以降4月30日までに震度1以上を観測した地震が38回（震度5強：1回、震度3：3回、震度2：7回、震度1：27回）発生するなど、地震活動は継続している。

これらの地震により、負傷者10人の被害が生じた（2026年4月28日17時00分現在、総務省消防庁による）。

これらの地震による被害状況を表1-1に、4月20日以降の最大震度別地震回数表を表1-2に、震度1以上の日別地震回数グラフを図1-1に、気象庁及び各地の気象台が発表した主な情報及び報道発表を表1-3～5に示す。

(注1) 国土交通省港湾局の観測施設。

(注2) 観測値は後日の精査により変更される場合がある。

表1-1 三陸沖の地震による被害状況  
(2026年4月28日17時00分現在、総務省消防庁による)

都道府県名	人的被害				住家被害		
	死者	行方不明者	負傷者		全壊	半壊	一部破損
			重傷	軽傷			
人	人	人	人	棟	棟	棟	
北海道			1	1			
青森県				4			
岩手県			1	3			
合計			2	8			

(3) 震度と加速度

2026年4月20日16時52分に発生した地震（M7.7）により、青森県階上町で震度5強を観測したほか、北海道から近畿地方にかけて震度5弱～1を観測した。

ア. 4月20日16時52分のM7.7の地震の震度と加速度

この地震の震度分布図を図3-1に、推計震度分布図を図3-2に、震度5弱以上を観測した地点の計測震度及び最大加速度を表3-1に示す。

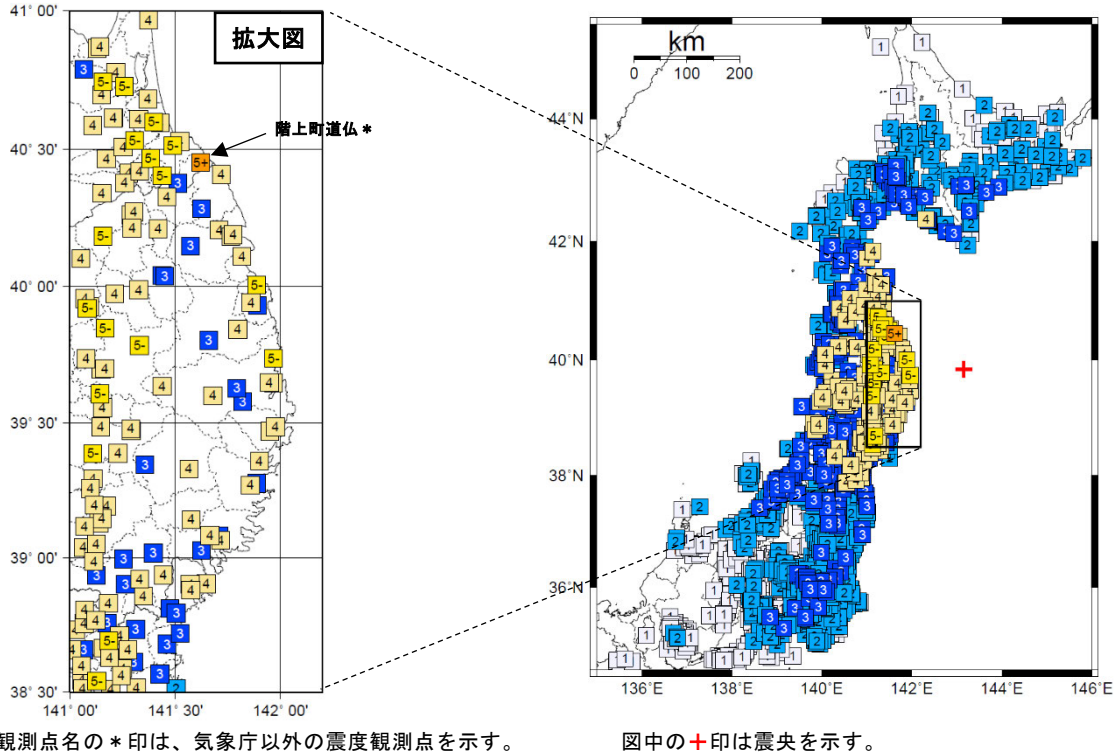
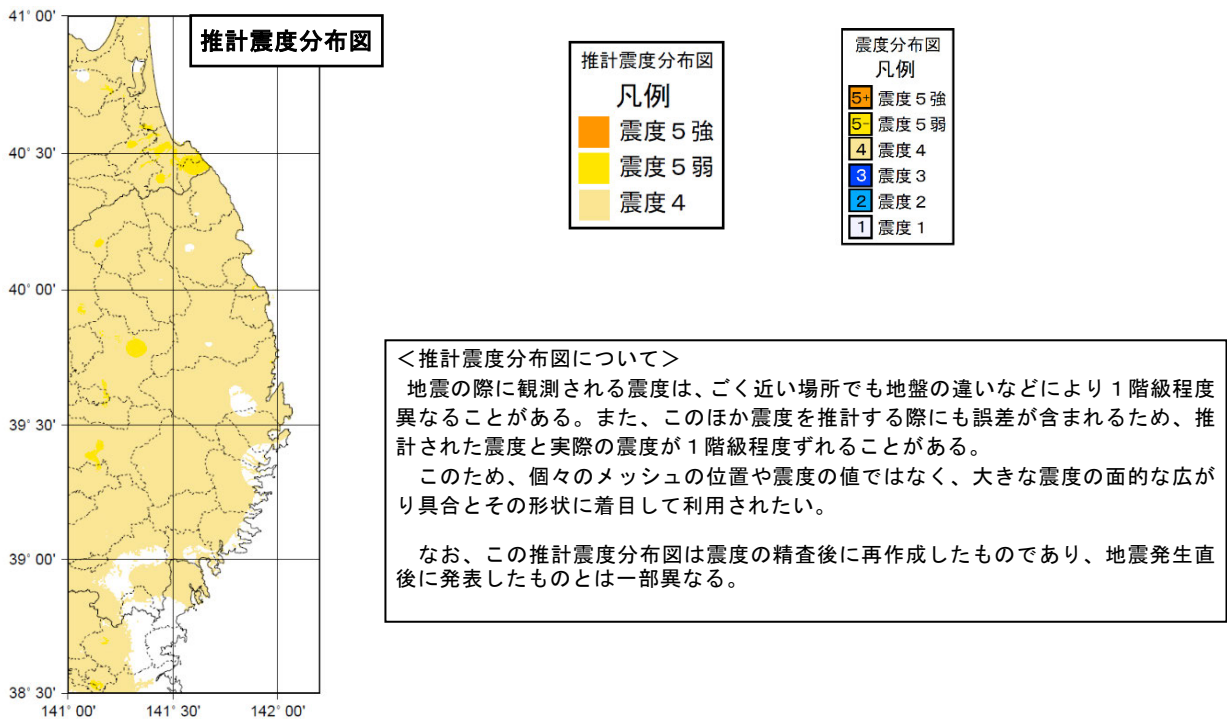


図3-1 2026年4月20日16時52分 三陸沖の地震（M7.7、最大震度5強）の震度分布図



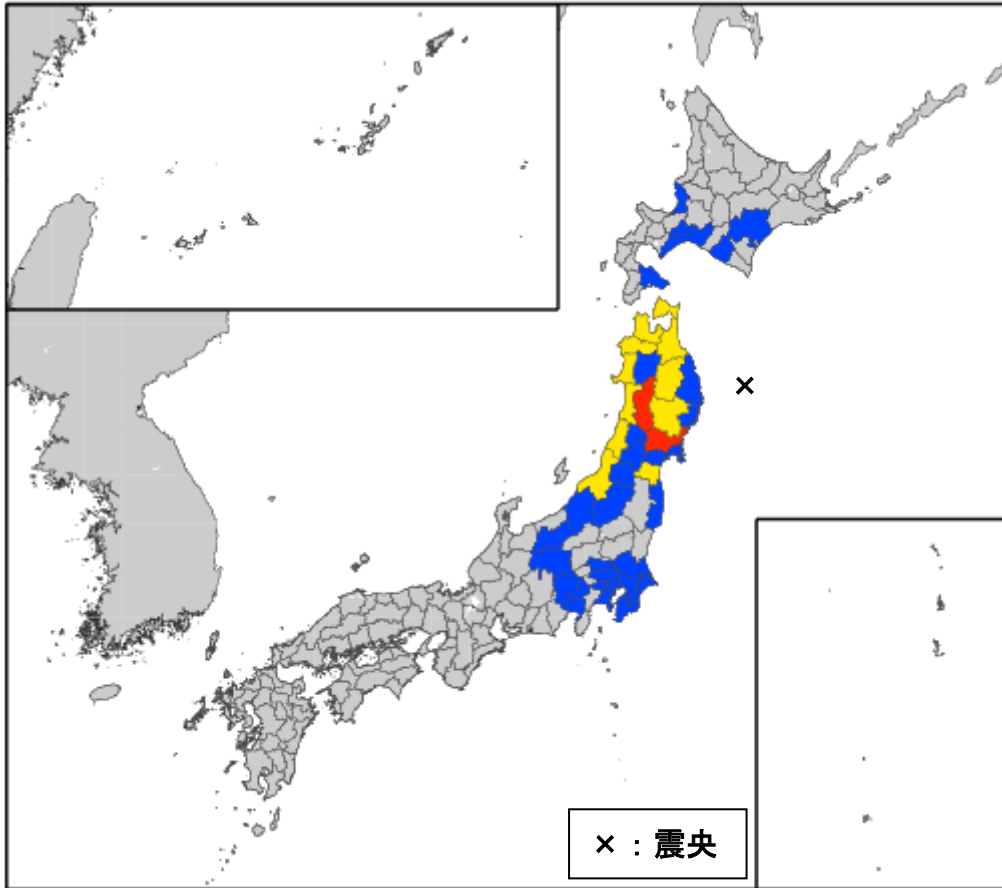
※本推計震度分布図は、地震発生当日に作成されたものである。

図3-2 2026年4月20日16時52分 三陸沖の地震（M7.7、最大震度5強）の推計震度分布図

(4) 長周期地震動

ア. 観測した長周期地震動階級

この地震により、宮城県北部、秋田県内陸南部で長周期地震動階級3を観測したほか、北海道から中部地方にかけて長周期地震動階級2～1を観測した(図4-1、表4-2)。



長周期地震動階級の凡例: ■ 階級1 ■ 階級2 ■ 階級3 ■ 階級4

図4-1 長周期地震動階級1以上を観測した地域の分布図

表4-1 長周期地震動階級関連解説表

長周期地震動階級	人の体感・行動	室内の状況	備考
長周期地震動階級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大きく揺れる。	—
長周期地震動階級2	室内で大きな揺れを感じ、物につかまりたいと感じる。物につかまらなると歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。	キャスター付き什器がわずかに動く。棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。	—
長周期地震動階級3	立っていることが困難になる。	キャスター付き什器が大きく動く。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。	間仕切壁などにひび割れ・亀裂が入ることがある。
長周期地震動階級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い。揺れにほんろうされる。	キャスター付き什器が大きく動き、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。	間仕切壁などにひび割れ・亀裂が多くなる。

※ 長周期地震動階級に関する詳細は、「地震・火山月報(防災編)」令和7年12月号の付録10「長周期地震動階級関連解説表」を参照のこと。

[https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/gaikyo/monthly/202512/202512furoku\\_10.pdf](https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/gaikyo/monthly/202512/202512furoku_10.pdf)

## (6) 津波

この地震により、岩手県の久慈港(国土交通省港湾局)で最大79cmの津波を観測したほか、北海道及び東北地方の太平洋沿岸で津波を観測した。また、沖合でも津波を観測した。なお、気象庁はこの地震に対して、4月20日16時55分に北海道太平洋沿岸中部、岩手県に津波警報、北海道太平洋沿岸東部、北海道太平洋沿岸西部、青森県太平洋沿岸、宮城県、福島県に津波注意報を発表、17時08分に青森県太平洋沿岸を津波警報、青森県日本海沿岸を津波注意報にそれぞれ切り上げて発表した。その後、20時15分に津波警報を津波注意報に切り替え、23時45分に津波注意報を解除した。津波観測値(暫定値)は以下のとおり。

表6-1 津波観測値(2026年4月20日、暫定値)

都道府県	観測点名	所属	第一波			最大波			高さ[cm]
			到達時刻			発現時刻			
			日	時	分	日	時	分	
北海道	根室市花咲	気象庁	20	--	--	20	21	31	8
	浜中町霧多布港	国土交通省港湾局	20	--	--	20	18	59	15
	十勝港	国土交通省港湾局	20	17	--	20	19	22	20
	えりも町庶野*1	気象庁	20	17	40	20	18	09	0.3m
	浦河	国土交通省港湾局	20	17	42	20	18	31	39
	苫小牧東港	国土交通省港湾局	20	18	04	20	20	46	19
	白老港	国土交通省港湾局	20	--	--	20	22	24	22
	渡島森港	国土交通省港湾局	20	18	17	20	20	26	12
浦河沖 50kmA*3	防災科学技術研究所	20	17	15	20	17	20	0.1m	
青森	むつ市関根浜	気象庁	20	17	50	20	18	11	19
	むつ小川原港	国土交通省港湾局	20	17	35	20	18	36	19
	八戸港	国土交通省港湾局	20	17	39	20	18	40	27
	青森東方沖 50kmB*3	防災科学技術研究所	20	17	06	20	17	12	0.1m
岩手	久慈港	国土交通省港湾局	20	17	27	20	17	51	79
	宮古	気象庁	20	17	16	20	17	22	34
	釜石	海上保安庁	20	17	18	20	18	40	19
	大船渡	気象庁	20	17	23	20	20	06	22
	岩手宮古沖*2	国土交通省港湾局	20	17	04	20	17	09	0.1m
	岩手沖 60kmA*3	防災科学技術研究所	20	16	--	20	17	02	0.1m
宮城	石巻市鮎川	気象庁	20	17	38	20	19	34	23
	仙台港	国土交通省港湾局	20	18	17	20	18	45	25
	宮城金華山沖*2	国土交通省港湾局	20	--	--	20	17	33	0.1m
	気仙沼広田湾沖*2	国土交通省港湾局	20	--	--	20	17	20	0.1m
	宮城牡鹿沖*3	防災科学技術研究所	20	17	34	20	17	40	0.1m
	宮城沖 50kmB*3	防災科学技術研究所	20	17	--	20	17	15	0.1m
福島	相馬*1	気象庁	20	18	18	20	21	11	0.2m
	いわき市小名浜	気象庁	20	--	--	20	20	22	13
	福島沖 50kmA*3	防災科学技術研究所	20	17	32	20	17	37	0.1m

- は値が決定できないことを示す。

観測値は、所属機関の観測波形データをもとに気象庁が検出した値。精査により変更される場合がある。

\*1 は巨大津波計により観測されたことを示す。(観測単位は0.1m)

\*2 はGNSS波浪計により観測されたことを示す。(観測単位は0.1m) 沿岸では津波は更に高くなる。

\*3 は海底津波計により観測された水圧を海面昇降に換算し、検潮所の観測値と同様の方法で読み取った値を示す。(観測単位は0.1m) 沿岸では津波は更に高くなる。

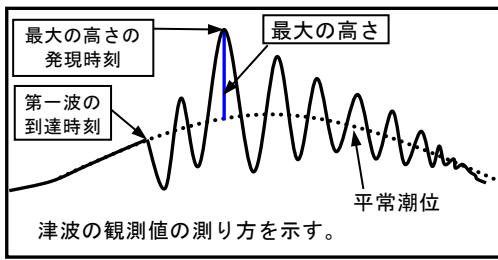


図 6 - 1 津波の測り方の模式

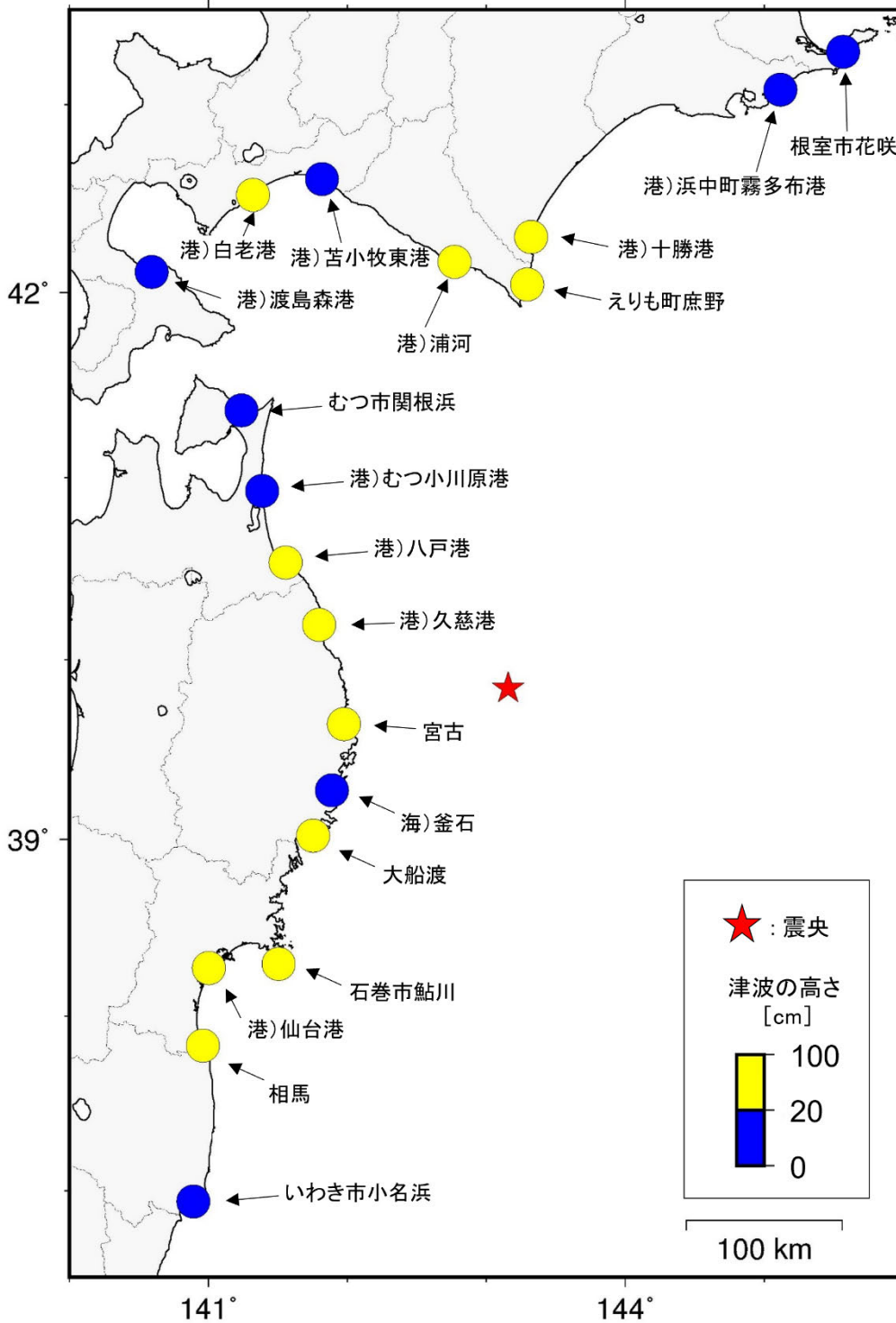


図 6 - 2 (1) 沿岸で津波を観測した地点  
港)は国土交通省港湾局、海)は海上保安庁の所属であることを示す。

## イ. 発震機構

1997年10月以降に発生した地震の発震機構（CMT解）分布及び発震機構の圧力軸の分布を図2-7に示す。また、図2-7の領域c内の地震の発震機構の型の分布及び圧力軸の向きの分布を図2-8に示す。

今回の地震の震央付近では、逆断層型の地震が多く見られ、発震機構の圧力軸の向きは西北西-東南東方向の地震が多い。今回の地震（M7.7）は、発震機構が西北西-東南東方向に圧力軸を持つ逆断層型であり、これまでの地震の傾向と調和的である。

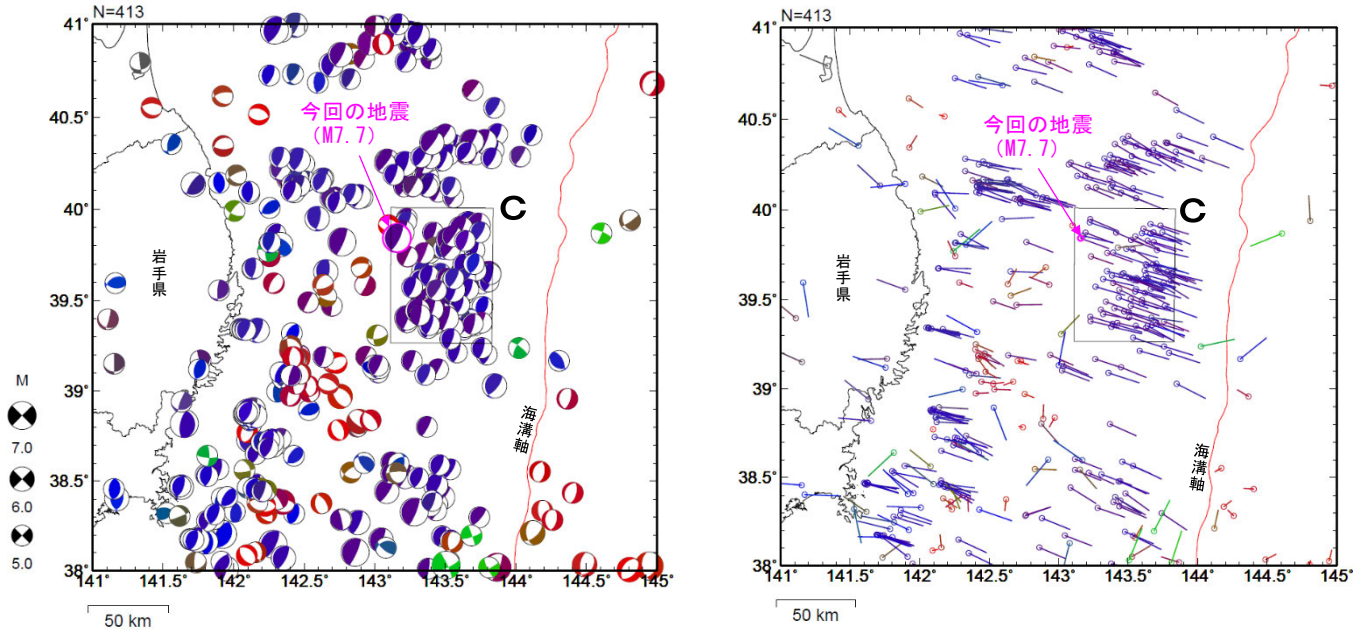


図2-7 発震機構分布図（左）、発震機構の圧力軸の分布（右）

期間：1997年10月1日～2026年4月30日、深さ：0～100km、 $M \geq 5.0$ 、発震機構はCMT解による（震源の位置に表示）。逆断層型の地震を青色、正断層型の地震を赤色、横ずれ断層型の地震を緑色で表示（Frohlich (2001)による分類）。

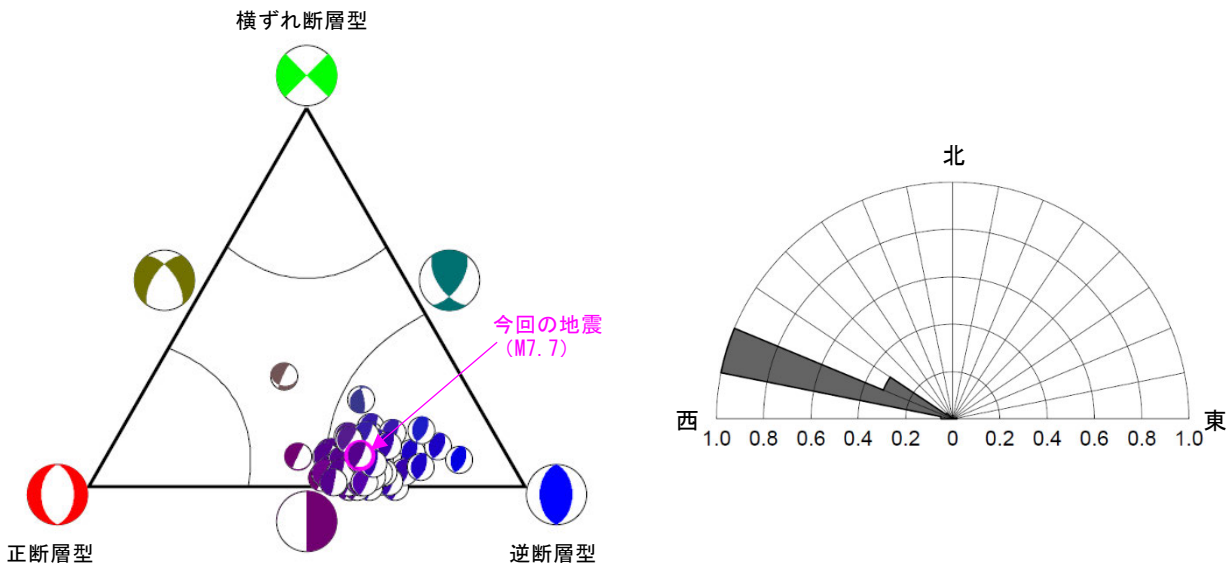


図2-8 図2-7の領域c内の地震の発震機構の型の分布（左）及び発震機構の圧力軸の方位分布（右）  
発震機構の型の分布は、逆断層型の地震を青色、正断層型の地震を赤色、横ずれ断層型の地震を緑色で表示（Frohlich (2001)による分類）。