

令和8年4月20日16時53分頃の三陸沖の地震について
(第3報)

令和8年4月20日16時53分頃に発生した三陸沖を震源とする地震について、地震に関する概要や留意事項を別添のとおりお知らせいたします。

本件に関する問い合わせ先 地震火山部 地震津波監視課
電話 03-3434-9041

地震の概要

検知時刻 (最初に地震を検知した時刻)	4月20日16時53分
発生時刻 (地震が発生した時刻)	4月20日16時52分
マグニチュード	7.7(暫定値;速報値の7.5から更新)
発生場所	三陸沖(宮古の東100km付近) 深さ 19km(暫定値;速報値 深さ約 10kmから更新)
発震機構	西北西—東南東方向に圧力軸を持つ逆断層型で、プレート境界で発生した地震
震度	【最大震度5強】青森県の階上町(はしかみちょう)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
長周期地震動の観測状況	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

防災上の留意事項と今後の見通し

（防災上の留意事項）

- 4月20日の地震で揺れの強かった地域では、落石や崖崩れなどの危険性が高まっていますので、今後の地震活動や降雨の状況に十分注意してください。

（今後の地震活動の見通し）

- この地域では過去に、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、4月20日の地震発生から1週間程度、最大震度5強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。

（北海道・三陸沖後発地震注意情報について）

- 4月20日に発生した地震により、気象庁は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。政府では、防災対応をとるべき地域に対して、地震発生から1週間、「特別な備え」及び「日頃からの地震への備えの再確認」を実施するよう呼びかけています。引き続き、政府や自治体などからの呼びかけ等に応じた防災対応をとってください。

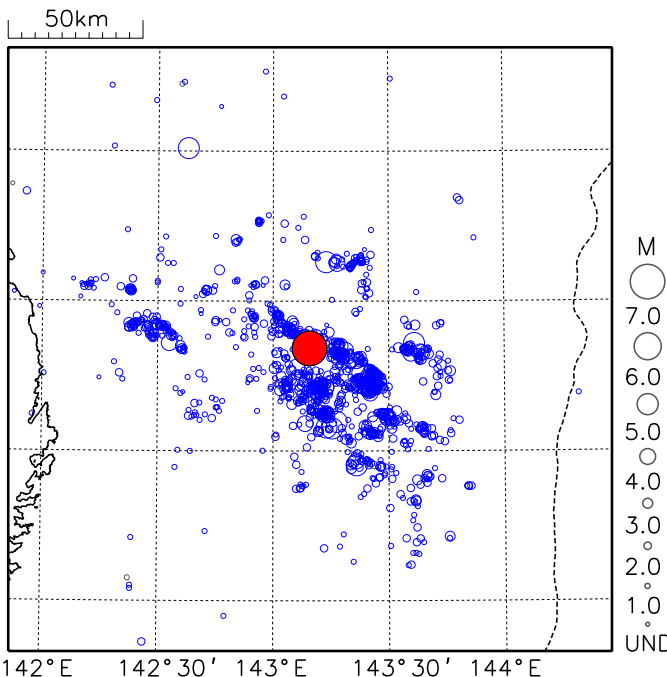
今回の地震活動

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

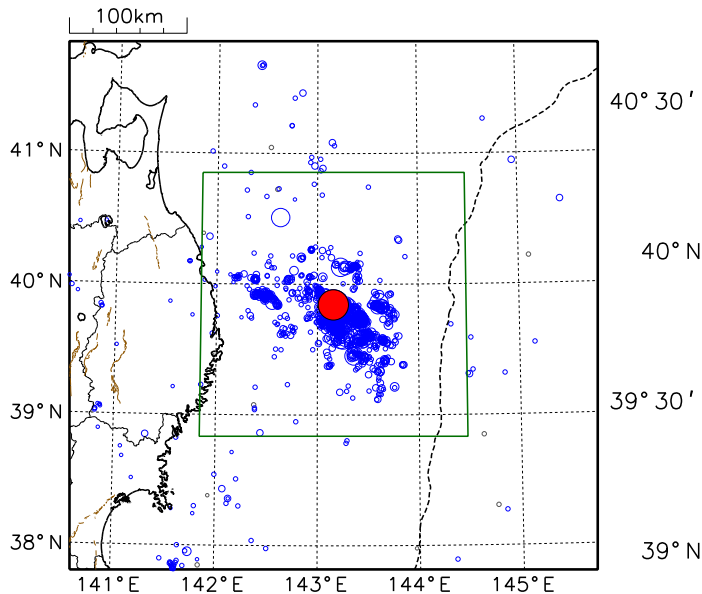
2026 04 20 14:00 -- 2026 04 22 13:10



震央分布図（広域図）

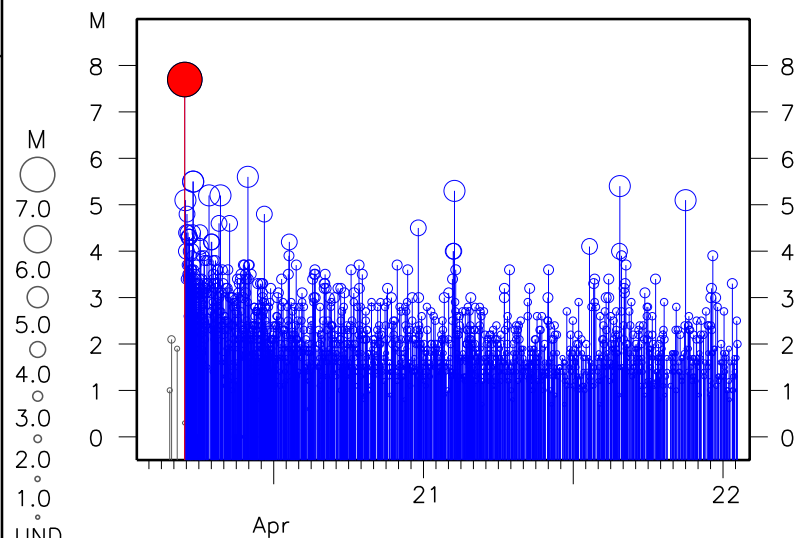
深さ0 -- 100km、 M 全て

2026 04 20 14:00 -- 2026 04 22 13:10



震央分布図（詳細図）の地震活動経過図

2026 04 20 14:00 -- 2026 04 22 13:10



(震源の色について) 赤色：今回の地震(M7.7)、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。

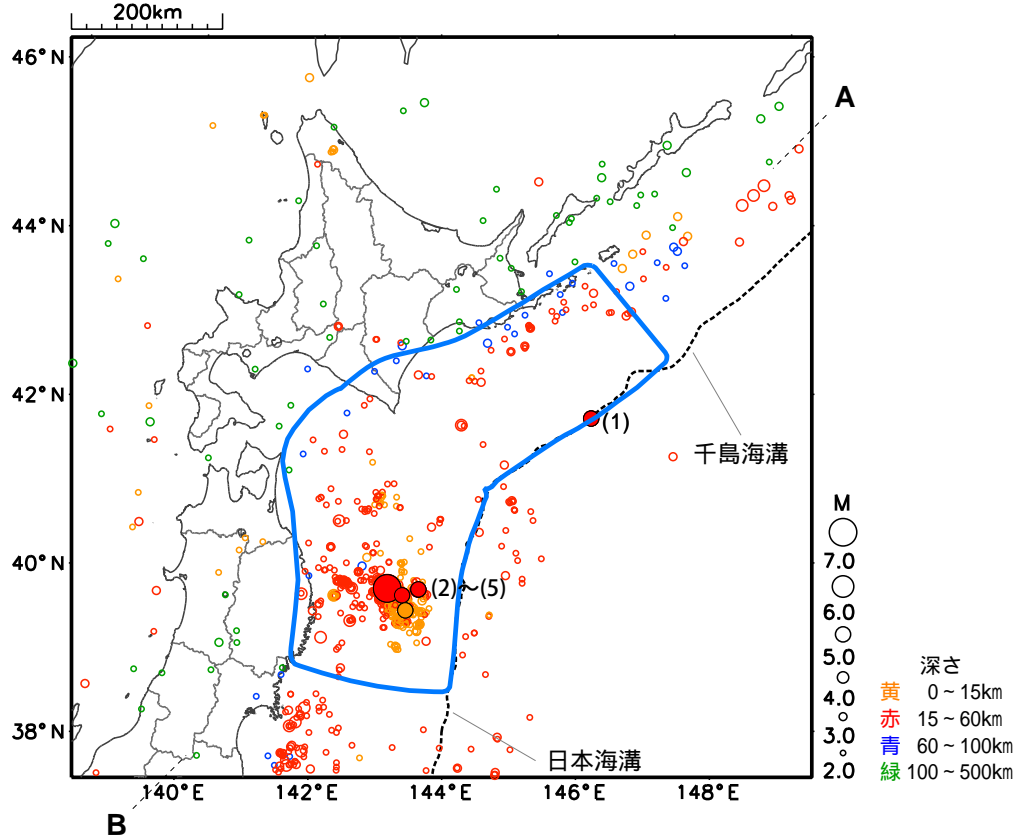
<資料の利用上の留意点>

- ・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。

最近の千島海溝・日本海溝周辺の地震活動

2026年4月1日～4月21日

震央分布図 (2026年4月1日～4月21日、M 2.0、深さ0～500km)



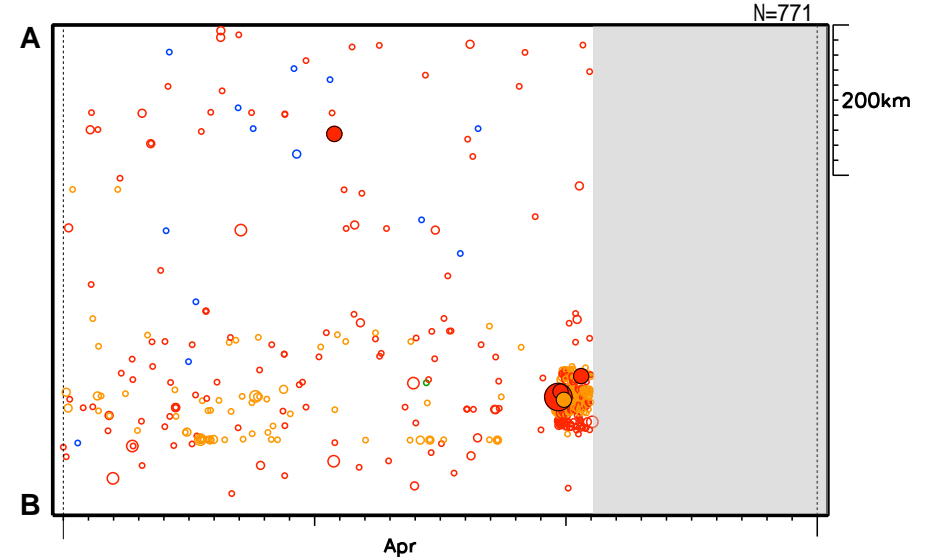
青の実線は千島海溝・日本海溝沿いの巨大地震の想定震源域のうち「十勝・根室沖」及び「日高・三陸沖」の領域です。震源時、震源地名、マグニチュード等は、再調査により修正することがあります。

[主な地震活動]

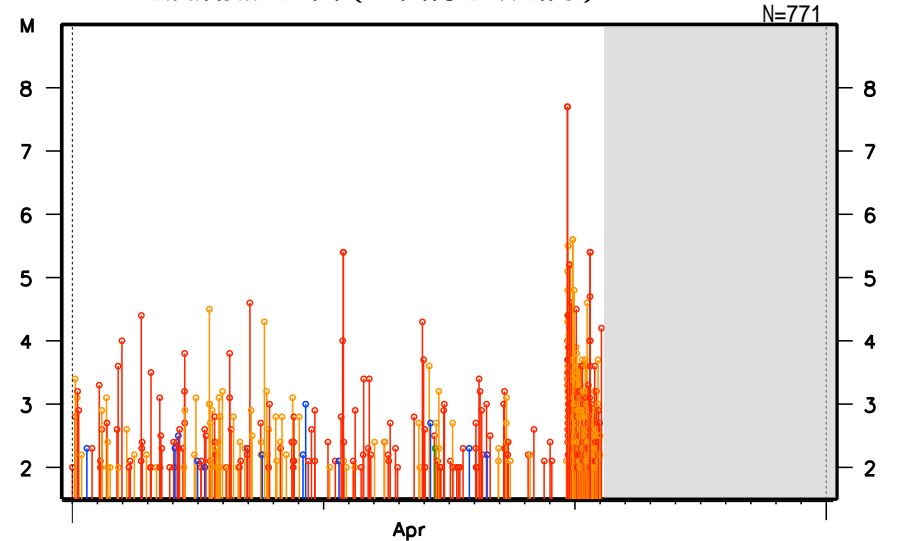
- ・上図青色領域内で発生したM5.0以上の地震 (最大5つ)
- ・近接して発生した地震については、最大規模の地震のみ記載
- ・2026年4月21日の震源データは未精査

● (1)	04月11日 18時49分	M5.4	最大震度 2	釧路沖
● (2)	04月20日 16時52分	M7.7	最大震度 5強	三陸沖
● (3)	04月20日 18時49分	M5.2	最大震度 2	三陸沖
● (4)	04月20日 21時56分	M5.6	最大震度 3	三陸沖
● (5)	04月21日 14時29分	M5.4	最大震度 1	三陸沖

時空間分布図 (左図青色領域内: A-B投影)



地震活動経過図 (左図青色領域内)



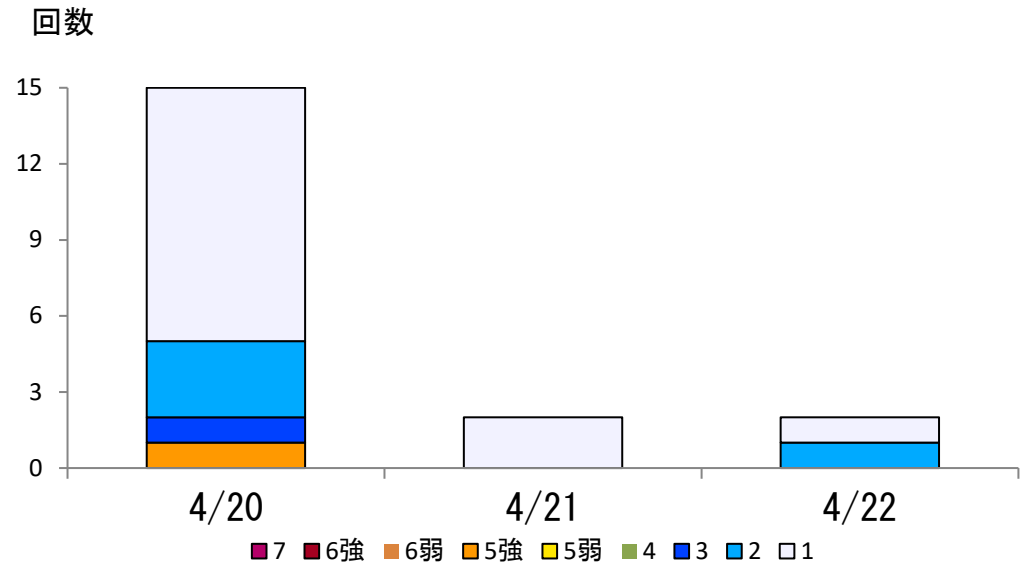
震度1以上の地震の発生状況

【最大震度別・日時別地震回数表】
（4月20日16時～4月22日14時）

【日別地震回数図】

日別	最大震度別回数										震度1以上を観測した回数	
	1	2	3	4	5弱	5強	6弱	6強	7	回数	累計	
4/20	10	3	1	0	0	1	0	0	0	0	15	15
4/21	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	17
4/22	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	19
総計	13	4	1	0	0	1	0	0	0	0		19

時間別	最大震度別回数										震度1以上を観測した回数	
	1	2	3	4	5弱	5強	6弱	6強	7	回数	累計	
4/22 00時-01時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	17
01時-02時	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	18
02時-03時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18
03時-04時	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	19
04時-05時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
05時-06時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
06時-07時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
07時-08時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
08時-09時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
09時-10時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
10時-11時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
11時-12時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
12時-13時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
13時-14時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
総計	13	4	1	0	0	1	0	0	0	0		19

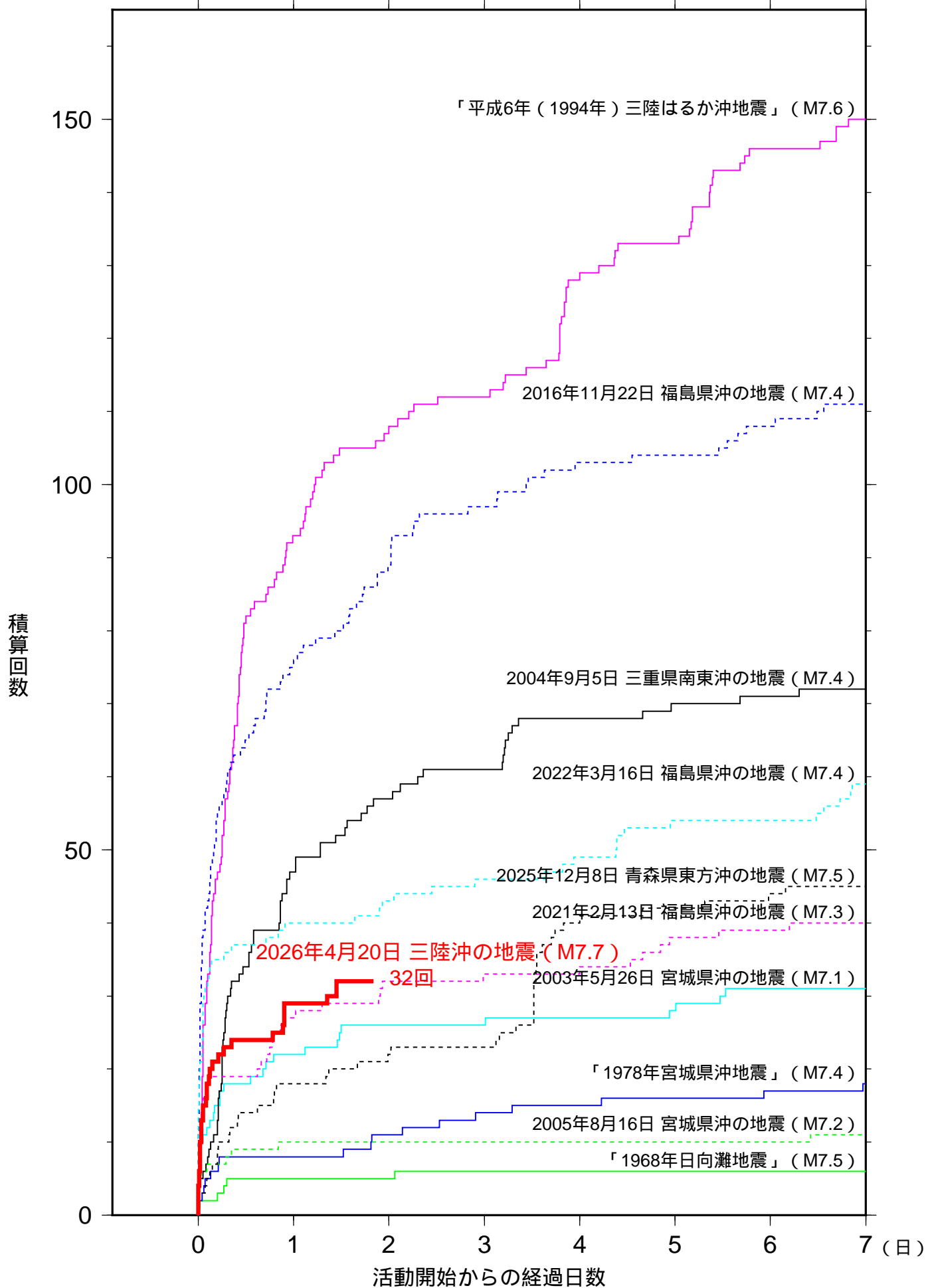


※掲載している地震回数は速報値であり、後日の調査で変更になることがある。

主な地震活動の地震回数比較（マグニチュード4.0以上）

(回)

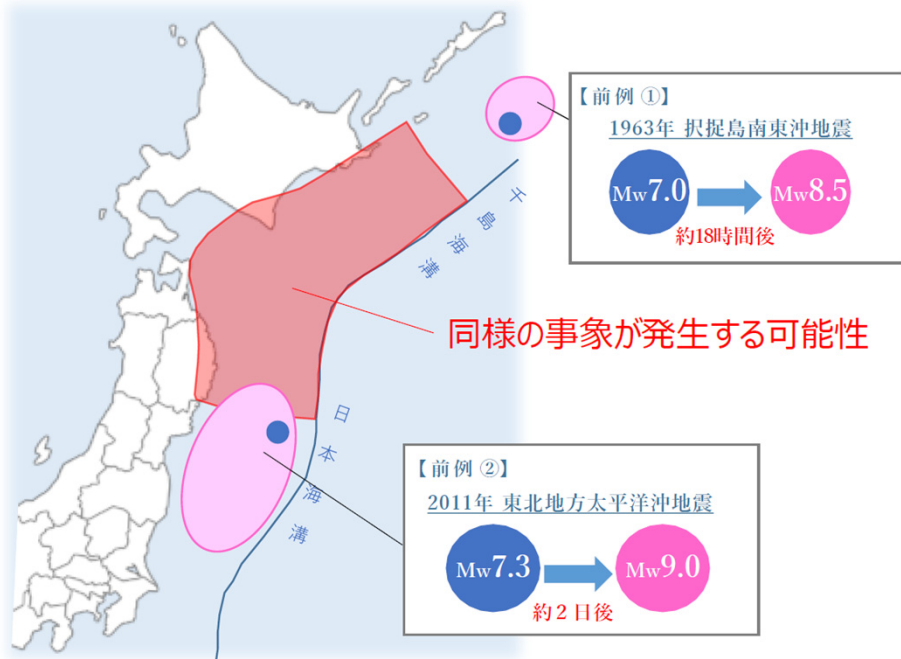
2026年04月22日13時00分現在



この資料には速報値が含まれており、後日の調査で変更することがある。
今回の地震のマグニチュードについては、これまでの最大を示している。

(参考) 地震が続けて発生した事例

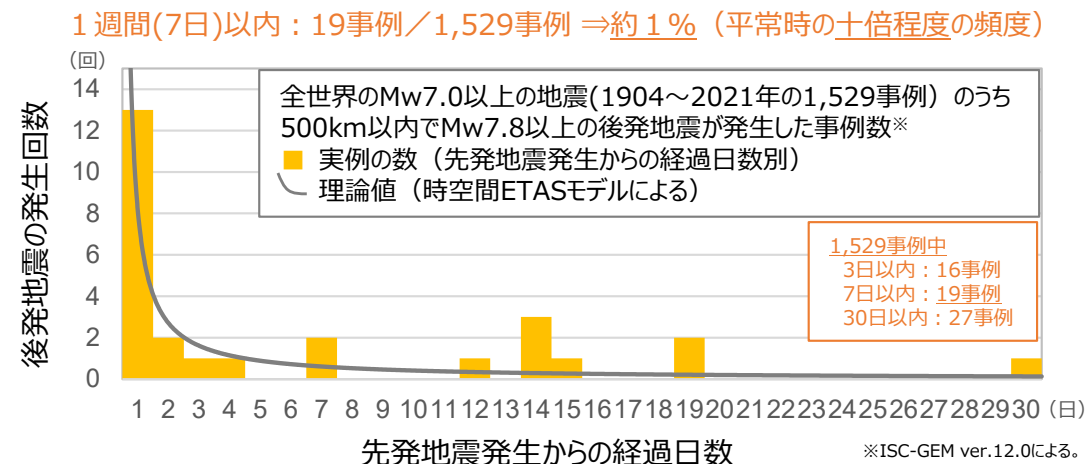
千島海溝・日本海溝沿いの事例



- 2011年に三陸沖においてMw7.3の地震が発生した2日後にMw9.0の巨大地震（東北地方太平洋沖地震）が発生。
- 1963年に択捉島南東沖においてMw7.0の地震が発生した18時間後にMw8.5の地震が発生。

過去の世界の事例

Mw7.0以上の地震に続いて、Mw7.8(M8クラス)以上の地震が発生した事例の発生パターン



- Mw7.0以上の地震発生後、7日以内にMw 8クラス以上（Mw7.8以上）の大規模地震が発生するのは、百回に1回程度。
- 「北海道・三陸沖後発地震注意情報」では、後発地震が実際に発生する確率は低いものの、巨大地震が発生した際の甚大な被害を少しでも軽減するために、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ことをお知らせします。
- 後発地震が発生する可能性は、先に発生した地震が起こった直後ほど高く、時間を経るにつれて低くなっていきますが、ゼロになるわけではありません。

(参考) 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とは>

- 日本海溝・千島海溝沿いの想定震源域で一定規模以上の地震が発生した場合等に、続けて大規模地震が発生する可能性が平常時と比べて相対的に高まった場合に発表される情報
- 運用開始：令和4年12月
- これまでの発表履歴：2回

後発地震注意情報発表日	情報の種類	後発地震注意情報発表のきっかけとなった現象		
		発生日	震央地名(地震名称)	モーメントマグニチュード
令和7年12月9日02時00分	北海道・三陸沖後発地震注意情報	令和7年12月8日23時15分	青森県東方沖	7.4
令和8年4月20日19時30分	北海道・三陸沖後発地震注意情報	令和8年4月20日16時52分	三陸沖	7.4

