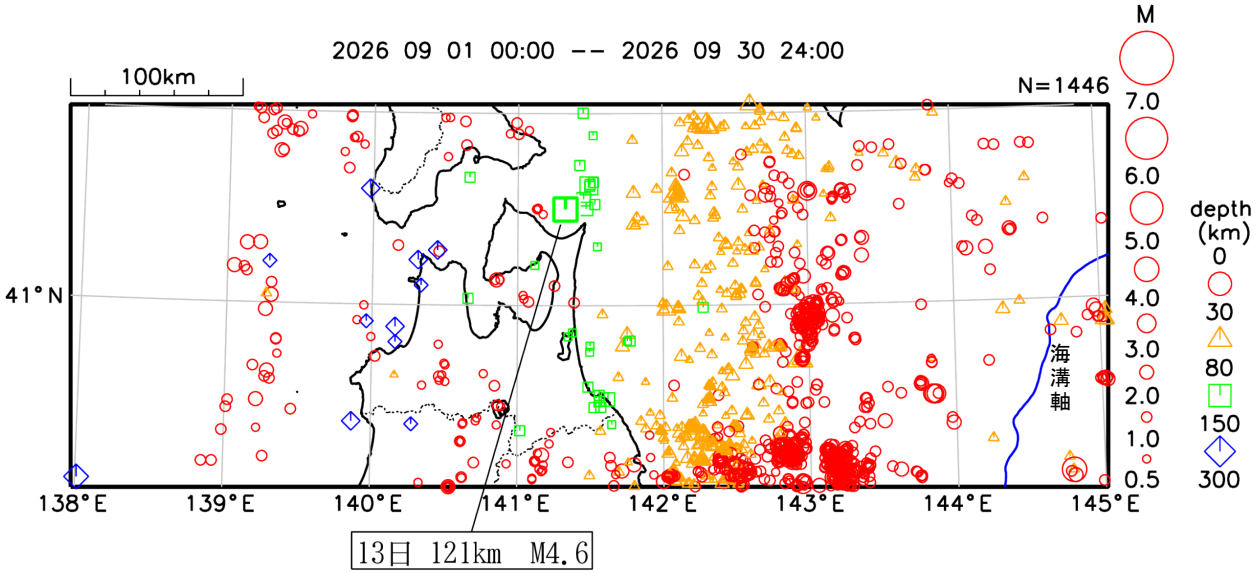
青森県月間地震概況

２０２６年９月

青森地方気象台

震央分布図



震央：震源（地下の岩盤破壊が最初に始まった点）の真上に向かって地表に投影した点
Ｍ（マグニチュード）：地震の規模
吹き出しをつけた地震は概況で取り上げた地震である

【９月の地震概況】

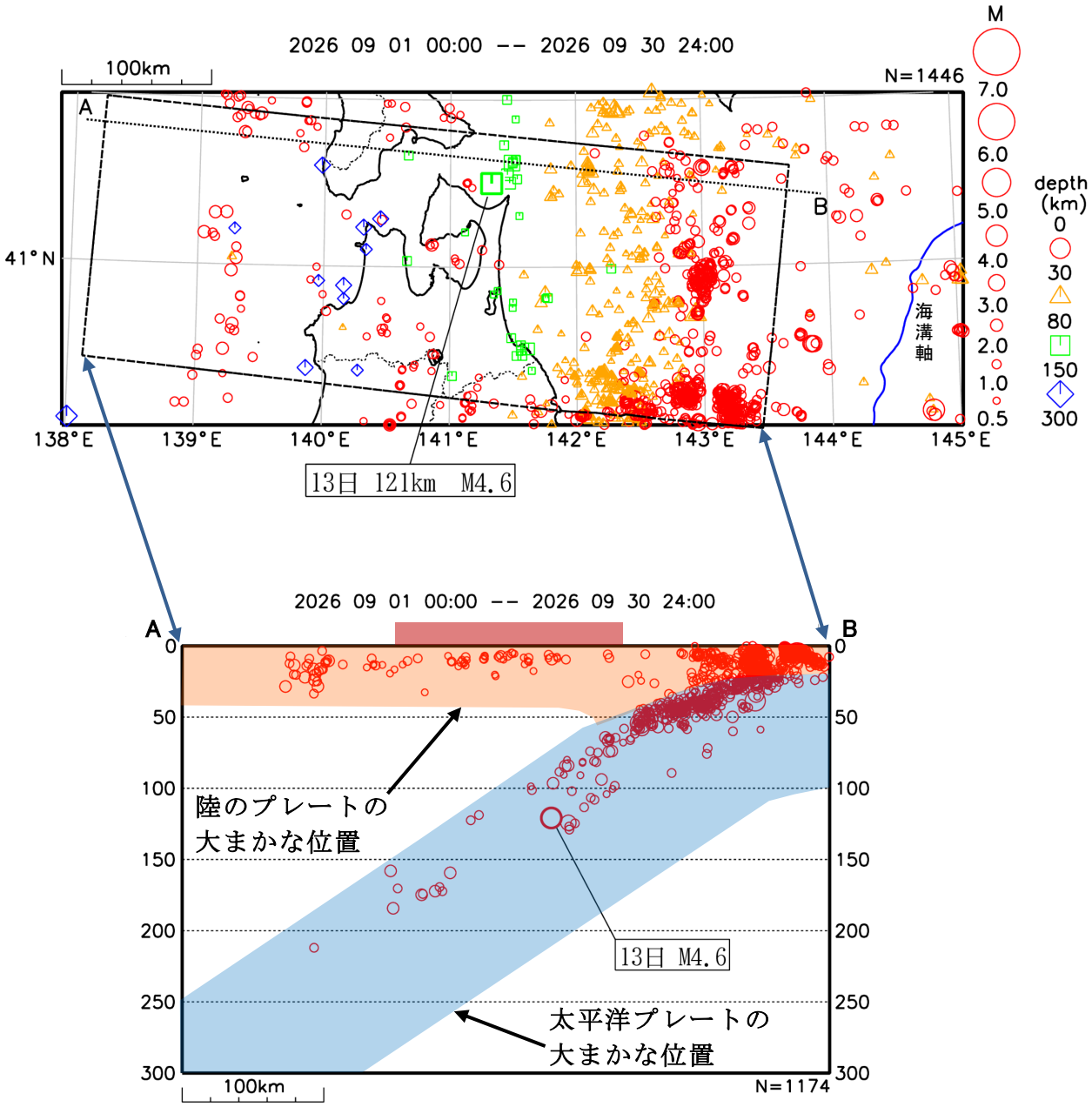
今期間、青森県内で震度１以上を観測した地震は ８回（８月：25回）であった。このうち、青森県内で震度３以上を観測した地震は１回（８月 ： ４回）であった。

13日17時31分に津軽海峡の深さ121kmでM4.6の地震が発生し、北海道、青森県で震度３を観測した。県内では、野辺地町と東通村で震度３を観測したほか、三八上北、下北と津軽の一部で震度２～１を観測した。この地震は太平洋プレート内部（二重地震面の下面）で発生した。この地震の震源付近では、2004年９月22日に深さ109kmでM4.8の地震が発生し、青森県五戸町や岩手県洋野町などで震度３を観測している。

震度分布：
（13日17時31分 M4.6） https://www.data.jma.go.jp/eqdb/data/shindo/index.html#20260913173115

各地の震度は「青森県で震度１以上を観測した地震の表」を参照。なお、震源要素等は、再調査により変更することがある。

断面図（震央分布図内の破線領域内のＡ点からＢ点の断面における震源の深さ）



※太平洋プレート及び陸のプレートの位置は、地震発生状況を考慮して描いた大まかなものである。

※　　は陸地の大まかな位置を示している。

※陸地から離れた海域（概ね陸地から 200km 以遠）ほど、震源の深さに関する精度は良くない。なお、沖合の地震の震源は、実際はより浅いところのものが多いと考えられる。

青森県で震度１以上を観測した地震の表

※今後の精査により、震源や震度のデータが追加されることがある。

期間　2026年9月1日～2026年9月30日

発　震　時　震　央　地　名　北　緯　東　経　深さ　規模
各地の震度

2026年09月02日04時21分　青森県東方沖　41°34.5'N　142°05.6'E　54km　M4.4
青森県　震度２　：階上町道仏＊　東通村砂子又沢内＊
震度１　：八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　三沢市桜町＊　野辺地町田狭沢＊
野辺地町野辺地＊　七戸町森ノ上＊　東北町上北南＊　六ヶ所村尾駮　五戸町古舘
青森南部町苫米地＊　むつ市金曲　むつ市大畑町中島＊　東通村砂子又蒲谷地

2026年09月02日22時50分　陸奥湾　41°07.9'N　140°51.2'E　7km　M2.8
青森県　震度２　：むつ市脇野沢＊

2026年09月04日12時51分　岩手県沖　40°19.4'N　142°16.6'E　44km　M3.9
青森県　震度１　：八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　三戸町在府小路町＊　五戸町古舘
青森南部町苫米地＊　青森南部町平＊　階上町道仏＊

2026年09月06日14時15分　青森県東方沖　40°42.5'N　142°56.2'E　39km　M4.8
青森県　震度２　：平内町小湊　八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　野辺地町田狭沢＊
野辺地町野辺地＊　三戸町在府小路町＊　五戸町古舘　五戸町倉石中市＊
青森南部町苫米地＊　青森南部町平＊　階上町道仏＊　おいらせ町中下田＊
震度１　：青森市花園　青森市中央＊　五所川原市敷島町＊　平内町東田沢＊　つがる市木造＊
外ヶ浜町蟹田＊　八戸市島守　十和田市西二番町＊　十和田市西十二番町＊
十和田市奥瀬＊　三沢市桜町＊　七戸町森ノ上＊　七戸町七戸＊　六戸町犬落瀬＊
横浜町林ノ脇＊　横浜町寺下＊　東北町上北南＊　六ヶ所村尾駮　田子町田子＊
青森南部町沖田面＊　新郷村戸来＊　おいらせ町上明堂＊　むつ市金曲　むつ市金谷＊
むつ市大畑町中島＊　むつ市川内町＊　むつ市脇野沢＊　東通村砂子又蒲谷地
東通村砂子又沢内＊　佐井村長後＊

2026年09月13日17時31分　津軽海峡　41°30.0'N　141°19.7'E　121km　M4.6
青森県　震度３　：野辺地町田狭沢＊　東通村砂子又沢内＊
震度２　：平内町小湊　八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　三沢市桜町＊
野辺地町野辺地＊　横浜町林ノ脇＊　東北町上北南＊　六ヶ所村尾駮　六ヶ所村出戸
五戸町古舘　五戸町倉石中市＊　青森南部町苫米地＊　階上町道仏＊
おいらせ町中下田＊　むつ市金曲　むつ市大畑町奥薬研　むつ市金谷＊
むつ市大畑町中島＊　むつ市川内町＊　東通村砂子又蒲谷地　東通村尻屋＊
東通村白糠＊
震度１　：青森市花園　青森市中央＊　青森市浪岡＊　平内町東田沢＊　蓬田村阿弥陀川＊
外ヶ浜町三厩＊　外ヶ浜町蟹田＊　藤崎町水木＊　八戸市島守　十和田市西二番町＊
十和田市西十二番町＊　十和田市奥瀬＊　七戸町森ノ上＊　七戸町七戸＊
六戸町犬落瀬＊　横浜町寺下＊　三戸町在府小路町＊　青森南部町沖田面＊
青森南部町平＊　おいらせ町上明堂＊　むつ市脇野沢＊　佐井村長後＊

2026年09月13日20時19分　岩手県沖　40°20.5'N　142°07.4'E　49km　M3.8
青森県　震度２　：階上町道仏＊
震度１　：八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　青森南部町苫米地＊　青森南部町平＊

2026年09月17日01時45分　岩手県沖　40°11.7'N　142°15.5'E　44km　M3.8
青森県　震度１　：八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　三戸町在府小路町＊　五戸町古舘
青森南部町苫米地＊

2026年09月24日06時35分　岩手県沖　40°22.0'N　142°12.8'E　46km　M3.7
青森県　震度１　：八戸市湊町　八戸市内丸＊　八戸市南郷＊　五戸町古舘　青森南部町苫米地＊
青森南部町平＊　階上町道仏＊

（注）地震の震源要素等は、再調査により変更することがある。
　　各地の震度は青森県のみを示し、＊は地方公共団体または国立研究開発法人防災科学技術研究所の観測点である。

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使用しています。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る。

防災メモ

11 月５日に緊急地震速報の訓練を行います

地震による揺れから身を守ることが、地震・津波防災の第一歩です。緊急地震速報は見聞きしてから強い揺れに襲われるまでの時間がごくわずかであり、その短い間に、慌てずに身を守るなどの防災対応をとるためには日頃からの訓練が重要です。この機会に身を守る行動を実践してみましょう。

◆訓練実施日時

令和8年 11 月5日（木）10 時 00 分頃（気象庁からの訓練用緊急地震速報の配信時刻）

気象庁は訓練の実施を計画している機関や団体等に対して訓練用の緊急地震速報（予報および警報）を配信しますが、基本的には、テレビやラジオ、携帯電話（緊急速報メール/エリアメール）で訓練用の緊急地震速報が放送又は報知されることはありません。

※ 気象・地震活動の状況等によっては、訓練用の緊急地震速報の配信を急きょ中止する場合がありますので、御了承ください。中止を決定した場合には、速やかに気象庁ホームページ等でお知らせします。

◆参加機関等

国の機関、地方公共団体、学校、民間企業等、個人

お住まいの自治体の防災行政無線や商業施設などで緊急地震速報が放送される場合があります。自治体からのお知らせ、気象庁ホームページ等でご確認ください。

◆訓練の方法

訓練参加機関（国の機関、地方公共団体、学校、民間企業等）が行う緊急地震速報の放送・報知にあわせて、安全な場所に移動するなどの身の安全を守る行動訓練を行います。訓練参加機関のホームページや広報誌などのお知らせをご確認いただくとともに、積極的に訓練へご参加ください。

◆緊急地震速報訓練と連携したシェイクアウト訓練も実施されます

「効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議」（日本シェイクアウト提唱会議）では、今回の訓練に合わせた全国的なシェイクアウト訓練の実施について呼びかけを行っています。

指定された日時に、地震から身を守るための3つの安全確保行動

「①まず低く、②頭を守り、③動かない」

を各人がいる場所（職場、学校、外出先等）で約1分間行うというものです。



3つの安全行動（提供 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議）

もし、あなたが〇〇中に地震が発生したらどうしますか？

そのとき、あなたの身を守るために、シェイクアウト訓練に参加しましょう！

・効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議（日本シェイクアウト提唱会議）
https://www.shakeout.jp/

・気象庁ホームページ「緊急地震速報の訓練（令和8年 11 月5日）」
https://www.jma.go.jp/jma/press/2610/09a/20261009_eewkunren.html

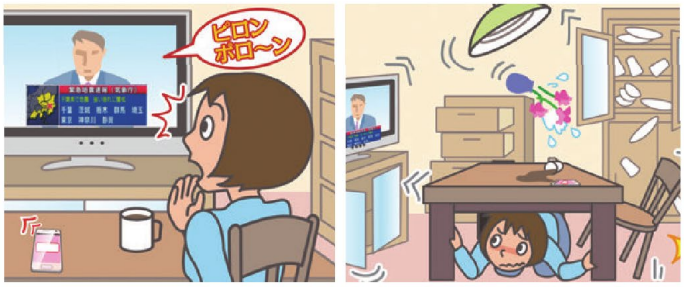
◆緊急地震速報を見聞きしたらどうすればいいのか？

緊急地震速報を見聞きしたら、まわりの人に声をかけながら**「周囲の状況に応じて、あわてず、まず身の安全を確保する」**ことが基本です。周囲の状況により具体的な行動は異なります。日頃からいざというときの行動を考えておきましょう。



家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外へ飛び出さない
- むりに火を消そうとしない



鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる



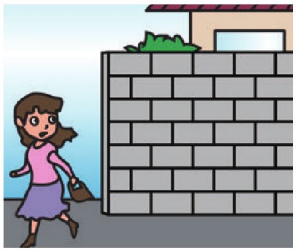
エレベーターでは

- 最寄りの階に停止させ、すぐにおりる



屋外（街）では

- ブロック塀の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



自動車運転中は

- 急ブレーキはかけずゆるやかに速度をおとす
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながす

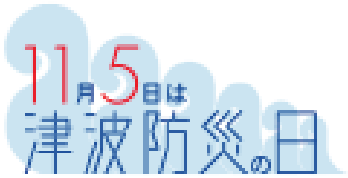


気象庁リーフレット「新しい緊急地震速報～長周期地震動階級の予想も追加して発表～」より

・気象庁ホームページ「緊急地震速報について」

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/jishin/eew/index.html

11 月 5 日は津波防災の日です



「津波防災の日」とは、平成 23 年3月に発生した東日本大震災を教訓とした「津波対策の推進に関する法律(2011 年6月制定)」により、津波対策についての理解と関心を深める目的として定められた日です。

江戸時代(安政元年 11 月5日)に大きな津波被害をもたらした「安政南海地震」(M8.4)が発生した日にちなみ、11 月5日を「津波防災の日」としています。

津波は迅速かつ適切な避難により人的被害を大きく軽減できる災害です。このため、国民一人一人が津波の特性を理解し、命を守る行動を適切にとっていただくことがとても大事です。

津波への備えについて考えるきっかけとして、全国各地で「津波防災の日」に関する各種イベントや津波避難訓練も実施されますので、ぜひご参加ください。



内閣府　11 月 5 日は「津波防災の日」「世界津波の日」のページより

・内閣府ホームページ　11 月5日は「津波防災の日」「世界津波の日」
https://www.cao.go.jp/press/new_wave/20231027.html
・内閣府ホームページ 「稲村の火と津波対策」
https://www.tokeikyou.or.jp/bousai/inamura-top.htm
・気象庁ホームページ「稲むらの火」
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami/inamura/p1.html