

令和8年4月20日16時53分頃の三陸沖の地震について

津波警報	北海道太平洋沿岸中部 (北海道 (日高地方))	沿岸部や川沿いにいる人は すぐに高い所へ避難を!
津波注意報	北海道太平洋沿岸西部 (北海道 (胆振地方))	海の中や海岸から離れて!

津波警報等を発表している
胆振・日高沿岸の市町

津波予報区	都道府県名	市町名
北海道太平洋沿岸中部	北海道 (日高地方)	えりも町、様似町、浦河町、新ひだか町、新冠町、日高地方日高町
北海道太平洋沿岸西部	北海道 (胆振地方)	むかわ町、厚真町、苫小牧市、白老町、登別市、室蘭市、伊達市、洞爺湖町、豊浦町

本件に関する問い合わせ先：室蘭地方気象台 0143-22-4249

震度5強を観測

震度5強 青森県

(揺れの強かった地域)

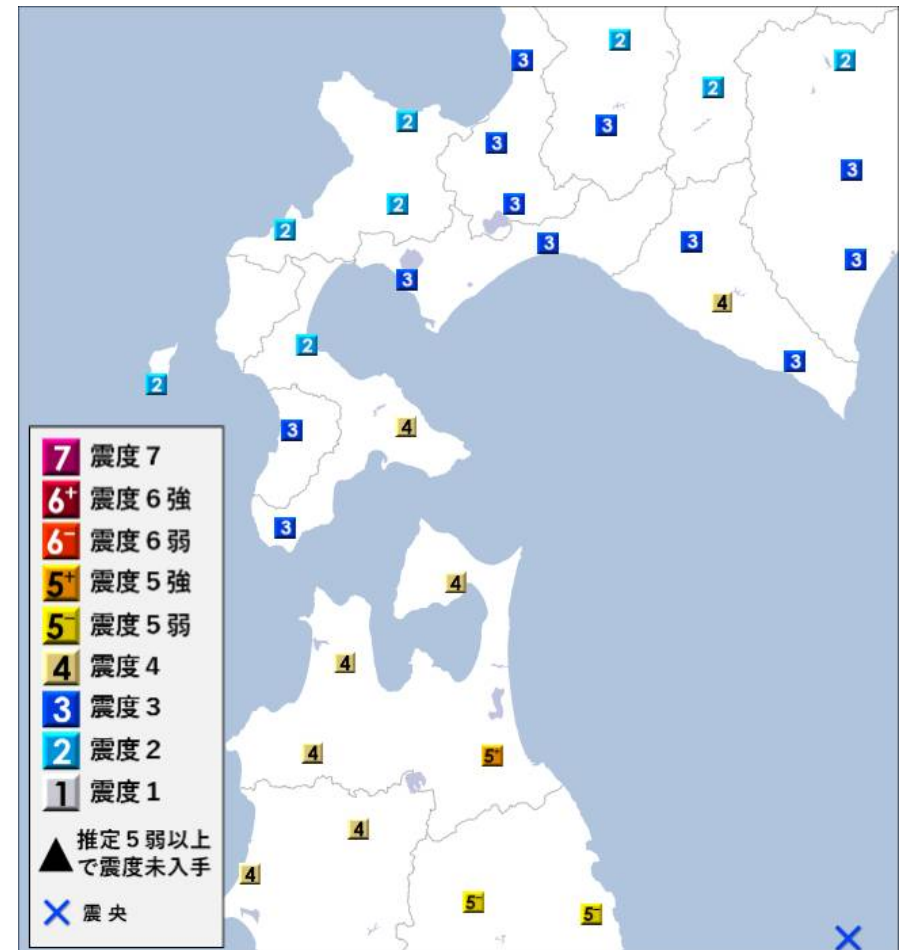
落石や崖崩れなどの危険

今後の地震や雨に十分注意

※1週間程度(特に今後2~3日の間)

最大震度5強程度の地震に注意

4月20日16時58分発表



津波警報等の発表状況

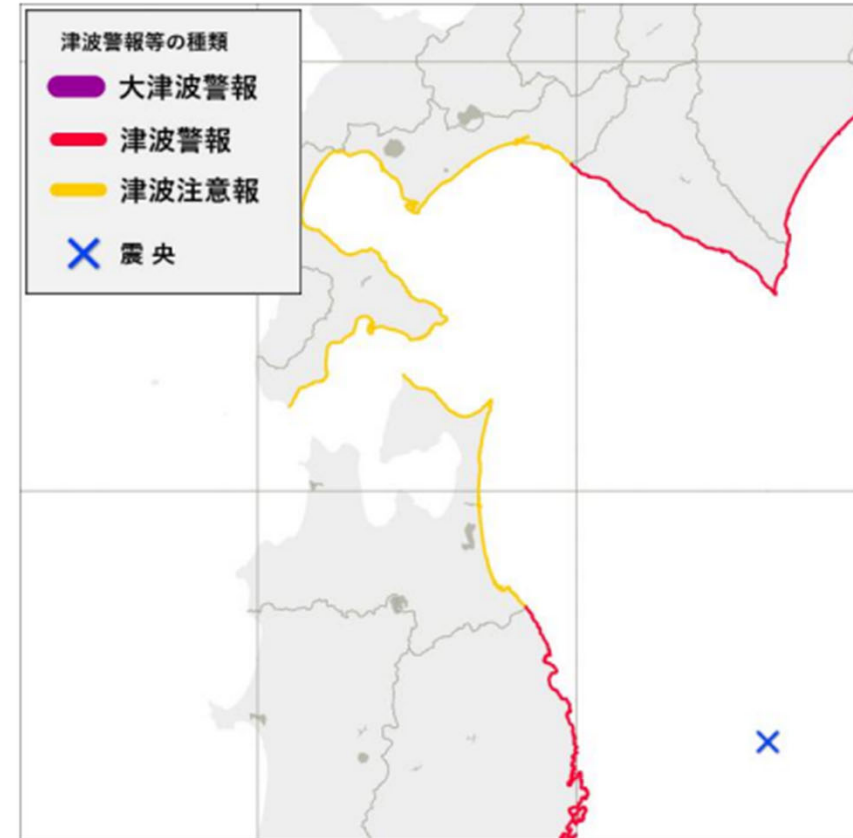
津波警報

北海道太平洋沿岸中部

津波注意報

北海道太平洋沿岸西部

4月20日16時55分発表



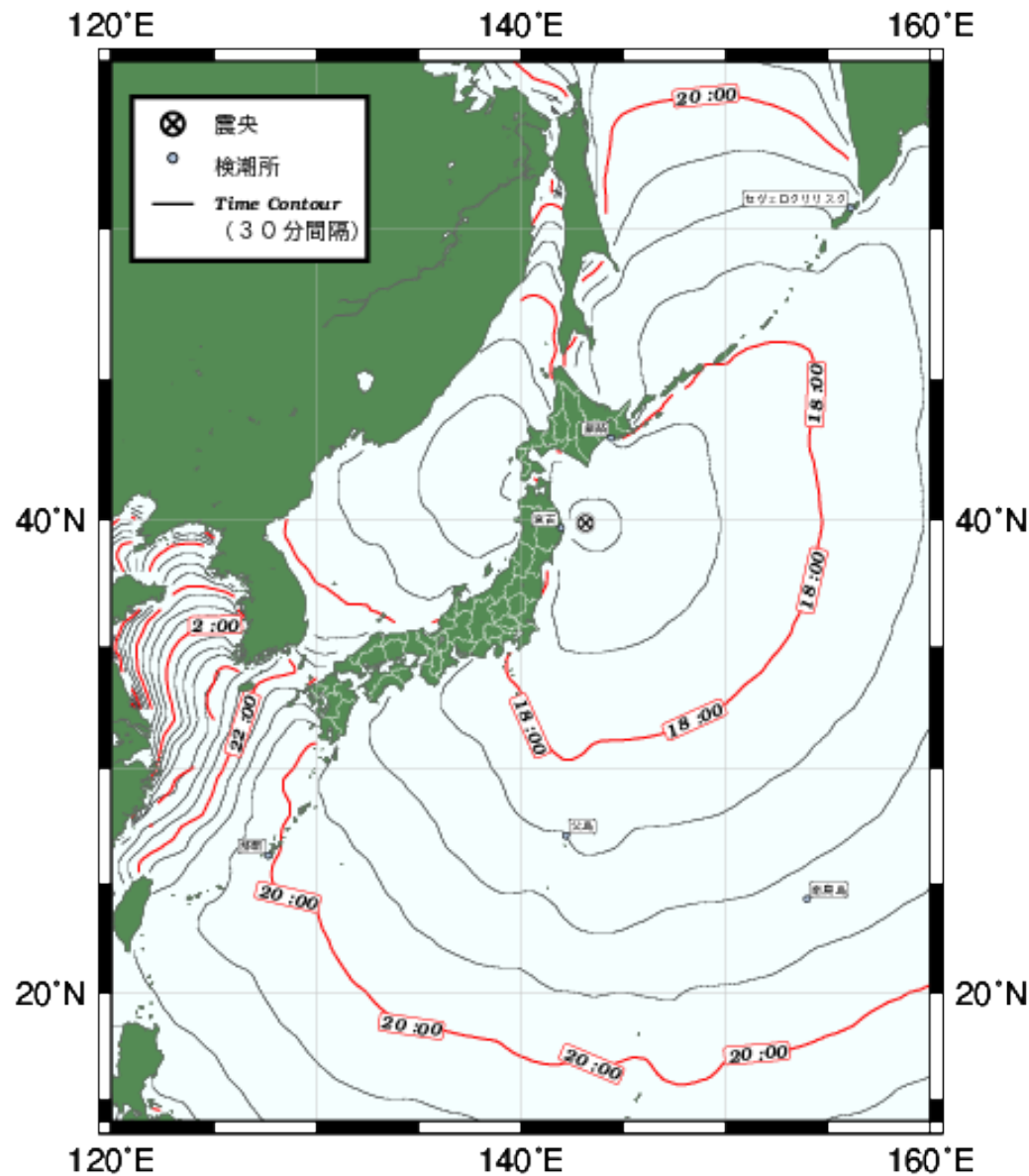
津波警報等を発表している 胆振・日高沿岸の市町

津波予報区	都道府県名	市町名
北海道太平洋沿岸中部	北海道（日高地方）	えりも町、様似町、浦河町、新ひだか町、新冠町、日高地方日高町
北海道太平洋沿岸西部	北海道（胆振地方）	むかわ町、厚真町、苫小牧市、白老町、登別市、室蘭市、伊達市、洞爺湖町、豊浦町

最新の情報は、以下のページでご確認ください。

津波警報等の発表状況:<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=tsunami>

津波第1波の到達予想時刻図



※左図中の数字
津波の到達予想時刻

到達予想時刻 + 満潮時刻

4月20日17時08分発表

【各観測点の満潮時刻】

※津波と満潮が重なると、津波はより高くなりますので一層厳重な警戒が必要です。

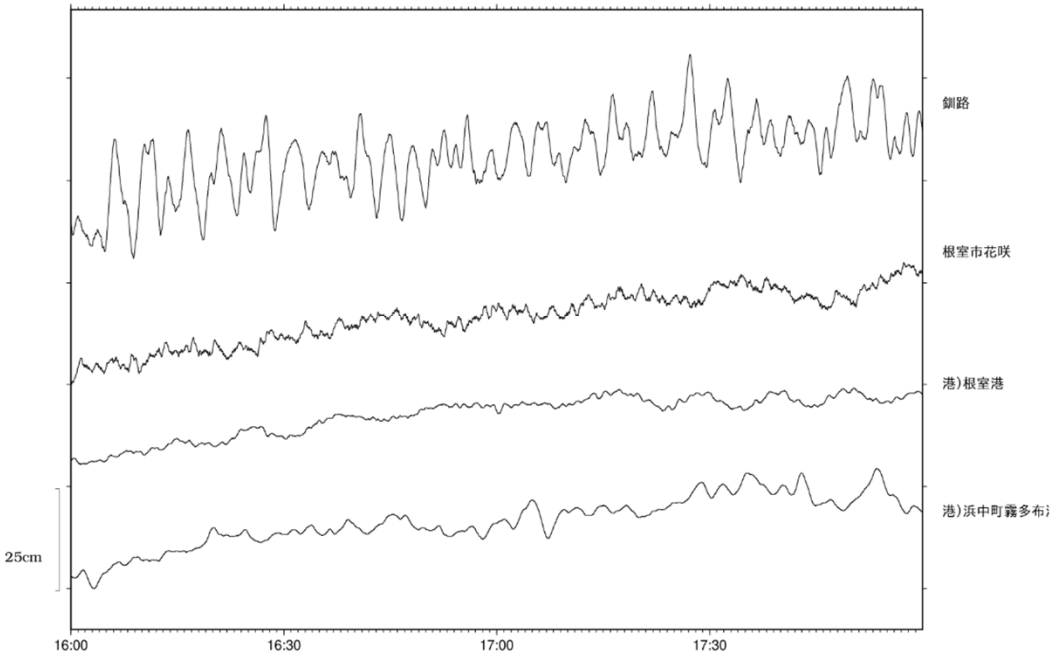
観測点名	該当予報区名	第一波到達予想時刻	満潮時刻
浦河	北海道太平洋沿岸中部	20日17:30	20日18:17
えりも町庶野	北海道太平洋沿岸中部	20日17:30	20日17:58
苫小牧西港	北海道太平洋沿岸西部	20日17:50	20日18:20
白老港	北海道太平洋沿岸西部	20日17:40	20日18:21
室蘭港	北海道太平洋沿岸西部	20日18:00	20日19:24
苫小牧東港	北海道太平洋沿岸西部	20日17:50	20日18:20

最新の情報は、以下のページでご確認ください。

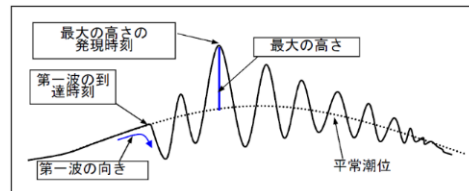
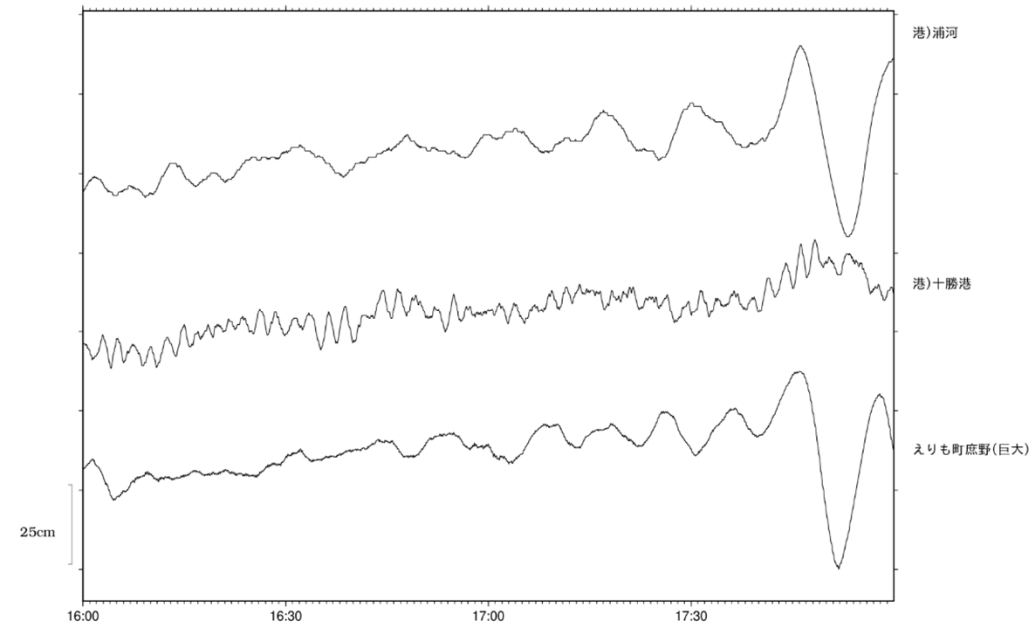
津波の観測状況：<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#elem=info&contents=tsunami>

津波観測状況（潮位波形） 4月20日17時56分現在

北海道太平洋沿岸東部



北海道太平洋沿岸中部



<津波の観測値について>

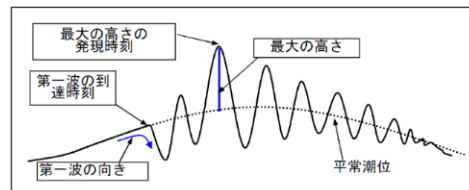
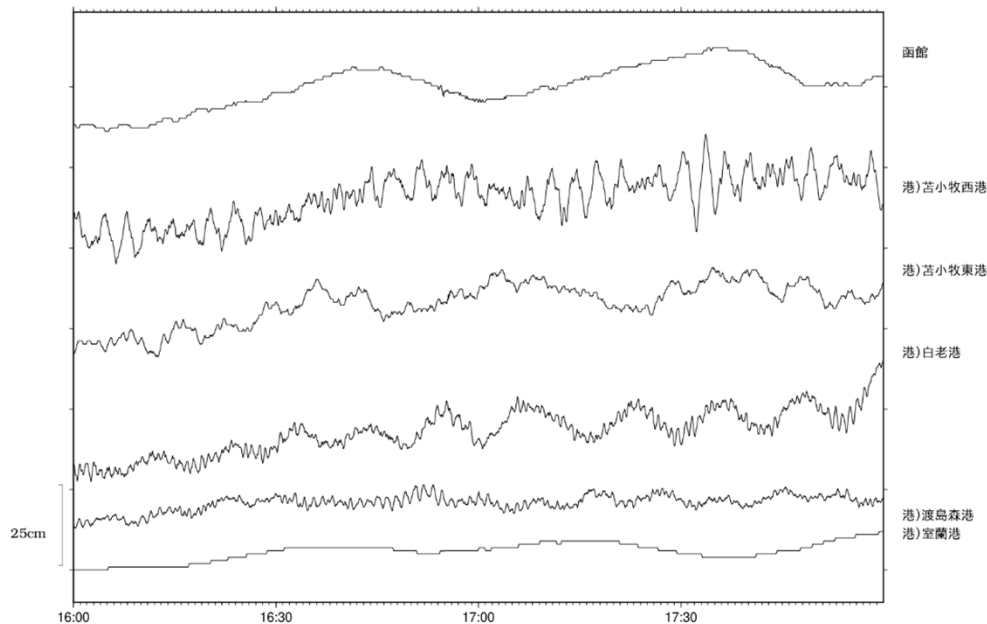
第一波の向きは、下方向が「引き」、上方向が「押し」となる（上図の例の場合は「引き」）。

「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。

津波観測状況（潮位波形） 4月20日17時56分現在

北海道太平洋沿岸西部



<津波の観測値について>

第一波の向きは、下方向が「引き」、上方向が「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。

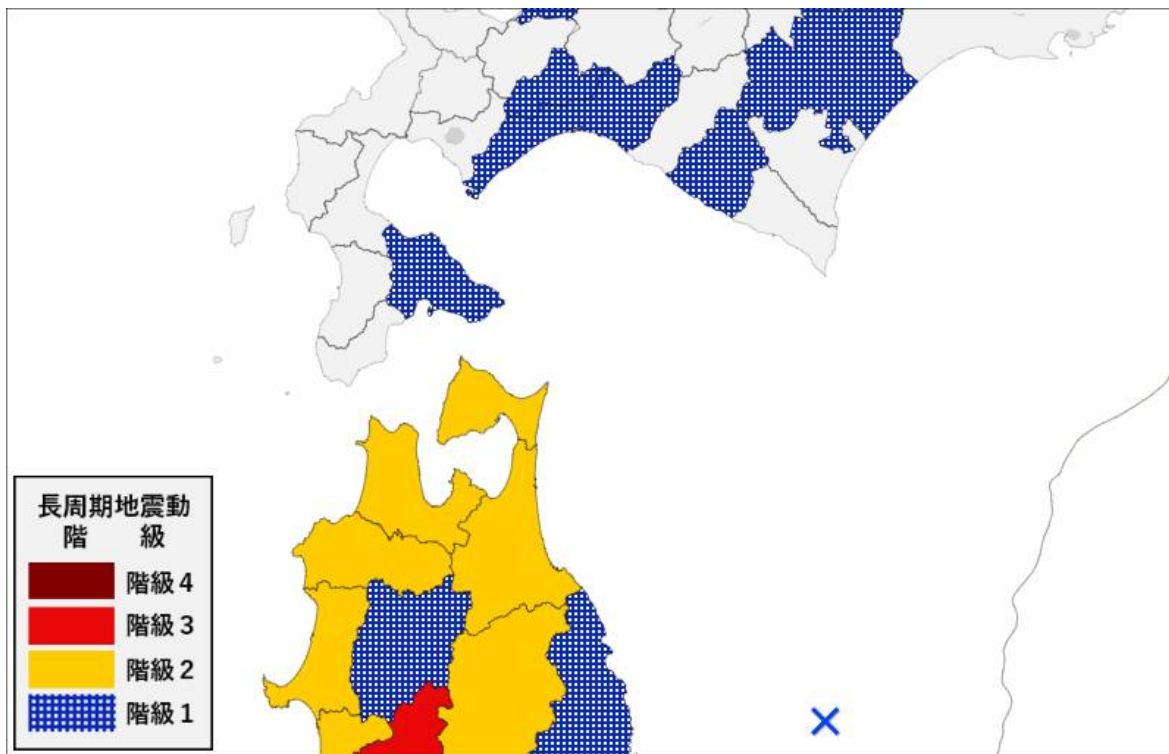
地震の概要

発生時刻 (地震が発生した時刻)	4月20日16時52分頃
マグニチュード	7.5(速報値)
発生場所	三陸沖(宮古の東100km付近) 深さ約 10km
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強を観測しました。 胆振・日高地方では新冠町で震度4を観測しました。
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を観測したほか、胆振地方中東部・日高地方中部で長周期地震動階級1を観測しました。

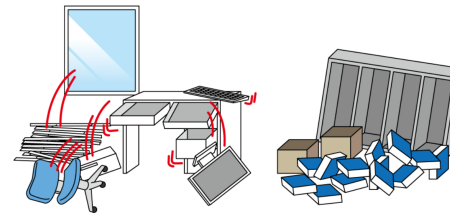
長周期地震動階級の観測状況

階級	地域名称
階級1	胆振地方中東部 日高地方中部

4月20日17時03分発表



階級4



立っていることができない

階級3



立っていることが困難

階級2



物につかまりたいと感じる

階級1



ほとんどの人が揺れを感じる

最新の情報は、以下のページでご確認ください。

長周期地震動に関する観測情報:<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=ltpgm>

長周期地震動地域区分市町対応表

観測地域	都道府県名	該当市町
胆振地方西部	北海道 (胆振地方)	伊達市、壮瞥町、洞爺湖町、豊浦町
胆振地方中東部	北海道 (胆振地方)	室蘭市、登別市、苫小牧市、白老町、安平町 厚真町、むかわ町
日高地方西部	北海道 (日高地方)	日高地方日高町、平取町
日高地方中部	北海道 (日高地方)	新冠町、新ひだか町
日高地方東部	北海道 (日高地方)	浦河町、様似町、えりも町

防災上の留意事項と今後の見通し

(防災上の留意事項)

津波による被害のおそれがあります。沿岸部や川沿いにいる人はただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってきます。警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。

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、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)

北海道・三陸沖後発地震注意情報の発表基準に該当するかどうかは、現在精査中です。

発表した情報などについて

- 津波警報等の発表状況
<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=tsunami>
- 津波の観測状況
<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#elem=info&contents=tsunami>
- 潮位観測情報
<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=tidelevel>
- 地震情報
https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=earthquake_map
- 推計震度分布図
https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=estimated_intensity_map
- 長周期地震動に関する観測情報
<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=ltpgm>
- 緊急地震速報の発表状況
https://www.data.jma.go.jp/eew/data/nc/pub_hist/index.html
- 発震機構解
<https://www.data.jma.go.jp/eew/data/mech/top.html>
- 震央分布
<https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#contents=hypo>
- 地震から身を守るために
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/jishin/jishin_bosai/index.html
- 津波から身を守るために
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/jishin/tsunami_bosai/index.html
- 気象庁防災情報X(旧Twitter)
https://x.com/JMA_bousai

