



いのちとくらしをまもる
防災減災

地震解説資料
令和7年12月16日14時00分
仙台管区気象台

令和7年12月8日23時15分頃の青森県東方沖の地震について ～「北海道・三陸沖後発地震注意情報」に伴う特別な注意の呼びかけ期間終了～

地震・津波に対する日頃からの備えをお願いします。

（地震活動について）

12月8日に青森県東方沖で発生したM7.5の地震（最大震度6強）とその後の地震活動について、12月8日の地震と同程度の地震が発生する可能性は地震発生当初に比べ低くなりました。ただし、身体に感じない地震も含めると平常時より地震が多い状況が継続しており、現状程度の地震活動は当分続くと考えられます。

（北海道・三陸沖後発地震注意情報について）

12月9日に発表された「北海道・三陸沖後発地震注意情報」の特別な注意の呼びかけの期間は12月16日00時で終了しました。日本とその周辺は普段から地震が多い地域であり、いつどこで強い揺れを伴う地震が発生してもおかしくありませんので、日頃からの地震への備えを引き続き心がけてください。

本件に関する問い合わせ先：仙台管区気象台 気象防災部 地震火山課
電話 022-297-8171

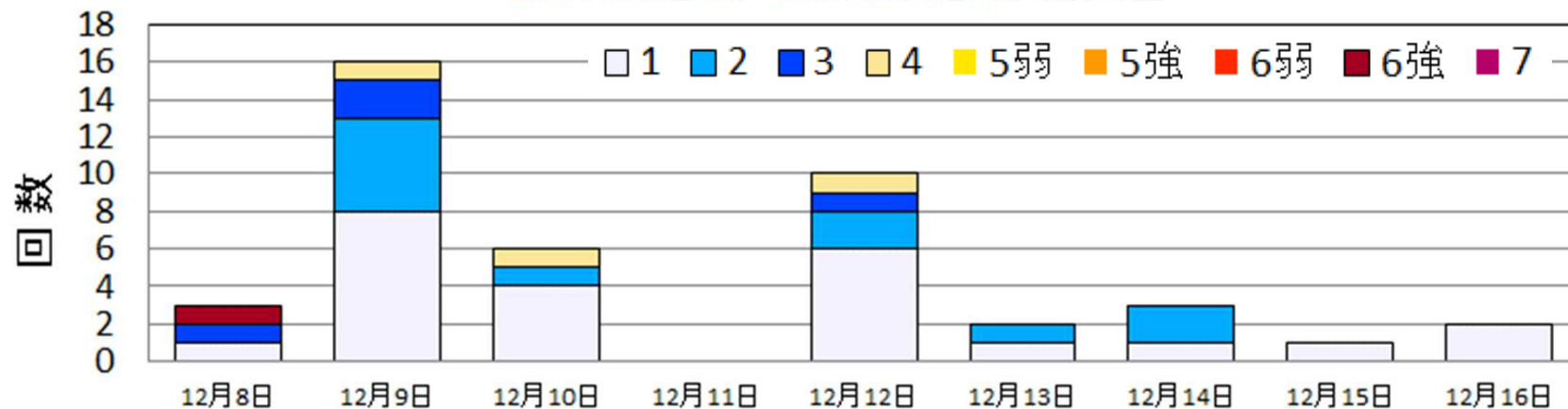
地震発生回数

震度1以上を観測した地震の発生回数（12月16日12時現在）

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
12/8 23時-24時	1	0	1	0	0	0	0	1	0	3	3
12/9 00時-24時	8	5	2	1	0	0	0	0	0	16	19
12/10 00時-24時	4	1	0	1	0	0	0	0	0	6	25
12/11 00時-24時	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25
12/12 00時-24時	6	2	1	1	0	0	0	0	0	10	35
12/13 00時-24時	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	37
12/14 00時-24時	1	2	0	0	0	0	0	0	0	3	40
12/15 00時-24時	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	41
12/16 00時-12時	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	43
総計	24	11	4	3	0	0	0	1	0	－	43

「2025年12月8日青森県東方沖」の最大震度別地震回数グラフ

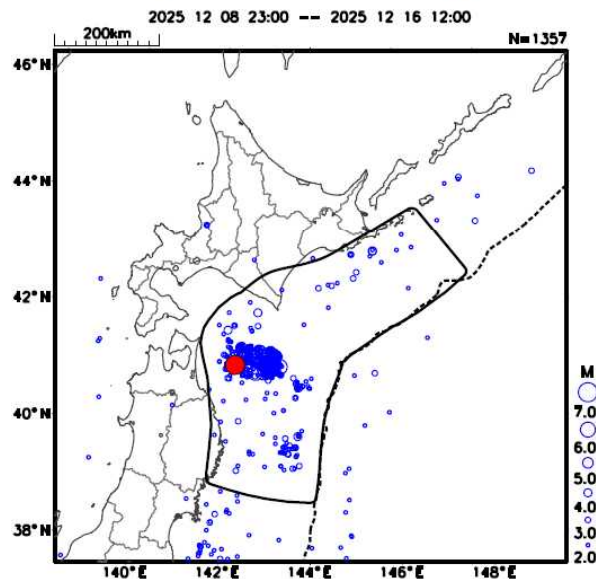
2025年12月8日23時～2025年12月16日12時 震度1以上



今回の地震活動

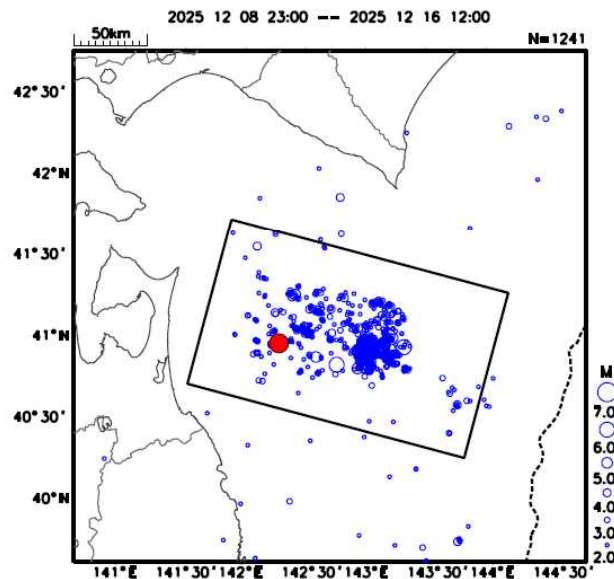
震央分布図（広域図）

深さ0 ~ 100 km M ≥ 2.0

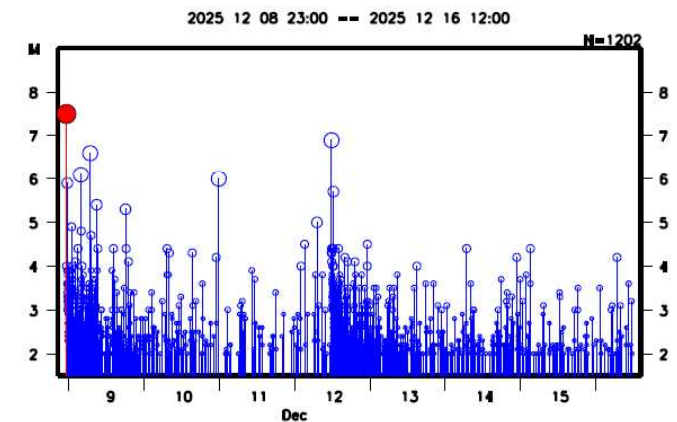


震央分布図（詳細図）

深さ0 ~ 100 km M ≥ 2.0



左図中の矩形領域内の地震活動経過図



●12月8日23時15分M7.5の地震

（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

- ・震央分布図中の点線は、海溝軸を示す
- ・震央分布図（広域図）の中の黒色の太線は、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震の想定震源域のうちの「日高・三陸沖」及び「十勝・根室沖」の領域を示す

<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。

（参考）北海道・三陸沖後発地震注意情報について

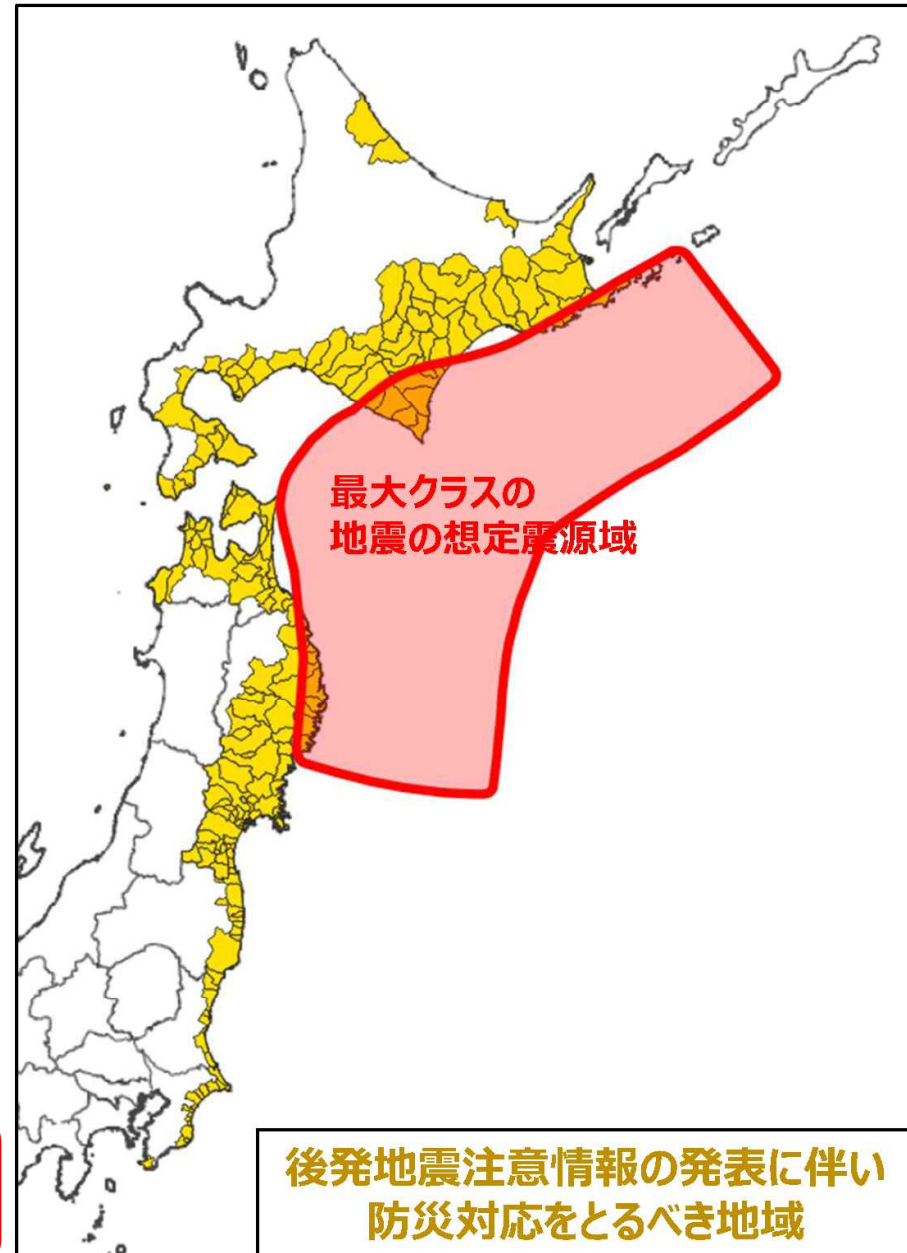
＜北海道・三陸沖後発地震注意情報とは＞

- 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：1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

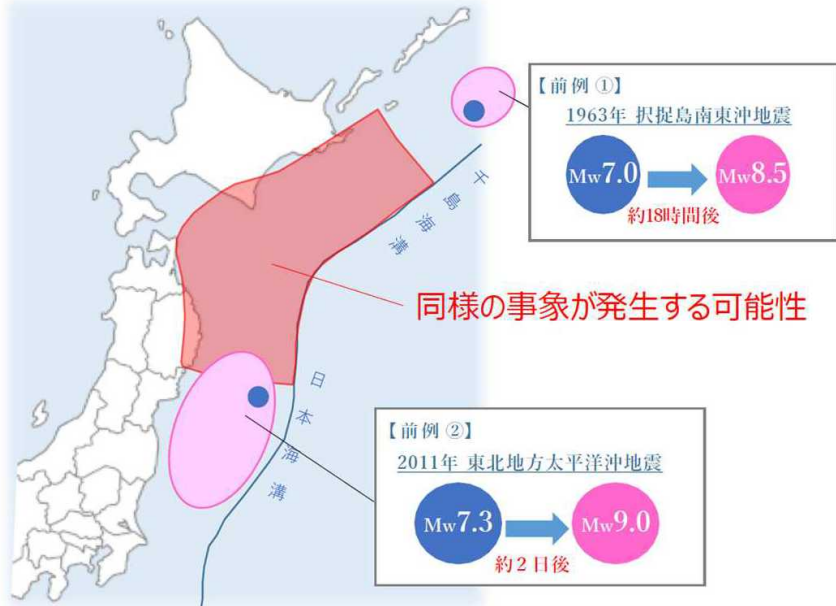
発表頻度は統計的に概ね2年に1回程度と考えられている

今回、地震の備えを再確認されたことは、次の地震への備えにつながります



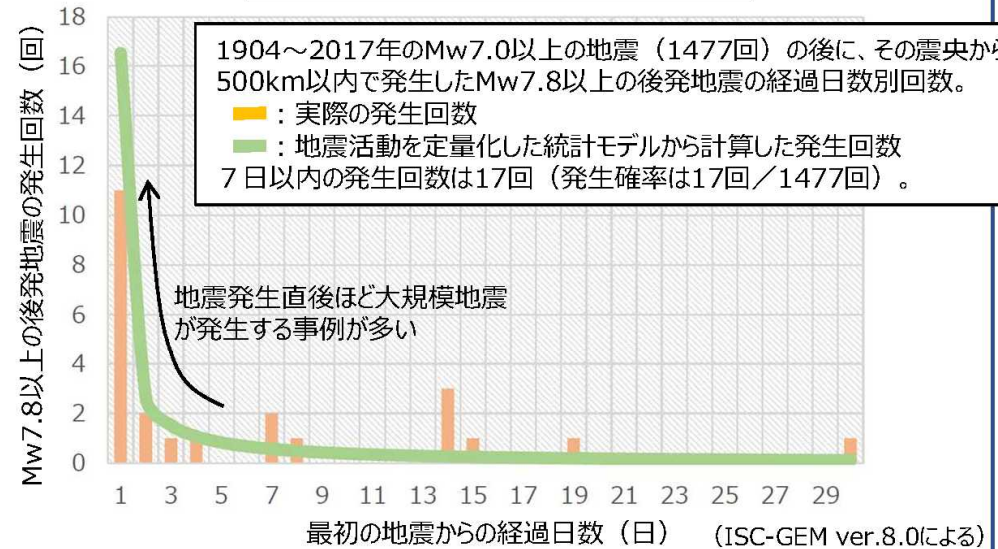
（参考）地震が続けて発生した事例

日本海溝・千島海溝沿いの事例



- ・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。

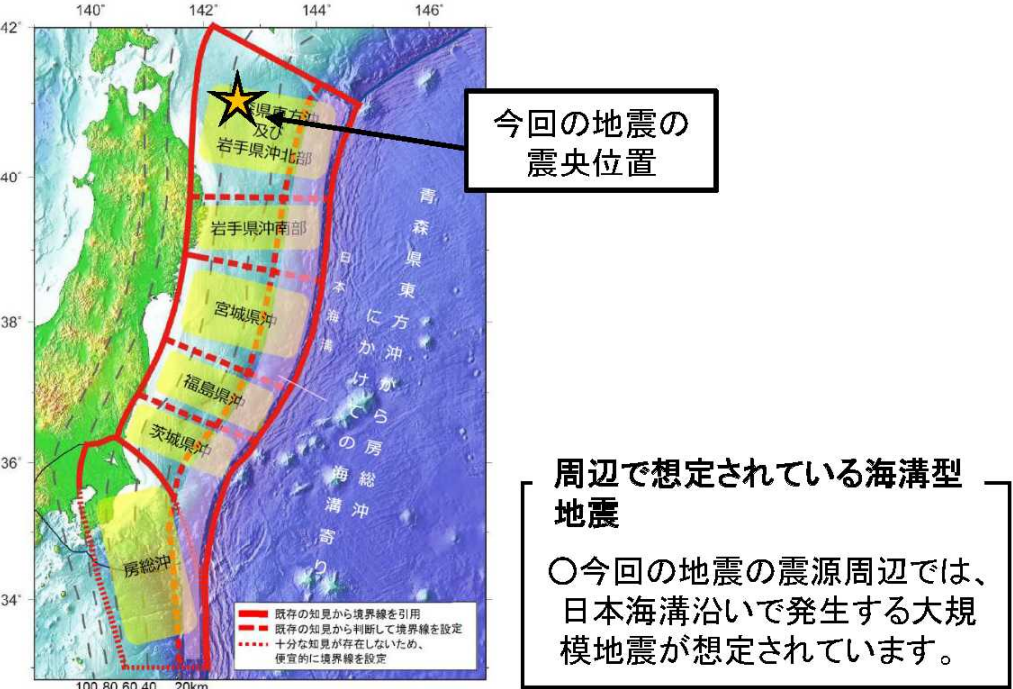
○後発地震が発生する可能性は、先に発生した地震が起こった直後ほど高く、時間を経るにつれて低くなっていきますが、ゼロになるわけではありません。

日本海溝沿い

周辺で想定されている海溝型地震

(参考資料)

●想定される地震の震源域(注1)



海域で発生した規模の大きな地震後に見られた地震活動の例

○過去には、2008年の茨城県沖の地震のように、大きな地震の発生後、より大きな地震が発生し、当初の活動域が広がった例もあります。しかし、2004年の釧路沖の地震のように、より大きな地震は発生せず、地震活動域が広がらなかった例もあります。

●海溝型地震の長期評価の概要(日本海溝沿い)(注1)

評価対象地震	発生領域	想定される規模	ランク(注2)	平均発生間隔
超巨大地震(東北地方太平洋沖型)	岩手県沖南部～茨城県沖	M9.0程度	Iランク	550～600年程度
プレート間巨大地震	青森県東方沖及び岩手県沖北部	M7.9程度	Ⅲランク	97.0年
	宮城県沖	M7.9程度	Ⅱランク	109.0年
ひとまわり小さいプレート間地震	青森県東方沖及び岩手県沖北部	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	8.8年
	岩手県沖南部	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	88.2年
	宮城県沖	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	12.6～14.7年
	宮城県沖の陸寄りの地震(宮城県沖地震)	M7.4前後	Ⅲランク	38.0年
	福島県沖	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	44.1年
	茨城県沖	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	17.6年
海溝寄りのプレート間地震(津波地震等)	青森県東方沖から房総沖にかけての海溝寄り	Mt8.6～9.0(注3)	Ⅲランク	102.8年
沈み込んだプレート内の地震	青森県東方沖及び岩手県沖北部～茨城県沖	M7.0～7.5程度	Ⅲランク	22.0～29.4年
海溝軸外側の地震	日本海溝の海溝軸外側	M8.2前後	Ⅱランク	411.2年

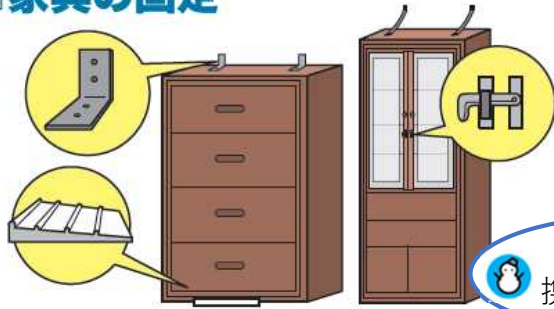
(注1) 2019年2月26日公表の「日本海溝沿いの地震活動の長期評価」より引用。

(注2) 海溝型地震における今後30年以内の地震発生確率が26%以上を「Ⅲランク」、3%～26%未満を「Ⅱランク」、3%未満を「Ⅰランク」、不明(すぐに地震が起きることを否定できない)を「Xランク」と表記しています。ランクに「*」を付記している場合は、地震後経過率が0.7以上を表しています。

(注3) Mtは津波の高さから求める地震のマグニチュードです。

日頃から地震の発生に備えよう

□家具の固定



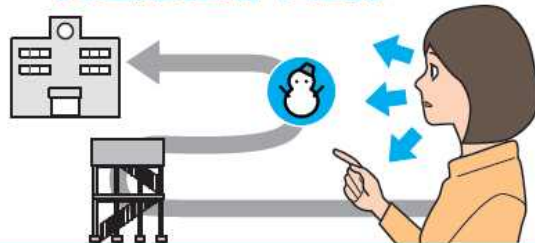
□非常用持ち出し袋の準備



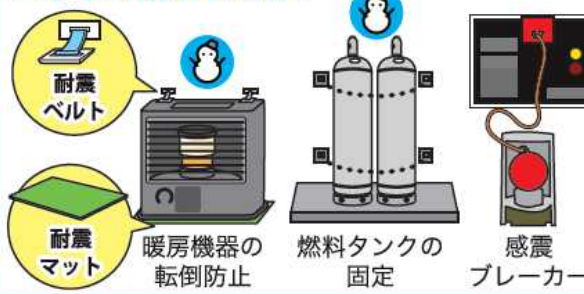
□水や食料の備蓄



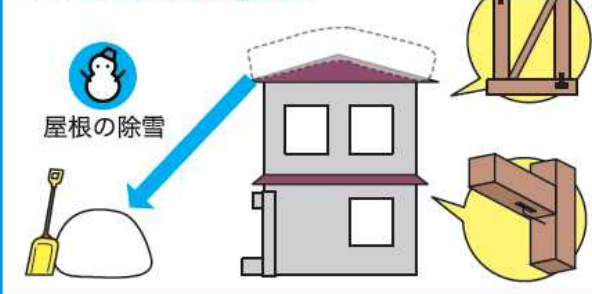
□避難場所や避難経路・二次避難経路の確認




□出火防止対策



□建物の耐震化



：特に積雪寒冷地での備え

突発的に発生し得る地震に備え、自らの命、大切な人の命を守るために、日頃から準備しておきましょう

その他、自宅での安全スペースの確保をしましょう。

- ・ ドア付近に物を置かない
- ・ 寝室で物が頭に落ちてこないようにする など

旅行先・帰省先で備えたいこと

外出先で地震が起きた場合にどのような対応を取ればよいか
予め考えておくことも「心の備え」のひとつ

（例）

○ 旅先のハザードマップの活用

災害リスクや避難経路、避難場所の確認



津波注意
津波が来襲する危険のある地域を示します



津波避難ビル・津波避難場所
津波から一時的に避難する場所を示します

○ 家族や大事な人との安否確認について 複数の連絡手段を共有

SNS、災害用伝言ダイヤル（171）など

○ 防災アプリなどの導入

災害情報を受け取れるよう設定

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.data.jma.go.jp/eqev/data/jishin_bosai/index.html
- 津波から身を守るために
https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/tsunami_bosai/index.html
- 気象庁防災情報 X（旧Twitter）
https://x.com/JMA_bousai

