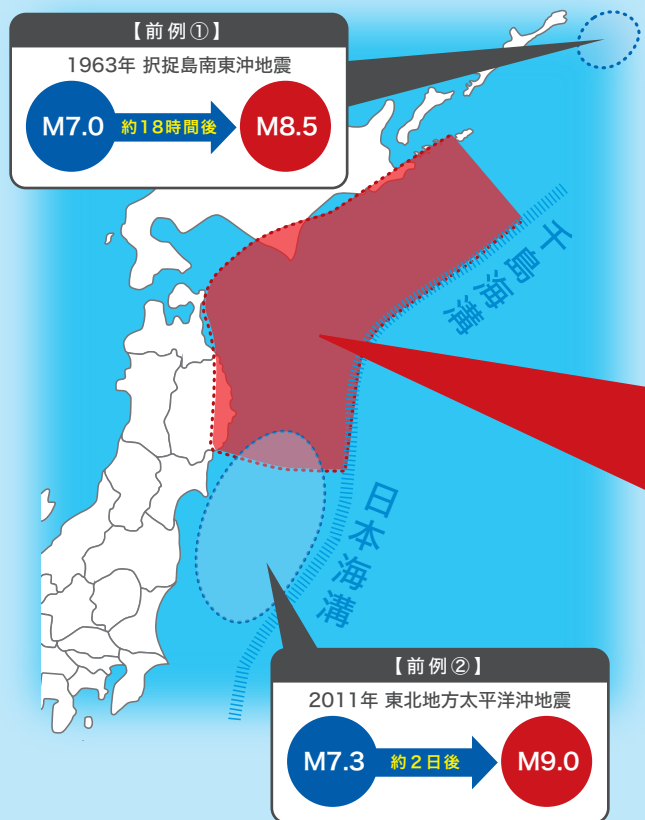


# 続いて発生し得る巨大地震にも備えよう ～北海道・三陸沖後発地震注意情報～

日本海溝・千島海溝沿いの領域では、一度 M7 クラスの地震が発生した後、続いて大きな地震（後発地震）が発生した事例があります。実際に後発地震が発生する確率は低いものの、発生した場合に一人でも多くの命を救うため、想定震源域及びその周辺で M7.0 以上の地震が発生した場合には、大規模地震の発生可能性が平時よりも相対的に高まっているとして「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発信されます。

情報が発信されたら、地震発生から 1 週間程度、社会経済活動を継続した上で、日頃からの地震への備えの再確認に加え、揺れを感じたり、津波警報等が発表されたりした際に、すぐに避難できる態勢を準備しましょう。

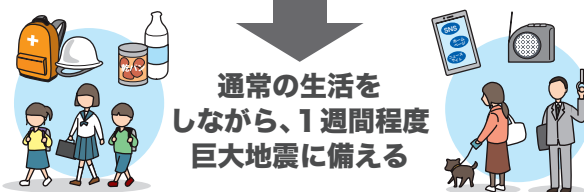


## 日本海溝・千島海溝沿いの 巨大地震の想定震源域

想定震源域及び  
その周辺(Mの大きさに変わる)で  
M7.0以上の大地震が起きたら…

続いて発生する巨大地震の可能性！  
情報で備えを

「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発信



※M：地震の規模を表すマグニチュード

## 北海道・三陸沖後発地震注意情報の留意事項

！ 後発地震の発生可能性は、世界的事例を踏まえても百回に 1 回程度で、1 週間のうちに、必ず後発の大規模地震が発生するとは限りません。

！ 情報の発表がないまま、突発的に巨大地震が発生することを想定し、**日頃から地震への備えを行うことが大切です。**

！ 国や自治体から、事前避難は呼びかけませんが、地震発生から 1 週間程度、平時よりも大規模地震の発生に注意し、揺れを感じたり、津波警報等が発表されたりした際に、すぐに避難できる準備等を徹底しましょう。

！ 1 週間という期間は、人々が対応を続けられる限度等を加味しているため、1 週間経てば後発地震が発生する可能性がなくなるわけではありません。引き続き、地震の発生に注意しましょう。

# 「北海道・三陸沖後発地震注意情報」発信時の防災対応

## 地震時に迅速な避難が必要な場合

揺れを感じたり、津波警報等が発表されたりした場合に、直ちに津波から避難できる態勢の準備

### すぐに避難できる態勢での就寝

- すぐに逃げられる服装で就寝
- 子どもや高齢者等、要配慮者と同室で就寝
- 室内で最も安全かつ避難しやすい部屋の使用



### 非常持出品の常時携帯

- 準備しておいた非常持出品を日中は常時携帯、就寝時は枕元に置く
- 身分証明書や貴重品を常時携帯
- 防寒具等、積雪寒冷に備えた装備を手元に置く

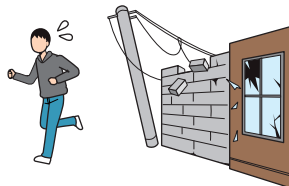


## 地震によるリスクの高い場所がある場合

想定されるリスクからの身の安全を確保する備え

### 揺れによる倒壊への備え

- 先発地震で損壊した建物や崩れやすいブロック塀等にはできるだけ近づかない



### 土砂災害等への注意

- 先発地震により、土砂崩れの危険性が高まっている場所にはできるだけ近づかない
- 崖崩れの恐れがある家では、崖に近い部屋での就寝を控える
- 地震発生後の津波からの避難が困難な地域に立ち入る際は、そのようなリスクのある区域であることを意識して、いつでも避難できるようにする



後発地震に注意し、誰もが実施すべき備え

### 緊急情報の取得体制の確保

- 携帯電話等の緊急情報を取得できる端末の音量を平時よりも上げておく
- ラジオや防災行政無線の受信機等を日頃生活する空間に配置



### 日頃からの備えの再確認

- 水や食料等の備蓄の再確認
- 避難場所・避難経路等の再確認
- 家族との連絡手段の再確認
- 家具の固定の再確認
- 自治会単位での訓練等での再確認等

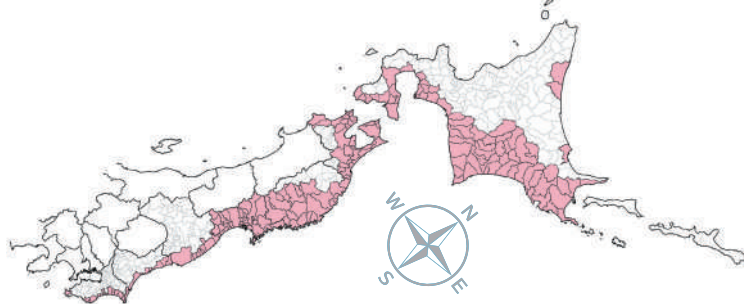


## 「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発信された場合に防災対応をとるべきエリア

北海道から千葉県にかけての広い範囲に及びます。

### 防災対応をとるべきエリアの基本的な考え方

- 震度6弱以上の地域
- 津波高3m以上の地域
- 地震防災対策の一体性から、防災対応をとるべきと考える地域



## お問い合わせ先



内閣政策統括官（防災担当）付  
参事官（調査・企画担当）



〒100-8914 東京都千代田区永田町 1-6-1 中央合同庁舎 8 号館  
TEL：03-5253-2111（大代表）  
[https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko\\_chishima/hokkaido/index.html](https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko_chishima/hokkaido/index.html)



地震火山部



〒105-8431 東京都港区虎ノ門 3-6-9  
TEL：03-6758-3900（代表）  
<https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/nceq/index.html>