

南海トラフ地震

ーその時の備えー

知ることであなたと大切な人の命を守る

南海トラフ地震は、駿河湾から日向灘沖にかけてのプレート境界を震源域として、過去に大きな被害をもたらしてきた大規模地震です。

次の南海トラフ地震は
いつ起きてもおかしくありません。

南海トラフ

南海トラフ巨大地震の
想定震源域



最大震度

7



想定される津波高

最大 30m 超

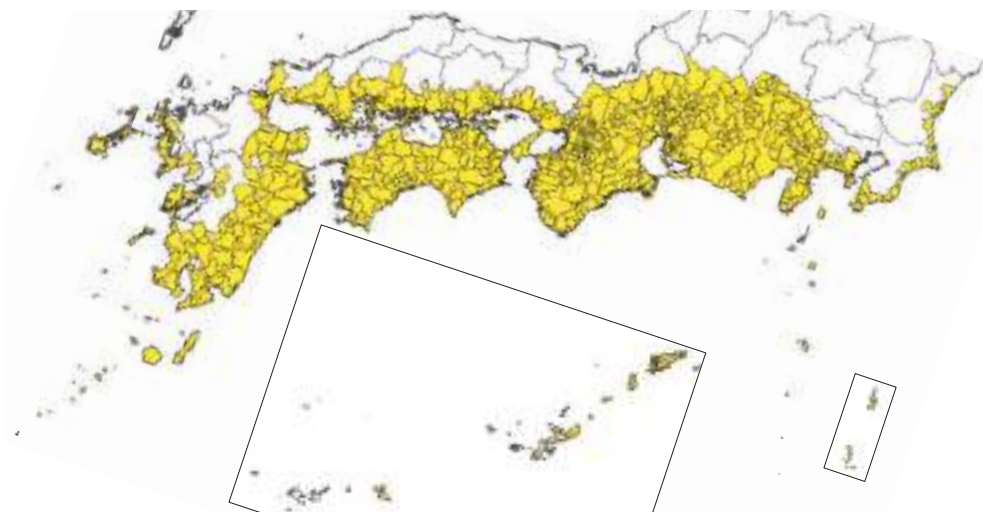
南海トラフ地震の発生に伴い、関東から四国・九州にかけて極めて広い範囲で著しい災害が生じるおそれがあります。特に沿岸部では津波による甚大な被害が生じる可能性があります。大きな被害が見込まれる地域では、南海トラフ地震に備える必要があります。

■ 南海トラフ地震で 大きな被害が 見込まれる地域

南海トラフ地震
防災対策推進地域

指定基準の概要

- 震度6弱以上の地域
- 津波高3m以上で
海岸堤防が低い地域
- 防災体制の確保、
過去の被災履歴への配慮



南海トラフ地震が発生したら・・・



地震発生 揺れを感じたらまず身を守る行動を

突然の揺れ

家庭で

頭を保護して
机の下など
頑丈な場所に
隠れる



屋外で

ブロック塀や電柱、
自動販売機など、
倒れる危険のある
場所から離れる



沿岸部で

津波の発生・襲来
に備えて、安全な
場所に避難する



地震は一度では終わらないかも

～時間差で起きる場合も～

〔過去事例〕

1854年
安政東海地震

M8.6

約32時間後

M8.7

1854年
安政南海地震

1944年
昭和東南海地震

M8.2

約2年後

M8.4

1946年
昭和南海地震

※Mはモーメントマグニチュード

※西側で先に大規模地震が発生する可能性もあります。

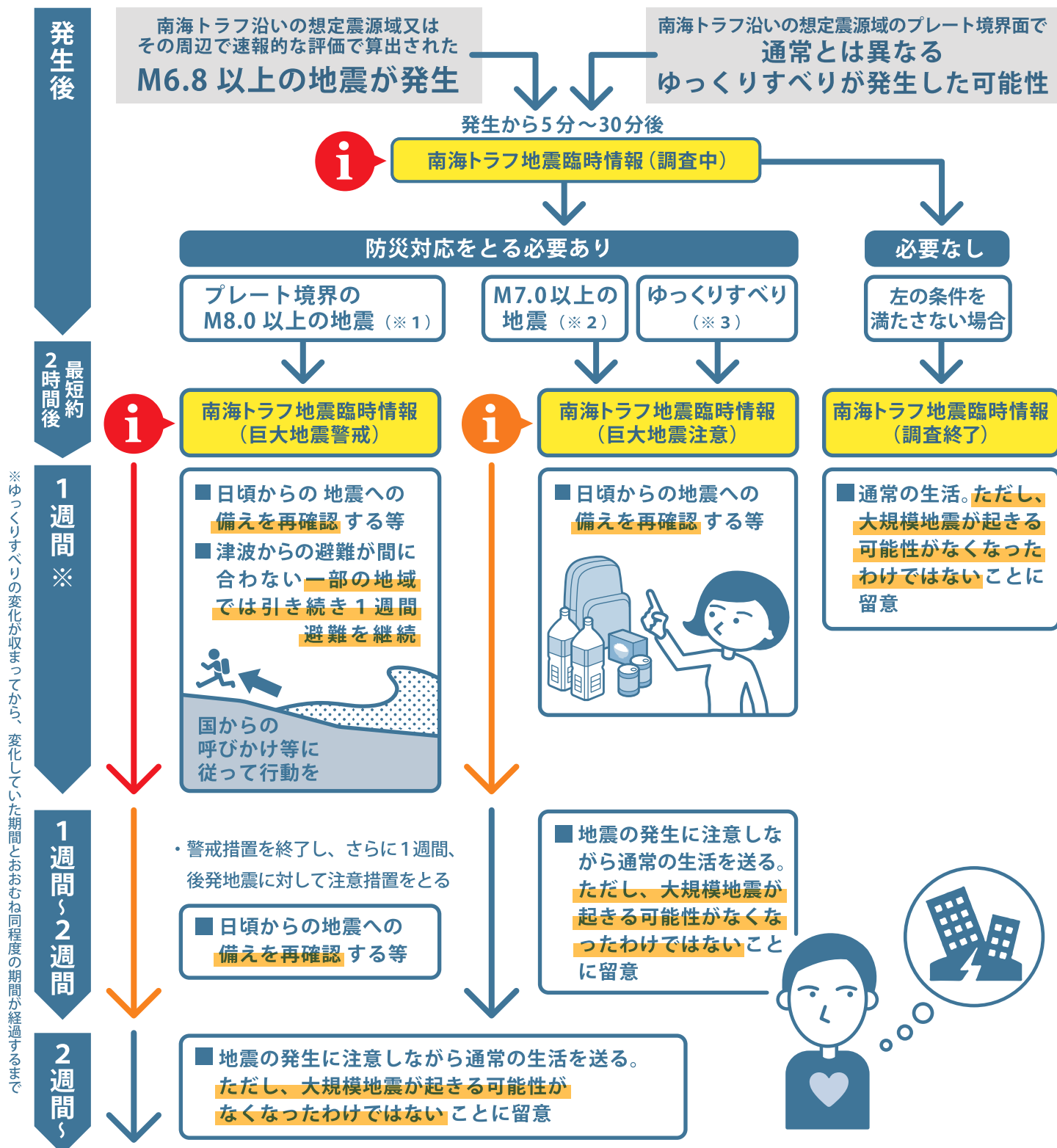




時間差で発生する巨大地震に備えましょう ～南海トラフ地震臨時情報～

- ・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たと評価された場合等に気象庁から「南海トラフ地震臨時情報」が発表されます。
- ・政府や地方公共団体などからの呼びかけ等に応じた防災対応をとりましょう。

地震発生後の防災対応の流れ



※1 想定震源域のプレート境界で M8.0 以上の地震が発生

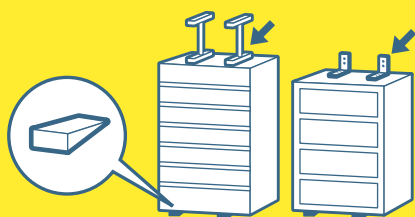
※2 想定震源域、またはその周辺で M7.0 以上の地震が発生（ただし、プレート境界の M8.0 以上の地震を除く）

※3 住民が揺れを感じることがない、プレート境界面のゆっくりとしたずれによる地殻変動を観測した場合など

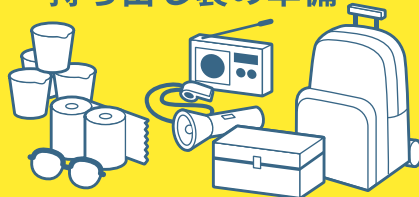


地震の発生に備えよう

□ 家具の固定



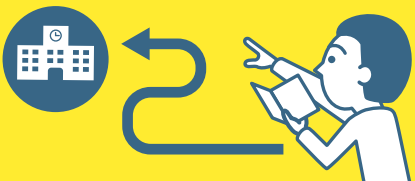
□ 非常用 持ち出し袋の準備



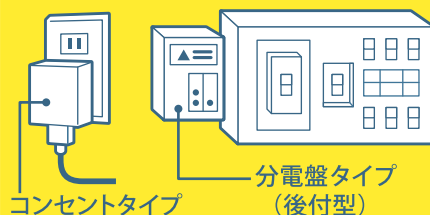
□ 水や食料の備蓄



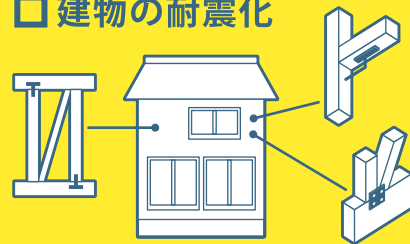
□ 避難場所や 避難経路の確認



□ 感震ブレーカーの設置



□ 建物の耐震化



自らの命、大切な人の命を守るために、今から準備しておきましょう

(発表条件)

i 南海トラフ地震 臨時情報

- 南海トラフ沿いで観測された異常な現象と南海トラフ地震との関連性について調査を開始した場合、または調査を継続している場合
- 観測された異常な現象の調査結果を発表する場合

キーワード

調査中

巨大地震警戒

巨大地震注意

調査終了

- 南海トラフ沿いで観測された異常な現象と南海トラフ地震との関連性について調査を開始した場合、または調査を継続している場合
- 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界において Mw8.0 以上の地震が発生したと評価した場合
- 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界において Mw7.0 以上、Mw8.0 未満の地震が発生したと評価した場合
- 南海トラフ沿いの想定震源域内のプレート境界以外や想定震源域の海溝軸外側 50km 程度までの範囲で Mw7.0 以上の地震が発生したと評価した場合
- 南海トラフ沿いの想定震源域のプレート境界面でひずみ計等で有意な変化として捉えられる、短い期間にプレート境界の固着状態が明らかに変化しているような通常とは異なるゆっくりすべりが観測されたと評価した場合
- 巨大地震警戒、巨大地震注意のいずれにも当てはまらない現象と評価した場合

i 南海トラフ地震 関連解説情報

- 南海トラフ沿いで観測された異常な現象の調査結果を発表した後の状況の推移等を発表する場合
- 「南海トラフ沿いの地震に関する評価検討会」の定例会合における調査結果を発表する場合（ただし臨時情報を発表する場合を除く）

※すでに必要な対応がとられている際は、調査を開始した旨や調査結果を南海トラフ地震関連解説情報で発表する場合がある

※Mw（モーメントマグニチュード）：震源断層の面積とすべり量等から求められるマグニチュード。求めるのに若干時間を要するが、頭打ちになることはなく、国際的にも広く用いられている。

i お問い合わせ先



内閣府政策統括官（防災担当）付
参事官（調査・企画担当）

〒107-0052 東京都港区赤坂2-4-6 赤坂グリーンクロス 18 階
電話：03-5253-2111（大代表） FAX：03-3501-6820
内閣府ホームページ <http://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/>



気象庁地震火山部

〒105-8431 東京都港区虎ノ門3-6-9
電話：03-6758-3900（代表）
気象庁ホームページ
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/jishin/nteq/info_criterion.html

日本海溝・千島海溝沿いの 巨大地震

— 事前の備え —

知ることであなたと大切な人の命を守る

日本海溝・千島海溝沿いの領域では、プレート境界での地震の他、多種多様な地震が発生しており、幾度となく大きな被害を及ぼしてきました。

日頃から突発的に発生し得る地震への備えを徹底し、「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発信されたら続いて発生し得る地震にも備えましょう。

東北地方太平洋沖地震の
震源域

日本海溝・千島海溝沿いの
巨大地震の想定震源域

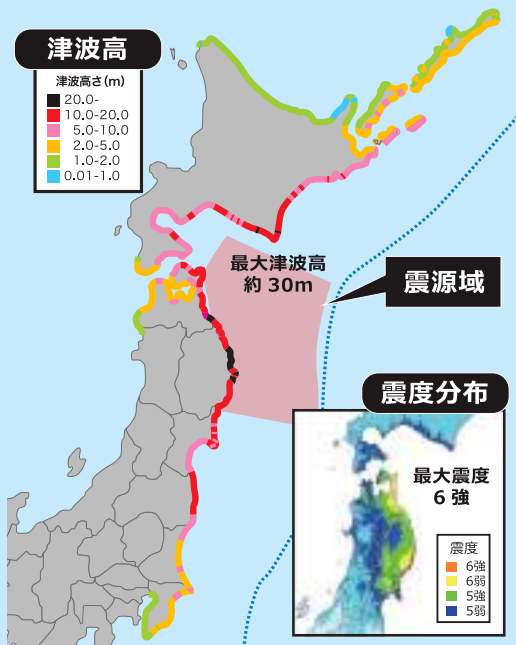
最大震度 **7**

想定される
津波高 **最大 30m**

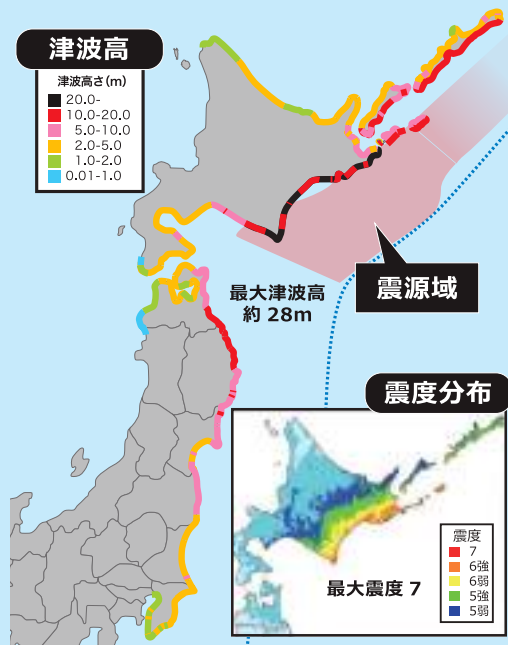
想定される津波と震度

日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震の発生に伴い、北海道から千葉県にかけての広い範囲で著しい災害が生じるおそれがあります。特に沿岸部では津波による甚大な被害が生じる可能性があります。大きな被害が見込まれる地域では、日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震に備える必要があります。

日本海溝沿いの地震



千島海溝沿いの地震



被害想定と防災対策

- M9クラスの巨大地震が発生した場合、**最悪のケース※**で約 19 万 9 千人の死者の発生が想定
- 津波から逃れた後、**寒冷状況に長時間さらされることによる、低体温症による死亡リスクの高まり**
- **避難意識の改善や防寒備品の準備など事前の備えで被害を約 8 割低減**

※ 冬の深夜に日本海溝沿いの三陸・日高沖で M9.1 の地震が発生。住民の避難意識が低い場合

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

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」が発表されます。

情報が発表されたら、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。

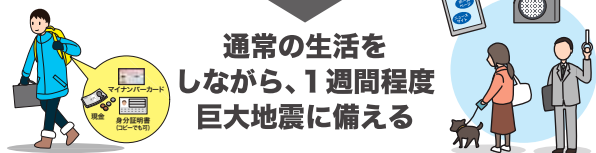


日本海溝・千島海溝沿いの 巨大地震の想定震源域

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」が発表



※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」発表時の防災対応

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

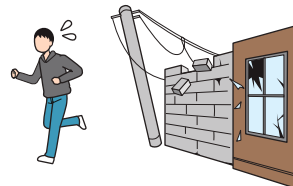


地震によるリスクの高い場所がある場合

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」が発表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）



〒107-0052 東京都港区赤坂2-4-6 赤坂グリーンクロス 18 階
TEL : 03-5253-2111 (大代表)
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.jma.go.jp/jma/kishou/now/jishin/nceq/info_guide.html