

インフルエンザ予防接種説明書（2026 年度）

予防接種を受ける前に、この説明書をよくお読みいただき、十分理解したうえで接種を受けてください。

1. はじめに

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こります。インフルエンザにかかった人が咳やくしゃみなどをするにより、ウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって感染します。

インフルエンザワクチンの接種により、免疫をつけ死亡者や重症者をできる限り減らすことが期待できます。

2. インフルエンザの予防

予防の基本は、流行前に予防接種を受けることです。インフルエンザは空気中に拡散されたウイルスによって感染しますから、感染予防のためには、人混みは避けましょう。また、日ごろから十分な栄養や休息をとって免疫力を高めておくことも大事です。インフルエンザの感染の広がりには空気の乾燥が関連しています。室内では加湿器などを使って適度な湿度を保ちましょう。外出時のマスクや帰宅時のうがい、手洗いは、普通のかぜの予防と併せておすすめします。

3. インフルエンザワクチンについて

インフルエンザワクチンを接種後、免疫がつくまでに 2 週間程度かかります。ワクチンの免疫効果は約 5 ヶ月といわれており、毎年、流行前の 12 月上旬までに接種を受けておくことが効果的です。

インフルエンザウイルスは毎年変化しながら流行するため、毎年流行が予測されるウイルスにあったワクチンを製造しています。そのため、毎年予防接種を受けておくことが大切です。

今シーズンのインフルエンザワクチンは、

A／スイス／6849／2025（IVR－278）（H1N1）

A／ミシガン／105／2025（SAN－049A）（H3N2）

B／東京／EIS13－175／2025（ビクトリア系統）

の株が混合されて1つになったワクチンです。

4. 予防接種を受ける前に

(1) 一般的注意

季節性インフルエンザの予防接種について、その必要性や副反応についてよく理解しましょう。気にかかることや分からないことがあれば、予防接種を受ける前に担当の医師や看護師などに質問しましょう。十分に納得できない場合には、接種を受けないで下さい。予診票は接種をする医師にとって、予防接種の可否を決める大切な情報です。接種を受ける方が責任をもって記入し、正しい情報を接種医に伝えて下さい。

(2) 予防接種を受けることができない人

①接種当日、明らかな発熱を呈している人

明らかな発熱とは、通常 37.5℃以上の場合を指します。

②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人

急性の病気で薬を飲む必要のあるような人は、その後の病気の変化が分からなくなる可能性もありますので、その日の接種は見合わせるのが原則です。

③季節性インフルエンザワクチンに含まれる成分または卵等で、アナフィラキシーを起こしたことがあることが明らかな人

※「アナフィラキシー」というのは通常接種後約 30 分以内に起こるアレルギー反応のことで、発汗、顔が急にはれる、全身にじんましんが出る、吐き気、嘔吐、声が出にくい、息が苦しいなどの症状が起こります。さらに血圧低下や呼びかけに反応しないなどのショック症状が出る場合があります。

④以前に季節性インフルエンザの予防接種を受け、接種後 2 日以内に発熱、全身性発疹等のアレルギーを疑う症状がみられた人

⑤新型コロナワクチンとインフルエンザとの同時接種は、医師が特に必要と認めた場合に可能です。

また、お互いのワクチンとの接種間隔に制限はありません。

厚生労働省 HP「新型コロナワクチン Q&A」より引用)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_qa.html

⑥その他、医師が不適切な状態と判断した場合

上記の①～⑤に入らなくても医師が接種不適当と判断した時は接種できません。

(3) 予防接種を受けるに際し、担当医師とよく相談しなくてはならない人

①心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する人

②ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

上の①～②に該当しなくても、健康状態や体質に不安のある人は医師とよく相談して下さい。

(4) 予防接種を受けた後の一般的注意事項

①予防接種を受けた後 30 分間は、急な副反応が起こることがあります。その場合は医師（医療機関）とすぐに連絡を取って下さい。

②季節性インフルエンザワクチンの副反応の多くは 24 時間以内に出現しますので、特にこの間は体調に注意しましょう。

③入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くもむことはやめましょう。

④接種当日はいつも通りの生活をしてもかまいませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

5. インフルエンザ予防接種の副反応

接種部位の発赤、腫脹、疼痛などが主な副反応です。全身反応として、発熱、悪寒、頭痛、倦怠感、嘔吐・嘔気、下痢、関節痛、筋肉痛などがありますが、通常 2～3 日中に消失します。過敏症としてまれに発疹、じんましん、湿疹、紅班、多形紅班、そう痒感などがあります。

また、ごくまれにアナフィラキシー様症状、急性散在性脳脊髄炎（ADEM）、ギラン・バレー症候群、けいれん（熱性けいれん含む）、肝機能障害、喘息発作などの報告があります。

接種後、上記のような症状を感じたら医師の診察を受けて下さい。そのほか、わからないことがある場合はお近くの保健所までお問い合わせ下さい。

6. 予防接種健康被害救済制度

インフルエンザの定期予防接種による健康被害者からの健康被害救済に関する請求について、当該予防接種と因果関係がある旨を厚生労働大臣が認定した場合、障害年金や医療費・医療手当等の給付を受けることができる救済制度がありますので、医療機関にご相談下さい。