

令和8年度 定期予防接種

高齢者インフルエンザ予防接種説明書

「高齢者インフルエンザ」予防接種を希望する人は、この説明書をお読みになり、対象者、予防接種の効果、副反応や健康被害救済制度などを理解し、かかりつけ医とよくご相談のうえ、接種を希望するか判断してください。

インフルエンザとは

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。

地域差はありますが、通常わが国のインフルエンザの流行は、例年12月から3月が中心です。

典型的なインフルエンザの症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、どの痛み、咳、鼻水などもみられます。普通のかぜに比べて全身症状が強いのが特徴です。気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのもインフルエンザの特徴です。

また、インフルエンザは流行が始まると、短期間に小児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点でも普通のかぜとは異なります。さらに、普通のかぜが流行しても死亡する人はあまり増えませんが、インフルエンザが流行すると、特に65歳以上の高齢者や慢性疾患患者で死亡率が普段より高くなるという点でも、普通のかぜとは異なります。

1. 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。これは世界的にも認められている最も有効な予防法です。

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、人込みは避けましょう。また、常日ごろから十分な栄養や休息をとることも大事です。インフルエンザ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加湿しましょう。

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。

2. インフルエンザ予防接種の有効性

インフルエンザにかかる時はインフルエンザウイルスが口や鼻から体の中に入ってくることから始まります。体の中に入ったウイルスは次に細胞に侵入して増殖します。この状態を「感染」といいますが、ワクチンはこれを抑える働きはありません。

ウイルスが増えると、数日の潜伏期間を経て、発熱やのどの痛み等のインフルエンザの症状が起こります。この状態を「発症」といいます。ワクチンには、この発

症を抑える効果が一定程度認められています。

発症後、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症等の重い合併症が現れ、入院治療を必要とする方や死亡される方もいます。これをインフルエンザの「重症化」といいます。特に基礎疾患のある方や御高齢の方では重症化する可能性が高いと考えられています。ワクチンの最も大きな効果は、この重症化を予防する効果です。

厚生労働科学研究事業による「インフルエンザワクチンの効果に関する研究（主任研究者：神谷齊（国立療養所三重病院）」の報告によると、65歳以上の健常な高齢者については約45%の発病を阻止し、約80%の死亡を阻止する効果があったと報告しています。

以上のように、インフルエンザワクチンは、接種すればインフルエンザに絶対にかからない、というものではありませんが、ある程度の発病を阻止する効果があり、またたとえかかっても症状が重くなることを阻止する効果があります。ただし、この効果も100%ではないことにご留意ください。

また、インフルエンザワクチンは、そのシーズンに流行が予測されるウイルスに合わせて製造されています。このため、インフルエンザの予防に十分な免疫を保つためには毎年インフルエンザワクチンの接種を受けた方がよく、ワクチンが十分な効果を維持する期間は、接種後約2週間から約5カ月とされています。（厚生労働省「インフルエンザQ&A」より抜粋）

3. インフルエンザ予防接種の副反応

比較的多くみられる副反応には、接種した局所の赤み、腫れ、痛み等が挙げられます。接種を受けられた方の10～20%に起こりますが、通常2～3日でなくなります。全身性の反応としては、発熱、頭痛、寒気（悪寒）、だるさ（倦怠感）などが見られます。接種を受けられた方の5～10%に起こり、こちらも通常2～3日でなくなります。

また、まれではありますが、ショック、アナフィラキシー様症状（発疹、じんましん、赤み、掻痒感（かゆみ）、呼吸困難等）が見られることもあります。ショック、アナフィラキシー様症状は、ワクチンに対するアレルギー反応で接種後、比較的すぐに起こることが多いことから、接種後30分間は接種した医療機関内で安静にしてください。帰宅後に異常が認められた場合には、速やかに医師に連絡してください。

そのほか、重い副反応（急性散在性脳脊髄炎、脳炎・脳症、脊髄炎、視神経炎、ギラン・バレー症候群、けいれん、肝機能障害、喘息発作、血小板減少性紫斑病等）の報告がまれにあります。ただし、報告された副反応の原因がワクチン接種かどうかは、必ずしも明らかではありません。インフルエンザの接種後に見られた副反応については、厚生労働省で順次評価を行い、公表していきます。

接種を受けたあとに出現した症状が予防接種後副反応疑い報告基準に該当する場合は、医師から厚生労働省へ報告が行われますが、接種を受けたご本人又はその家族からも報告を行うことができます。詳細は各市町の予防接種担当課へお問い合わせください。

4. 接種対象者など

法律で決められたインフルエンザの予防接種の対象者は、65歳以上の方及び60歳以上65歳未満の方で心臓やじん臓、呼吸器に重い病気がある方などです（60歳以上65歳未満の方で、対象となるかどうかわからない場合は、市町村に

お尋ねください)。

この予防接種は、接種を受ける法律上の義務はなく、主に個人の発病・重症化防止目的のために行うものであることから、ご本人が自らの意思と責任で接種を希望する場合にのみ接種を行います。また、接種を受けるご本人が、麻痺などがあって希望書（予診票の下欄）に自署ができない場合や、正確な意思の確認が難しい場合などには、家族やかかりつけ医によって、特に慎重にご本人に接種意思の有無の確認を含め、接種適応を決定する必要があります（最終的に確認ができなかった場合には、予防接種法にもとづく接種はできません。任意接種・全額自己負担となります）。

5. 予防接種を受ける前に

（１）一般的注意

インフルエンザの予防接種について、通知やパンフレットをよく読んで、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、市町村担当者に質問しましょう。十分に納得できない場合には、接種を受けないでください（下記〈注意〉参照のこと）。

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。基本的には、接種を受けるご本人が責任をもって記入し、正しい情報を接種医に伝えてください。

〈注意〉 インフォームドコンセント（説明と同意）

医師の十分な説明に基づく患者の同意を、インフォームドコンセント（説明と同意）と言います。

法律に基づくインフルエンザの予防接種はあくまでも、ご本人の意思に基づいて接種を受けるものなので、インフォームドコンセントがない場合には、接種する医師は接種を行いません。接種を希望する場合もしない場合も、十分に医師から説明を聞き、理解をした上で判断をしてください。

（２）予防接種を受けることができない人

①明らかに発熱がある人

医療機関（施設）の体温計で適切に測定し、37.5℃（腋窩温又はこれに相当するもの）以上の者。ただし、平熱が37.5℃以上と認められる者については、この限りではありません。

②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人

急性で重症な病気で薬を飲む必要がある人は、その後の病気の変化もわからないこともあるので、その日は接種を受けないのが原則です。

③インフルエンザの予防接種に含まれる成分によって、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分以内に起こるひどいアレルギー反応のことです。発汗、顔が急にはれる、全身にひどいじんましんが出る、吐き気、嘔吐（おうと）、声が出にくい、息が苦しいなどの症状に続き、血圧が下がっていく激しい全身反応です。

インフルエンザワクチンにより、または卵等でアナフィラキシーショックを起こしたことがある場合には、予防接種は行いません。

上の①～③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心臓血管系疾患、じん臓疾患、肝臓疾患、血液疾患、発育障がい等の基礎疾

患を有する人

②過去にけいれんの既往がある人

③過去に免疫不全の診断がされている人及び近親者に先天性免疫不全症の人がいる人

④間質性肺炎、気管支喘息等の呼吸器系疾患を有する人

⑤インフルエンザ予防接種の成分（又は鶏卵、鶏肉、その他の鶏由来のもの）
に対して、アレルギーを呈するおそれのある人

（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。

接種後３０分間は接種した医療機関内で様子を観察するか医師（医療機関）
とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。

②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接種部位は清潔に保ちましょう。入浴は差し支えありませんが、接種した部
位を強くこすることはやめましょう。

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

⑤接種後、接種した部位の異常な反応や体調の変化があった場合は、速やかに
医師の診察を受けましょう。（この場合は、速やかに各市町の予防接種担当課
へご連絡ください）

６．予防接種による健康被害救済制度

定期の予防接種によって引き起こされた副反応により、医療機関での治療が必要
になったり、生活に支障が出るような障がいを残すなどの健康被害が生じた場合
には、このワクチンと因果関係があることを厚生労働大臣が認定した場合、予防
接種法に基づく給付を受けることができます。

ただし、その健康被害が予防接種によって引き起こされたものなのか、別の要因
（予防接種をする前あるいは後に紛れこんだ感染症あるいは別の原因等）による
ものなのかの因果関係を、専門家からなる国の審査会で審議し、予防接種による
ものと認定された場合に補償を受けることができます。

ご不明点はおかかりつけ医または下記の問い合わせ先へご相談ください。

令和８年８月２５日作成（令和８年１０月１日適用）

【問合せ】富士見市健康増進センター	電話０４９－２５２－３７７１
ふじみ野市保健センター	電話０４９－２６４－８２９２
三芳町健康増進課健康推進担当	電話０４９－２５８－００１９

この説明書は、予防接種必携（令和７年度）、Ｂ類疾病予防接種ガイドライン、厚生労働省「インフルエンザ
Ｑ＆Ａ」等より抜粋しています。