

接種は無料
(公費負担)

教えて!!

新型コロナウイルスワクチン



正しく
知ろう!
新型コロナ
ワクチンのこと

発行・監修：
長野県 新型コロナウイルス
ワクチン接種
アドバイザーチーム
(2021.4.)

相談窓口

ワクチンの接種に関する不安や、副反応についての相談など

長野県ワクチン接種相談センター

TEL: 026-235-7380 8:30-21:00 (無休)
※5/10以降 24時間無休

FAX: 026-403-0320 9:00-17:00 (土日・祝日を除く)

接種の予約・手続きの方法など
各市町村接種相談窓口

接種に関する個別の事前相談
かかりつけ医

どんな流れ?

効果は?

副反応は?

こんな場合接種できるの?



インフルエンザ
ワクチン接種の
時期に注意!

こんな人は接種できません

- ✓ 他のワクチンを2週間以内に接種
- ✓ 明らかに発熱 (37.5℃以上)
- ✓ 重い急性疾患にかかっている
(ひどい風邪症状や胃腸炎症状など)



接種の
日程など
相談

接種当日と翌日は
可能なら予定を
空けておくのが
おすすめ

接種1回目



このワクチンを
接種しても
人の遺伝子に影響が
出ることはありません

副反応が出ても
2回目接種OK

3週間(21日)あけて

2回接種することで
望ましい効果が得られます

接種2回目



3週間あけて
2回目の接種
2回目も同じ箇所
に打つことに
問題なし

感染対策はいままで同様

接種後



感染対策は
いままで同様
継続を

接種後も感染対策を。

- 何年も効果が持続するのはまだ不明
- 多くの方がワクチン接種完了するまで時間がかかる
接種後も従来の感染対策 (マスク、人混みを避ける、
ソーシャルディスタンスなど) を継続しましょう。

2回目は接種できません

- ✓ 1回目のワクチン接種
でアナフィラキシー



相談

接種 当日

ワクチン
接種



接種後
待機



花粉症や喘息などのよくあるアレルギーの方は15分待機で大丈夫

- アレルギー
なし15分待機
あり30分待機

接種後
当日



- 入浴OK
- 激しい運動は避ける
- 過度なアルコール
摂取は控える

新型コロナワクチンは「筋肉注射」。

肩の筋肉に、垂直に接種します。
一般的に筋肉注射は皮下注射より痛くないとされています。
腫れや赤みも出にくく、免疫は付きやすいです。



1回目で副反応が出ても2回目接種は可能。

アナフィラキシーなど重い症状でなければ、2回目接種は可能です。
必ずしも次も同じ症状が出るわけではありません。
また、副反応予防のためにあらかじめ解熱剤など服用することは推奨されていません。



参考となるWEB



厚生労働省
新型コロナワクチン
についてのQ&A



こびナビ
新型コロナウイルス感染症や
そのワクチンに関する正確な
情報提供プロジェクト
(医師が中心となって運営)



「コロワくんの相談室」
チャットボット
ワクチンに関するよくある質問に答える
LINEのチャットボットを利用した情報
提供 (医師が中心となって運営)



ワクチンの効果って?

(ファイザー社 / ピオンテック社)

- ✓ 重症化予防効果あり
- ✓ 高齢者への有効性も高い
- ✓ 人にうつす可能性を減らす効果が期待されている

発症予防効果

95%

発症するリスクが
1/20

100人中95人に効く
という意味ではなく
接種した人の発症率が
接種しなかった人の
発症率より95%少ない
という意味。

新型コロナワクチンは非常に効果が高いワクチンです

他の
ワクチン
だと...
麻疹
ワクチン
95%
インフルエンザ
ワクチン
50%

いつから効くの?



1回目の接種から
2週間は
打っていない人と
同じと考えると

1回目を接種して2週間経ってから
効果が始まります。2回目を接種して7日目以降から
十分な免疫ができるとされています。
なお、一度新型コロナウイルスに感染した人も、ワクチン
に比べて得られた免疫は弱い可能性があるため、接種する
ことが望ましいです。

1 接種
2 接種
接種後
7日目
以降
十分な効果
感染対策
は続ける



ワクチンの副反応って?

ワクチン接種が原因で起こる反応のことだよ



新型コロナワクチン(ファイザー社) 接種後の副反応の出現頻度

副反応はワクチン接種が原因で起こる反応のことです。頻度は日本人が特に多いということはありません。1回目より2回目接種後により強く起こりやすいですが、十分な免疫をつけるには2回接種が望ましいとされています。また、このワクチンを接種しても人の遺伝子に影響が出ることはありません。

いつ出る? 接種した1~2日後に副反応が出現することがありますがほとんどは3日以内に回復します。特に2回目接種後は発熱を含めた副反応が起きやすいので、接種当日と翌日は、可能なら予定を空けておくことをおすすめします。

どんな症状? 主に接種部位の痛み・だるさ・頭痛・筋肉痛・発熱などがあり、発熱以外に悪寒や関節痛が出る場合も。接種直後の痛みはそれほど強くありません。発熱時は解熱剤を使っても構いません(ワクチンの効果は下がりません)。解熱剤はアセトアミノフェンを含むものがおすすめ。

主な副反応

- 接種時の痛み
- だるさ
- 頭痛
- 筋肉痛
- 寒気
- 発熱
- 接種部位の腫れ
- 関節痛
- 吐き気

1~2日後に出ることがある

体調が回復しない場合は?

咳やのどの痛み、息切れなどの症状が見られたら上気道炎(風邪)や新型コロナウイルス感染症等の可能性も。(これらがワクチンの副反応で通常見られないため)

こんな時は医療機関に相談

- ☑ 接種後2日以上経っても発熱しない
- ☑ 症状が重い

アナフィラキシーって?

簡単に言うと「強いアレルギー反応」のことで、ワクチン接種などの後、短時間で以下の2つ以上の症状が出現する場合を「アナフィラキシー」といいます。新型コロナウイルスワクチンで起こる頻度は20万接種に1回で、70%が15分以内、90%が30分以内にとされます。

- 皮膚・粘膜症状(発疹、発赤、かゆみ)
- 消化器症状(腹痛、嘔吐)
- 循環器症状(血圧低下・意識障害)
- 呼吸器症状(呼吸が苦しい、呼吸をするときにゼイゼイする など)

多いのは皮膚・粘膜症状(80~90%)

アナフィラキシーショックって?

アナフィラキシーのうち血圧低下や意識レベル低下を伴うもの。

アナフィラキシーは治療できます

治療により回復し、後遺症は残りません。



アドレナリンの筋肉注射

必要なら酸素投与

横になって安静

こんな場合接種できるの?

接種	接種	接種
当日の発熱	×	当日、明らかに発熱(37.5℃以上)している場合、接種不可。
重い急性疾患	×	ひどい風邪症状や胃腸炎症状など、急性疾患の強い症状がある場合、接種不可。
他のワクチンを2週間以内に接種	×	インフルエンザなど他のワクチンを2週間以内に接種している場合、接種不可。(ワクチン接種後も、2週間は他のワクチンを接種することはできません。)
アレルギー	○	食物(卵含む)・ペット・ハウスダストのアレルギーや、経口薬へのアレルギーがある場合でも接種は可能。
花粉症	○	花粉症でも接種は可能。
基礎疾患	○	心臓、腎臓、肝臓、血液疾患などの基礎疾患のある方はコロナで重症化しやすい。不安な場合はかかりつけ医に相談を。
妊娠中	○	相談の上可能。ただし妊娠12週までは控える。妊娠中は感染で重症化のリスクがあり、接種を推奨。不安な場合はかかりつけ医に相談を。お腹の中の赤ちゃんに悪い影響が出たり、将来妊娠しにくくなるとは考えられておらず、海外からもそのような報告はない。
授乳中	○	現時点で特段の懸念が認められているわけではなく海外でも接種の対象。不安な場合はかかりつけ医に相談を。
16才未満	×	ワクチンは16才以上で承認されており、現在は接種対象ではないが、将来的には対象年齢が広がる可能性も。
薬を内服中	○	内服中の薬により接種できないということはない。不安な場合はかかりつけ医に相談を。
抗凝固薬	○	抗凝固薬(血液をさらさらにする薬)を飲んでいる場合は2分以上接種した場所をしっかり押さえる。
手術後	○	直後でなければ基本的に可能。投薬中の方など、かかりつけ医と相談を。
1回目の接種後副反応が出た	○	アナフィラキシーなど重い症状でなければ、強い腫れ・熱などの副反応があっても、2回目は可能。同じ場所に接種可能。
1回目の接種後アナフィラキシー	×	アナフィラキシーとはワクチン接種などの後、短時間で以下の2つ以上の症状が出現すること。接種不可。 皮膚・粘膜症状(発疹、発赤、かゆみ) 呼吸器症状(呼吸苦、喘鳴など) 循環器症状(血圧低下・意識障害) 消化器症状(腹痛、嘔吐)

参考
<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa2035389>
 忽那龍志(https://news.yahoo.co.jp/byline/kutsunasatoshi/20210120-00217893/)
 CDC, Interim Clinical Considerations for Use of mRNA COVID-19 Vaccines
 Currently Authorized in the United States

CDC, Pfizer-BioNTech COVID-19 Vaccine Questions
 ACIP, COVID-19 vaccine safety update, January 27, 2021
 CDC, Interim Clinical Considerations for Use of mRNA COVID-19 Vaccines Currently
 Authorized in the United States 厚生労働省 新型コロナワクチンについてのQ&A