

健康一ロメモ

～新型コロナワクチンに注目～



2021年7月号

今春から医療従事者や高齢者向けの新型コロナワクチンの優先接種が始まり、今後すべての方を対象に順次接種が進められる予定です。厚生労働省は新型コロナワクチンには、重症化を防ぐ、発症を防ぐ効果があり、接種を受けることで重症者や死亡者が減ることを期待しています。

これらの効果のほかにも安全性、副反応について、さらに、ワクチン接種後の生活スタイルについて、関心をお持ちの方も多いのではないのでしょうか？そこで今回は、新型コロナワクチンに注目します。

※ 厚生労働省 | ワクチンについて | コロナワクチンナビ

1 新型コロナワクチンについて

1) 新型コロナワクチンの効果

新型コロナワクチンには次のような効果があります。

発症を防ぐ

接種を受けた人が受けていない人よりも、新型コロナウイルス感染症を発症した（熱が出たり、せきが出たりすること）人が少ないということがわかっています。

ワクチン2回接種による有効性は
94～95%※1

参考）インフルエンザワクチンの有効性約40-50%と比べて非常に高い※2

ご自身ため＋医療機関の負担を減らす重要な手段にもなる

令和3年4月末までに、約59万人が新型コロナウイルス感染症と診断され、1万人以上の方が亡くなっています。多くの方が接種を受けることにより、重症者や死亡者を減らし、医療機関の負担を減らすことが期待されています。

※首相官邸 | 新型コロナワクチンについて皆様に知ってほしいこと

2) 新型コロナワクチン接種の流れ

ワクチン接種1回目

接種後は接種会場で一定時間待機し、アレルギー反応の有無をみます。

ワクチン毎に決められた間隔※3をあけて

ワクチン接種2回目

1回目と同じワクチンを原則同じ施設で接種します。接種後の待機も1回目と同様です。

2回目接種後
1～2週間後

「抗体」ができ、
十分な有効性

※1 2021年6月現在、日本ではファイザー社と武田／モデルナ社のワクチンが、予防接種法における接種の対象となっています。有効性については、いずれのワクチンも、海外で数万人単位の大規模な臨床試験が実施されており、2回の接種によって発症予防効果は、ファイザー社のワクチンが約95%、武田／モデルナ社のワクチンが約94%と確認されています（厚生労働省 | 新型コロナワクチン Q&A）（首相官邸 | 新型コロナワクチンについて）

※2 首相官邸 | 新型コロナワクチンについて

※3 ファイザー社は3週間の間隔、武田／モデルナ社は4週間の間隔（厚生労働省 | 新型コロナワクチン Q&A）

3) ワクチン接種にそなえてできること



☑ ワクチンについてよく知る

お住まいの市町やかかりつけ医から配布されるワクチン接種に関する説明書等を事前に読んでおきましょう。ワクチンを打つ方法や、注意点などが記載されています。また「みえ新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト」等でも最新の情報が公開されています。

【新型コロナワクチン接種に関する情報提供サイト】

■みえ新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト (<https://covid19-vaccine.mie.jp/>)

■厚生労働省 コロナワクチンナビ (<https://v-sys.mhlw.go.jp/>)

☑ 不安や疑問があれば、事前に相談する

ワクチン接種に関して、不安なことや疑問がある場合は、事前に相談することができます。三重県や厚生労働省、各市町は電話相談窓口を開設しています。また健康上に不安のある方は、かかっている病気によっては、接種を慎重に検討した方がよい場合がありますので、かかりつけ医とご相談ください。

【電話相談窓口(コールセンター)】



■みえ新型コロナウイルスワクチン接種ホットライン

電話:059-224-2825 (受付時間 9~21時)

土・日曜日、祝日も対応

【内容】ワクチン接種に関する質問・相談

■厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

電話:0120-761770 (受付時間 9時~21時)

土・日曜日、祝日も対応、外国語にも対応

【内容】ワクチンの有効性や安全性など制度全般に関すること

※お住まいの地域の電話相談窓口は、各市町のホームページや広報をご確認ください。

☑ 無理のないスケジュールを組む

ワクチンを接種した後は、発熱や頭痛、倦怠感など副反応が生じる場合があります。このような症状が出た場合に備え、できるだけ接種当日や翌日に無理をしないですむように予定を立てておくと安心です。



4) 副反応について

ワクチン接種後、どなたでも副反応が生じる可能性があります(表1)。症状の大部分は、接種後、数日以内に回復しています。まれな頻度でアナフィラキシー(急性のアレルギー反応)が発生します。

これまでのところ安全性への重大な懸念は生じておらず、**接種のメリットが副反応のデメリットを上回っているため**、接種が勧められています。

表1: 新型コロナワクチンの副反応例

発現割合	症状
50%以上	接種部位の痛み、疲労、頭痛
10~50%	筋肉痛、悪寒、関節痛、下痢、発熱、接種部位の腫れ
1~10%	吐き気、嘔吐

コミナティ®(ファイザー社) 添付文書より改編

※厚生労働省 | 新型コロナワクチン Q&A

※首相官邸 | 新型コロナワクチンについて皆様に知ってほしいこと

※副反応についての最新の情報は、厚生労働省のホームページ等にて随時更新されていますので、ご確認ください。

2 ワクチン接種後の生活

1) ワクチン接種後もこれまでの感染予防策は必要？

■ワクチン接種後、免疫がつくまでには1～2週間必要です。また発症予防効果は100%ではありません。

■ワクチン接種後、「どれだけの期間免疫が持続するか」、「他人への感染をどのくらい予防できるか」まだ十分にわかっていません。



**新型コロナウイルス感染症を拡げないためには
感染予防対策を継続することが大切です。**

これからも続けよう感染予防

個人の基本的な感染予防策はマスクの着用、手洗い、人との距離の確保、こまめな換気など、これまでと同様に有効です。今一度感染予防対策に取り組みましょう。



※厚生労働省 | 新型コロナワクチン Q&A
※三重県「新しい生活様式の定着で感染症に強い三重県に」

ワクチン接種後も感染リスクが高まる「5つの場面」を避けましょう

- ① 飲酒を伴う懇親会
- ② 大人数や長時間の飲食



- ③ マスクなしでの会話



- ④ 狭い空間での共同生活



- ⑤ 休憩室、喫煙所、更衣室など居場所の切り替わり



※厚生労働省「新型コロナウイルス感染症の“いま”に関する11の知識」

本号は6月21日時点での情報をもとに作成しています。
新型コロナワクチンの情報は日々変化します。
最新の情報や相談は行政窓口等にご確認ください。