



相模原市

シニアのための ワクワク手帳



↑
ここをホチキス留めしてください
↓

氏 名

生年月日 年 月 日

予防接種で これからの暮らしを安心に

予防接種とは、病気に対する免疫をつけたり、免疫を強くするためにワクチンを接種することを行います。体力や免疫力が低下したときには感染症にかかりやすくなるため、予防接種を受けることで

- ・感染症の発症を予防する
- ・重症化や入院リスクを減らす
- ・周囲への感染を防ぐ

などの効果が期待できます。

- ・相模原市で定期接種（公費負担）を受けた際には「予防接種済証」が交付されます。
- ・この手帳がなくても予防接種を受けることができますが、必要に応じて手帳を活用し、自身の接種歴を把握して健康管理にお役立てください。
- ・接種後は医師の指示に従い、体調の変化にご注意ください。

接種医療機関	メモ



相模原市 疾病対策課

相模原市中央区中央2丁目11番15号
(ウェルネスさがみはらB館4F)

電話 042 (769) 8346

FAX 042 (750) 3066



◀相模原市HP
※検索する場合は
「相模原市」「予防接種」
でお調べください

令和8年6月発行

※「障害」の文字について、文字の印象を和らげるため、ひらがな表記としています。



その他ワクチン

接種年月日	ワクチン名（製品名）	ロット番号・メーカー

毎日をいきいきと元気に暮らすためには、予防接種だけでなく、毎日の健康管理も欠かせません。バランスの取れた食事、体を動かすこと、そして定期的な健康診断も受けるようにしましょう。

予防接種は、健康を守る大切な手段です。予防接種を安心して受けていただくために、接種のタイミングや体調のことなど、気になることがございましたら、かかりつけ医などに相談しましょう。



予防接種の種類

■ 定期接種

予防接種法に基づき市が実施する予防接種です。法律で対象のワクチン・年齢・回数が定められています。対象の方は公費で一部または全額が助成されます。

■ 任意接種

個人で希望して受ける、定期接種以外の予防接種です。

かかりつけ医を記入しましょう

医療機関名	
所在地	
電話番号	



定期接種対象の疾患の主な

疾患名	疾患の主な症状
インフルエンザ	高熱、咳、のどの痛み、筋肉痛、倦怠感、頭痛
新型コロナウイルス感染症	発熱、咳、のどの痛み、倦怠感、味覚・嗅覚障害、呼吸困難など
带状疱疹	皮膚に赤い発疹や水ぶくれが帯状に現れ、神経痛が長期間続くことがある
肺炎球菌感染症	咳、発熱、呼吸困難、胸の痛み、重症の場合は肺炎や敗血症、髄膜炎など

▶接種対象者：定期接種／（令和11年度まで）4月1日～3月31日までの間に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方

（令和12年度以降）満65歳の方
任意接種／上記以外の方

▶接種回数：生ワクチン 1回 組換えワクチン 2回
（2か月以上の間隔を空ける）

接種医療機関	メモ

度（身体障害者手帳1級相当）の障がいがある人は、带状疱疹

者と助成額を拡大しています。
の助成を受けることができます。

▶接種対象者：定期接種／満65歳の方
任意接種／上記以外の方

▶接種回数：1回

接種医療機関	メモ

イルスによる免疫の機能に高度（身体障害者手帳1級相当）です。



带状疱疹ワクチン

接種年月日	ワクチン名（製品名）	ロット番号・メーカー

※60歳～64歳のヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に高疹ワクチンの定期接種が可能です。

※令和8年度に限り国の重点支援地方交付金を活用し、対象定期接種対象者に加え、65歳以上の市民の方は、任意接種



肺炎球菌ワクチン

接種年月日	ワクチン名（製品名）	ロット番号・メーカー

※60歳～64歳の心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウの障がいがある人は、肺炎球菌ワクチンの定期接種が可能

症状

特徴・注意点

毎年冬に流行し、特に高齢者や基礎疾患のある人は重症化する恐れがあります。感染力が強く、肺炎や心臓病の悪化など重篤な合併症を引き起こすことがあります。

ウイルスの飛沫や接触によって広がる呼吸器感染症で、感染防止対策が重要です。高齢者や基礎疾患を持つ方は重症化しやすく、肺炎や呼吸不全につながる可能性があります。

子どもの頃など、過去に感染したた水痘（みずぼうそう）のウイルスが神経節に潜伏し、免疫低下などで再活性化して発症します。早期治療が重要です。

肺炎球菌は普段は鼻や喉の中にいて、体の抵抗力が落ちると肺炎などを起こします。また、咳やくしゃみのしぶき（飛沫）により感染します。



インフルエンザワクチン

- ▶接種対象者：定期接種／65歳以上
任意接種／上記以外の方
- ▶接種回数：毎年1回（秋～冬）

接種年月日	ワクチン名（製品名）	ロット番号・メーカー	接種医療機関	メモ



新型コロナワクチン

- ▶接種対象者：定期接種／65歳以上
任意接種／上記以外の方
- ▶接種回数：毎年1回（秋～冬）

接種年月日	ワクチン名（製品名）	ロット番号・メーカー	接種医療機関	メモ

※60歳～64歳の心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウの障がいがある人はインフルエンザワクチン・新型コロナ

イルスによる免疫の機能に高度（身体障害者手帳1級相当）ワクチンの定期接種が可能です。