

ぶれいす東京 お花見

4月1日(日)13:00~15:00 ※雨天の場合は中止



どなたでも参加いただけます。桜を愛でながら、楽しく過ごしましょう。
手料理でも、差し入れでも、カンパで手ぶらでの参加も歓迎です。



※詳細はぶれいす東京Webサイトにて。陽性者限定の催しではありません。
※開催の有無は、当日朝10時以降にぶれいす東京のWebサイト、Twitter、Facebookにてお知らせします。または下記の携帯電話までお問い合わせください。
ぶれいす東京 携帯電話：080-4293-8341 (当日10:00~15:00のみ)

2018年3月以降のネスト・プログラム

すべてのネスト・プログラム参加には事前の利用登録が必要です。[利用登録と各プログラムの予約について](2面)を必ずご覧ください。

※参加対象者別記号一覧：陽性者●/パートナー◆/家族■ (各プログラムのタイトルのところに記号を入れました。)

★おすすめ★

●◆第26回 カップル交流会(〆切：3/8(木))【要予約】 「楽しく美味しくイタリアン！」

3/11 (日) 11:00集合 (集合場所は申込者にお知らせします)

【参加対象】 (+/+) (+/-) のカップルでご参加ください。

【参加資格】 3/10(土)までに、それぞれ利用登録が必要です。

【参加費用】 3,000円 (交通費別途)

【募集人数】 8組 (16名)



お花見の季節には、まだ少し早いですね。そこで今回は、全粒粉を混ぜ込んだ自家製生地のピッツアを中心としたお料理で、楽しい歓談の時間を共有したいと思います。こじまりとしたお店は、寡黙なご主人が丁寧に調理し、あったかいおもてなしが評判。ちょっと窮屈になるかもしれませんが、それは仲良くするための調味料(?)だと思ってください。化学調味料を使用しないお料理や、自家製堆肥のみ使用の露地栽培の安全な無農薬野菜やお茶等…体に優しい食材を楽しめます。皆さんの、心に残るような楽しい会になることを、期待しています。(幹事：ko&ひろし)

★おすすめ★

●◆専門家と話そう 第19回「弁護士と話そうIV」【要予約】

3/14 (水) 19:00~21:00

【ゲスト】 永野 靖さん・山下 敏雅さん (永野・山下法律事務所)

【仮想Q&A】 以下の質問に前半に答えていただきます。後半に質問ができますが、個別事例については触れることはできませんので、予めご了承ください。

Q1:現在、サラリーマンです。何度か入院をしたり、体調不良が続いています。職場から診断書の提出を求められました。主治医に配慮ある記載をしてもらい、ことなきを得ています。職場には、本当の病名を伝えないといけないのでしょうか？

Q2:最近感染がわかり、医師からも指示されたので、過去に感染の可能性のある性行為をした相手に感染を知らせました。すると、「もし感染がわかったら、損害賠償を請求する」と迫られました。自分に、そのような義務があるのですか？知人の陽性者から、相手に受け入れられたという話をたくさん聞いていたので、とても驚いています。

Q3:パートナーとは、結婚も養子縁組もしていません。自分の具合が悪くなった時の病院の面会はなるのでしょうか？また、もしもの時にパートナーに何か財産を残すことができますか？

【定員】 先着40名 (定員になり次第、受付を終了します。)

【会場】 お申込みの方に、直接ご案内します。(新宿区内)

【対象】 陽性者 【資料代】 500円

※医療従事者など専門家は、事前にグラウンドルールにご承諾いただき、オブザーバーとしての参加が可能です。(上限5名) / 500円+カンパ ※3面に過去の参加者の感想文を掲載していますのでご覧ください。

Q4:いろんな借入れが重なって、もうどうにもならない状況になってしまいました。銀行系のカードなども借り尽くしてしまい、利率の高い借金をしていかないと支払いが難しくなりつつあります。自分は、どうしたらいいのでしょうか。

Q5:友だちが薬物で逮捕されてしまいました。彼は今後、どのようになってしまうのでしょうか。仕事は続けていけますか？

Q6:外国人の友だちがHIV陽性になったら、在留資格の更新ができないと言っています。本当ですか？

Q7:恋人が外国籍です。病気になったりして、働けなくなったら、一緒に暮らせなくなるのではと不安です。どうしたらいいですか？



●ミドルミーティング [予約不要]

～40代以上の男性HIV陽性者のミーティング～

3/10 (土) 13:00～15:00

4/14 (土) 13:00～15:00

司会進行は相談員の生島と陽性者スタッフが担当いたします。40代以上の男性HIV陽性者であれば、セクシュアリティは問いません。(毎月第2土曜日13:00～)

●就職活動サポートミーティング [予約不要]

4/21 (土) 17:00～19:00 ※時間変更、ご注意ください。

6/ 9 (土) 16:00～18:00 ※時間変更、ご注意ください。

就職活動をしている人も、転職を考えている人も、一般枠、障害枠にかかわらず、自分の働き方について考えてみませんか?面接対策、職業訓練などに役立つ情報を得ることができます。まだ行動を起こせていない人も歓迎です。(いくしま)

●教師として働く陽性者の交流会 [予約不要]

3/17 (土) 18:00～20:00

小学校から大学教員まで幅広い人たちが参加しています。多くの参加者は、病気を持ったまま働いていいかを悩んだ経験があります。いろいろと話してみませんか?



■もめんの会 (母親を中心とした親の会) [予約不要]

5/15 (火) 14:00～16:00

※父親で参加希望の方はご相談ください。

親だからこそ抱え込む思いがありますし、他の場所ではなかなか話せません。HIV陽性の子供を持つ親同士によるミーティングです。興味のある方や、自分の親にも知らせたいという方、お気持ちにお問い合わせください。

●U40(アンダー・フォーティ)ミーティング [予約不要]

～10代から30代の男性HIV陽性者のミーティング～

3/22 (木) 19:30～21:30

4/26 (木) 19:30～21:30

司会進行は陽性者スタッフが担当します。10～30代の男性HIV陽性者であれば、セクシュアリティは問いません。参加者の話したい話題を中心に進めていきます。

●介護職として働く陽性者の交流会 [予約不要]

4/16 (月) 19:00～21:00

介護や福祉の現場で働く陽性者同士で、仕事の悩み、将来のことなどを話し合ってみませんか?また今後、介護の仕事に興味がある方の参加も可能です。すでに様々な介護現場で働く陽性者たちの経験談を聞くことができます。



●障害者枠で働く陽性者の交流会 【要予約】

4/ 8 (日) 13:00～15:00

※日曜日開催のため前日までにお申し込みください。



障害者枠で働くと言ってもさまざまです。同じ状況で働いている人同士で情報交換をしてみませんか?

◆陰性パートナー・サポートミーティング [予約不要]

4/ 7 (土) 13:00～15:00

6/ 2 (土) 13:00～15:00

セクシュアリティや性別、結婚の有無は問いません。陽性者本人には話しにくいこととてありますよね。陰性の同じ立場だからこそ気軽に話し合えるかもしれません。



ネスト・プログラムの「利用登録とプログラムの予約」

	利用登録がまだの方	利用登録がお済みの方
【要予約】	新陽性者PGM/PGM同窓会/専門家と話そう/ストレス・マネジメント/アサーティブ・コミュニケーション/カップル交流会/就職支援セミナー/ピアトーク/MT10/交流会(障害者枠)/パーティなど	件名に「(プログラム名)参加希望」を、本文には、1.開催日 2.利用ID 3.登録名(呼ばれたい名前)を書いて、nest@ptokyo.orgまでメールをお送りいただくか、ふれいす東京事務所にお電話ください。
【予約不要】	ミドル/U40/Women's Salon/大人女子会/同性愛者/陰性パートナー・サポート/もめんの会(親の会)/就活サポート/交流会(介護・看護・教師)/ワークショップ講座(社会福祉・医療)など	直接プログラムにご参加ください。開場は開始時刻の30分前です。開始時刻から30分以降は入場できませんのでご注意ください。

※携帯メールをご利用の方は、@ptokyo.orgからの受信ができるように設定をご確認ください。

※Webから仮予約ができます。

～ お願い ～

ネスト・プログラムでは、参加者みなさまの安全を守るために、利用登録制を導入しました。したがって、受付の際には、「利用ID」と「登録名」が必要です。確認が取れないとプログラムに参加していただけない場合がありますので、ご注意ください。事前にご確認頂き、「ID番号」や「登録名」がわからなくなった時には、事務所に連絡をして確認をお願いします。「登録名」の変更のご希望は、できる限り事前に事務所までお申し出ください。

ポジティブライン (厚生労働省委託事業)

HIV陽性者・パートナー・家族のための電話相談です。専任相談員が電話相談に応じます。匿名による相談も可能です。Tel. 0120-02-8341 (月～土 13:00～19:00) ※陽性者の相談員対応 毎週木 15:00～18:00

個別対面相談

専任の相談員が、個室での面談に応じます。実施時間: 月-土 12:00-19:00 (他の時間帯についてはご相談ください。) 予約窓口 Tel. 03-3361-8964

専門家と話そう 第18回「生命保険のプロと話そうⅣ」(2017.3.29(水)開催)

「未来、老後を考えて」

まさお (初参加/30代)

30代に突入して、ゲイである以上結婚と言う形が無いので、老後の住む所だけでも確保と思いマンションを購入。それをきっかけに今までは無関心だった保険を考える様になった… 県民共済などの掛け金の少ないものから手を出そうか考えては先送りの繰り返し。いよいよ加入を本格的に考えた時、HIVの感染が判った。

この2ヶ月、PGMや色々なプログラムに参加し通院も始まり、知識が増えた事でやっと落ち着いた。今の時代、感染者にも将来、老後が長い事が分かり精神的に安定した今、改めて自分の老後の心配が出てきた。

そんな時に今回のプログラムが！今は緩和型と言うある程度の条件をクリアすれば加入できるものが出てきたことや、渋谷区などで始まったパートナー証明の動きによって、親族では無いパートナーへの保険金受取人が認められ始めている事など、自分にはパートナー証明は関係ないと思っていたが、こう言う動きをしてきている方々の動きによって様々ものが変わりつつあると知った。表に立って活動してきている人達に感謝の一日となりました。

「保険に入れる」という選択肢がある安心感

S (感染告知年：2013年末/服薬歴：約3年/30代/男)

HIV陽性者と生命保険についての情報は、ネットでは正確な回答は見つけられず、かといって保険屋さんでの対面相談では自分がHIV陽性であるとカミングアウトしなければならず、なかなか具体的に動けずいました。

私自身がまず気になっていたことは「HIV陽性者が本当に生命保険に入れるか」ということでした。医学の進歩により加入条件も都度見直されているという事で、現役の保険屋さんから「HIV陽性でも緩和型(2〜3割高になる)であれば保険に入れる」という言葉を聞いて『自分にも選択肢があるんだ』と安心できました。また緩和型の質問項目も具体的に拝見できて、私が思っていたより基準が緩く、「質問書に書かれたこと以外は答える必要はない」ということで、HIVで服薬中だと申告する欄もないということを知ることが

できました。また今回のテーマとは直接は関係ありませんが、団体信用生命保険についても少し話題になり、それについても色々知りたいと思うようになりました。



「保険知りたい！」

保険知り隊 (服薬歴：1年/30代)

このプログラムに参加したのは、そもそもこの先自分が入れる保険があるのかという単純な疑問からでした。それに加えて、保険というものにほとんど関心の無かった私が、ほぼゼロの状態からあれこれ動くより手取り早いかなあと。私自身、一つ、生命保険に加入しているんですけどねえ…そういえば入ってたなあ…くらいレベルですが。昨年感染が発覚し、AIDSを発症して入院した際に、他にも加入しておいたほうがいいのかと考えていました。プログラムでは、疑問だった、入れる保険があると知って安心しました。他にも参考になる話ばかりでした。特に告知義務に関して、質問されている事以外は答える必要はないとゲストの方が仰ってたので、何となく後ろめたい気もしますが大変助かりますね。やはり一番の不安要素なので、そのうちまた困ったこと、相談したいことが出てくると思います。その際は改めて参加したいです。有り難うございました。

「生命保険は感染者だと入れないという誤認情報」

りす (初参加/30代)

感染者だと生命保険に加入できないか、または非常に条件の悪いものにしか加入できないと読んだことがあったので、(最近でも生命保険協会に連絡したとき、感染者が加入できる保険はないと言われました)今回参加して感染者の保険加入に長年携わっているプロの方々からそんなことは全くないという事実を知り、大変驚きました。

感染者からの多くの質問の時間もあり、保険加入にあたっての非常に細かいプライバシーや心配事の点への解答も聞くことができ、大変参考になりました。

非常に有益で重要な情報を得ることができて参加して本当に良かったと思います。このような機会を設けてくださり、とても感謝しております。これからも積極的に参加させていただきたいと思います。



「やはり病気のことを話して相談したい」

さくらさくら (50代/女性/感染告知年：1989年)

とてもためになるプログラムを企画していただき、有難うございます！私の場合、幸いHIVはコントロールできていますが、50代になって他の病気のことが心配になってきました。昨年母をガンで亡くし、母の保険請求の手続きをしながら、自分の保険の内容を確認したところ、あまり役に立たない保険内容で慌てました。最近手術をしたので、こんな私にもこれから入れる保険はあるのか知りたくて、今回参加させていただきました。

お二人の講師の方も、大変わかりやすく保険の話をしてくださり、参加者からの質問にも丁寧に答えてくださって、大変有難く思いました。HIV陽性者でも入れる保険はあるということを知って安心しました。実は、数々の保険を扱うカウンターに相談に行ったのですが、初対面の担当者に病気のことなど言えませんから、相談内容に限界を感じていたところでした。

今回のプログラムは私にとって、とてもタイムリーでした。是非お二人の講師の方にご相談して、保険を選びたいと思います。お忙しい中貴重なお話をいただき、どうも有難うございました！

●ストレス・マネジメント講座第29期 【要予約】
～ストレスとうまくつきあうためのワーク～

【1回目】終了 【2回目】終了 【定員】10名
【3回目】3/27(火)19:30～21:00 ※3回目だけの参加も可能です。
「ストレスへの対処行動あれこれ」
ストレスとうまくつきあうための対処行動のポイントを学びます。

HIV+のパパ&ママのための子育てミーティング

子育ての中で、困った事、不安な事、迷った事などを、みんなで垣根なく話し合えたら嬉しいです。春に開催予定です。子連れOKです。人数が集まってから日程調整をします。(呼びかけ人：ダイスケ)
問い合わせ先:nest@ptkyo.org



★おすすめ★

●ミックス・トーク10 (MT10) 【要予約】

3/ 3 (土) 17:00~19:00 《定員10名でべ切》

「少人数でじっくり話したい」「年代や性別やセクシュアリティの枠を超えて交流をしたい」というご要望にお応えするプログラムです。陽性者であればどなたでも参加できますが、先着10名で受付終了です。定員後はキャンセル待ちになります。司会進行はふたりの陽性者ボランティアスタッフが担当します。性別・セクシュアリティ・年代に関係なく、陽性者であればどなたでも参加できます。

●看護師として働く陽性者の交流会 [予約不要]

3/10 (土) 19:00~21:00

日ごろ、皆さんがHIVを持ちながら看護師として働くなかで、疑問に思っていたり、不安に思っていることを、同じ立場の人同士で集まり、おしゃべりしながら考えてみませんか。看護師だけではなく、医療現場で働く有資格者の方の参加も可能です。詳しくはお問い合わせください。

●異性愛者のための交流ミーティング [予約不要]

3/24 (土) 13:00~15:00

4/20 (金) 19:30~21:30

男女を問わず異性愛の陽性者同士が出会いお互いの経験を話すことは、日常生活のなかでは難しいことです。グラウンドルールの範囲内で、自由に意見交換をしています。進行はふたりの陽性者スタッフが担当。お気軽にご参加ください。



●感染がわかって6ヶ月以内のPGM(受付終了)【要予約】

第93期 土曜昼コース

3/ 3 (土) 13:00~15:00
3/17 (土) 13:00~15:00
3/31 (土) 13:00~15:00
4/21 (土) 13:00~15:30



- ・告知後6ヶ月以内の人のための、隔週で連続4回のミーティング。
- ・事前に個別のオリエンテーション(簡単な説明)を行います。
- ・定員7名(定員になり次第べ切) 担当:加藤、生島

★NEW★

●群馬サテライト・ミーティング 【要予約】

5/13 (日) 14:00~16:45 (初参加の方は、13:00集合)

【利用登録の方法】※下記のいずれかの方法をお願いします。

- ・事前に事務所で登録
- ・フリーダイヤルで相談員と話す
 - 仮ID番号を受け取る
 - メールなどで申し込み
 - 当日13:00から利用登録



●大人女子会※「更年期女子会」から名称を変更しました。[予約不要]

3/28 (水) 19:00~21:00

更年期前後の女性を中心に集まっています。子供が親元から巣立とうとしていたり、成長して身体の変化に戸惑っているなど、この年代ならではの悩みを話してみませんか?もちろん、独身女性、子供がいない女性、先輩女性も歓迎です。



以下のミーティングに興味のある方は、個別にお問い合わせください。 nest@ptokyo.org

※「中国語を話すHIV陽性者のミーティング」は3/31(土)16:00~18:00の開催です。

※「既婚者ゲイ・バイセクシュアル男性ミーティング」は次回の日程を調整中です。



NPO法人ぶれいす東京は2018年9月頃に認定NPOの申請を行う予定です。

□認定NPO法人になると

寄付者は寄付額に応じ、所得税と地方税をあわせて、寄付金額の最大50%の税額控除を受けられる可能性があります。団体としては、社会における認知度が向上し活動のさらなる浸透を図ることができます。加えて、これまで以上に寄付が集めやすくなり、財政基盤の安定につながることを期待しています。

□認定NPO計画のサポーターになるには

- 1) 年間3,000円以上の寄付をする
- 2) 東京都に提出する非公開の寄付者リストに氏名と自宅住所(団体の場合は、名称と事務所の所在地)を記載

※詳しくは、ぶれいす東京Webサイトをご覧ください。http://ptokyo.org/news/9357



編集後記

☆20年前、性感染症としてのA型肝炎が男性の間で大流行しました。慢性化することは少ないようですが、入院しなければならい状況になることもあるようです。FORTHというサイトには、「ウイルスに感染すると、2~7週間の潜伏期間の後に、急な発熱、全身のだるさ、食欲不振、吐き気や嘔吐が見られ、数日後には黄疸(皮膚や目の白い部分が黄色くなること)が現れます。」と書かれています。糞口感染なので、手洗いができる場面ではしましょう。また、ワクチンの接種も有効な手段になります。主治医と相談しましょう。(いくしま)

☆先日「国際舞台芸術ミーティング in 横浜」という催しで、作品に出演して来ました。韓国でかつて流行していた女性国劇に人生を賭けた女性が主人公の「変則のファンタジー」という作品。ゲイ・コーラスの一員としての参加でしたが、ジェンダーやセクシュアリティ、人生そのものについて深く考える機会となりました。ソロの役割もあり、歌った曲はときどき通信の『大空』。HIVであることを打ち明けられた気持ちを綴った曲は、どれだけの人の心に届いたでしょうか。緊張もしましたがいい経験でした。(かとう)

☆今年の苗場のユーミンライブ。カーニバルがテーマで会場全体で踊った。ユーミンもここ数年大切な人を亡くしたと言っていたが、僕も友人を亡くした。昨年プリンスホテルの通路ですれ違ったのが最後になってしまった。あの時の笑顔が忘れられない。合掌。(さとう)

※ネスト・ニュースレター(紙版)をPDFでもご覧いただけます。WebサイトのTOPか「ネスト・プログラム」よりご利用ください。

イラスト:しらいしろう