

特定非営利活動法人ふれいす東京 2017年度活動報告会のご案内

今年もふれいす東京の活動報告会を開催します。各部門のスタッフたちが、次々と登壇して経験を語ります。

また、後半のトークコーナーでは、インターネット上で自殺予防のアウトリーチ活動を行っているNPO法人OVAの伊藤次郎さんをお迎えして、先駆的な支援活動についてお話をお聞きします。ぜひご参加ください。

【日時】5/27(日)14:20~16:45 (開場14:00)

【会場】新宿区戸塚地域センター 7階 多目的ホール (東京都新宿区高田馬場2-18-1)

JR山手線・東京メトロ東西線・西武新宿線「高田馬場駅」下車 徒歩3分

【参加費】無料 (どなたでも参加できます)

【プログラム】認定NPO化についての経過報告/部門報告

トークコーナー「ネットで助けを求める若者たち」ゲスト:伊藤次郎さん(特定非営利活動法人OVA) 聞き手:生島嗣

※活動報告会終了後に会費制の懇親会を17:30から予定しています。お酒を飲む人も、飲まない人もネットワークを広げませんか?

活動報告会の前半までにお申し込みいただければ、どなたでも参加できます。

※陽性者限定のイベントではありません。詳細はふれいす東京のWebサイトをご覧ください。



2017年度活動報告会 スタッフ、サポーター集合写真



2018年5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。)

★まだ1名参加できます。至急ご連絡ください★

●感染がわかって6ヶ月以内のPGM 【要予約】

第94期 土日夕方コース ※至急電話でお問い合わせください

5/19 (土) 17:00~19:00

6/ 3 (日) 17:00~19:00

6/16 (土) 17:00~19:00

6/30 (土) 17:00~19:30

・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(定員になり次第〆切) 担当:加藤、生島

告知後6ヶ月以内の陽性者に
お知らせください。



★おすすめ★

●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

※東京方面からのご参加も歓迎です。



★おすすめ★

●大人女子会 [予約不要]

5/16 (水) 17:00~19:00

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。



●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～

5/12 (土) 13:00～15:00
6/ 9 (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]

6/ 9 (土) 16:00～18:00 ※時間変更、ご注意ください。
8/18 (土) 13:00～15:00

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]

6/23 (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かに悩んだ経験があります。いろいろと話してみませんか?



●看護師として働く陽性者の交流会 [予約不要]

5/25 (金) 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。

●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～

5/21 (月) 19:30～21:30
6/28 (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]

6/18 (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】

7/ 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?

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@ptokyo.org



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/専門家と話し合う/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/異性愛者/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



陰性パートナー・サポートミーティング(2018.4.7(土)開催)

「光の差し込む方へ」

波照間ブルー (女性/ヘテロセクシュアル/参加2回目)

2017年7月 告知。拠点病院に行く前から、私の精神がおかしくなり、彼は自分の病気の心配をしている余裕は無かったと思います。どうもがいても、現代の医学で治らない病気は、受け入れるしかない。でも、問題は感染経路でした。それからの私は、糞をも掴む気持ちで、ぶれいす東京の電話相談に、毎日のように電話をかけていました。精神状態がおかしい私に、根気よく対応してくださった、ぶれいす東京の方々に、感謝してもしきれません。

パートナーミーティングは、告知から7カ月後に、初めて参加しました。皆さんの体験を聞かせていただいて、少しずつ考え方が、変わった自分に気がつきました。彼が、ゲイでもバイでも、彼は彼。私と過ごした日々は、嘘じゃない。「もう、自分を誤魔化さないで自由に生きていいんだよ？」私から彼との別れを切り出しましたが、彼は「感染までして、何も言える身分じゃないけど、出来るなら、あなたと一緒に歩いて生きたい」と言われています。

告知直後は、気持ちも動転して、私のように、精神がおかしくなる場合もあると思いますが、情報を入れて、一人で悩まない事が、大切だと思いました。私も多くの方に支えられました。必ずいつか明るい光は差し込むと、信じています。



「秘密!?!」

よね (50代/ゲイ)

今回で、パートナーミーティングには2回目の参加です。2回目ということもあり、知っている顔ぶれでしたので、自分の思っている事は話しが出来たと思います。

皆さんの言葉や思いなどがわかり、自分の出来る事、やれる事をしたいと思いました。

2ヶ月に一度なので、毎月やってほしいという願いがあります。やはり、その間の1ヶ月でいろいろと変化していますし、その度誰かに聞いてほしいと思うからです。他人に、言えなくてもここでなら全て隠せず話せるので、ストレスも溜まりません。

今まで、こういう場所を探していたので、ここが今の自分の心の居場所だと思います。これからも、愚痴を聞いて下さい。

「パートナー同士で仲間を」

Yuji

去年の2月よりグループに入って1年を過ぎて参加しています。最初時は参加しても大丈夫かなど緊張していました。事務所スタッフと生島代表、先輩パートナーがいたので安心しました(笑)

聴覚障害の僕で手話通訳が付いているのでグループの話を聞いて参考になったり勉強になったり楽しく話したりして参加してよかったと思っていました。これからも続いて参加して楽しみたいので宜しくお願いします。

認定NPO計画の応援ありがとうございました

多くのみなさまのご協力のおかげで、認定NPO法人の申請に必要な、十分な人数のサポーターのお申し出をいただきました。本当にありがとうございます。これをもとに、今年9月に予定している、認定NPO法人の申請に向けて準備を進めてまいります。今後も、認定NPO法人であり続けるためには、3,000円以上の寄付者(サポーター)が、年間100人以上必要となります。引き続きご支援いただけますよう、よろしく願いいたします。

特定非営利活動法人ぶれいす東京 代表 生島 嗣
スタッフ一同



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6/23(土)15:00~17:00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。



「意外と知らない僕らのリアルなセックスライフって?」冊子発行とWebの公開

「地域においてHIV陽性者と薬物使用者を支援する研究班」が2016年度に実施した、GPS付きアプリを利用するゲイ・バイセクシュアル男性(トランス男性などを含む)を対象とした「LASH調査」をもとに、冊子「意外と知らない僕らのリアルなセックスライフ~LASH調査報告書~」を制作しました。

00 6,921人の属性について/01 LOVE & LIFE/02 SEX/03 HIV検査と知識/04 ドラッグ・薬物使用に章立てされ、かなり踏み込んだ内容です。まもなくWebでも公開しますので、ご覧ください。

恋愛や性行動、健康などに関する97問のWebアンケートに、全国6,921名の方から全問回答いただきました。ご協力どうもありがとうございました。 <http://lash.online/>

意外と知らない
僕らのリアルな
セックスライフ
って?



LASH

■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。

◆陰性パートナー・サポートミーティング [予約不要]

6/ 2 (土) 13:00~15:00

8/ 4 (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ってありますよね。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。



※3面に参加者の感想文を掲載していますのでご覧ください。

★おすすめ★

●異性愛者のための交流ミーティング [予約不要]

5/26 (土) 13:00~15:00

6/15 (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。



●ミックス・トーク10 (MT10) 【要予約】

6/16 (土) 13:00~15:00 《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。

★おすすめ★

●ストレス・マネジメント講座第30期 【要予約】

～ストレスとうまくつきあうためのワーク～

長期に病気とうまくつきあうために必要なスキルをみがきませんか？ストレスによるこころやからだの変化に気づいて、無理のない対処をしていけることをめざした3回構成のワークショップ。ストレスについて学習しながら、個人ワークを中心とした自己理解を深めます。一緒に、自分らしい「ストレス処方箋」をつくりませんか。

担当：野坂祐子(ぶれいす東京スタッフの臨床心理士)

【1回】6/11 (月) 19:30~21:00

「ストレスによるこころとからだの変化」

かんたんなストレスチェックをしながら、自分の状態を確認します。

【2回】7/ 2 (月) 19:30~21:00 「ストレスと思考パターン」

ストレスになりやすい自分の思考パターンや行動のクセを見つけます。

【3回】8/ 6 (月) 19:30~21:00

「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。

【定員】10名

★NEW★

●ベーシック講座「知っとこ！社会福祉制度」 [予約不要]

6/27 (水) 19:30~21:30

ひとくちに社会福祉制度といってもいろいろで、なんだかわかりにくいと思ったことはありませんか？制度を利用する際に、基本的なことを知っておきたい方はぜひご参加ください。

講師：牧原信也



★NEW★

●◆第27回カップル交流会 【要予約】

「晩夏のティー・パーティ」 (べ切：8/18(土))

8/26 (日) 時間未定

【参加対象】 (+/+)(+/-) のカップルでご参加ください。

【参加資格】 8/25(土)までに、それぞれ利用登録が必要です。

【参加費用】 500円

日曜日のアフタヌーン。美味しい紅茶や飲み物とちょっとしたスイーツを用意します。今回は原点に戻って、じっくり話そうという企画です。(幹事：よし&いく)



編集後記

☆U=Uというキャンペーンは『治療によって血液中にHIVが見つからないレベル、検出限界以下の状態が6ヶ月かそれ以上だと、HIVはうつることはありません』という知識を伝えるキャンペーンです。一般ゲイを対象にした調査でもこの知識がある人は約4割で、こうした背景はHIV陽性と気づいている人たちへの差別につながっています。しかし、これは予防は無しで良いという意味ではありません。HIV陽性でも他の感染症をもらう可能性があるからです。ぶれいす東京のwebからも紹介しますので、ぜひ、見てください。(いくしま)

☆5/6のレインボープライドパレードに参加しました。会場には例年以上に大勢の人が集まり、中でも外国の方や親子連れ、車椅子の方がとても多いと感じました。真夏のような強い日差しの下、気持ち良く歩くことができました。旧い友人との再会も多かったのですが、27年前に初めて出会った方と昔話できたのが心に残ります。LGBT「ブーム」で終わることなく、セクシュアリティがきちんと人権の問題だと認識される世の中になって欲しいと思います。(かとう)

☆LGBTブームと言われているが、一方でそれに対する批判を目にすることがある。僕がゲイであることを考え、受け入れられるかどうかにかんがって恐々としていた頃を、今思い返すと辛い日々だった。パレードと一緒に歩けることはとても素敵なことだと思う。でも沿道でそっと涙を流している人たちや、それすらできない人たちにどうしたら良いかを考える。砂川秀樹著「カミングアウト」はそのヒントが見つかるかもしれない。名著。(と言っても、まだ読み始めたばかりなのだが...) (さとう)