

東京は観測史上初めて6月に梅雨が明けました。
 今年の夏は長くなりそうですね。



2018年7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。)

★NEW★

●感染がわかって6ヶ月以内のPGM 【要予約】

第95期 土曜夕方コース (申込〆切：8/29(水))

9/ 8 (土) 17:00~19:00
 9/22 (土) 17:00~19:00
 10/13 (土) 17:00~19:00
 10/20 (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。



●感染がわかって6ヶ月以内のPGM 【要予約】

第94期 土曜夕方コース (残りの日程)

7/21 (土) 17:00~19:00
 7/28 (土) 17:00~19:30

★NEW★ ※陰性パートナー・家族の方もご参加できます。

●◆■ サマー・ティー・パーティ 【要予約】

【日時】8/26(日) 14:00~16:30 (開場：13:30)
 【参加資格】陽性者・パートナー・家族・ファシリテーター
 【参加費】500円
 【会場】お申し込みの方に直接お知らせします。
 陽性者もパートナーも家族も、一緒に楽しいひと時を過ごしませんか？お茶+会話+ゲームの企画です。

※3面に昨年の参加者の感想文を掲載していますのでご覧ください。

★NEW★

●第10回就職支援セミナー 【要予約】

【日時】8/24(金) 19:00~21:00 (開場：18:30)
 【対象】HIV陽性者で、就職や転職活動を考えている人
 【会場】新宿区内(お申し込みの方に直接お知らせいたします)
 【定員】先着80名(定員になり次第、受付を終了します)

参加企業および日程は只今調整中です。
 決まり次第、Webに情報を掲載します。詳しくはWebか来月号をご覧ください。



★おすすめ★

●群馬サテライト・ミーティング 【要予約】

8/ 5 (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でお願いします。
 ・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。



●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？



ふれいす東京「新人ボランティア合同研修」

【オリエンテーション】9/1(土)14:00~16:00
 新宿NPO協働推進センター501会議室(5F)
 【研修】9/9(日)、9/16(日)、9/23(日・祝)
 ※詳しくは、ふれいす東京Webサイトにて(要事前申込)

ボランティアを募集している活動

・HIV/エイズ電話相談(感染不安のための電話相談)
 ・Webのデザイン、更新作業
 ・事務作業や発送作業のお手伝いなど

・バディ(HIV陽性者のための直接ケア)
 ・Gay Friends for AIDS (ゲイによるゲイ・コミュニティ向け予防啓発活動)
 ・Sexual Health Project(性の健康、HIVの啓発を行うプロジェクト)
 ・ネスト・プログラム(陽性者と周囲の人のプログラム)の運営のサポート

ふれいす東京のボランティアを、自分にできる範囲で、できることからしてみませんか？1年以上活動いただける方なら、どなたでも参加可能です。HIV陽性者、パートナー、家族の方の参加も歓迎します。HIVステータスなどを、開示する/しないはご自分でお決めください。

●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～

7/14 (土) 13:00～15:00 ※8月のミドルはお休みです。
 9/15 (土) 13:00～15:00 ※日程変更、ご注意ください。

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～※9月は第3)

●就職活動サポートミーティング [予約不要]

8/18 (土) 13:00～15:00
 10/ 6 (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]

9/29 (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]

7/20 (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～

7/24 (火) 19:30～21:30
 8/22 (水) 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]

8/20 (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。



●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のに必要なスキルをみがくために、自分らしい“ストレス処方箋”をつくりませんか。

【定員】10名(3回目だけの参加も可)

【3回】8/ 6 (月) 19:30～21:00 「ストレスへの対処行動あれこれ」



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	事前に利用登録の日程を調整します。ふれいす東京事務所(03-3361-8964/月～土12:00～19:00)にお電話をいただくか、nest@ptokyo.orgにメールをお送りください。	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

「初めの一步」

トワ

私は2015年に告知を受け、服薬歴は1年の30代男性です。
私はこれまで同じ立場の方と話をした事が無く、またSNSやネットでやり取りをした事も無く、交流は今回が初めてでした。なので、このティー・パーティに参加する事は私にとっては一大決心で、不安と期待が入り混じった気持ちで一杯でした。
会場ではボランティアスタッフの方が気さくに話しかけてくれたので、初参加で1人の私でも話の輪に入ることができて、ホッとしました。パーティはレクレーションありミニライブありの、明るく和やかな雰囲気だったので、自然に他の参加者と話すことが出来ました。話の中でも1番印象に残っているのは服薬歴8年の方が、明るく笑顔で、当時から今に至るまでの話をしていた事です。そのあっけらかんとした笑みが、私の今まで悩んで不安だった迷いを打ち消してくれたように思います。また様々な年代の方や、異性愛陽性者の方、陰性パートナーの方の話を聞けた事も、とても為になりました。
今回の参加で、今の自分の立ち位置が臆げながらも分かったような気がします。
今回はこのような素敵なパーティを催して頂き、ありがとうございます。次がありましたらまた是非参加したいと思います。

「もう独りではない。」

ケイ (感染告知年: 2015年/年代: 30代)

陽性者の集まりに参加するのは2回目で、どんな人がいるのか、上手くコミュニケーションが取れるか、とても不安でした。
他の参加者との距離が縮まったのは、鼻歌メロディ当てクイズ。チームを組み、様々な世代の方と一緒に『この曲なんだろう?』とワイワイ話せて、一体感が生まれて距離が近くなったと思います。
パーティでは、様々な年代、セクシャリティの方と趣味の話、病気のこと、パートナーシップについて話ができて、さらにパーティ後は、同年代の方々とお茶もできて、参加してとても有意義でした。
当初は病気に対してはネガティブなイメージしかありませんでしたが、同じ病気を患う仲間との交流を通じて、独りではない、とポジティブ思考になることができました。
このような機会がまたあれば、積極的に参加していきたいと思いません。



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

※「夫がゲイで陽性者という妻のミーティング」は7/19(木)14:00~16:00の開催です。(開場13:30)

※「中国語を話すHIV陽性者のミーティング」は9/29(土)15:00~17:00の開催です。(開場14:30)

※「子育てしている陽性者のミーティング」ママ、パパを問わずに集まりませんか?メンバー募集中。

※「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。

認定NPO計画の応援ありがとうございました

多く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

「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。Webでも公開していますので、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

「Living with HIV~身近な人からHIV陽性と伝えられたあなたへ~」《Webサイト》のご案内



「Living with HIV」は、HIV陽性者のパートナー・家族・友だち・職場の仲間など、身近な人からHIV陽性と伝えられた人とHIV陽性者による計24編の手記と、基礎知識やデータを取りまとめた短いコラムなどからなります。より多くの方にご覧いただき活用いただけるように、Webサイトを開設しています。

※詳しくは、ぶれいす東京Webサイト下部のバナーをご覧ください。

★NEW★

●ミックス・トーク10 (MT10) 【要予約】

9/ 8 (土) 13:00~15:00 《定員10名で〆切》

「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。

●異性愛者のための交流ミーティング 【予約不要】

7/28 (土) 13:00~15:00
8/17 (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。



■もめんの会 (母親を中心とした親の会) 【予約不要】

8/ 7 (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。

夏休みのお知らせ 8/10(金)~8/16(木)

ぷれいす東京事務所、ネスト・プログラムともに上記期間がお休みです。ポジティブラインは祝日・日曜日以外は通常通り行なっていますのでご利用ください。

※第27回カップル交流会中止のお知らせ

8/26(日)に予定していましたカップル交流会「晩夏のティー・パーティー」は開催が中止となりました。
同日に「サマー・ティー・パーティー」(詳細は1面をご覧ください)が開催されます。カップルでエントリーができますので、どうぞこちらにご参加ください。

●大人女子会 【予約不要】

7/11 (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、子供がない女性、先輩女性も歓迎です。



◆陰性パートナー・サポートミーティング 【予約不要】

8/ 4 (土) 13:00~15:00

10/ 6 (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。

もめんの会参加者の声

「最初の頃、自分が動揺しているとき、友人に相談しました。理解してほしいと思ったけれども、結局言ったのはいいけれども、いつまでも、相手はそれを忘れないし、心配半分、興味半分という感じになっています。」
「他では話せない話題です。子供が秘密にしているのに、親が勝手に他では話せないと思っています。ですので、ここに来ると安心できます。」
「子供がどこまで言うのか、言わないのかは、本人が決めたらいと思っています。」
「子供が、俺みたいな病気を持つと、結婚は絶対にできないから。とか言われました。どう受け止めたらいのかをミーティングで話せるのは自分の救い。」

「ぷれいす東京NEWS」配信中

※どなたでも登録できます。

「ぷれいす東京NEWS」メール配信の登録は、
ぷれいす東京 ニュースレター で検索
「ニュースレター」のページからご登録ください。

編集後記

- ☆ A型肝炎が大流行中だ。都内で6月末で224人が報告され、ここ数年の60~70人という報告を大きくうわまわっている。東京周辺、名古屋、大阪、福岡でも報告が出だしているようだ。全国に拡大するかもしれない。感染初期の症状は、インフルエンザのような症状、だるさ、尿がウーロン茶のような等々の症状があるようだ。人によっては、1ヶ月も入院したという人もいますので、早めの発見が大事。予防をしたい人はワクチン接種がある。お金がかかるけどオススメだ。(いくしま)
- ☆ 今年も青森レインボーパレードに参加した。昨年初めて参加した時に、沿道の空気感がとても冷たく、地方都市はまだまだだなぁと感じていたが、今年は明らかにフレンドリーな感じが見えた。手を振ってくれる人が増え、警察も隊列の警備をしてくれていました。5年目で光が見えてきたところ、これからも続けて欲しいと願っています。(さとう)
- ☆ 先日さくらんぼをいただきました。昔、4~5年くらい山形に住んでいたことがあります。時期になるとあちこちにさくらんぼが並び、道端でも露店を構えて販売していたりしました。住み始めの頃、家族や友人に贈りまくったら、相当な散財をしてしまいました。さくらんぼの味が、そんなちょっと苦い思い出も蘇らせてくれました。(かとう)