特定非営利活動法人
ぷれいす東京

Newsletter
2015年8月号　No.86

CONTENTS

「医療通訳の整備は 誰のために
～“国際化”のなかで取り残される現場のニーズ～」……01
ぷれいす東京Webサイト　全面リニューアル！……02
ぷれいす東京　2014年度総会・活動報告会……04
ネスト・プログラム……05
連続学習会「ぷれいすトーク」始まる！……07
LGBT HEALTH TALK　開催……08
東京レインボープライド2015　パレード＆フェスタ開催！……08
部門報告（2015年4～6月）……09
新人ボランティア合同研修・オリエンテーションのご案内……12

「医療通訳の整備は 誰のために ～“国際化”のなかで取り残される現場のニーズ～」

澤田 貴志（シェア＝国際保健協力市民の会 副代表／港町診療所所長）

東京オリンピックを前にして訪日する外国人観光客のために医療の整備を、ということが論議されるようになっている。また、日本での医療を希望する外国人に対応できるように言葉や文化、宗教の違いなどに配慮したモデル病院をつくろうという動きが始まっている。

こうした議論の背景には観光産業を強化していこうという政策や、医療観光を成長産業にと期待する動きがあるのだろう。しかし、こうした外国人の来訪者のための対応が、日本に住むHIV陽性外国人にとってどの程度役立つものになるのかはまだ未知数である。

昨年一年間に、日本での医療を目的としたビザを取得した人の数は611人、一方日本に在住する外国人は200万人。多くの医療機関にとって、将来の外国人観光客への対応よりも現在の在住外国人への医療提供こそが身近な課題だろう。欧米には医療通訳の利用が義務化されている国も少なくないが、日本では医療機関に通訳を派遣する制度が整っていない。診療体制の整った拠点病院ならいざ知らず、多くの一般病院では言葉が不自由な外国人には、「言葉のわかるお友達か家族を連れてきて下さい」と対応しているのが現実である。陽性者に対する告知が、「通訳」役の職場の同僚や配偶者に先に行われてしまうという事件が後を絶たない。

さて、エイズ拠点病院やHIVの相談を受けているNPOなら既に感じていることであるが、HIVの相談を寄せてくる外国人の国籍がこの10年程で大きく変化している。そのことをはっきりと示す調査結果が昨年出た。「外国人におけるエイズ予防指針の実効性を高めるための方策に関する研究班」（仲尾班）が全国のエイズ拠点病院の協力の下に実施した調査によると、これまで上位を占めていたタイやブラジルなどの出身者がいずれも減少した。これらの国でHIV医療が大きく向上し、日本国内でも出身国側と連携した相談体制を整えてきたことなどが影響しているだろう。一方で中国、フィリピン、インドネシア、ベトナムなど近隣諸国の出身者が大きく増加している。日本を含むアジア全体に流行が波及する中で、日本に在住する外国人の人口の規模にあわせて多国籍化が進んでいるのである。この結果、必要となる言語の種類が大きく増加してきている。今回の調査では、こうした通訳の確保が進んでいない国の出身者の初診時CD4がいずれも低値であることが示された。アジアでは、中国・韓国以外のさまざまな言語を話す地域の出身者が、南米では日本語のできるブラジル人よりそれ以外の国の出身者が有意に初診時のCD4が低くなっていたのである。健康保険に入れない人々で初診時CD4が低いという結果は以前と同様であったがその人数は大きく減少している。言葉の不自由な人の医療へのアクセスが遅れているということが今回の調査で極めて特徴的なことであった。この問題はHIVだけに関わることでなく外国人がさまざまな病気で医療にかかる上で言葉が大きな障害となっていることが推察される。

HIVはさまざまな障壁を抱えた人々の状況をより深刻にする。だから、障壁に阻まれる人々とともにその障壁を小さくするためのアドボカシーを進めることが重要なのである。外国人にとって言葉は、医療を受ける上での大きな障壁であるから言葉の確保が必要なのである。それはHIV陽性・陰性に関わらず、外国人の医療全体に共通する課題である。冒頭で紹介した外国人医療整備の取り組みについて私が気になることは、どれだけ外国人自身の必要性に根ざした対応がされるのかと言う点である。もしこれがビジネスの発想のみで進められるならば、英語など収益が上がる少数の言語の通訳体制がシステムとして整備され、医療の現場で必要性が高いアジア各国出身の人々への通訳がそこに含まれないという結果になりかねない。

医療の整備は基本的な人権に関わる問題であり、それは当事者達の声から出発する必要がある。外国人医療の整備に関わる人々はHIV陽性者の取り組みからこのことを学ばなければならない。

ぷれいす東京Webサイト　全面リニューアル！
http://www.ptokyo.org/

ぷれいす東京のWebサイトが2009年以来6年ぶりに全面リニューアル。さまざまな立場のひとに配慮しながら、よりダイナミックで開かれたサイトへと生まれ変わりました。

新サイトを是非覗きに来てください！
新たな発見があるかもしれません！

ぷれいす東京Webリニューアル・チーム
（生島／大槻／原田／佐藤）

「わたしたちはここにいます」　佐藤 郁夫

「ぷれいす東京」のサービスの情報発信を強化する目的で、サイトの扉「ランディングページ」を作ろうと、プロジェクトが始まったのが昨年6月だった。様々な議論を飛び交わしているうちに、「web NEST」のサイトの運営のあり方を見直す必要がでてきていた。そして、ネスト・プログラムのスタッフがWebサイトの運営に関わった方が、より良くなるのではという意見がでて、「ぷれいす東京Webと統合するのが得策だ」ということになった。そしてページを追加するための検討が、組織のあり方をも含めた改革に繋がった。

新Webサイトのテーマは、「陽性者向け」「陰性者向け」という縦割りをなくし、「HIVをリアルに感じ生活するさまざまな人たちの声に触れやすくする」ことであった。HIV陽性者や周囲の人のプライバシーに配慮しながらも、Living Togetherの考え方「もうすでに一緒に生きている」という語りや、さまざまな感情も含めて、言葉を届けられる工夫をした。

「広告スペース／ビルボード」「ぷれいすVoice」「投稿フォーム」「プログラムの仮予約」などは、数十時間に及ぶ会議のなかから生まれたものである。

「ぷれいすVoice」では、個人が声を投稿できる。確認検査待ちの人や、HIV検査が怖くて足を運べない人、病気を知ったショックで塞いだり、孤立している人たちに、HIV陽性者が支援的なメッセージを語りかけられるようになる。新しい共助の形がここに誕生しようとしている。

とりあえずオープンまでこぎつけたが、まだまだ十分ではない。より良くしていきたいので、どんどん意見や感想を寄せて欲しいと思っている。

ところでこのプロジェクトが始まったとき、「生島代表の意見が変わるから、議事録をしっかり取るように」と技術者に忠告したのだが、あれこれと意見を出して、積み上げたものを一番多くひっくり返したのは、他ならぬ佐藤であった。

数々の難題を嫌な顔ひとつせずに検討、修正をしてくれた富田さん、写真家の長谷さん、アート・ディレクターの張さんと潟見さん、地道な入力作業をしてくれたスタッフのみなさんのおかげで、ここまでたどり着けた。心から感謝したい。

「リニューアル制作に携わって」

T2 PRODUCTION　富田 智和

・運営サイトまるごとリニューアルへ

「ぷれいす東京の活動がまとまったランディングページを。」

ユーザーがぷれいす東京とどう関われるか、解りやすくしたいとのご相談がプロジェクトの始まりでした。

旧サイト内の情報整理や、現在では主要活動であるネスト・プログラムを別サイトで伝える『web NEST』など、改善したい課題を確認。議論を深める中で、重要なコンセプトとなる「開かれた情報発信」という目的もはっきり見えてきました。

ウェブサイト『ぷれいす東京』はNPO団体として、『web NEST』はHIV陽性者とそのパートナー・家族のために。公開された情報であっても、これまでは知る人のみがアクセスするといった比較的限られた空間でした。しかし近年では、ぷれいす東京には様々な立場の人々が関わるようになり、web NESTでは『よくある質問集』へのアクセス数も増加。これはHIV/AIDSを取り巻く状況が多様化し、より多くのサポートが求められている表れでもありました。

このような経緯から、当初ランディングページのみであったご相談は、『ぷれいす東京』『web NEST』2サイト統合案にまで拡大しましたが、今求められる構成を熟考できた重要な流れであったと感じています。

・様々な属性の人へ、様々な配慮

団体の活動を深く知りたい。ネスト・プログラムに参加したい。寄付し応援したい。HIV/AIDSの理解に協力してほしい。様々なニーズが想定される中で、新しいウェブサイトでは目的に応じて情報を探せる構成にしました。

例えば『お立場ナビ』では、ユーザご自身の立場に応じて、より役立つコンテンツをピックアップしています。

また、見出しの選定、入力フォームの形式など。立場、セクシャリティをふまえて様々な配慮が成されました。目立たない部分かもしれませんが、ぷれいす東京の活動で培われた「おもいやり」が、随所に活かされています。

プライバシーを確保しやすいスマートフォンでの閲覧も増加する中、ウェブサイト全体でモバイルレイアウトも導入しています。

・集まる声をよりオープンに

ぷれいす東京では、プログラムや冊子への感想、電話相談など、多方面から声が集まり続けています。それらの中には、公開・共有する事でHIV/AIDSへの理解促進を期待できる力がありました。

中でも特に期待を寄せているのが、励ましとしての当事者の声です。めざましい医学の進歩によって、HIV陽性者は適切な診療と服薬を続けることで、普段と変わらない生活が送れるようになりました。こういった現状や当事

者の声は、感染初期や感染不安で一歩を踏み出せないでいる人々にとって、救いと励みになるかもしれません。

これまで支えられる事が多かったHIV陽性者が、多くの人を支える事ができる。新たなコンセプトも加わり、『ぷれいすVoice』『よくある質問・みんなの回答集』では積極的に多くの声を公開。さらに投稿フォームを設け、ぷれいす東京やユーザーご自身について、思いを発信いただけるようになりました。

・人々に寄り添う、ぷれいす東京

HIV陽性者にとって、人間関係や就労など、残念ながらまだいくつも偏見の壁があります。ウェブサイトへ掲載する情報の有効性や成された配慮も絶対的な答えではなく、社会情勢が変化する中で常にアップデートが必要になるでしょう。

だからこそ。ぷれいす東京の皆さんは、ここにいます。

ぷれいす東京の活動を通して、様々な立場の多くの人へHIV/AIDSにおける現状への正しい理解が深まるよう、新しいウェブサイトが役立てられましたら、本当に嬉しく思います。

最後になりましたが。通常の団体運営に加えて、長期にわたってリニューアル制作にご協力いただいたスタッフの皆さまへ。深く感謝を申し上げます。貴重な経験を与えてくださいまして、本当にありがとうございました。

スマートフォンでも使いやすく！

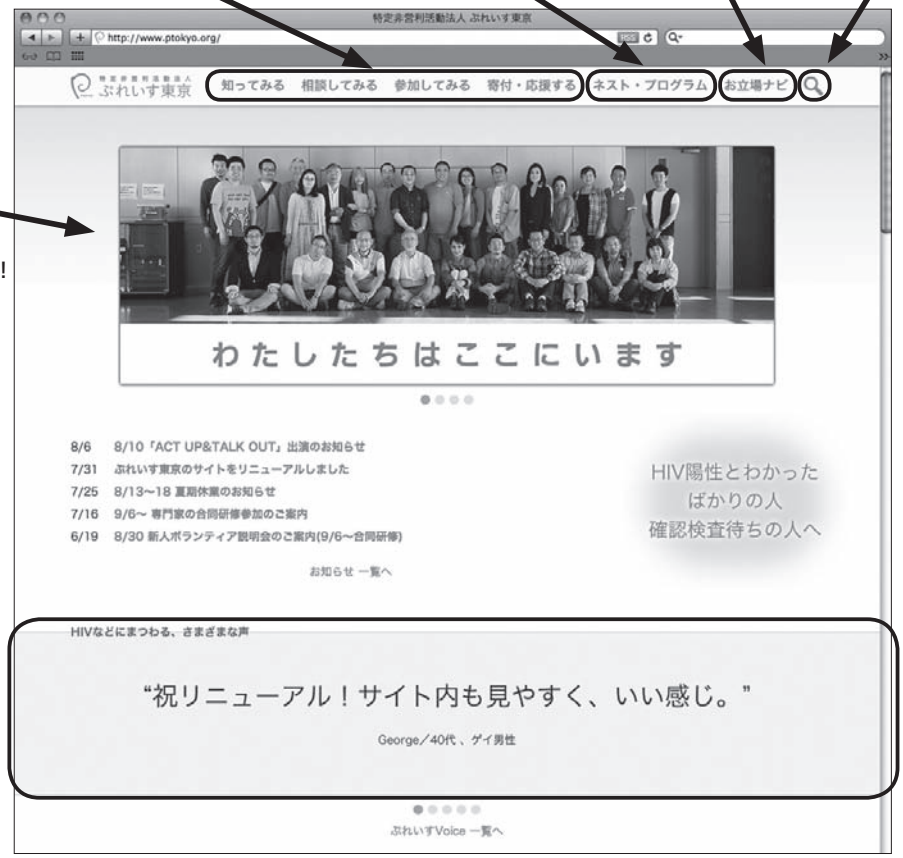
行動別にカテゴリーを整理
よりわかりやすく！

【ネスト・プログラム】
各プログラム覧から
仮予約ができる

【お立場ナビ】
属性により、
自分の情報を探せる

［サイト内検索］
キーワードに関連した
トピック、プログラム、
感想文などを表示

［Billboard］
スタッフの
集合写真で
イメージを一新！



※TwitterとFacebookの窓をもうけ、拡散しやすく
※［よくある質問・みんなの回答集］にWebから簡単に回答できる

［ぷれいすVoice］
様々な人たちの語り
感想などを投稿できる

ぷれいす東京　2014年度総会・活動報告会

総会・活動報告会が5月24日に新宿区戸塚地域センターで開催され、活動報告会はスタッフ・ゲスト合わせて98名の参加がありました。恒例となったリレー方式の部門報告に続いて、トークコーナー「ゲイ男性と貧困、そしてHIV感染」が行われました。

恒例の活動報告会の前半はリレー式部門報告。6部門16名が次々と登場 、短い持ち時間ながらも活動の様子がいきいきと報告されました。

後半は、ゲストのHIROさん（元路上生活者／ゲイ／HIV陽性者）、コメンテーターの濱中洋平さん（クライシスサポートセンター nolb）、山下敏雅さん（弁護士／LGBT支援法律家ネットワーク）をお迎えして、「ゲイ男性と貧困、そしてHIV感染」と題したトークコーナーが行われました。

HIROさんからは、東京に出てマンガ喫茶・日雇いで食いつないでいた状態から、自立を目指しながらも貧困に追いやられてきた生々しい体験が丁寧に追想されました。ホームレス、路上での「ウリ」、HIV感染、発達障害……。一人でもがいていた出口の見えない日々と、コンビニのフリーWi-Fiで「生活苦」と検索して初めて知った支援団体や公的サービスについて。また、ブラック企業の労働環境、若者の貧困と支援システムの不整合、有用なサービスに辿り着きにくい現状などの社会的課題も見て取れるものでした。コメンテーターの濱中さんからは、同じような体験をしている若者の多さと、そういったことを想像する力の大切さが、山下さんからは、法律家がより積極的に街に出ていく必要性などが述べられました。最後に、このトークコーナーを機に新たな支援プロジェクトを立ち上げる提案などもあり、今後につながる貴重な機会となりました。（矢島）

トークコーナーのゲスト HIROさん（右）と生島

トークコーナーのコメンテーター：濱中洋平さん（左）と山下敏雅さん

参加者より

「勇気の源『一人じゃない』」

四ケ所誠一郎（元住居喪失者等支援センター相談員）

感慨深い活動報告会でした。相談業務をしていて痛感するのは、来訪者の多くが孤独であることです。とくに若者たちは「さみしさ症候群」といえる状態に置かれています。社会との生きたつながりをたたれています。トークーコーナーで発言したHIROさんもその一人だったのでしょう。それが貧困、ホームレス、HIV感染の背景にありました。

しかし、HIROさんは、自ら社会とのつながりを求め、そのネットワークに身を置くことによって、困難を解決していく知識と仲間を得て、行動を起こし、生への意欲を取り戻しました。そればかりか、自らの体験を語り、同じ境遇にある人たちとのネットワークづくりを始めたいといいました。この勇気の源は何か……。それは「もう一人ではない」との確信からではなかったかと思います。人々を孤独にさらしてはいけない。このことを肝に銘じ、仕事をしていきたいと思います。ぷれいす東京のみなさん、ありがとうございました。

「教育の課題を再確認」　　渡辺大輔（埼玉大学）

ぷれいす東京の活動報告会に、こんなにも多くの人が集まっていることにまず驚きました。しかも年齢もセクシュアリティもHIV/AIDSの状態もさまざまな人が。それぞれの部門の報告を聞く中で特に印象的だったのが、報告者の年齢層の幅広さでした。長年この活動に関わってきた人から若い世代の新人さんまでが報告者となっていました。私は仕事柄いくつかの研究団体（特に教育系）などにかかわっていますが、どこも会員やスタッフの高齢化が見受けられます。もちろんそこに若い世代の人も入ってきてはいますが、ぷれいす東京ではスタッフ育成などコツコツと積み上げている成果なのだろうと感心しました。

後半のトークコーナーでは、セクシュアリティ、教育環境、労働環境、貧困、障害、HIV感染がこんなにも深く結びついてしまうという現実を突きつけられ、この連鎖を断ち切るために教育は何ができるかを考えさせられました。その一つは、多様性を前提としたシティズンシップについての学びなのだろうと思い至りました。

100名ちかい参加者で満員の会場

「充実した活動内容に脱帽です」　永野　靖（弁護士）

今回、初めて活動報告会に参加いたしました。ぷれいす東京の活動内容は、ニューズレターをパラパラと見たりして何となく知っているつもりになっていましたが、こんなに多くのスタッフがいらっしゃって、こんなに多彩で充実した活動をなさっているのだということをあらためて知り、圧倒される思いで報告を聞いておりました。

人間関係、生活、制度、医療、メンタルヘルス、薬物等様々な内容に対応する電話相談や対面相談、安心して話し合い交流することを目的とした多彩なネストプログラム、介助等を行うバディ・スタッフ、学習会やイベントの開催、各種研究報告、ウェブサイトや冊子の制作等々、一朝一夕にできることでは到底ありません。これでもかとばかりにいろいろな角度から HIV と格闘する気迫とエネルギーに本当に脱帽です。

私も、より適切に法的な側面からのお手伝いができるよう学習していきたいと思います。今後ともよろしくお願いします。

Gay Friends for AIDS の部門報告（左から sakura、ノブ）

ホットライン部門の報告（左から佐藤、貴也）

バディ部門の報告（左から牧原、さとし）

「『当事者の語り』に、グッと来ました！」

おやかた（企業内就労支援員）

活動報告を拝聴して、ぷれいす東京様が、当事者をめぐる様々な問題やニーズに対応し、たくさんの不安な気持ちに寄り添い、真摯に取り組み活動して来られたことがよくわかった。当事者はどんなに心強いことだろう。

今の時代、困りごとの原因が増え、１人の抱える「生きづらさ」に複数の要因が絡み合っている。１つの団体が専門的な複数の支援を提供することは難しいが、今はいろいろな団体が増え、それぞれに良い支援を展開している。重要なことは、どこでどんな支援があるか知らない人のために「つながるチャネル」を増やし、ニーズや必要な支援を発見し、それをいかに適切な支援につなげていけるか、そのために支援団体同士の連携を拡大・強化することだと、トークコーナーでは考えさせられた。

ところで、私には何ができるだろう？「働きたい」と強く思う人を、障害者雇用の場で支援することが私の仕事。働いて収入を得て、自分の人生をつくる。それをこれからも応援していきたいと、改めて思った。

このような機会をいただき、ありがとうございました。

ネスト・プログラム

さまざまなネスト・プログラムの中から、2015年３月に新たに始まったトークサロン「教師として働く陽性者の交流会」、シリーズ“専門家と話そう”Special「HIV陽性者と子づくり」の参加者の感想文をお届けします。

トークサロン「教師として働く陽性者の交流会」

境遇や立場がより近い陽性者同士で集まって、日ごろ疑問に思っていることや経験を共有することができるトークサロン。新たに「教師として働く陽性者の交流会」がスタート、１回目が３月27日、２回目が６月27日に行われました。第１回目の参加者の中から２名の感想文をお届けします。

「陽性者として、教師として」　ヒデトシ

（感染告知2007年／服薬歴８年／ネスト・プログラム参加３回目／男性／ゲイ／30代）

自分が教師として多忙な日々を送りはじめて、もうはや７年があっという間に過ぎ去った。毎日が戦いで、忙しさのあまり家の中も荒れ放題。時々上京してくれる両親に部屋の掃除をお願いするというありさまだ。情けない。そんな忙しい教師という職にいながら、自分は陽性者でもある。はたして同じような立場の人間はいるのかという漠然として疑問があった。そこで今回このミーティン

グに参加した次第である。

自分はその日も引率があったため、参加はかなり遅れてであったが、皆さん優しく受け入れてくれた。それどころか自分の話を辛抱強く聞いてくれたことには何よりもありがたかった。と同時に、到着一番自分のストレスをぶちまけるかのように、べらべらと悩みを話してしまい、後から振り返ってみて恥ずかしいと思った。皆さんすみません。

それにもかかわらず様々なアドバイスをくれたことには本当に感謝している。いつもこういったミーティングで思うのは、やはり陽性者としてというよりは、責任を持ってその仕事を果たそうとしている一個人として、それなりに苦労もあれば悩みもあるということだ。それは何も陽性者だから特別というわけではなく、誰しもが抱えうる悩みであり、たまたま自分は陽性者だったというだけ。今の自分の状況を前向きにとらえ、一歩一歩進んでいくしかないのだと改めて思った。その後の食事も楽しかった。ぜひまた皆さん食事に行きましょう。

「頑張る力がわきました」 hiro

（告知・服薬歴約半年／30代／男性／ゲイ）

昨年の夏に陽性と分かり、治療開始から半年程度の者です。

教師という職業の性質上、自分のゲイというセクシュアリティも、HIV という病気の事も現状では隠し通していくしかないというのが自分の決断でしたが、治療の状況もすぐには判明せず、ストレスの続く状況の中で、自分と同じ立場の人達と話す時間というのはとても貴重でした。

ミーティングでは数百人の人間と接する中でどのような事に気を付けているか、などの具体的な情報も交換でき、参考になりました。しかし何より、それぞれが治療をしながらも元の生活を取り戻しているということが実感としてわかり、不安に苦しんでいた自分の中で『また以前のように戻れる』という大きな安心となりました。

新学期が始まり、背中によじ登ってくるやんちゃたちを相手にしていると正直病気の事を思い返す暇もなく、夜の職員室で残業に精を出し、プリントの丸つけ片手に薬を飲む毎日です。

来年の春が迎えられるのかと不安になっていた昨年の夏でしたが『ああなんだ、いつもとかわらないんだ』とそう思えるようになってきました。ミーティングでの皆さんの様子を思い出しながら『自分も頑張るぞ』と気合をいれています。

シリーズ“専門家と話そう”Special 第15回「HIV陽性者と子づくり」

6/13に「HIV陽性者と子づくり」をテーマに学習会を開催した。HIV陽性の女性 4人、男性10人、パートナー女性4人と、多様な立場の方々が参加した。前半では、村松崇医師から、まだ未整理の領域なので結論がでていないものもあると前置きをしながら、この日のために調べていただいた内容を中心に話していただいた。

子づくりの際の、夫婦間の感染予防や、その具体的な方法について。（男性＋、女性－）、（女性＋、男性－）、（男女＋）など、個別の事例にも触れていただいた。また最近の抗HIV療法がパートナーへの感染予防になるという研究データもあることから、欧米では、暴露前予防をした上での自然妊娠がガイドラインにも表記されていることや、服薬による胎児への影響などについてもデータを紹介してもらった。

後半は、参加者から多岐にわたる質問があり、ひとつひとつ丁寧に回答をもらった。HIV陽性者の子づくりにはまだまだ多くの課題があるものの、治療技術の進歩により、変化が欧米を中心に起きていることが伝わる内容であった。（生島、佐藤）

「未来にどんな医療が待っているでしょうか」 ひろき

（感染告知1994年／30代後半ノンケ男）

薬害で HIV に感染し、感染告知を受けたのは高校一年生の夏休み。当時は効果的な抗HIV薬がまだ開発されていなくて、多くの陽性者がエイズを発症して亡くなっていた時代です。16才にして、そう遠くない未来に死がやってくると感じ、希望も何も失いました。

それから約20年が過ぎ、医療の進化は止まるところを知らず、ついに子づくりについて話ができる時代がやって来ました。なんということでしょう。20年前、絶望していた16才の私に教えてあげたい。

話を聞いた限り、自然妊娠で良いのかダメなのか、ちょっと煮え切らない部分もありますが、それでもこうした話をできること自体が大きな希望です。人生、状況にとらわれて決めつけちゃいけないなと思いました。どんな未来が待っているか、わくわくします。

とはいえ、子づくりには時間との戦いという側面もあります。なるべく早く、安全で効果的な方法が確立されることを願っています。

「知りたかったことが聞けました！」 K

（感染告知2013年／服薬歴1年4ヶ月／30代／バイセクシャル（？））

感染告知をされたときは、『どれくらい生きられるのか』『医療費はいくらくらい掛かるのか』など色々と心配になりました。しかし、ぷれいす東京さんをはじめ多くの方に支えられて、そのような心配や悩みを1つ1つ解決していくことができました。

そんな中で『もしかして HIV陽性者でも子供は作れるのか』という疑問（希望？）を 持つようになり、自分なりにインターネットで色々と調べました。子づくりは HIV陽性者のみならず繊細な問題で、かつ個々の状況や状態によってその方法も変わるため、インターネットだけでは私が気になっていることをピンポイントで知ることができなくてモヤモヤしていました。特に男性が HIV陽性と女性が HIV陰性の場合の子づくりについての情報が、インターネットではあまり見当たらなかったのですが、最新の研究結果を踏まえての話を聞けて本当に有意義で した。このような場を設けて下さって本当に感謝いたします。

連続学習会「ぷれいすトーク」始まる！
～第１回「家庭のなかの性教育」開催～

テーマごとに講師を招いてトーク＆交流をセットにして行う連続学習会「ぷれいすトーク」がスタート。第１回「家庭のなかの性教育」が６月27日に新宿区戸塚地域センターで行われました。参加者の感想と合わせて報告をします。

「家庭のなかの性教育」報告

池上 千寿子

梅雨が少し遠慮してくれた6月末の土曜日、新宿区戸塚地域センターでぷれいすトーク第１回として「家庭のなかの性教育」が開催されました。区内のセンターに置いてもらったチラシを見てかけつけてきたお母さん、子育て協力中のシン（グル）ママふたりづれ、家庭内性教育未経験の学生さんや男性…ちょっと緊張の面持ちで集まってくれた女性10人男性2人、まずはアイスブレイクで2グループにわかれ自己紹介。そして「わが家で遭遇したハッ！ギョ！ショック！ドウシヨー！！」などをだしあいはじめると一気にもりあがり、「そうそう、それそれ、そうなのよ」の共感ムードにつつまれました。

性にかかわること、しかもわが子のこと、こんなことがあってとっさにこうしちゃったけど、よかったのだろうか、ほかにどうしたらよかったのだろうか…。なんとなく胸につかえていたけれど誰にも言えないし、相談もできない、そんなそれぞれの「つかえ」がフワッとほどけていったようです。和気あいあいのグループ発表をうけて、池上に残されたのは15分（短い！）。でも場のなごやかな雰囲気に包まれてなめらかに（と思う）子どもと性について話すときのポイントとSHB2（SEXUAL HEALTH BOOK2）のコンセプトと活用法を整理できたつもり。

「子どものことより自分のことだったのですね」「性について安心して語りあえて嬉しかった」「かまえがとれて楽になれました」などなどの感想をいただきました。小さな輪をゆっくりじっくり広げていきたい、そんな気持ちにみんなでなれたとてもあたたかな午後でした。

参加感想文

「自分自身を知るということ」　ゆうこ

高１の息子を持つシングルマザーです。今回、「性教育」について、パートナーがいない、男性の見本を見せる事ができない、何か負い目を気が付かないうちに持っていることに気付かされました。他の参加されたシングルマザーの方に「私たちは知らないうちにお父さん役をしてしまっているのよね。」と声を掛けられたのです。また、旦那がいなくてもなんとかやっていけると思い込み、性教育は「旦那がいないから仕方ないじゃない。」と逃げていたのも事実です。

様々な世代の方々と語り合うことにより自然な形で自分自身を理解しました。自分自身の「性生活」の振り返りです。「自分自身を大切にする！」これが性に対しても大前提でした。家庭の中の性教育を語る事は自分自身の性の在り方、考え方を知る事。息子には正しい知識を持って、その時々に応じ対応したいと思います。リラックスした雰囲気だからこそ、自然な考えを導くことが出来ました。

「息子への性教育」　ゴロリン

高校生の軽度の発達障害をもつ息子の母親です。一年ほど前に、息子がパソコンでＨなアニメの映像を見ている姿を見てしまい、性教育を今後どうしたらよいか悩んでいました。通常学級では保健体育で学んだり、友だちから情報を得ることがありますが、特別支援学級にいると、そうした機会が少ないのです。

知人からチラシをいただき、この講座に参加しました。参加してみて、オープンでフランクに、それでいて真面目に性の話をする貴重な初めての経験でした。性への関心はいたって普通のことであり、正確な知識を親子で話し合えることの大切さを感じました。

息子に性の話をすることのハードルが、少し低くなったように思います。今は、いいきっかけを待って、話をする準備中です。ありがとうございました。

「親とあたりまえに話したかった。」

らんこ（学生／29歳）

今考えると私の家では、性に関する会話は殆ど無かったと感じます。実際に親と性の話をしたのは、私が20代前半で性感染症の予防に興味をもったことがきっかけでした。それまではタブーな話題として我が家では扱われてきていたので、私が性の話をし始めた時の、親の動揺した顔が忘れられません。

気が付くと、自分も子供に教育する世代に近づいています。性教育は、いつ、誰が？どうやって話すのか？私は誰から聞きたかった？と考えると、私の場合は自分の母親でした。私のことをよく知っている母だからこそ、小さい時から性教育をシャットアウトしないで、一緒に考えて色々自然と教えてほしかったと思います。

今回、様々な環境にある方と交流することで、自分の親も、子供とどう性の話をすればいいのか、切り出し方が思い浮かばなかったのだろうと気づくことができました。また、子供には一貫した態度で接し、子どもから性に纏わる疑問を投げかけられたら一緒に調べてみる等、非常にシンプルな教育方法を知ることができました。自分が性教育する環境になったら、ぜひ今回学んだことを活かしたいと思います。

講師とファシリテーター（左から、大槻、池上、藤田、丸井）

LGBT HEALTH TALK　開催

今年も開催された“TOKYO RAINBOW WEEK”。その最終日の5月6日に、medicolor（メディコロル）とぷれいす東京Gay Friends for AIDS（Gフレ）のコラボイベント「LGBT HEALTH TALK」が開催されました。当日、司会を行った2人からのイベント報告をお届けします。

medicolorさんとは、イベントに伺ったり逆にHIV関連の質問をいただいたりという仲だったのですが、山瀬さんがトランスジェンダーの医療アクセスについて研究をされたことを知り、医療機関や医療情報へのアクセスをお題に座談会でもやろうか、みたいな軽い気持ちがいつの間にか今回のイベントに。山瀬さんの研究やHIVのことをテーマに、全員異なるセクシュアリティーの5人によるクロストークをお聞きいただくことができました。

山瀬さんも僕も感じたことは、セクシュアルマイノリティーのヘルスケアに関する活動をしている人が横につながることで、様々な人にメッセージを伝えられるということ。また違うテーマを組み合わせながら、第2回第3回と続けていけたらと思います。　（sakura）

medicolorというLGBTと医療に関する活動を行う団体の代表をしている、山瀬です。今年のレインボーウィークにて、LGBT HEALTH TALKというイベントを、Gフレのsakuraさんと一緒に開催させていただきました。

LGBT HEALTH TALKでは、医学生のトランスジェンダー男性・医学生のアライ女性・HIVポジティブのゲイ男性などのメンバーが登壇者となり、トークイベントを行いました。「とにかく当事者の生の声を聴きたい！」という声が以前からたくさんあったので、様々な背景を持った方々にお話をしていただけたというだけでも、価値があったと感じています。アンケートを見ても、やはり当事者の声を直接聞くことができる場というのは貴重であるようです。

LGBT healthについて広く浅くやっている私たちが、HIV/AIDSに深く丁寧に関わっているぷれいす東京と一緒にイベントを行うことで、イベントのかたちや参加者の層を普段とは少し違うものにできたのではないかとちょっぴり思っています。どちらかというと、経験も知識もまだまだの私がおんぶにだっこで「無事イベント終了」というゴールまで連れて行ってもらったというところが大きいのですが…。

HIV/AIDSという入口だと、入りにくさを感じるひとがいたとしても、”医療”や”健康”という大きな入口であれば、「ちょっと入ってみようか」と思ってくれるひとがいるかもしれません。そんな気楽な感覚をつくる一つの手段として、これからもイベントを共に考えていくことができれば幸いです。　（medicolor　山瀬）

東京レインボープライド2015　パレード＆フェスタ開催！

4月25日（土）、26日（日）に代々木公園などで「東京レインボープライド2015　パレード＆フェスタ」が開催されました。主催者によると、2日間で55,000人が動員され過去最高を記録したとのこと。ぷれいす東京はシンポジウムやブースに運営・参加しました。

25日には、シンポジウム「AIDS IS NOT OVER ～あなたの隣のHIV」を開催（主催：パレード実行委員会、後援：東京都、企画運営：akta／JaNP＋／ぷれいす東京）。総合司会はマダム ボンジュール ジャンジ／荒木氏（akta）と生島。医療については国立国際医療研究センターで診療にあたる照屋勝治氏が登壇し、「早めに感染が判れば、死ぬ人はいません。」と、早めに自分の感染に気付き、医学的なケアを受けることの重要性を強調していた。その後、岩橋恒太氏（akta）の進行のもと、大槻知子氏（ぷれいす東京／反貧困ネットワーク）、佐藤郁夫氏（ぷれいす東京／JaNP+）、踊り子（DERIVERY BOYS／akta）が現場からのトークを繰り広げた。

「LIVING TOGETHER計画」のブースでは、aktaはセイファーセックスキャンペーン、ぷれいす東京は資材配布を行った。また、JaNP+を支援するための寄付つきTシャツ「AIDS IS NOT OVER」を販売し、139枚が売れた。

26日のパレードでは、「TOKYO NO HATE（東京大行進）」のフロートで、「AIDS IS NOT OVER」のパネルを掲げて、もやいの大西氏をはじめ様々な方々と一緒に歩いた。

治療が予防になるというコンセプトが世界的な主流になりつつある。しかし、市民がHIV検査を利用する際のハードルを下げるためには、HIVへの等身大の理解を促進していくことが大切で、そのためには、HIV陽性者も含めたNGO、行政、医療のより一層の連携が重要だ。

（報告：生島）

phot by Shimazaki Rody

部門報告
（2015年4～6月）

ホットライン
HIV/エイズ電話相談（ぷれいす東京および東京都委託）

ホットライン部門・活動状況　( )内は出席人数

スタッフミーティング
4月（15名）　5月（8名）　6月（9名）
世話人会
4月（3名）　5月（3名）　6月（6名）
東京都電話相談連絡会
4/17（3名）　5/15（3名）　6/12（3名）

相談実績報告

―ぷれいす東京HIV/エイズ電話相談―

	4月	5月	6月
日　　数（日）	4	5	4
総 時 間（時間）	16	20	16
相談員数（延べ人）	4.5	5	4
相談件数（件）	33	58	48
うち（男性）	28	53	39
（女性）	4	5	9
（その他）	1	0	0
陽性者相談	1	0	0
要確認相談	0	0	1
1日平均（件）	8.3	11.6	12.0

―東京都HIV/エイズ電話相談（夜間・休日）―［委託］

	4月	5月	6月
日　　数（日）	12	15	12
総 時 間（時間）	36	45	36
相談員数（延べ人）	26.5	37	28
相談件数（件）	190	269	213
うち（男性）	112	178	118
（女性）	78	90	95
（その他）	0	1	0
陽性者相談	0	0	3
要確認相談	1	1	3
1日平均（件）	15.8	17.9	17.8

ぷれいす東京、東京都ともに5月6月は件数が増加した。しかし時間が短い相談が多かった。またここのところ長期にシフトに入れないスタッフが増えたため、シフト運営がとても苦しかったが、スタッフの協力で何とか乗り切れた。

（報告：佐藤）

バディ
陽性者のための直接ケア・派遣プログラム

バディ担当者ミーティング（4-6月実績）

4/2　：中止　4/21　：4名
5/2　：4名　5/21　：4名
6/4　：3名　6/18　：5名
※ 個別ミーティング　4件

利用者数

12カ所の医療機関に通院/入院中の18名の方に22名のバディスタッフを派遣

活動内容（2015年6月末現在）

派遣継続中	18件
在宅訪問	16件
病室訪問	2件
派遣休止	5件

4月～6月中の動き

・新規派遣・相談　1 件
・派遣調整　15 件

今後のミーティング日程

午前ミーティング：
偶数月第1木曜 11:00／奇数月第1土曜11:00
9/5（土）　10/1（木）　11/7（土）
※木曜は参加者がある場合のみ開催。事前にご連絡下さい。
午後ミーティング：毎月　第3木曜 19:00
9/17（木）　10/15（木）　11/19（木）

バディの現場から

3月中旬から4月下旬にかけて、怪我や他疾患により入院になるケースが4ケースあり、バディも自宅から病室訪問になるなど、様々な動きがありました。6月末までに、すでに3ケースは退院、退院予定になり落ち着いていますが、今後もこうした動きが常にあることを予想しながら活動する必要性を感じた期間となりました。

（報告：牧原）

ネスト
陽性者とパートナー・家族のためのプログラム

ネスト・プログラム参加状況（2015年4-6月）

グループ・ミーティング

・新陽性者ピア・グループ・ミーティング（PGM）第80期（参加者7名）
6/20
・ミドル・ミーティング
4/11（22名）　5/9（19名）　6/13（26名）
・異性愛者のための交流ミーティング
4/17（8名、ピア・ファシリテーター1名）
5/23（12名、2名）　6/19（9名、2名）
・陰性パートナー・ミーティング
4/4（7名）　6/6（7名）
・もめんの会（母親を中心とした親の会）
6/16（4名）

学習会/ワークショップ

・シリーズ“専門家と話そう”Special
第15回「HIV陽性者と子づくり」
ゲスト　村松崇さん
（東京医科大学病院臨床検査医学科／医師）＋1名
6/13（18名、医療従事者1名）（P.6参照）
・ベーシック講座「知っとこ！社会福祉制度」
5/27（3名）
・ストレス・マネジメント講座第24期
5/11（14名）　6/15（9名）

交流会／ピア＋トーク／パーティ

・就職活動サポートミーティング（旧　就職活動を報告しあう会）
　4/4（3名）　5/20（4名）　6/20（6名）

・介護職として働く陽性者の交流会
　4/20（7名）　6/22（8名）

・看護師として働く陽性者の交流会
　5/16（8名）

ミーティング（陽性者メンバー、ぷれいす東京スタッフほか）

・新陽性者PGMファシリテーター・ミーティング
　第78期振り返り　4/10（5名、7名）

ピア・ファシリテーターによるプログラム等（厚生労働省委託事業）

・U40（アンダー・フォーティー）ミーティング
　～10代、20代、30代の男性HIV陽性者のミーティング～
　4/22（9名、ピア・ファシリテーター2名）
　5/26（11名、2名）　6/29（14名、2名）

・MT10（10人のグループ）
　6/6（8名、ピア・ファシリテーター1名）

・障害者枠で働く陽性者の交流会
　5/10（11名）

・教師として働く陽性者の交流会
　6/27（7名）（P.5参照）

・セクレタリー　（20回　23名）

・ピア・ファシリテーター　（9回　15名）

ネスト・ニュースレター

4/2：4月号発行　5/8：5月号発行　6/4：6月号発行

「web NEST」は、運営母体である、ぷれいす東京サイトと統合して、全面リニューアルしました。長い間、「web NEST」の運営にご協力いただき、また、サイトをご利用いただき、ありがとうございました。主要コンテンツの「よくある質問集」、「つれづれ日記」、「あれこれリンク集」、「HIV関連ワード」などは、「ネスト・プログラム」とともに新サイトに引っ越しました。新たなサイトもどうぞよろしくお願いいたします。詳しくは2～3ページをご参照ください。

（報告：佐藤、加藤、はらだ）

Gay Friends for AIDS

ゲイによるゲイ・コミュニティ向け活動　http://gf.ptokyo.org/

Gay Friends for AIDS 電話相談

4月　4件　（1日平均1.00件）
5月　10件　（1日平均2.00件）
6月　5件　（1日平均1.25件）

聴覚障がい者向けのメール相談対応

4月：0件　5月：0件　6月：0件

QOGL動画配信、後編もスタート

3月に収録したQOGL「見た目重視でイイですか？」の模様ですが、後編のクロストークの模様もYouTubeにアップされています。お時間あるときにぜひチェックしてみてくださいね。

LGBT HEALTH TALK

5月6日、今年のTokyo Rainbow Weekにあわせて、メディコロルさんと一緒にイベント「LGBT HEALTH TALK」を開催しました。それぞれの団体で普段取り組んでいるテーマに絡めた話をゲストをお招きして語るイベントでしたが、来場された方からは第2回開催への期待の声もいただきました。出演された皆様、ご来場くださった皆様ありがとうございました。イベントの模様は8ページをご覧ください。

NLGR+

5月30日～31日に名古屋で開催された恒例のイベント「NLGR+」。今年もNGO合同ブースに参加させていただき、QOGLのフライヤーや「Living with HIV」などを配布しました。天候にも恵まれ多くの方に手に取っていただけたと思います。

（報告：sakura）

HIV陽性者への相談サービス

相談実績2015年4～6月

	4月	5月	6月
電話による相談	124	95	139
対面による相談	69	77	71
E-mailによる相談等			
うち新規相談	26	20	28

※メール新規は含まず

4～6月の新規相談者の属性（N=74）

陽性者：	43人	（男性：42	女性：1）
パートナー：	8人	（男性：8	女性：0）
家族：	7人	（男性：5	女性：2）
専門家：	6人	（男性：5	女性：1）
判定保留：	5人	（男性：4	女性：1）
その他：	5人	（男性：4	女性：1）

4～6月新規相談者の情報源（N=74）

WEB（PC/携帯サイト含）	：37件
医療関係（Dr.、Ns.、MSW、クリニック他）	：6件
冊子／パンフレット／NL	：6件
他団体（はばたき、akta、海外NGO他）	：5件
人的ネットワーク（家族、本人、パートナー他）	：4件
他の陽性者	：3件
保健所／検査所	：3件
以前から知っていた	：3件
電話相談	：2件
カウンセラー	：2件
不明	：3件

4～6月新規相談の内容（複数回答あり）

【ぷれいす東京のサービス利用、積極的参加等】〔関東〕
・利用登録×11
　（PGM×3、ミドル×1、看護師×1、教師×1、子づくり×1、ベーシック×1、就職支援セミナー×2、利用登録のみ×1）
・ネストプログラムの利用について×2
・他陽性者と交流してみたい

【検査や告知に関する相談】〔関東〕
・（判定保留）即日検査で陽性、確認検査待ち不安×2
・（判定保留）妊婦検診の検査で陽性×2
・（判定保留）赤痢アメーバー陽性で不安になり検査

【告知直後の漠然とした不安】〔関東〕
・告知直後の不安や混乱×4
・医療機関の情報×2
・今後の生活、就労の継続×2

・思ったより冷静だが逆に怖い
・体調面への不安
・告知直後のストレス

【対人関係に関する相談】〔北海道/東北、関東、近畿、九州/沖縄〕
・パートナーや周囲への通知×5
・感染させられたと思われる相手のストーカー行為
・パートナーの検査結果待ちの不安
・今後の恋愛やセックス

【生活に関する相談】〔関東〕
・外国人、日本での医療費や服薬、制度利用×3
・住宅ローンについて
・手帳の申請
・生命保険の加入
・健康保険利用時のプライバシー
・医療系学生、就学の継続
・違法薬物で任意同行、今後の不安

【就労に関する相談】〔関東、九州/沖縄〕
・障害枠も含めた今後の就労、働き方×4
・医療従事者/医療関連企業従事者、就労の継続×2
・障害枠で採用されたが差別を感じる
・派遣から契約に変更時のプライバシー不安

【医療体制や受診に関する相談】〔関東、九州/沖縄〕
・海外出張/赴任時の医療や医療費
・告知後未通院でどこともつながっていない

【心理や精神に関する問題】〔関東、甲信越/北陸〕
・人間関係の閉塞感、人間関係を広げたい×4
・精神疾患あり、引きこもり気味
・精神疾患あり、これまでの自傷行為など
・薬物依存からの回復

【周囲の人からの相談】〔北海道/東北、関東、近畿、中国/四国、九州/沖縄〕
＜パートナー/配偶者/元パートナー＞
・(パートナー)多問題のパートナーとの付き合い方×2
・(パートナー)今後の注意や配慮×2
・(パートナー)配慮することへのプレッシャーとつらさ
・(パートナー)ペッティングで感染するか
・(パートナー)結婚を考えている、今後の子づくり
・(パートナー)パートナーがPMLで入院中、今後の医療機関や入所施設について
・(配偶者)職場の健保に入り扶養になることでの陽性の妻のプライバシー不安
・(パートナー)服薬開始での不安
・(元パートナー)元彼がHIV脳症発症で判明、予後や治療効果を知りたい
・(元パートナー)元彼が発症で判明、混乱している

＜家族(親、兄弟)/親戚＞
・(きょうだい) 本人の精神状態が最近よくない
・(きょうだい)通知後の混乱、子づくり、治療や余命
・(母親/父親)陽性の息子の元嫁との関係性
・(親族)手帳取得で勤務先にばれないか、高額療養費について
・(家族)洗濯を一緒にしていいか
・(いとこ)食器についた血液を傷のある指で触って感染するか

＜その他＞
・(友人)お見舞いで感染する可能性
・(友人)幼なじみが陽性と判明、情報が欲しい、自分も友人も発達障害あり
・(不安？)迅速検査で陽性？保健所で再検査を勧められている

＜専門家＞
・(弁護士)留置所での処遇について事例を聞きたい
・(企業人事)10年以上採用に関わっている方の来所相談
・(企業人事)複数名既に採用済み、採用支援の相談
・(居宅支援事業所)免疫機能障害の人が職員募集できた、採用にあたって情報がほしい
・(派遣会社)登録した人に免疫機能障害の人がいた、これってエイズ？就労に問題ないか？
・(福祉関連)路上生活者のための自立支援ホームの方との相談

(報告：牧原／生島／福原)

研究・研修部門

研究事業
厚生労働科学研究費補助金エイズ対策政策研究事業
「地域においてHIV陽性者と薬物使用者を支援する研究」
(研究代表者：樽井正義)

平成27年度より「薬物依存からの回復を支援する社会資源の調査」(樽井正義)、「MSMの薬物使用・不使用に関わる要因の調査」(生島嗣)、「薬物使用者における依存症クリニック受診経緯の調査」(肥田明日香)、「地域の諸機関連携によるHIV陽性者・薬物使用者支援事例の調査」(大木幸子)の各分担研究による新しい研究課題がスタートしました。

・6月12日：平成27年度第1回班会議を開催(於ぷれいす東京)。参加者10名。

平成24～26年度に実施した厚生労働科学研究費補助金エイズ対策政策研究事業「地域においてHIV陽性者等のメンタルヘルスを支援する研究」(研究代表者：樽井正義)の成果物や報告書等は「地域におけるHIV陽性者等支援のためのウェブサイト」(http://www.chiiki-shien.jp/)で公開中です。

また、生島は、厚生労働科学研究費補助金医薬品・医療機器等レギュラトリーサイエンス政策研究事業「効果的な献血推進および献血教育方策に関する研究」(研究代表者：白阪琢磨)の分担研究「ハイリスク層の献血に関する意識・行動調査」も平成27年度より開始しています。

研修事業
職場研修(東京障害者職業センター「雇用管理サポート」事業など)
・5月15日：IT企業にて講演。参加者10名。
・5月19日：IT企業にて講演。参加者12名。

その他の講師派遣・研修
・4月18日：「産業医・産業看護の立場から難病患者・中途障害者の就労継続支援を考える研究会」にて講演。参加者48名。
・4月26日：映画『トークバック 沈黙を破る女たち』Living Together朗読ワークショップにて講演。参加者5名。
・4月28日：岡山県研修会にて講演。参加者32名。
・6月24日：aktaにて講演。参加者7名。

(報告：生島／牧原／大槻)

2015年度
新人ボランティア合同研修・オリエンテーションのご案内

HIV/エイズに関する支援と予防啓発活動などに取り組むぷれいす東京では、活動に参加できるボランティアを募集しています。

性別、年齢、セクシュアリティ、HIV/エイズの知識や活動参加の経験の有無などは問いません。興味のある方は、どなたでも参加できます。ぜひオリエンテーションにご参加ください。

活動に参加する／しないは、オリエンテーション終了後に決めていただいてかまいません。ただし、ボランティア・スタッフとして活動を希望される方は、その後に行われる3日間の基礎研修を受講し、修了後必ず1年間は活動に参加できる方とさせていただきます。

研修では、多彩な講師陣の講義やワークショップを予定しています。ご期待ください。

ボランティアを募集する活動

・HIV/エイズ電話相談
（感染不安のための電話相談）
・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）
・女性や若者に向けた啓発イベントの手伝い
・ネスト・プログラムの運営のサポート
（陽性者と周囲の人のプログラム）
・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

■ 新人ボランティア・オリエンテーション

[日時] **2015年8月30日（日）**
14:00～16:00（受付は 13:45開始）
※参加希望の方は、あらかじめメールか電話でご連絡ください。

[会場] **新宿NPO協働推進センター 501会議室（5F）**
東京都新宿区高田馬場4-36-12
（JR高田馬場より徒歩15分／都営バス 飯64・上69「小滝橋」下車徒歩4分／東京メトロ東西線落合駅より徒歩13分）

[当日のお問い合わせ先]
ぷれいす東京 携帯電話：080-5387-8341
（13:00～）

■ 研修日程（予定）（各日10～17時の予定）
9月6日（日）
9月13日（日）
9月23日（水・祝）

※研修内容や場所等の詳細については、オリエンテーションで説明します。

※研修に参加したいがオリエンテーションは都合がつかない、また全日程への参加は難しいが活動したい、という方はご相談ください。

[申し込み・問い合わせ先]
TEL 03-3361-8964（月～土 12～19時）
E-mail：office@ptokyo.org
（担当：牧原）

専門家の合同研修参加について

各地域でHIV陽性者の周囲の環境整備に貢献する、保健、福祉、医療など関連領域の専門家からの参加希望に応えて、2013年度より受け入れを始めました。
参加は有償。先着5名まで。
詳しくはWebサイトにて。

編集後記

・日日是好日。幸せは、なるものではなく、感じるもの…。（こんどう）
・web NEST がぷれいす東京サイトと一体となった。過去、多くの人たちの協力、参加があって運営されてきた。日記を書く人、質問集への回答、表にはでないけども縁の下でボランティアとして支えてくれた人などなど。過去を踏まえて未来に向けて再スタートしたい。（いくしま）
・ベランダで育てている草花たちの暑さ対策もいろいろ。夏が苦手ないくつかの鉢は下にスノコを敷いたり、日陰になるよう場所を工夫したり。一方、元気いっぱいな高温多湿好きには、ひたすら朝晩の大量の水やり。こんなにたくさん水を飲む？と思うほど。僕もしっかり水分補給して夏を乗り切らないとね（やじま）

編集・発行：特定非営利活動法人　ぷれいす東京
〒169-0075　東京都 新宿区 高田馬場 4-11-5　三幸ハイツ 403
TEL：03-3361-8964（月～土 12～19時 ※ 祝祭日を除く）
FAX：03-3361-8835
E-mail：office@ptokyo.org

ぷれいす東京：http://www.ptokyo.org/
Gay Friends for AIDS：http://gf.ptokyo.org/
Twitter　@placetokyo（http://twitter.com/placetokyo）
Facebook：http://www.facebook.com/PLACETOKYO