



そろそろ桃やスイカは終わりですが、
ぶどう、なし…など、秋の果物が楽しみです。



2019年9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ていきます。）

★NEW★

●第22回 専門家と話そう「歯科医と話そうIV」【要予約】

【日時】10/9 (水) 19:00~21:00 (開場: 18:30)

【対象】HIV陽性者

【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30名 (定員になり次第、受付を終了します)

今回のゲストはHIV陽性者の診療を
歓迎している開業の歯科医師です。
後半では皆さんからの質問にできる
範囲でお答えします。ただしその場
での個別の相談はできません。



鈴木治仁さん(鈴木歯科クリニック院長/東京HIVデンタルネットワーク代表)

「急に歯が痛くなった! 近くの見知らぬ歯科医院に行くのは大変かも。
あらかじめかかりつけ歯科医を決めておくのがオススメです。」

牧山清志さん(牧山清志オーラルクリニック院長)

「定期検診に通うことで、歯を失う率は劇的に改善します! それだけ
ではなく、全身の変化はお口の中にも現れることも多いです。
自分を大事にする近道、是非かかりつけ歯科医を見つけてください!」

※医療従事者や弁護士など専門家は、事前にグラウンドルール
をご承諾いただき、オブザーバーとしてご参加いただくことが
可能です。(上限5名/1,000円以上のカンパをお願いします。)

※3面に前回の「歯科医と話そう」参加者感想文を掲載していますのでご覧ください。

★NEW★

●◆第28回カップル交流会「秋空のバーベキュー」【要予約】

秋空のもと開放的な気分でBBQをしませんか? 屋外なので大声で笑ったり、
飛んだり跳ねたり踊ったりしてもイイと思います(笑)火起こし~片付けまで参加者で行
いますので、付き合いが長いカップルもホヤ
ホヤのカップルも、いつもと違うパートナーの
一面が見れるかも? 私達もたくさんのカップ
ルさんとお会い出来るのを楽しみにしています!
(お世話役夫婦 タケ&ぼんず)



【日時】10/13 (日) 11:00~15:00 (現地に11:00集合)

【申し込み〆切】10/5(土)16:00

【会場】23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7組14名 (定員になり次第、受付を終了します)

【参加費】2,500円/1名 (余剰金が出た場合、返金予定です)

- ・それぞれ利用登録が必要です。
- ・カップル(++)/+-) 2人揃ってご参加下さい。

「よくある質問・みんなの回答集」への投稿のお願い

- Q1: 発症して初めてHIV感染を知りました。これからどうなってしまうのでしょうか。とても不安なのですが…。
- Q2: 最近HIV陽性だとわかりました。特に症状はないのですが、すぐに病院に行った方が良いですか?
- Q3: オーラルセックスのときにいつもどのようにしたらいいかとまどっしてしまいます。みなさんはどうしてますか? 自分なりのガイドラインがありますか?
- Q4: 健康保険を使っているのですが、会社にばれたりしないか心配です。
- Q5: HIV検査を逃がっているあなたへ

※皆さんの回答が、陽性者やパートナー、家族
だけではなく、これから検査を受ける人々への
サポートにもなっています。ぜひご協力ください。



認定NPO法人申請手続きの進捗状況について

多くの皆様の応援を得て、既報の通り昨年12月20日、東京都に申請書を提出しました。
その後、7月24日に東京都職員4名による実査が行われ、1日かけて経理の書類、寄付者名簿などの
チェックを受けました。いくつかの指摘は受けましたが、概ね好評で、条件はクリアしているよう
です。最終の結果が出ましたら、改めてご報告させていただきますので、今しばらくお待ちください。

特定非営利活動法人ぶれいす東京 代表 生島 嗣



●教師として働く陽性者の交流会 [予約不要]

9/14 (土) 17:00~19:00

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。参加者の多くは、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。同じ立場でいろいろと話してみませんか？



●異性愛者のための交流ミーティング [予約不要]

9/21 (土) 13:00~15:00

10/18 (金) 19:30~21:30

男女を問わず同性愛の陽性者同士が出会いお互いの経験を話すのは、日常生活の中では難しいことです。グラウンドレベルの範囲内で、自由に意見交換をしています。進行は2人の陽性者スタッフが担当。お気軽にご参加ください。

●就職活動サポートミーティング [予約不要]

10/19 (土) 13:00~15:00

12/21 (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)

●介護職として働く陽性者の交流会 [予約不要]

10/28 (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】

10/20 (日) 14:00~16:00

※日曜日開催のため前日16:00までにお申し込みください。

実際に障害者枠で働いている人同士の交流会です。障害者枠で働くこととひとこと言っても、特例子会社かどうかとか、業種や職種、雇用形態、周囲への開示の方法などさまざまです。お互いに情報を交換してみませんか？



●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会 [予約不要]

9/20 (金) 19:00~21:00

日ごろ、皆さんがHIVを持ちながら医療者(看護師)として働かなかで、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。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。

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。

問い合わせ先: nest@ptokyo.org

※「中国語を話す陽性者のミーティング」

9/21(土)16:00~18:00(開場15:30)

※「既婚者ゲイ・バイセクシュアル男性ミーティング」

9月中に開催予定。日程調整中。Webでご確認ください。

※「子育てをしている陽性者のミーティング」メンバー募集中

※「夫がゲイで陽性者という妻のミーティング」日程調整中

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/専門家と話す/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/サテライトM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、ぷ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。



「ふれいす東京NEWS」

8月号配信中

※どなたでも登録できます。



※ 山下弁護士のふれいすコラムは、活動告会のスピーチから。必見です。

登録・解除はこちらから→



第17回専門家と話そう「歯科医と話そう(3)」 参加感想文

2016年9/21(水)に開催した専門家と話そう「歯科医と話そう(3)」の参加者の中から3名の方の感想文をお届けします。

「一歩を踏み出すための知識」

M (2016年告知/服薬歴1年未満/40代)

初めて参加したプログラムでしたが、とても有意義でした。正確な医学知識と実際の経験に裏付けられた言葉には説得力がありましたし、他の陽性者の方々が自分と同じ悩みを持っていることを知り、当然の悩みなんだと思えたことも勇気になりました。

プログラムに参加した数日後、僕は通院していた歯科医院に告知後はじめて行きました。プログラムで得た知識を総動員して考えた末に書いた一通の手紙を受付で渡しました。名前が呼ばれるまで心臓がばくばくしっぱなしでした。

しばらくして名前が呼ばれました。先生は、僕のCD4を聞き、すべての器具を消毒済みのものに取り替えたいうで治療をしてくれました。治療後、僕が「びっくりしましたよね」と聞いたら「びっくりしました！」と真顔で答えていました。初めてのことだったのだらうと思います。

今後の対応には未知数の部分もありますが、HIV陽性者に初めて接する歯科医の先生が僕をひとりの患者として普通に尊重してくれたこと、歯科医の先生に考えるきっかけを持ってもらえたと思えることは、自分にとって大きな一歩になりました。プログラムで得た知識があってこそ踏み出せた一歩だったと思います。



「この病気と末永く付き合っていくために必要なこと」

KEN (感染告知: 7か月/服薬歴: 6か月/初参加/40代)

自分が感染に気付いた時にはAIDSを既に発症し症状はかなり進行していました。HIV感染を心のどこかで疑ってはいましたが、当時受け入れることが出来ませんでした。仕事も困難になり血液検査を行った結果、感染が発覚。職場で感染告知を受け、そのまま拠点病院へ即入院し加療が始まりました。

現在は経過も良好で仕事も復帰しました。しかし、新しい職場では感染のことは話していません。申告義務はありませんが、やはり後ろめたさがあります。何かのきっかけで感染が発覚したら、そんなことを考えてしまいます。これから病院への受診のあり方について考えていた時にネストプログラム『歯科医と話そうIII』を知りました。実際に話を聞いていくうちに、自分が感染者であること隠さないで受診できる、自分を受け入れてくれる場所があることを知ることが出来ました。また、歯科医師・歯科衛生士の先生方から口腔ケアの重要性を教えていただきました。

今回の受講は自分にとってとても役に立ったと思っています。かかりつけ医が見つからない現在、講演してくれた先生の所に受診しようと思います。これからの人生を自分らしく歩んでいくために。



「あたりまえのこと」

おうすけ

(49歳/参加: 初めて/告知: 平成28年7月/服薬1ヶ月)

受講した感想は「良かった」が率直な気持ちです。

私はどちらかというと、じっとしてるのが苦手で、人の話をろくに聞かない性格なんです。正直、今回のプログラムでは、必要な情報は得たいが、2時間は苦痛かなあと思ってました。ところがいざ始まると、話を聞き入ってしまい、あっと言う間に終わってしまった。そんな2時間だったのです。

今回は、歯科医師2名、歯科衛生士1名の計3名の方が講義してくれたのだけど、かたぐるしい話は一切なく、テンポ良く、わかりやすく、要点を捉えて、プレゼンして頂きました。HIVに取り組む歯科医師の現状、問題点がよく理解できる内容。そしてこの病を抱えて生きていく私たちに、何故歯科治療が必要なのかを納得できる内容でした。担当の先生方は、今日までの大変な道のりを歩くために、

多大な時間と労力を費やしているだろうと推察出来ましたが、それを苦にせず、高い志と情熱をもって当たっている素敵なお方々でした。本物でした。本物の歯科医師、歯科衛生士が果たして今の日本に何人いるのだろうか？と考えさせられました。

「あたりまえのこと」と笑顔で話す3人の顔は、充実感で満ち溢れていて、困難な現状で日々の生活に不安を感じている私に、勇気と安心感を与えてくれました。患者受け入れのための医師、歯科衛生士としての高い見識をもって、我々のよき理解者たらんとしてくれている。と同時に我々を友人として迎え入れてくれているやさしさ溢れる姿勢には、偽善も嘘もないように感じました。

他の参加者方達も話にのめり込んでいるようでした。有意義な時間をありがとうございました。これからも是非、このような機会を作っていただけたら幸いです。

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

English Speaker's Meeting Poetry Workshop "HIV & POETRY"



HIV & POETRY Having difficult feelings about your status? Express yourself with poetry! With a group of peers, we will read poems that deal with HIV/AIDS and even try writing some poems of our own. This writing circle is free and confidential. Two-hour session. Please bring paper and pen.

Date and time: Saturday, October 5, 2019 18:00-20:00 (Venue opened from half past 17)

Venue: Within Shinjuku Ward (only registered people will be informed)

This event will be held for HIV positive people.

Also, acceptance of the ground rules is required for participation.

Flow of registration



★おすすめ★

●群馬サテライト・ミーティング 【要予約】

9/22 (日) 14:00~16:45 (初参加の方は13:00集合)

地元ならではの話や、病気のこと、通院や服薬のこと、生活や周囲との関わり方、恋愛やSEXのこと、プライバシーが守られた空間でいろいろと話しませんか。

【利用登録の方法】 ※下記の①②のいずれかをお願いします。

①事前に事務所で登録
②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

●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~

9/14 (土) 13:00~15:00
10/12 (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します。40代以上の男性HIV陽性者であれば、どなたでも参加できます。セクシュアリティは問いません。

■もめんの会 (母親を中心とした親の会) 【予約不要】

11/22 (金) 14:00~16:00

***父親で参加希望の方はご相談ください。**

参加者の声「他では話せない。お墓まで持っていくつもりだったけど、わたしには無理でした」「子供が秘密にしているのに、親が勝手に他で話せないと思っています。」「動揺しているとき、友人に相談。言ったのはいいけれども、相手はそれをずっと忘れないし、心配半分、興味半分という感じになっています。」

★おすすめ★

●ベーシック講座「知っとこ！社会福祉制度」 【予約不要】

9/25 (水) 19:30~21:30 担当：牧原信也

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。質疑応答の時間もあります。

●感染がわかって6ヶ月以内のPGM 受付終了

第100期 土曜夕方コース

9/ 7 (土) 17:00~19:00
9/21 (土) 17:00~19:00
10/ 5 (土) 17:00~19:30

※次期は12月頃開始予定です。

- 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



★おすすめ★

●ミックス・トーク10 (MT10) 【要予約】

9/28 (土) 17:00~19:00 《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」というご希望にお応えするプログラムです。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。

●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~

9/26 (木) 19:30~21:30
10/31 (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、どなたでも参加できます。あれこれ楽しく話しませんか。セクシュアリティは問いません。

◆陰性パートナー・サポートミーティング 【予約不要】

10/ 5 (土) 13:00~15:00
12/ 7 (土) 13:00~15:00

セクシュアリティや性別、結婚の有無や性別は問いません。陽性者本人には話しにくいことありますよね。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。



女性のための妊娠と出産に関する情報交換の会

私は37歳妊娠中の女性です。今後、高齢での出産もふくめて、HIV陽性の女性の出産がためらうことなく妊活を考えられる時代が来るよう、情報の共有の場が出来れば嬉しいと思います。妊娠、出産についての情報交換をしませんか？お互いの体験談を話せる範囲で共有しましょう。(tama)

問い合わせ先：nest@ptokyo.org




第33回日本エイズ学会学術集会・総会 〆切：9/20(金)

「POSITIVE TALK 2019」HIV陽性者スピーカー募集

第33回日本エイズ学会(11/27~29)は、熊本城ホールで開催されます。HIV陽性者としての経験や思いを直接話していただくことで、学会に参加される方々に新たな気づきを促す場にしたいと考えています。手弁当での参加になりますが、学会参加費(10,000円)は免除されます。

POSITIVE TALK 2019



編集後記

- ☆ LGBT系のカンファレンス「ILGA ASIA」が8/21~23までソウルで開催され、HIVと薬物使用をテーマに発表した。ソウルの団体の企画で、韓国、台湾、日本の状況がそれぞれ報告された。英語だったので、その準備や発表の練習など、なかなか大変だったけど、色々な方のサポートでなんとかかたちになった。他に、U=U、HIV検査などのセッションがあった。3泊4日のソウルは安全だったし、人々は親切だった。(いくしま)
- ☆ 1992年初夏から1996年秋まで山形に住んでいました。先月仙台滞在中に、現地の知人の車で山形に連れて行っていただきました。在住していた頃にたまに行っていた蔵王の大露天風呂にも20数年振りに入りました。一番元気だった頃を過ごした土地で、新たに夏の思い出を作ることができました。(かとう)
- ☆ HIV関係で初めてEテレに出た時、すべての人に見られているように感じ、しばらく街中を歩くだけで気になったが、そんなことはなかった。同性婚のニュースは全国ネットで、想像以上に見られていた。透析病院の主治医、親戚の叔母、大学のサークルのOB/OGなど…。LGBTのことやHIV/エイズのことを身近に感じて、色々と考えてくれたら、思い切った意味があると思う。次回の裁判は10/16(水)14:30から。(さとう)