



夏が終わっても暑さが残る9月が去り、いよいよ秋本番。  
 お出かけにもいい季節ですね。



## 2019年10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。)

★おすすめ★

●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。)

★おすすめ★

●◆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】10/10(木)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。

Gay Men's Chorus for TOKYO AIDS WEEKS 2019開催!

■日時 2019年11月23日(土祝) 時間未定

■会場 国立国際医療研究センター中央棟B1アトリウム

■プログラム

『Climb Ev'ry Mountain』

『春に』

『ディズニーメドレー』

『A HAPPY NEW YEAR』

『恋するフォーチュンクッキー』

『上を向いて歩こう』



TOKYO AIDS WEEKS 2018終演後の1枚

指揮:なおき Piano:ペーすけ

■事前申し込み不要・入場無料

男声コーラス参加者を募集中 対象:ゲイ・トランス男性

参加ご希望の方は下記専用アドレスに①名前(ニックネーム可) ②メールアドレス(PCメールが受信できるもの) ③携帯電話番号 ④合唱経験の有無 ⑤希望パート(トップ・セカンド・バリト・バスから第2希望まで)をお送りください。

専用アドレス: [gaychoir@gmail.com](mailto:gaychoir@gmail.com)(担当:加藤、生島)

★NEW★

●感染がわかって6ヶ月以内のPGM 【要予約】

第101期 土曜夕方コース (申込〆切: 12/11(水))

12/21 (土) 17:00~19:00

1/11 (土) 17:00~19:00

1/18 (土) 17:00~19:00

2/ 1 (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。

告知後6ヶ月以内の陽性者に  
 お知らせください。



・定員7名 (定員になり次第〆切)

担当: 加藤、生島

●教師として働く陽性者の交流会 [予約不要]

11/22 (金) 19:30~21:30

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かに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]

10/18 (金) 19:30~21:30

11/16 (土) 13:00~15:00

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のは、日常生活の中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 ※10月は牧原が担当します。

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？

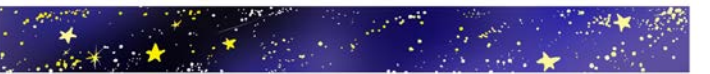


※3面に過去の参加者の感想文を掲載していますのでご覧ください。

●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会 [予約不要]

11/15 (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」

1/18(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」日程調整中

※「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/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)/ベシック講座(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。



「ぷれいす東京NEWS」  
8月号配信中

※どなたでも登録できます。



※ 山下弁護士のぷれいすコラムは、  
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→





## 障害者枠で働く陽性者の交流会 参加感想文

2019年4月21日開催の障害者枠で働く陽性者の交流会は参加者9名でした。その中から3名の感想文をお届けします。

### 「『自分らしく』働くということ」

シュンタロウ (2013年感染/服薬6年/初参加/30代)

今回、初めて障害者枠で働くミーティングに参加しました。前は転職活動中で、就職活動サポートミーティングのみでしたが、今回初めて参加してみて皆さんがさまざまな状況の下で一所懸命陽性者として「自分らしく」働こうとしていること、また「自分らしい」働き方を模索されている姿勢に非常に感銘を受けました。私自身、皆さんにとっても勇気付けられました。まだまだ障害者枠で在職すること自体不慣れな自分ですが、いかなる状況においても、自分に自信を持って生きることが大切なのだと感じました。その一方で、一般的に見てもまだまだ免疫機能障害自体が認知されている訳ではなく、HIVと仕事、自分と3者でうまく付き合っていくことが、長く働き続けることができるコツなのだと皆さんの話から教えていただきました。職場において、HIV陽性だということについて周囲の方の反応を気にしがちになりますが、自分が堂々としていることは大切だと感じます。今後どのような仕事に就くことになっても、このスタンスを忘れないよう、心がけて就業に向き合っていきたいと思えます。

### 「入院と人生初の転職を経て」

けんいち

(40代後半で感染告知、交流会には約一年前から継続参加)

一年半前に、告知を受けると同時に入院、服薬を開始しました。入院当時に勤めていた会社には陽性である事は告げずに退職し、転職活動を開始。とにかく情報を集めたいという思いで、「就職活動サポートミーティング」に参加しました。ここでの情報を頼りに、現在は、障害者枠で別の会社に転職しました。

この間は、今の自分の状況や今後の事などはよく考えないまま、「とにかく今の状況を変えたい」という思いだけで行動していたと思います。今は少し冷静に、本当に転職して良かったのか、現在の転職先以外の選択もあったのではないかと考えられる余裕が出来たように思います。

「障害者枠で働く陽性者の交流会」や、「就職活動サポートミーティング」に参加させてもらい、様々なお話を聞く事が出来ました。私にとってこれらプログラムで見聞きした事は、就労情報の収集だけでなく、ここ一年半と共に、今後の自分を見つめなおす機会にもなっています。

このような場をご提供いただいているスタッフの方々、ご参加いただいている方々には、深く感謝いたします。今後も参加させていただきたいと考えています。



### 「先輩方の意見が役立っています」

友蔵 (感染告知年 2004年/服薬歴 15年/参加3回目/40代)

昨年久方ぶりにぶれいす東京のミーティングに参加しました。これまで今までは情報もなく転職活動していましたが、何の情報もなく一人で動いてもうまくいかなかったからです。

何度が就職活動ミーティングに参加し、エージェントなど情報収集した後、数ヶ月かかって運良く現在の会社に巡り会えました。これまでずっと健常者枠で働いてきましたので初の障害者枠での転職です。このミーティングは内定もらってすぐに申し込みました。初めて参加した時は3人だったためすぐに溶け込むことができました。その時はこれから障害者枠で働く期待と不安に関して相談にのって頂きました。

障害者枠で働き出して半年近くなりますが、健常者枠の時とはまた別の問題が発生してきました。

特に開示範囲とプライバシーの問題が自分の中でずっと問題になっています。

そんな中で同じ障害者という立場で働く先輩方のアドバイスは的確でありがたいです。

今回は人数も多く、自分が今新たに直面している他の免疫以外の障害者との対応の仕方について、相談にのって頂きました。

昨年転職してから環境がガラリと変わって、今現在落ち着かない日々を過ごしていますが、そんな中で3ヶ月に一度しか無いこのミーティングをいつも心待ちにしています。

できればこれからも参加していつか皆さんの役立つ情報を提供できればと思います。

このようなミーティングに参加できて感謝しております。

## 「自分」らしさ、広がる笑顔 写真・絵画コンテスト2019

病や治療と向き合ってきたからこそ、今の「自分」がある。  
さまざまな経験を経てきた今だからこそ、輝く「自分」らしさがある。

そんな「自分」らしさが、誰かを勇気づけたり、誰かを笑顔に変えている  
かもしれません。

治療と向き合ってきたこれまでの自分や、  
周りを勇気づけたり、笑顔に変えた出来事などを、  
ご自身の作品で自由に表現してください。  
あなたのアート作品(写真・絵画)を募集しています。

【テーマ】「自分」らしさ、広がる笑顔

【募集作品】写真・絵画

【応募資格】B型肝炎を治療中の方、C型肝炎を治療中もしくは治療を終えられた方、HIV陽性者で治療中の方

【募集締切】11月30日(土)

【写真・絵画 表彰・賞品】

グランプリ 商品券20万円分 準グランプリ 商品券10万円分

【主催】ギリアド・サイエンシズ株式会社



詳しくはこちらから→



### 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

## ★NEW★

## ●群馬サテライト・ミーティング 【要予約】

1/26 (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～

10/12 (土) 13:00~15:00

11/ 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。」

## 「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検査を逃がしているあなたへ

※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。



## ★NEW★

## ●ミックス・トーク10 (MT10) 【要予約】

2/ 8 (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」というご要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～

10/31 (木) 19:30~21:30

11/21 (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。



## 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

## 編集後記

☆高田馬場には沢山のエスニック料理屋がある。バイナムはフランスパンの中に具材を入れるという人気のベトナム料理だが、これを専門にした店舗が事務所周辺に3~4軒ある。それだけ、日本語学校生徒など日本で暮らすベトナム人が増えたということだ。ぜひ、各店の料理を食べ比べてみて欲しい。料理人/経営者の出身地によっても、味も違うし、フランスパンは自分で焼いていたりする。(いくしま)

☆北海道のHIV陽性者の内定取り消し訴訟は、陽性者が勝訴。真つ当な判断だ。が、しかしコメントは、陽性者を非難したり、病院で働いては困るみたいな反応が多かった。日常生活では感染しないし、診療以外でカルテを勝手に見て、採用に流用するのはプライバシーの侵害に当たる。まだまだ差別や偏見がある。もっと頑張らないと思った瞬間だった。(さとう)

☆7月のボランティア合同研修を修了し、ネスト部門を希望する方々の部門研修が先日行われました。動機や希望・不安についてのワークに加えて、実際にグループ・ミーティングを経験してみるというプログラムを昨年取り入れています。戸惑うような場面もありましたが、短時間でしっかりと趣旨に沿ったグループ運営を行っている姿を見て、とても頼もしく思いました。これからどうぞ宜しくお願いします。(かとう)