

「緊急事態宣言解除」と事務所のオープン時間について

緊急事態宣言解除に伴い、3/22(月)より、ぶれいす東京事務所のオープン時間が通常通りに戻りました。

ぶれいす東京事務所 月～土 12:00～19:00

※ポジティブラインも引き続き通常通り行っています。0120-02-8341 (月～土 13:00～19:00)



2021年4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ます。)

★NEW★

●第15回就職支援セミナー【On-line】 【要予約】

【日時】 4/14 (水) 19:00～21:00 (Open : 18:50)

申込締切：当日 12:00 (初参加の方は、4/12(月)までに申し込み)

【対象】 HIV陽性者で、就職や転職活動を考えている人

【開催方法】 ZOOM(お申し込みの方にURLをお知らせいたします)

【参加企業】

下記の通り

各企業担当者と直接
やり取りできるルームあり

HIV陽性者の雇用を積極的に予定している企業の人事担当者に来ていただき、各社の採用活動やエントリー方法などについてお話しいただきます。

過去にこのセミナーに参加された方の中で、実際に就職された方が何人もいます。

全国からのご参加をお待ちしています。



参加企業からのメッセージ

株式会社LSIメディエンス



ヘルスケア分野にて臨床検査・健康診断検査・コロナPCR検査などを行う皆さんにとっても身近な会社です。未来と一緒に作る仲間を求めています。

株式会社オンデーズ



本社人事部の「障害者職業生活相談員」が随時、障がいをお持ちの社員の皆さんの相談に応じています。多様性を大切に、皆さんが安心して力を発揮できる職場環境です。基本的には首都圏内ですが、店舗は全国にございますので、優秀な方でしたら全国の店舗でお受けいたします。多くの方々の応募をお待ちしています。

トランスコスモス株式会社



幅広い職種で募集を行っております。

・Webデザイナー/グラフィックデザイナー (東京/大阪/福岡) ・Webエンジニア/コーダー (東京/札幌/福岡) ・映像制作編集 (東京) ・翻訳業務 (東京) ・事務スタッフ (東京/大阪) ・コール発信業務 (札幌/沖縄)

サーチコア株式会社 (ゲスト参加)



障害者採用市場の動向や障害をオープンにして働くメリットなど、お役に立つ話ができるように努めます。どうぞよろしくお願いいたします。

医療法人社団アパリア アパリクリニック



新たに追加になりました！

当院は新宿区余丁町にあります精神科のクリニックで受付事務を募集しております。精神科外来や依存症デイケアを運営しております。

感染リスクが高まる「5つの場面」

参加者募集中！

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴力が鈍り、大きな声になりやすい。
- 特に居酒屋などで広められている狭い空間に、長時間、大人数が滞在しているため、感染リスクが高まる。
- また、同じ飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のほしごほしでは、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり雑音が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしで近距離で会話することで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染の感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、巨細胞ウイルスなどの事例が確認されている。
- 量やスピードで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の廊下やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の遣いや環境の変化により、感染リスクが高まる可能性がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



- 対象：ドゥベイト配合錠に切り替えた方
- オンライン上での討議（生鳥も参加）
- ViiV（製薬会社）社内限定で公開
- マスク着用などはOK

皆様のご協力でぶれいす東京に

寄付が入ります。



お申し込み・お問い合わせ：
nest@ptokyo.org（担当：加藤・生鳥）

【HIVと新型コロナウイルス関連情報など】（随時更新中）



HIVと新型コロナウイルスに関連する情報を中心にご紹介しています。HIV陽性者のためのガイドライン（英語：日本語訳準備中）、新型コロナウイルスに感染疑いがある場合、新型コロナウイルス陽性者のための情報など。

みなさまの参考になったら嬉しいです。

詳しくは右のQRコードより。



HIV+のトランスジェンダーのための小ミーティング～参加者募集

こんにちは。

私は、トランスジェンダー（MTF）でHIV陽性者です。トランスジェンダーの知り合いが欲しいと思い悩んで自己紹介・日記を書かせて頂きます。

私は、現在…。38歳です。男の子から完全な女性生活に、変換する途中経過でもあります。男性から女性的にがらりと変える難しさも感じている毎日でもあります。変化を楽しんでいる毎日です。

同じ悩みを持つ、トランスジェンダー（MTF * FTM）の方々と交流をしていきたいと考えています。また、ゲイ男性として生きているけど…。

自分もトランスジェンダーかも知れないと悩みを持っている方も大歓迎です♪ 私もかつてはゲイ男性として生きてきた苦難があるからこそ。共感できる悩みがきっとあるはず。皆さん、どうぞよろしく願い致します。

お問い合わせ：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」

※オンライン開催のプログラムは、下記表に関わらず全て【要予約】となります。

	利用登録がまだの方	利用登録がお済みの方
【要予約】	全てのオンラインミーティング/新陽性者PGM/専門家と話す/ストレス・マネジメント/アサーション・トレーニング/カップル交流会/就職支援セミナー/ピアワーク/MT10/交流会(障害者枠)/パーティ/サテライト・ミーティングなど	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、ぶ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)/ベジック講座(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。

ぶれいす東京のサービス提供と来所時のお願い

1) 検温のお願い

- 来所時に非接触型体温計で計らせていただきますので、ご了承ください。
- **37.5度以上**の場合、Webを使った対面相談に変更することがあります。
- **37.5度以上**の場合、プログラムへの参加はご遠慮願います。

2) 手洗い・うがい

- ぶれいす東京の事務所、多目的室に入室したら、必ず石鹸で手洗いをお願いします。アルコール・スプレーも設置しています。ご利用ください。
- もし、発熱など、体調が悪い時には来所をお控えください。
- マスクを着用の上、来所をお願いします。

3) 各種電話相談

- ◎ぶれいす東京 ポジティブライン（厚生労働省委託事業）
月～土 13:00～19:00 **通常通り**
木 15:00～18:00 (HIV陽性者の相談員対応)
- ◎ゲイによるゲイのためのHIV/エイズ電話相談 (Gay Friends for AIDS)
土 19:00～21:00 **当面休止**
- ◎ぶれいす東京HIV/エイズ電話相談
日 14:00～17:00 **当面休止**
- ◎東京都HIV/エイズ電話相談
月～土 12:00～21:00 **通常通り**
土日祝 14:00～17:00



↑相談窓口一覧

※事務所では、アクリルのパーテーションを設置し、十分な換気をしています。

ネスト・プログラム オンライン開催について

リアルで会うプログラム開催は難しい状況です。今月もZOOMを使ってオンライン開催します。(4月の異性愛者ミーティングのみ対面開催となります。)Webサイトの各プログラムのページからお申し込みください。全国からのご参加・利用登録が可能です。

オンライン・プログラムの申込締切について (感染がわかって6ヶ月以内のPGMを除く)

- ・初めてネスト・プログラムに参加する方 (利用登録未了の方) ~開催日の前日まで
- ・利用登録がお済みの方~プログラム開始の1時間前まで (なるべくお早めにお申し込みください。)

★NEW★

●ZOOM初心者ミーティング【On-line】 【要予約】

~ZOOMの使い方が良くわからない、不安に思う方々のために~

【スマホで参加できます!】

初心者向けのミーティングを開催します。基本的な操作などをぶれいす東京のスタッフがサポートしながら進めます。ご自宅やインターネットカフェからのご参加も可能ですし、ぶれいす東京の事務所にお越しになってスタッフがお手伝いしながらご参加いただくこともできます。今までオンラインでのミーティング参加を迷われていた方も、この機会にぜひ参加してみてください。

ぶれいす東京ではオンラインでプログラムを開催するにあたり、プライバシーなどを守るために、通常のグラウンドルールに加えて、下記のルールを徹底しています。

- ・ミーティングへの参加は登録した人、本人のみです。登録名でご参加ください。
- ・一人で参加できる環境を準備してください。パートナーや家族(同居人)も参加できません。
- ・ミーティングのURLの転送や他人への開示は厳禁です。
- ・画面のスクリーンショットや撮影(録音)は厳禁です。
- ・顔出しでの参加をお願いします。

4/10 (土) 18:00~20:00

お申し込みはこちら→



4/27 (火) 19:00~21:00

お申し込みはこちら→



ネスト・ニュースレターの郵送不要の方、メール配信に変更ご希望の方は、sodan@ptokyo.org、またはニュースレター送付係 (03-3361-8964) までご連絡をお願いします。コスト削減にご協力ください。

English Speaker's Meeting ~Connect in Japan
May 15th, 2021 (Sat) 6pm~(On-line) 【Reservation needed】

application deadline:Friday, May 14th, 4 p.m.

- This meeting is for English speakers who lives in Japan
- Will take place every 3 months

- Get more informations and connections through This opportunity

Conditions of participation

- Who can protect people's privacy
- HIV Positive

QR Code →



ぶれいす東京 2020年度活動報告会のご案内

【日時】6/20(日)14:00~16:30 (終了予定)

【方法】YouTube「ぶれいす東京チャンネル」でのライブ配信

【プログラム】

- 部門報告 (ホットライン/Sexual Health Project/Gay Friends for AIDS/パディ/ネスト・プログラム/HIV陽性者への相談サービス/研究・研修)
- トークコーナー

詳細はWebサイトをご覧ください。

動画配信情報~YouTube ぶれいす東京チャンネルで
新たな動画を公開します。

ぶれいす東京 YouTube
チャンネルはこちらから→



長谷川さんと考える「誰かを見送ること」「自分の終活」

パートナーがいても、いなくても。家族にカミングアウトしていても、していなくても。



正解がある訳ではないけれど、
長谷川博史さんの終活の準備についてのお話を聞きました。
皆様の参考になれば嬉しいです。

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

●異性愛者ミーティング【対面開催】 【要予約】

4/16 (金) 19:30~21:30 (定員:先着5名)

※ぶれいす東京多目的室を使った対面開催です。

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。進行は陽性者スタッフが担当。お気軽にご参加ください。



●ミドル・ミーティング【On-line】 【要予約】

~40代以上の男性HIV陽性者のミーティング~

4/10 (土) 13:00~15:00

5/ 8 (土) 13:00~15:00

司会進行は相談員の生鳥が担当します。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。



●異性愛者ミーティング【On-line】 【要予約】

5/22 (土) 13:00~15:00 ※こちらはオンライン開催です。

●U40ミーティング【On-line】 【要予約】

~10代から30代の男性HIV陽性者のミーティング~

4/28 (水) 19:00~21:00

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。



●就職活動サポートミーティング【On-line】 【要予約】

4/17 (土) 13:00~15:00

5/24 (月) 19:00~21:00

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。外国籍の人も参加しています。

外国籍の方歓迎!

(いくしま)

◆陰性パートナー・サポートミーティング【On-line】 【要予約】

4/ 3 (土) 17:00~19:00

6/ 5 (土) 17:00~19:00

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。陽性者本人には話にくいこととてありますよね。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。



●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

5/21 (金) 19:00~21:00

日ごろ、皆さんがHIVを持ちながら医療者(看護師など)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。



●介護職として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

4/12 (月) 19:30~21:30

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。



★NEW★

●第23回 専門家と話そう「ナースと話そう」【On-line】 【要予約】

【日時】 5/13(木) 19:00~21:00

【対象】 HIV陽性者

【ゲスト】

・杉野祐子さん

国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院 エイズ治療・研究開発センター HIVコーディネーターナース

・中野美里さん

東京慈恵会医科大学病院 感染症科 HIVコーディネーターナース

・宮城京子さん

琉球大学病院 第一内科 HIVコーディネーターナース

※医療従事者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参加いただくことが可能です。

医療機関でもっとも患者と接する機会が多い役職でもある看護師をお招きします。

「専門家と話そう」で看護師をお呼びするのは初になります。

医療現場でのHIVへの取り組みや関わり方などについて、じっくりお話をお聞きます。

後半にはみなさんからの質問にできる範囲でお答えします。

ただし、個別の事例になると、アドバイスができない場合があります。予めご了承ください。



スタッフ便り

ボランティア・スタッフも含めて、日常の活動の中で感じたことなど、スタッフの声をお届けします。

☆ぶれいす東京の隣のビル、セブンイレブンの上にある「高田馬場さくらクリニック」が「国際交流基金地球市民賞」を受賞したという。ここは日本語、ネパール語、ビルマ語、クメール語、チベット語、英語、タイ語などで診療をしている。まさに高田馬場の地域を象徴する存在でも感じる。近所にはエスニック料理店が多数あり、食料品店もある。そして、働く外国籍の人たちがいる。富田院長は以前、一緒にランチをした際、「経営的にも継続する医療機関として地域社会に貢献して行きたい」と話していた。(いくしま)

☆感染告知後6か月以内のPGMや、0120の電話相談などをお手伝いしています。かなり以前にHP上でスタッフの日記を書いていましたが、当時は事務所共用の大きなデスクトップを使ってました。今や、コロナ以降のオンライン時代についていけない自分がいます。(ふくはら)

☆U40ミーティングファシリテーターのマサヨシです。オンライン開催にもようやく慣れてきました。対面での開催が恋しい気持ちはありますが、遠方から参加してくれる人もいて、オンラインの良さも感じています。少人数で、落ち着いて話せる雰囲気です。初めての方も、しばらく参加しないあ〜という方も、気軽に顔を出していただきたいです。お待ちしております!(マサヨシ)

☆去年の今頃は、来年はゆっくりとお花見を...と思っていましたが、世の中はまだまだコロナ禍。それでも変わらず咲き誇る桜の花を見ると、季節の力を感じます。来年の今頃はどんな世の中になっているでしょう。(かとう)