

NPO法人ぶれいす東京が提供する、HIV+、パートナー、家族のためのサービス情報

〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-11-5 三幸ハイツ403

認定NPO法人ぶれいす東京 Tel: 03-3361-8964 <https://www.ptokyo.org>

[Twitter] <https://twitter.com/placetokyo>

[Facebook] <https://facebook.com/PLACETOKYO>

[Web] <https://www.ptokyo.org/nest> [ネスト・プログラム問合せ先] nest@ptokyo.org

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。

あちこちで紫陽花が綺麗に咲いています。
まだもう少し梅雨が続きそうですね。



2021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ています。)

★NEW★

●第24回専門家と話そう【On-line】【要予約】 「感染症の専門家と話そう～HIV陽性者と新型コロナワクチン」

緊急開催！

【日時】7/14(水) 20:00～22:00

【対象】HIV陽性者

まだまだ収束の時期が見えない新型コロナウイルス。
HIV陽性者ならではのワクチン接種に関する疑問や不安もあると思います。そこで、勉強会を緊急開催することになりました。ワクチンの有効性や副作用など、みなさんが疑問に思うことについて答えて頂きます。医療や福祉系で働いている人を中心に、陽性者の声もご紹介します。

【ゲスト】

・高田 昇さん (おだ内科クリニック (広島市) /J-AIDS管理人)



(たかた のぼる) 元大学教員/医師。現在は広島市内のおだ内科クリニックの非常勤医。被爆2世。1980年当時、広島大学病院の血液内科で血友病診療を担当。治療に使用した血液製剤が海外の供血者由来であったため、1986年に患者の4割がHIVに感染したことが判明。同院輸血部に異動後、1997年から中国四国ブロックエイズ拠点病院の責任者を担当。2010年より看護系大学の教員、2016年より中電病院臨床検査科、2012年より現職。著書に『よくわかるエイズ関連用語集』(中四国エイズセンター)。

【参加方法】*ウェビナー (お申し込みの方に直接お知らせします)

*主催者や演者からは参加者の確認ができますが、参加者同士ではお互いの顔が見えない形式です。

※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。(上限5名)

新型コロナに関するアンケートのお願い

新型コロナのワクチン接種やその他ご経験についてアンケートのご協力をお願いいたします。右のQRコードからご回答ください。



★NEW★

●クロスボーダー+ミーティング【On-line】【要予約】

日程調整中、近日開催

現在海外にて暮らしているHIV陽性者、これから海外に移住を検討中や海外生活に興味を持っている陽性者のためのミーティング。お互いに可能な範囲で情報交換をしませんか？また、海外にいる人にとっては、日本語を使った貴重な情報交換の機会になるかもしれません。

※参加には利用登録が必要です。

★おすすめ★

●ストレス・マネジメント講座第35期【On-line】【要予約】

～ストレスとうまくつきあうためのワーク～

7/30 (金) 19:30～21:00

[ステップ3]「ストレスへの対処行動あれこれ」

ストレスとうまくつきあうための対処行動のポイントを学びます。

ステップ3のみのご参加も可能です。

【定員】16名

【講師】野坂祐子(ぶれいす東京スタッフの臨床心理士)

★NEW★

●感染がわかって6ヶ月以内のPGM【対面】【要予約】

第106期 (土曜夕方コース)

(キャンセル待ち)

7/17 (土) 17:00～19:00

7/31 (土) 17:00～19:00

8/21 (土) 17:00～19:00

8/28 (土) 17:00～19:30

感染対策を充分に行なった上で対面開催となります。詳しくはWebページをご覧ください。

・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4名 (定員になり次第〆切) 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107期 (土曜夕方コース予定)

現在日程調整中です。

決定次第、Webサイトに掲載します。

9～10月開催予定です。

告知後6ヶ月以内の陽性者に
お知らせください。



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。

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。)

English Speaker's Meeting ~Connect in Japan 【On-line】
July 10th, 2021 (Sat) 6pm~ 【Reservation needed】

- This meeting is for English speakers who lives in Japan
- Will take place every 2 months
- Get more informations and connections through This opportunity

Conditions of participation

- Who can protect people's privacy
- HIV Positive

QR Code →



●「中国語を話す陽性者のミーティング」【On-line】
7/24(土)14:00~16:00 (初参加の方は問い合わせください)

中国語を話すHIV陽性者のためのミーティング
です。初めて参加する方は、nest☆ptokyo.org
(☆を@にかえてください) までお問い合わせ
ください。

申込フォーム



【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。
新型コロナワクチンQ&A (厚生労働省)、HIV感染症における新型
コロナウイルスに係るワクチン (新型コロナワクチン) 接種について
(日本エイズ学会)、新型コロナ感染症のワクチン接種について
(都民の皆様へ) 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。



参加者募集中!

皆様のご協力ですれいす東京に寄付が入ります。

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



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

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/ 専門家と話そう/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/ピアトーク/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)/ ベテラン講座(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・うがいをお願い

- ・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 **通常通り**
- ◎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。

第23回専門家と話そう「ナースと話そう」 参加感想文

5/13(木)に初開催となった「ナースと話そう」には19名の参加がありました。そのうち3名の方の感想文をお届けします。

「杉野さん、ありがとうございました！」

Thank you for your support! (感染告知2005年/服薬歴7年)

自分自身ACCに初めて行ったのが、2005年なので、その年杉野さんもACCで働き始めたことを知りました。服薬する段階で、クリニックに転院することになりましたが、不安な時期を支えていただいたことに深く感謝いたします。

「ナースのみなさんの想い」

パピコ (感染告知年2020年/20代)

私が通っている病院のHIVに関わるナースの皆さんはとても親切で愛情のある方が多く、いつも元気をもらっています。ナースの皆さんがどんな想いでHIV診療に携わっているのかをお聞きでき良かったです。通院が楽しみになりました！

「安心して通院できる環境の舞台裏」

Kazuya (2013年感染告知/30代)

はじめての『専門家と話そう』の会。お堅い話し合いなのか、気軽にお話できる会なのかかわからないまま、とにかく専門家の方たちが日頃HIVをどのように考えているのかを知れるかも、と気軽に参加してみました。

当日はコーディネーターナースという役職の方たちのお話を聞きました。3つの病院からお1人ずつ代表で登壇してくださったようで、みなさまの第一印象は、優しい！穏やか！ 普段は病院へ行くと、自分の担当の先生以外は役職もわからない状態ですが、今回のコーディネーターナースの方たちのお話を聞いて、実はいつもの病院のカウンターの中には医師の先生、コーディネーターナース、ソーシャルワーカー、臨床心理士の方たちが連携していることがわかりました。だから、自分がHIVで病院に行きはじめた頃、相談役から役所で手続きを説明して下さる方など、色々な方たちとお話をしたのか

～と腑に落ちました。正直、現在は病院に行って先生方と近況報告するのがひとつの楽しみであったりします。安心して通院できるのは、こうした病院の環境創りのおかげなんだ～と知りました。

今回お話しして下さったコーディネーターナースの方たちの経歴や、仕事への思いを聞いて、自分が通っていない病院だけどこへ行ってみたい！と思うくらい、みなさん優しくそれで親しみを感じさせる方たちでした。

コーディネーターナースって、かっこいいな～、学生時代にこんなにすてきな方たちに出会っていたら、進路の選択に入っていたらうな～と思うほど魅力的なみなさんでした。

あっという間な2時間でした。学びながらも、あたたかく、ほっとするお時間を設けてくださり、ありがとうございました！

2020年度ぶれいす東京活動報告会



6月20日(日)に開催されたぶれいす東京の活動報告会の映像をYouTubeチャンネルで公開しています。当日見ることができなかった方は、ぜひご覧ください。

ぶれいす東京
YouTubeチャンネル→



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話をお聞きしました。皆様の参考になれば嬉しいです。

ぶれいす東京
YouTubeチャンネル→



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。

夏季休業のお知らせ

8月8日(日)～15日(日)



ぶれいす東京事務所、ネスト・プログラムともに、上記期間、夏季休業に入ります。事務所は8月16日(月)12時よりオープンします。

ポジティブライン(HIV陽性者とパートナー・家族のための電話相談)、ゲイによるゲイのためのHIV/エイズ電話相談、東京都HIV/エイズ電話相談は通常通り行っておりますので、ご利用ください。

ぶれいす東京HIV/エイズ電話相談は休止中です。

●異性愛者ミーティング【On-line】 【要予約】

7/24 (土) 13:00~15:00
8/20 (金) 19:30~21:30

男女を問わず異性愛の陽性者同士が会い、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~

7/10 (土) 13:00~15:00

***8月のミドルミーティングは休ませていただきます。**
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。



●就職活動サポートミーティング【On-line】 【要予約】

7/26 (月) 19:00~21:00
8/21 (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。外国籍の人も参加しています。

外国籍の方歓迎!

(いくしま)

●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

7/19 (月) 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。



★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~

7/31 (土) 13:00~15:00

ZOOMの使い方に不安がある方向けに、スタッフがサポートしながらレクチャーをします。スマホからも参加可能です。事務所に来所して参加することもできます。

●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~

7/28 (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。



◆陰性パートナー・サポートミーティング【On-line】 【要予約】

8/ 7 (土) 17:00~19:00
10/ 2 (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。



●介護職として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

8/23 (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。



「ふれいす東京NEWS」
6月号配信中

※どなたでも登録できます。



※【新型コロナ特別企画】大木幸子さんのふれいすコラムは必見です。

登録・解除はこちらから→



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

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。

☆新たなミーティングがスタートする。海外への転勤命令が出ているとか、海外で勉強や就労を目指しているなど、海外でのビザの取得、医療や社会福祉制度に関する経験者による情報を聞きたいという声が定期的に寄せられています。そこで、過去に相談をいただいた人たちに呼びかけて新たなミーティングを始めることにしました。海外在住者にとっては、日本語を使う貴重な機会になるし、これから移住する人には参考になる情報が得られるでしょう。興味がある方、どうぞ参加してください。(いくしま)

☆みなさま初めまして! ファシリテーター等でお手伝いをしているボランティアスタッフのジュンです。思い返してみたら、ふれいすと関わるようになって12年。そりゃ年も取るはずですよ(笑) 甘いものに目がなくて、いかに体重を増やさずに甘いものをたくさん食べるか日夜努力しています。(ジュン)

☆新型コロナワクチンの接種券が届きました。基礎疾患ありの人が先に予約可能とありますが、自分がそこに含まれるかどうかははっきりしません。厚生労働省のサイトで確認すると「免疫の機能が低下する病気」が該当するとありますが…。高血圧やBMIが30以上の人は含まれるそうなので、取り敢えず自分はそちらには該当しそうです(汗)。(かとう)