

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](mailto: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。

落ち着いたかな…と思ったら、**またも新型コロナ感染者が急増。**

ネスト・プログラムのハイブリッド化は状況を見ながら進めています。



## 2022年2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★

#### ●しゃべり場ミーティング【On-line】【要予約】

3/3(木) 19:30~21:00

コロナ禍が続くこと約2年。体も心も健康に保つことが難しいと感じている方も多いかも知れません。気持ちのモヤモヤを誰かと分かち合うことで少し楽になりませんか？専門家からのお話を聴くこともできます。話したい人は話し、聴きたい人は聴く、そんな自由なプログラムです。

ブレイクアウトルームを活用した会話の際にはスタッフが見守っていますので、安心してご参加ください。

ゲスト：野坂祐子(ふ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【On-line】【要予約】 第109期(土曜昼コース) (申込締切：2/24(木))

3/5(土) 13:00~15:00

3/19(土) 13:00~15:00

4/9(土) 13:00~15:00

4/16(土) 13:00~15:30



・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。

・定員7名(定員になり次第必切)

担当：加藤・生島

### ★NEW★

#### ●クロスボーダー+ミーティング【On-line】【要予約】

3/26(土) 18:00~20:00

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。

### ★おすすめ★

#### ●障害者枠で働く陽性者の交流会【On-line】【要予約】

3/12(土) 17:00~19:00

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？



「ふれいす東京NEWS」

2022年新年号配信中

※どなたでも登録できます。



登録・解除はこちらから



## LGBTQ+ユースの 性の健康メール相談



ふれいす東京では、新たに「LGBTQ+ユースの性の健康メール相談」を開設しました。どんな行為で性感染症に感染するのか、検査を受けた方がいいのか、セーファーセックスの工夫や性のコミュニケーションについてなど、LGBTQ+ユースの疑問や不安にトレーニングを受けた相談員が答えます。

ふれいす東京「LGBTQ+ユースの性の健康メール相談」(ジョンソン・エンド・ジョンソン 日本法人グループ助成)

※返信に少しお時間をいただく場合があります。お急ぎの場合は、電話相談をご利用ください。

## 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

※ZOOMによるオンラインでの相談も可能です。

・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の開催は徐々に再開予定です。それまでは引き続き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）

利用登録の有無に関わらず、原則**開催日の前日**まで（開催当日は可能な範囲で対応いたします。）初めてプログラムを利用される方（利用登録がまだの方）は、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】

March 19th, 2022 (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 →



●「说中文的HIV阳性者集会」【On-line】

4/9(土)16:00~18:00

这一集会以居住在日本的中文母语者为对象。希望通过这一平台，与会者能得到更多的情报，结识更多同道。这一集会以HIV阳性者为对象。参加者需要同意遵守基本纪律。受新冠疫情影响，所有在会议室举行的集会暂时延期，转为网上召开。

登録時请从以下网站进入



参加者募集中！

皆様のご協力でふれいす東京に寄付が入ります。

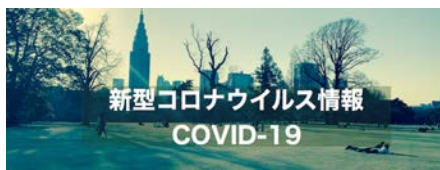
- ・対象:ドゥベイト配合錠に切り替えた方
- ・オンライン上での討議(生島も参加)
- ・Viiv(製薬会社)社内限定で公開
- ・マスク着用などはOK



お申し込み・お問い合わせ:

nest@ptokyo.org (担当:加藤・生島)

【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。



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
<b>【要予約】</b>	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/クロスボーダー+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、ふれいす東京事務所にお電話ください。
<b>【予約不要】</b>	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。

ふ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・うがいのおお願い

- ・ふ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

- ◎ふれいす東京 ポジティブライン(厚生労働省委託事業)
  - 月~土 13:00~19:00
  - 木 15:00~18:00 (HIV陽性者の相談員対応)
- ◎東京都HIV/エイズ電話相談
  - 月~金 12:00~21:00
  - 土日祝 14:00~17:00
- ◎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



↑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、充分な換気をしています。



# YouTube ぶれいす東京チャンネル

チャンネル登録をお願いします！

ぶれいす東京 YouTube  
チャンネルはこちらから→



YouTubeぶれいす東京チャンネルでは、さまざまな動画を配信中です。  
ぜひチャンネル登録をしてご視聴ください。



伊藤 研二 代表取締役社長  
【BRTA JAPAN】不二アース(株)インビュー



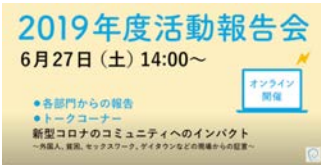
ユニークな短編ドキュメンタリー本「今も続くHIV/エイズの課題」



ぶれいす東京の紹介と寄付のお願い



HIV/エイズ ステディ・パスナー-2015



認定NPO法人ぶれいす東京活動報告会 (2020年6月27日開催)



スタッフ・Interview01



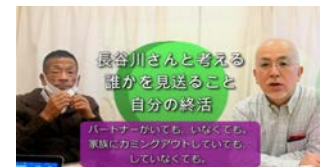
ポジティブ・トーク〜3人のHIV陽性者とトーク



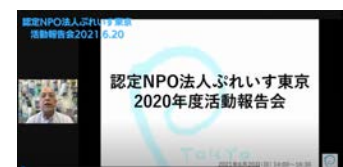
ぶれいす東京ライブ・トーク2 2020.12.6



令和の若者たちの性事情 ~ 東京HIVと性の教育セミナー2020



長谷川さんと考える「誰かを見送ること」自分の終活



動画「ぶれいす東京2020年度活動報告&トーク」公開



ぶれいす東京ライブ・トーク動画



HIV郵送検査キット使用体験レポート



COVID-19バイパス・グループ東京〜中間報告会



「ヘルスケアへの取り組みの充実に、HIV検査を」  
BRTA\_JAPANトーク



第1夜 TOKYO AIDS WEEKSについて語ろう



第2夜 TOKYO AIDS WEEKSについて語ろう



第3夜 TOKYO AIDS WEEKSについて語ろう



1543人のHIV陽性者の声-「HIV陽性者の生活と社会参加に関する研究」から



北丸雄二さん&HIV陽性者トーク-HIV/AIDSの歴史を振り返る



1994年 あの夏、横浜で-ぶれいす東京医学生協会の活動



【ぶれいす東京】LGBTQ+のセクシュアリティ&健康 Vol. 1 「トランスジェンダーと性の健康」  
(2021年11月28日配信)



## 東京都HIV検査情報Web

東京都の保健所等で実施している  
HIV(エイズ)検査情報を提供する  
Webサイトです。



●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～

2/12 (土) 13:00～15:00  
3/12 (土) 13:00～15:00

司会進行は相談員の生島が担当します。  
40代以上の男性HIV陽性者であれば、  
セクシュアリティを問わずどなたでも参加できます。



●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～

2/28 (月) 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】

2/19 (土) 13:00～15:00  
3/18 (金) 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。(いくしま)

外国籍  
の方歓迎！

●異性愛者ミーティング【On-line】 【要予約】

2/18 (金) 19:30～21:30  
3/26 (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。  
進行は陽性者スタッフが担当。お気軽にご参加ください。

●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

3/25 (金) 19:30～21:30

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  
働くなかで、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】

2/21 (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★

●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～

2/26 (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。

★予告★

●第17回就職支援セミナー【On-line】 【要予約】

3月以降に開催予定です。  
現在参加企業と日程の調整を行っています。  
オンラインでの開催を予定しています。  
日程や参加企業など詳細が決まりましたら  
Webサイトに掲載します。



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。



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。

- ☆新型コロナウイルスとともに生きる生活、なかなか終わりが見えないですね。くたびれちゃったという人もいでしょう。対面で気兼ねなくおしゃべりすることが、なかなか難しくなりました。新プログラムでお互いの経験を共有しませんか？お待ちしております。(いくしま)
- ☆先日、日本人の友達、ようちゃんと久しぶりに会って、一緒に温泉に行った。ようちゃんは温泉に入ると、夢というか理想というか妄想というか、よく語る子で、今年社会人一年生。今回の夢はニューヨークで和食の店舗を三つ持つこと。そう話しながら、付け加えるように、「僕、根っこから自分が田舎者と思うんですよ、上京して5年目ですけど」。僕は気軽に応じた。「そうなの。僕日本に来てずっと東京。もうすぐ20年だから、自分は東京出身と勝手に思っているよ」と。自分が「田舎者」といつでも思う地方出身の日本人の若者、と自分が「東京出身」と勝手に思う外国人。なんか面白い。外国人だからこそそういうふう柔軟に(?) 思えるのではないかな。日本人なら、無意識のうちに日本人という枠組みに入ってしまうって。という話。(とし)
- ☆先日尿管結石の粉碎手術を受けました。衝撃波で石を砕くというもの。開腹ではないから…と甘く考えていたら、術後激しい痛みと血尿でかなりしんどい思いをしました。先日術後の経過を診てもらったら、恐らく問題になっていた結石は上手く砕けたでしょうとのこと。初めて結石ができたのが17年前。HIV感染告知は20年前。どちらも上手にお付き合いしていかなければと思います。(かとう)