

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。

東京では桜が満開を迎えました。  
三寒四温、気温差には注意しましょう。



## 2022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。)

★おすすめ★

### ●第17回就職支援セミナー【On-line】 【要予約】

【日時】 5/12 (木) 19:00~21:30 (Open: 18:50)

申込締切: 5/11(水)16:00

【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 (2社増えました!)

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

健康診断、臨床検査、創薬、PCR検査など私たちに身近な事を中心に、Medical Scienceによる健康で安心な社会の創造に貢献する会社です。

東京及び首都圏(オープンポジション)、熊本(経理)



### 株式会社オプティム

IT技術を用い、農業・建築など各産業の課題解決を行う会社です。

東京: 人事事務(アルバイト)、Webエンジニア(正社員、契約社員) 佐賀: 一般事務(アルバイト)



### 株式会社オンデーズ

免疫機能障害の方の雇用実績があります。本社人事部の障害者職業生活相談員が定期的に面談し、ご相談に応じます。誰もが安心して力を発揮できる職場です。多くの方々の応募をお待ちしています。

・店舗接客求人 (全国可能) その時の状況により、下記の求人の掲示も検討します。

・経理事務・WEBデザイナー、WEBアプリケーションエンジニア/カスタマーサポート



### ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人

多様性を受け入れ、自ら考え行動する職場環境をご提供いたします。

勤務地: 東京本社(九段下)・神戸・札幌

職種: 一般事務(管理部門・営業部門・カスタマーサービス)・IT部門(ユーザーサポート)・広報(アシスタント)



### トランスコスモス株式会社

人と技術を「仕組み」で融合することで価値の高いサービスの提供を実現

採用地: 東京、大阪、札幌、福岡、沖縄 職種: 事務、デザイナー、エンジニア、映像制作、翻訳など



### Bloomberg LP.

ボーダレスな環境の中あなたらしく働く意義を見つけてみませんか

採用地: 東京都 採用職種: 希望に応じて柔軟に検討いたします(事務・ITサポート・カスタマーサポート・翻訳など実績多数)



### 株式会社リクルートオフィスサポート

多様性を大事にし、免疫障がいの方も多数活躍されています。

勤務地: 東京(勝どき、東京駅近辺 勤務地は選べません) 職種: 事務系総合職(オープンポジション)



### 株式会社LITALICO

当社は「障害のない社会をつくる」をビジョンに様々な事業を展開しております。

勤務地: 首都圏(埼玉、千葉、東京、神奈川)、関西(大阪、京都、兵庫)、東海(名古屋)

採用職種: 就労移行支援における支援員



・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】

May 14th, 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】

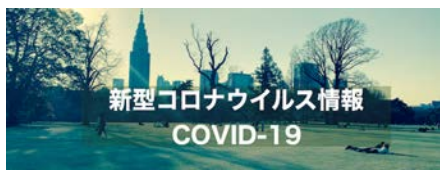
4/9(土)16:00~18:00

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



【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）

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。

●就職活動サポートミーティング【On-line】【要予約】

4/16 (土) 13:00~15:00  
5/23 (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。(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】

4/15 (金) 19:30~21:30  
5/28 (土) 13:00~15:00

男女を問わず異性愛の陽性者同士が出会い、お互いの経験をお話するのは、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】

5/20 (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】

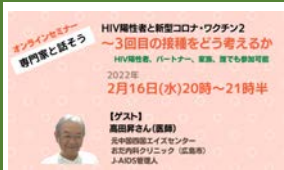
4/18 (月) 19:30~21:30

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。



オンライン学習会

「新型コロナワクチン～3回目の接種をどう考えるか」動画公開



2月16日(水)にYouTubeライブ限定配信で開催された学習会のアーカイブを公開しています。どうぞご覧ください。



←ぶれいす東京チャンネルのチャンネル登録も宜しくお願いします。

寄付募集ページを公開しています

紹介動画もありますよぜひご覧ください！



認定NPO法人となったぶれいす東京は、より充実した活動を行っていくために、新たに寄付募集のためのページを作成しました。ぶれいす東京はHIV/エイズとともに生きる人たちが自分らしく生きられるように、多様な活動を展開しています。私たちの活動を応援してください。



【U40ミーティング 新人ファシリテーターデビュー！】

みなさん、こんにちは。

ボランティアスタッフのKazuyaと申します。2022年4月、春！いかがお過ごしですか？

わたくしは、色々心機一転な年、季節を過ごしております。そんな春、うれしい事が追加されました!!(みなさんにとってもうれしい報告だといいな。笑)

今月、4月より、U40ミーティングのファシリテーターデビューをさせていただくことになりました。Yay!!笑 正直に!!とてもうれしいです!!

2019年1月に、利用者としてぶれいす東京の門をたたき、その年の春からU40ミーティングに参加したと記憶しています。あまりのキンチョウに、ずっと下を見て、ノドが乾いて、ファシリテーターの方から「あそこのお茶は自由に飲んでいいんだよ」と話しかけられても、席から立ち上げられませんでした。笑それでも、アットホームな雰囲気は癒されて、翌月からもほぼ毎月ミーティングに参加しました。

『自分は大丈夫!!』と思っていたけど、ミーティングに参加して自己開示していくたびにどんどん鎧がはがれ、とても心が軽くなっていきました。その時はじめて、もっともっと自分を出していきたいんだと気付きました。ミーティングに参加するたびに、その日参加する方たちや、ファシリテーターの方々に刺激を受け、自分ももっとぶれいす東京に関わりたいな～♪♪♪と思うようになり、2020年コロナ禍、初のオンラインボランティア研修会に参加。そして!! ようやく辿り着きました～!! U40ミーティング、ファシリテーターデビュー！このご縁に、この機会に、感謝しております。これからも、みなさんが安心して、ふらっと立ち寄れる、楽しい環境創りをゆるゆると心掛けていきたいな、と思います。←『ゆるゆる』これ、ポイントです。笑 気になる方は、U40ミーティングに、Kazuyaに会いに来ていただけたらうれしいです。笑 ココでひとつ、真面目なお話。

もしよければ、U40ミーティングに限らず、何かプログラムなどに参加する時に、「どうしてそこに参加しようと思ったのか」記憶、メモして、その踏み込む時の気持ちを大事にいただけたらな♪と思います。もちろん、「ノリで来た～」も大歓迎です！

この最初の気持ちをメモしておく、あらゆるミーティングに参加した時に、自分が思っていたものとは違う、または、想像通り、想像していたものよりも楽しい!!と参加の前後の気持ちを比べて、今後の選択肢の参考になると思います。もしその時になにか違うと感じたなら、じゃあ次はどうしたらいいのかな？とうまく活用していただけたらと思います。ぶれいす東京には様々なプログラムがありますからね！

長くなりましたが、みなさんにお会いできる日を楽しみにしております！

一緒にたくさん笑って、たくさん思い出を創りましょう♪♪♪

Kazuya

LGBTQ+ユースの性の健康相談



相談受付中



ぶれいす東京では、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、セーフタ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。ぶれいす東京「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、電話相談もご利用ください。

★NEW★

●クロスボーダー+ミーティング【On-line】【要予約】

5/21 (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。

●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/ 9 (土) 13:00~15:00

5/14 (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。



★おすすめ★

●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～

4/27 (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。

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。



★NEW★

●障害者枠で働く陽性者の交流会【On-line】【要予約】

6/11 (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でも、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？



●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）（受付終了）

【残りの日程】

4/ 9 (土) 13:00~15:00

4/16 (土) 13:00~15:30

担当：加藤・生島



【新人ファシリテーターがデビューします！】

3ページ目にご本人からの  
メッセージが掲載されていますので  
ぜひご覧ください。



ぶれいす東京 2021年度活動報告会のご案内

【日時】6/18(土)18:00~20:30 (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

「トラウマインフォームドケアという視点～こころのケガ」を抱える人を理解するために」

ゲスト：風間 暁 (ASK社会対策部薬物担当、薬物依存症当事者)

野坂 祐子 (大学教員・臨床心理士・公認心理師)

司会：生島 嗣 (ぶれいす東京 代表)



「ぶれいす東京NEWS」

3月号配信中

※どなたでも登録できます。



※「HIV陽性者の健康と生活に関する全国調査」に関する若林チヒロさん（埼玉県立大学）のコラムは必見です。

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。

☆ 4月22日(金)～4月24日(日)東京レインボープライドが開催予定です。今のところ、代々木公園の野外ステージにて開催予定だそうです。オンラインでも配信するらしいので、webで現状をチェックしてください。初日の夕方にPrEPに関するシンポジウムで司会をします。(いくしま)

☆ 以前から動物は好きなのですが、ここ最近動物カフェにハマっています。ねこ、豆柴、ミニ豚などなど。つい先日カワウソに会えて、抱っこまでさせてもらいました。小さなお手手で一生懸命エサをもらおうとする姿に、ハートを鷲掴みにされました。(かとう)