

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。



今年は梅雨明けが早かった上に、6月から猛暑続き  
暑い夏はまだ始まったばかりです。



## 2022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。）

### ★おすすめ★

#### ●クロスボーダー+ミーティング【On-line】【要予約】

7/30 (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。

### ★NEW★ ※対面参加の注意事項を3面に掲載しています。

#### ●障害者枠で働く陽性者の交流会【Hybrid】【要予約】

9/11 (日) 13:00~15:00 (対面参加定員：先着5名)

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？



### ★予告★

#### ●第18回就職支援セミナー【On-line】【要予約】

8月下旬~9月上旬に開催予定です。

現在日程と参加企業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。



#### ●感染がわかって6ヶ月以内のPGM【On-line】【要予約】

第110期（土曜昼コース）（受付終了）

【残りの日程】

7/16 (土) 13:00~15:00

7/30 (土) 13:00~15:00

8/ 6 (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（定員になり次第〆切） 担当：加藤・生島



### 夏季休業のお知らせ 8月11日(木祝)~17日(水)

ふれいす東京事務所、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18日(木)12時よりオープンします。

## 既婚者ゲイ・バイセクシュアル男性ミーティング 参加者募集

久しぶりに開催します。ご参加希望の方は、[nest@ptokyo.org](mailto:nest@ptokyo.org)にメールでお問い合わせください。

## LGBTQ+が依存症について語れる場「アディクション・ぽーと」スタート



アディクション・ぽーと  
ぽからはじまる物語



7/31  
17~19

参加には登録が必要。  
無料です。



依存症でLGBTQ+の方が語れる場が少ない  
そんな声から生まれたのがぽーとです。ラウンジスタイルの過ごし方が選べるオンラインの場をつくりました。毎月1回、ゆるやかなつながりを持ちませんか？

毎月1回 最終日曜日の  
17時~19時まで  
オンラインZoomを  
つけたコミュニティ

・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】

July 16th, 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



●「说中文的HIV阳性者集会」【On-line】

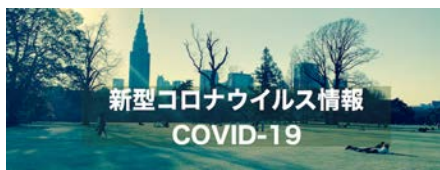
7/9(土)16:00~18:00

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）



紹介動画も  
ありますよぜひ  
ご覧ください！

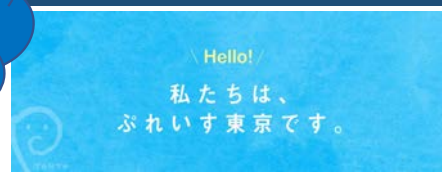
HIVと新型コロナウイルスに関連する情報を中心にご紹介しています。新型コロナワクチンQ&A（厚生労働省）、HIV感染症における新型コロナウイルスに係るワクチン（新型コロナワクチン）接種について（日本エイズ学会）、新型コロナ感染症のワクチン接種について（都民の皆様へ）など。

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。



寄付募集ページを公開しています



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。あなたのアクションが、誰かの力になります。



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、ぶ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。

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・うがいのおお願い

- ・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  
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、十分な換気をしています。



## ネスト・プログラム ハイブリッド開催での対面参加について

新型コロナウイルスの感染状況を見ながら、徐々にネスト・プログラムのハイブリッド開催をしていきたいと思っております。ぶれいす東京の感染対策として、下記のような対応を行います。ルールの遵守にご協力ください。

新型コロナの感染拡大の状況によっては、ハイブリッド開催を取りやめてオンライン開催に変更する場合があります。あらかじめご了承ください。



←ハイブリッド開催のイメージ↓



### ぶれいす東京オンライン学習会 『知っておこう「サル痘」』動画公開



6月4日(土)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。

### チャリボンキャンペーン

読み終えた本・CD・DVDなどをご寄付ください

※箱に詰めてcharibonに送るだけ!

期間：6/15(水)～7/15(金) (申込日ベース)

内容：買取金額10%UP

お申し込みはこちらから→



### インタビュー調査協力者を募集中です！

インタビュー内容は、精神保健福祉センターの利用経過や利用していると感じていることをお伺いします。匿名で実施し、個人が特定されることはありません。

対象：精神保健福祉センターの薬物依存回復プログラムを利用されている方

日時・場所：ご都合を調整させていただきます(オンラインでも可能です)。

インタビュー時間：60分程度

謝品：(5000円Quoカード)を進呈させていただきます。

「地域におけるMSMのHIV感染・薬物使用予防策と支援策の研究」(研究代表者 樽井正義(ぶれいす東京))

分担研究責任者：大木幸子



お申し込みはこちらへ→

### 新規ボランティア募集！(2022)今年もオンライン開催！



2022 新規ボランティア募集！  
説明会：9/10(土) 10:00-12:00 研修会：9/23(金/祝)、9/25(日)

【新規ボランティア オンライン説明会】

9月10日(土) 10:00～12:00 (受付は9:50開始)

【研修会の日程 (ZOOMを使用したオンライン開催)】

9月23日(金/祝) ※各日10:00～17:00時予定

9月25日(日)

詳しくはこちら→



### LGBTQ+ユースの 性の健康メール相談



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。

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、電話相談をご利用ください。

### ●異性愛者ミーティング【Hybrid】 【要予約】

7/23 (土) 13:00~15:00 (対面参加定員：先着5名)

※対面参加の注意事項を3面に掲載しています。

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。

### ●医療者(看護師)として働く陽性者の交流会【Hybrid】 【要予約】

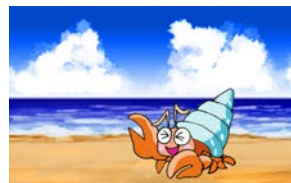
7/26 (火) 19:00~21:00 (対面参加定員：先着5名)

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。



### ●異性愛者ミーティング【On-line】 【要予約】

8/19 (金) 19:30~21:30 ※こちらはオンライン開催です。



### ●就職活動サポートミーティング【On-line】 【要予約】

7/25 (月) 19:00~21:00

8/20 (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。(いくしま)

外国籍の方歓迎！

### ●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/ 9 (土) 13:00~15:00 ※8月のミドル・ミーティングはお休みです。

9/10 (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、セクシュアリティは不問です。



### ●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~

7/23 (土) 17:00~19:00

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。



### ●介護職として働く陽性者の交流会【On-line】 【要予約】

8/22 (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。




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。

### カミングアウトなんでも相談

【対象】 HIV陽性者/パートナー/家族  
【相談日】 毎月第2月曜日午後2時~  
※相談時間は1回概ね45分  
【予約方法】  
フォームメーカーから→

カミングアウトに関する悩みはさまざま。そんな悩みを相談できる場を新たに設けます。カミングアウトに限らず、どんなことでもお聞きします。お気軽にご利用ください。  
【相談員】 高田良実 (たかだよしみ)  
(ぶれいす東京スタッフ/臨床心理士/公認心理師/保育士)





「ぶれいす東京NEWS」  
5月号配信中

※どなたでも登録できます。

※「抗HIV薬がない!!!」青木理恵子さん (NPO 法人CHARM事務局長) のコラムは必見です。



配信登録・解除はこちらから→

### 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。

☆天候の変化に身体がついていけないという人も多いのではないかと思います。私もちょっと体調を崩してしまいました。みなさま、自分へのメンテナンスを心がけてください。今度の日曜日は参議院選挙があります。ぜひ、みなさま、投票に行きましょう。(いくしま)  
今年も年に1回の新規ボランティアの募集が始まりました。今年もオンラインでの開催です。ボランティア活動してみたい方、興味がある方は、9/10の説明会にご参加ください。その後に2日間の研修があるので、経験がない方でも大丈夫です。陽性のボランティアもたくさんいます。ぜひご参加ください!(まきはら)

生まれ故郷の大阪から長野県松本市へ引っ越してから早1か月。新しい職場にもだいたい慣れてきて、つつがなく暮らしています。ぶれいす東京がオンラインでプログラムやミーティングを行って下さるおかげで、遠隔地でもボランティアスタッフで活動させていただいています。最近は、アクションぽーとでの活動の割合が増えてきました。最初は緊張している参加者が、最後には笑顔になっている姿を見ると、こんな俺でも役に立ってるんだな、と実感します。関西在住の時より、東京に出やすくなったので、今までよりも増して活動の場を増やしてゆきたいと思っています。(Pico)

北海道で生まれ育った自分には、「梅雨」という時季がいつまで経っても慣れません。その梅雨が今年はあるという間に去り、突然夏がやって来ました。いきなり暑くなり過ぎ。熱中症とコロナ、両方のことを考えながら、何とか命を守って行きたいものです。エアコンが消せず、来月の電気代請求が怖い…。(かとう)