

2023 ANNUAL ACTIVITY REPORT

認定NPO法人 **ふれいす東京**
2023年度年間活動報告書



31年目への最初の一步

ぶれいす東京は1994年に誕生しました。当時は、亡くなるHIV陽性者がまだまだ多い時代でした。池上千寿子前代表を中心に、感染不安の電話相談、HIV陽性者の支援などに関わっている人たちが集まり、新団体を立ちあげたのが始まりです。それから30年、HIV/エイズを取り巻く環境は大きく変化しました。そうした中、地道な活動を通して、HIV/エイズと向き合いながら、歩んできました。

CBO (Community Based Organization) として地域に根ざした活動を目指しましたが、当初は任意団体だったので、賃貸契約を結ぶにも、代表者が個人名義で行わざるを得ない状況でした。これまでに4回不動産の賃貸契約を交わしましたが、1994年、1998年、2000年の3回は池上前代表の個人名での契約でした。福祉系団体の事務所と言い、嘘ではないものの正確ではない説明で、不動産会社や大家さんに使用目的を伝えて契約成立に至りました。当時の社会情勢を考え、差別や偏見で利用者がアクセスしにくい状況になることを恐れていたことでした。

2000年10月にNPO法人化したので、2010年の現在の事務所への引っ越しでは、不安もありましたが、Webで検索すれば分かることだからと、団体パンフレットを手渡して、理解を得た上で法人として契約することができました。さらに、2019年12月には認定NPO法人になり、より高い公益性を証明しつつ、寄付者には税の控除を提供できるようになりました。

最初はとても少ないスタッフたちによる活動でしたが、この30年間でボランティアや事務局の人数は大きく増えました。スタッフの背景はとても多様で、ジェンダーやセクシュアリティ、国籍などさまざまです。毎年行われる新規ボランティアのための研修会でお会いする参加者の中には、かつてサービス利用者であった人たち

もいます。自分も助けられた経験があるから、今度は自分がサービスを提供する側に回りたいというポジティブな変化もあらわれてきました。

現在の課題は、次世代にどのようにバトンを渡すのかということです。そこで、30周年を記念して、2024年度には大きな二つの事業を実施します。この事業を通して、エイズの時代をリアルに体験していない世代の人たちにも、HIV/エイズ、性の健康について考える機会を提供できたらと願っています。

一つ目は、LGBTQ+ユースを対象にした、性の健康 (Sexual Health) を支援するプロジェクト「(仮称) CONSENT/ コンセント」です。性の健康を向上するための支援を行いたいと思います。全国の団体や当事者、専門家のネットワークを構築しつつ、2年かけてプロジェクトを展開します。

二つ目は、HIVをめぐる個人の語りをアーカイブ記録するプロジェクト「(仮) HIV/エイズ語りの歴史アーカイブ」です。この数年で、樽井正義さん、佐藤郁夫さん、Sakuraさんら、ぶれいす東京の内部だけですが、日本のエイズの歴史を語れる仲間を見送ってきました。これから数年かけて、個人の語りやテキストを記録/収集をして、それを次世代のために残すプロジェクトを企画しました。現在、委員会を編成し、準備を開始しています。

HIV/エイズという切り口で積み重ねてきた私たちの経験は、なんらかの形で未来に役立つと考えています。31年目の活動に突入した大切なこの節目で、過去を振り返りつつも、未来の活動のあり様を思い描く機会にできたらと願っています。

認定NPO法人ぶれいす東京 代表
生島 嗣

もくじ

ごあいさつ

31年目への最初の一步	1
2023年度の実績	4
2023年度のハイライト	5

部門報告

ホットライン	7
Sexual Health Project	10
Gay Friends for AIDS	13
ネスト	15
ボディ	20
相談	22
研究・研修	26
事務・総務	28
寄付のお願い	31



2023年度の実績

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。

直接支援

陽性者等の相談

1,587人

相談を受けた人数
HIV陽性者等の電話、対面相談

陽性者等の相談	465日 ¹⁾	1,587人
ポジティブライン	294日	1,305人
(うち陽性相談員)	31日	67人
対面相談	171日	282人

1) 相談実施日数

ネスト・プログラム

672人

参加人数
陽性者とパートナー、家族のための
ピア・プログラム

ネスト・プログラム	85回 ²⁾	672人
グループ・ミーティング	44回	361人
学習会/セミナーなど	8回	85人
交流会	23回	177人
小グループ・ミーティング	10回	49人

2) プログラム開催回数

バディ派遣

129回

派遣回数
陽性者のための直接ケア・
派遣プログラム

バディ派遣	14人 ³⁾	129回
在宅/電話サポート	13人	128回
病院	1人	1回

3) 派遣依頼人数

研究・講師派遣

5,192人

参加人数
行政・保健所、企業や職場、
教育機関、一般公開など
(内部研修含む)

研修・講師派遣	76回	5,192人 ^{※)}
行政・保健所など	5回	1,135人
企業や職場	8回	790人
教育機関	21回	1,719人
一般公開、他	15回	1,224人 ^{※)}
研修の企画・運営	11回	236人
実習受け入れ	5回	9人
スタッフ研修など	11回	79人

※) 参加者数のデータがないものも含まれる

研究

厚生労働科学研究費補助金
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、他

居場所づくり

173人

アクション：ぼーと

居場所づくり	13回	173人
アクション・ぼーと	13回	173人

予防・啓発

感染不安の電話相談など

7,726人

相談依頼人数
東京都委託/ゲイによるゲイのための
電話相談/HIV検査会での相談対応/
メール・チャット相談

感染不安の電話相談など	417日 ¹⁾	7,726人
ぶれいす東京	0日 ²⁾	0人
東京都委託	360日	7,566人
ゲイによるゲイのための電話相談	52日	96人
検査会への相談員派遣	5回	25人
メール・チャット相談		39件

1) 相談実施日数 2) 新型コロナウイルス感染拡大により
2020年4月12日以降休止

情報発信

855,458 PVなど

動画配信

5,043回再生

YouTube (2023年度再生回数)
15本

メディア取材

12件

新聞、雑誌、
webメディアなど

アクセス数

Webサイト、facebook、X、
ぶれいす東京 NEWS

ぶれいす東京Web、
Living with HIV、LASH、他

イベント

4回

活動報告会	1回
東京レインボープライド/パレード2023	1回
TOKYO AIDS WEEKS 2023	1回
アクション居場所の交流会 (オンライン)	1回

2023年度のハイライト「コロナ禍を越えて」

HIGHLIGHT 1

報告会、研修、お花見…、数年ぶりの対面開催が続々と

4年ぶりに2023年5月、対面で活動報告会が開かれました。開始前や休憩中にあちこちで話が弾んでいる光景が印象的でした。同様に、ボランティア研修も2019年以来の対面開催に。対面ならではの気づきと刺激が得られたようです。オンライン補講も続けられており、今後も並行していく予定です。お花見に至っては5年ぶりに2024年3月、桜の木の下に集いました。満開には早かったものの天気に恵まれ、久々の方、初めての方など「ぶれいす」らしい賑やかな宴でした。
(報告:原田玲子)



Sexual Health Project部門企画で、2023年12月に、TOKYO AIDS WEEKS参加イベント「日本エイズ学会からこんにちは!」という現場からの斬新なLIVE配信を2回にわたって試みました。初日の司会として特設ブースから、学会参加者の思いや展望を伺い、改めて自分がこれからHIV/エイズにまつわるさまざまなことにどのように関わっていけばいいのだろうと考えを巡らすきっかけになりました。

(報告:あびちゃん)

2023年4月の東京レインボーパレードでは、4年ぶりにHIVコミュニティにより、「#Update HIV」フロートが出展されました。akta、JaNP+、ぶれいす東京、エイズ予防財団、製薬会社、総勢250名の行列となり、LGBTQ+コミュニティの中でもマイノリティであるHIV/エイズの問題を、多くの人と共有できる喜びにあふれていました。注目は、「WE ARE POSITIVE」と掲げたHIV陽性者が行列の先頭を歩いたことです。陽性者は今も一緒に生きて



いることを「見える化」し、元気に人生を歩む姿をアピールできました。
(報告:福正大輔)

HIGHLIGHT 2

「動画配信 ときどき通信」と「全国HIVピアサポート円卓会議」

「動画配信 ときどき通信」

ネスト・プログラムや関連イベントなどの宣伝を目的とした新しい動画配信を2023年9月にスタート。ネスト・プログラム・コーディネーターの加藤と大島がナビゲーターを務め、年度中に4回配信しました。

Vol.1「ネスト・プログラムってなに？」2023年9月／Vol.2「感染症の専門家と話そう11/10」2023年11月／Vol.3「在宅診療のプロと考える1/21」2024年1月／Vol.4「第28回専



門家と話そう報告&ピア+トークのご案内」
2024年2月 (報告：加藤力也)

「全国HIVピアサポート円卓会議」

全国のHIVピアサポートで活躍されている11名が集まり、新型コロナウイルス感染症の流行前後に起きた変化について、2023年11月20日にオンラインで話し合いました。結果、どの開催者からも、参加人数が減少、もしくは開催中止となり、規制解除後も以前の数まで戻っていないことが判明しました。ぶれいすでも、地方からのオンライン参加者数が増加する一方で、これまで対面で参加されていた方が減少しています。誰もが参加できる環境を整える一方、対面での参加者の満足度をどのように高めるかという課題があり、今後の情報を共有する工夫や方向性が提案されるなど有意義な会議でした。

(報告：大島岳)

HIGHLIGHT 3

3名が新スタッフとして仲間入り

福正さん「Sexual Health Projectのコーディネーターをしています。みんなには、『だいすけあ』と呼ばれています。ケアしたりされたりしたいのでこの名前にしました。どうぞよろしく。」

中澤さん「2023年4月からお手伝いしています。今まで長く行政で働き、保健所にいたこともあるため、主にホットラインと行政への対応

に関わっています。いろんな人がゆるやかに手をつなげるように努めたいと思います。」

大島さん「ネスト・プログラム・コーディネーターをしています。2010年代前半に陽性が判明しました。知りたい、課題に取り組みたい、楽しくやりたい！なんでもぜひ気軽におっしゃってください。一緒に実現していきましょう！」

注目! 若者にニーズ「こういう相談があって良かった」

HIV/エイズに関する感染の不安や疑問がある方へ、トレーニングを修了した電話相談員が、相談を受けたり、情報提供をしたりします。東京都の委託事業として行なっている「東京都HIV/エイズ電話相談」は、平日が加わり毎日制となつて4年目に入りました。完全に毎日制になった2020年度からの件数の推移は、5,692件、5,477件、6,391件、7,566件で、2023年度は最も多くなりました。多岐にわたる広報活動が少しずつ実ってきた証だと思います。

今回19才以下の相談が増えました。背景には、誰にも相談出来なかったり、初めての経験で戸惑っ

ていたり、HIVの知識をネットで調べて不安になったりしていることがあるのかもしれませんが。逆に20代が減少し、電話離れは避けられないことがうかがえます。一方、「こういう相談があって良かった」、「最後にここにつながれて良かった」など若者の声も聞かれるので、まだまだニーズがあると実感します。若年層こそ、もっとしっかりと情報を与える工夫が必要だと思いました。

なお、「ぶれいす東京HIV/エイズ電話相談」は、新型コロナウイルスの緊急事態宣言などを受けて、2020年4月12日から休止を継続しています。

概要 年間360日活動、つながるホットライン

「東京都HIV/エイズ電話相談（平日/夜間/休日）」

TEL 03-3227-3335 月～金 12:00～21:00 土日祝 14:00～17:00

この相談は東京都から委託を受け、ぶれいす東京が2020年1月から単独で行っている事業です。

相談実績（2023年4月1日～2024年3月31日）

年間活動日数 … 360日間

総相談時間数 … 2,535時間 × 2回線/のべ5,070時間

活動スタッフ数 … のべ1,685名

年間相談数 … 7,566件（男性6,546件/女性1,008件/不明12件）

うち陽性者138件/確認検査待ち18件/

陽性者周囲42件/確認検査待ち周囲3件

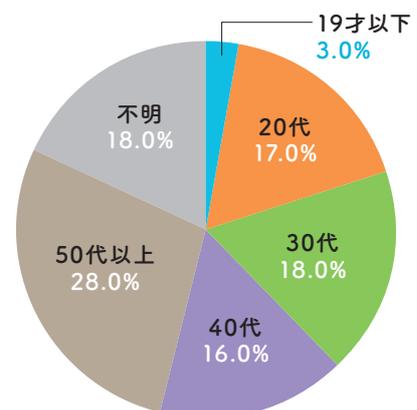
相談者の内訳

性別は、「男性」86.5%（昨年度：81.5%）、「女性」13.3%（同：18.3%）、「不明」0.2%（同：0.1%）で、今年度は男性の割合が増えました。年代は、「50代以上」が28.0%（同：27.8%）で最も多くなりました。

相談者の年代（東京都）

n=7566

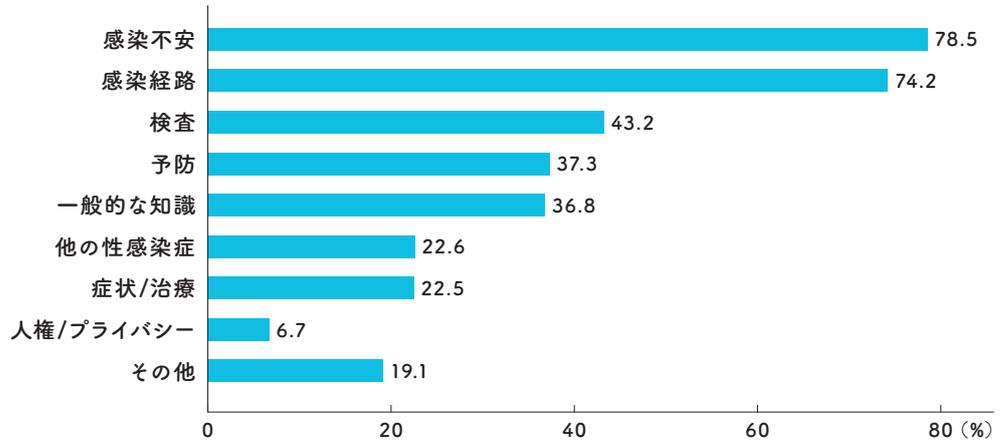
2023年4月～2024年3月



相談内容（複数回答あり）

今年度の相談内容の内訳は、「感染不安」が78.5%（昨年度：85.1%）で最も多く寄せられました。続いて「感染経路」が74.2%（同：81.9%）、「検査」が43.2%（同：46.3%）と続きました。

相談内容（東京都）複数回答あり 2023年4月～2024年3月



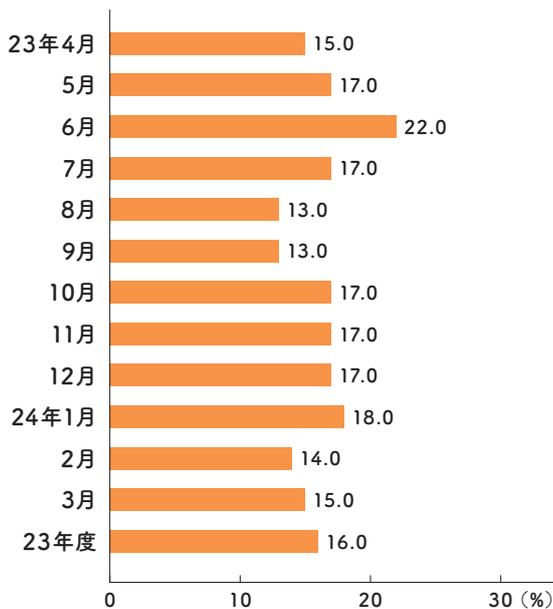
回線占有率

（平日の9時間、土日祝の3時間の間で電話がかかってきた割合）

算出方法：総通話時間／総相談時間（超過は分母に加算）

今年度の回線占有率は16.3%（昨年度15.5%）と変動しました。

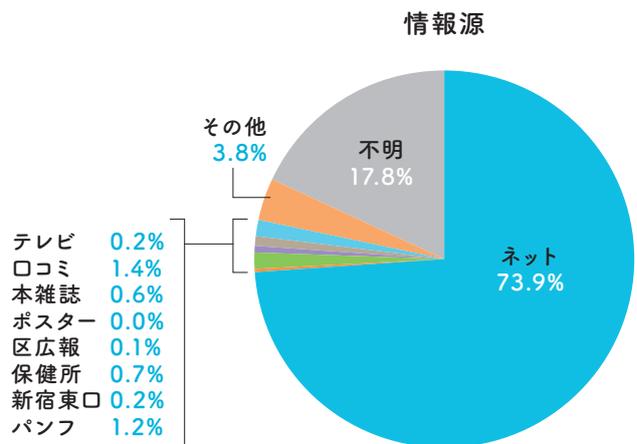
回線占有率（東京都）2023年4月～2024年3月



情報源

「インターネット」は全体の73.9%（昨年度：82.4%）でした。続いて「不明」17.8%、「その他」3.8%、「口コミ」1.4%、「パンフ」1.2%、「保健所」0.7%、「本雑誌」0.6%で、それ以外は0.5%未満でした。

「インターネット」の5,594件の内訳は、「ホームページ」361件（6.5%）、「検索」5,157件（92.1%）、「不明」61件（1.1%）、「アプリ」9件（0.2%）、「SNS」5件（0.09%）、「その他」1件（0.02%）でした。



他県割合

東京都外からの相談は4,185件（昨年度：3,966件）、全体の55.3%（同：62.1%）で、昨年度より6.8%減少しました。「不明」が多くなったことも要因として考えられます。

陽性者及びその周囲への対応

HIV陽性者からの相談は138件（昨年度：146件）で、8件減少しました。確認検査待ちは18件（同：47件）、陽性者周囲の相談は42件（同：54件）、確認検査待ち周囲の相談は3件（同：4件）でした。東京都の相談における陽性者等の相談率は、2.7%（同：3.9%）でした。全ての相談で減少しましたが、確認検査待ちの方からの相談が特に減少しました。

スタッフから「ホットラインに参加して」

鈴木

私は歯科医師として1994年の横浜での国際エイズ会議の歯科サテライトシンポジウムに参加したのが契機となり、2000年頃よりHIV陽性者の歯科診療に取り組んできました。今回「ふれいす東京」の新規ボランティア研修会に参加してみて「社会的病としてのエイズ」という言葉に強く共感し、医学情報をはじめセクシャリティーの多様性についても多く学ぶ機会を得ました。さらにホットライン部門の研修を受け、今年よりホットライン相談員に加えていただきました。

性への思いや行動はすべての人の避けることができない身近な問題であるにもかかわらず、それを語ることはタブー視され、ネット上にはHIV感染症をはじめ性感染症や性の多様性についてさまざまな情報があふれています。

実際ホットラインの電話を受け、性行為や日常生活での行為そして過去の経験から感染不安を抱えている方々の声を直接お聞きしその不安の重さを毎回実感しています。電話終了後、皆様の抱える不安や相談にうまく対応できているのか反省することも多々あり、その都度、ホットラインの先輩方からアドバイスをもらい、経

験を重ねています。

電話という顔の見えないつながりの中で相談者の皆様の不安や相談に適切に対応できるようにこれからも努力していきたいと思います。よろしくお願いします。

S

私は周りにHIV陽性者がいたことから、もう少しなかしら助けにならないかと思い、学ばせていただくきっかけとしてこちらに参加することにしました。

電話相談を受けて何回目かになりますが、今思えば研修中のロールプレイの内容は真っ当で、現実はなかなか困難なものが多いと時折落ち込むこともあります。電話を切ったから、あの答えで良かったのだろうか、間違ったことは伝えてなかっただろうか、より不安にさせてはいないだろうか、など毎回立ち止まってしまいます。

これからもっと学習と経験を重ね、相談者さんのお役に立てるよう、ひいては自分の周りの人たちが幸せになれるお手伝いができればいいなと思っています。

参加させていただき、ありがとうございました。

注目! 「今、必要なこと」を実践、安心できる居場所を目指して

Sexual Health Projectは、HIV/エイズや性感染症・メンタルヘルス・性の健康に関わる啓発活動を行うチームです。チームに参加しているボランティアスタッフは、好奇心・向上心に富み、さまざまなアイデアを出し合って「今、何が必要か」を一緒に考えています。ボランティアスタッフ同士のケアも

大事にしていることが啓発対象者にも相乗効果となり、新たな出会いにもつながっています。2022年から始まった「アディクション・ぽーと」「メンタルヘルスポート・居場所の交流会」「TOKYO AIDS WEEKSを語ろう」は、各方面から問い合わせが多く、関心の高い取り組みとなっています。

概要 当事者への共感と理解深め、多彩なイベントを企画

SH (Sexual Health)

ミーティング

毎月1回、木曜日にオンラインでミーティングを開催しています。

東京レインボープライド、TOKYO AIDS WEEKS、日本エイズ学会学術集会・総会や大学の学園祭など、参加するイベントに応じて企画、準備をしてきました。外部から専門家やゲストをミーティングに招くなど研鑽に励んでいます。2023年度は13回実施、ボランティアスタッフを中心にのべ120人が参加しました。

アディクション・ぽーと

昨年度から月に1回、LGBTQ+でアディクションの課題を持つ方を対象にオンラインの居場所づくりを行ってきました。2人のファシリテーター「デュアルファシリテート」制を採用したところ、「居心地が良い」と参加者から評価されています。スタッフファシリは進行に集中し、参加者がバラ

ンスよく発言できるように工夫する一方、アディクションの課題を共有するピアファシリは、共感を持って場を整えています。

「自助グループでこんなに笑ったのは初めて」という感想を複数から寄せられ、回復の選択肢のひとつとして機能し始めたと感じています。海外に転勤後も参加を続けている方もおり、オンラインの強みを生かしたゆるやかなつながりを維持できていると言えます。合計13回開催、173名が「ぽーと」につながりました。



アディクション・ぽーとの取り組みは、2023年12月3日、第37回日本エイズ学会にて発表されました。

演題名：HIV陽性者を含むLGBTQ+当事者のための新しいオンライン依存症自助グループ「アディクション・ぽーと」の意義と価値”

SH (Sexual Health) 研修会

「アディクション・スタディ2」

参加者：14名、登壇者・スタッフ：7名、合計：21人。

アディクション・ぽーとやアディクションに関心のある方向けに、ぶれいす東京内部研修として実施。クレプトマニアで摂食障害・Xジェンダーの高橋悠さんをゲスト講師に迎え、学びを深めることができました。参加者の感想の一部を紹介します。

- ・当事者団体情報を更新することができて良かったです。知識、情報は一度知るだけでなく継続していくことの重要性を感じました。
- ・当事者の方の体験してきた感覚、気持ちを聞いて、分かりやすかったです。

・クレプトマニアの説明で、客観的に物事を見ることの難しさに考えさせられました。また、多くの人が「生きづらさ」を抱えている点に共感しました。

LGBTQ+アディクト居場所の オンライン交流会

参加団体：9団体（ASKオンラインルーム Room K、CoDA タブラブミーティング、FT/MX、LGBTs × 発達障がい当事者会ウェルカム、アディクション・ぽーと、アディクション×レインボー、八王子ダルク、そらにじひめじ、京都バザールカフェ）、個人参加者：7名、スタッフ：7名。

メンタルヘルスサポートの一環で年に1回開催している交流会を、「アディクト居場所の交流会」として5月にオンラインで開催しました。アディクトに扉を開いているグループに活動の工夫や苦労を語っていただき、アディクション・ぽーとの運営方法について長所や改善点をフィードバックしてもらいました。グループの見本市のような様相に「参加してみたいグループが見つかった!」と、参加者の声が寄せられました。



「TOKYO AIDS WEEKS 2023」 企画

オンライン・対面・ハイブリッド開催を合わせ、のべ32のイベントが12月1日の世界エイズデー前後の約1ヶ月間に開催されました。

「TOKYO AIDS WEEKSについてみんなで語ろう!」をオンラインで2回開催、3年連続の試みとなりました。ライブ視聴者からコメントが入り、オンラインの醍醐味を味わうことができました。

ライブ配信「日本エイズ学会からこんにちは!」は今回初の試みです。京都で開催された第37回エイズ学会のブース前から現地レポートを届けました。

こちらから視聴できます。



2023年12月3日(日)
15:00~16:00



2023年12月4日(月)
11:00~12:00

この他、TOKYO AIDS WEEKS 主催イベント「CHOIR FOR TOKYO AIDS WEEKS 出演者トーク」、共催イベント「映画『虎の子 三頭たそがれない』東京初上映+トーク」、「映画『神はエイズ』日本初上映!!+トーク」「NOT ALONE CAFE MEETS RED RIBBON」を開催しました。

東京レインボープライド2023 (TRP)

2023年4月22、23日に行われたTRPでは、HIV/エイズに関わるNGOや企業と協力してブース

を展開。当事者と専門スタッフを配置したぶれいす東京のブースは、ドラッグクイーンのフェリシアさんを迎え、多くの人が訪れました。PrEPとMPOXに関心が高いことが見て取れたので、来年は「HIV/エイズ、PrEP、MPOX、梅毒」等の研修をして本番に臨みたいと思います。



パレードでは、「WE ARE POSITIVE」の横断幕を持ったHIV陽性者を先頭に、250名のフロートを出しました。aktaや企業との連携を進め、今後も楽しく参加できるイベントを目指します。

また、SHメンバーが実行委員を務めたレインボープライドが5月5日、山口県で初めて開催され、県内外から多くの方に参加いただきました。定員200人と満員御礼のパレードの様子は、県内メディアほぼ全社で報じられ、「U=U」のプラカードが活写されました。



中国新聞社提供

ほかにも

- **VITA プールパーティ** 2023年9月17日、コンドームとパンフレットを100部配布。
- **東海大学学園祭にて港区保健所ブース啓発** 2023年11月2日、性感染症予防・コンドーム実演・デ

モンストレーション・トークなど実施。

- **エイズフェス2023** 2023年12月9日、「U=U」、「Stay Healthy」、「TOKYO AIDS WEEKS」冊子などを配布。



明日へ 差別のない暮らしへ、日々 #update

堂々と #UPDATE HIV フロートの先頭を歩く「WE ARE POSITIVE」の横断幕を掲げたHIV陽性者たち。東京レインボープライド2023のパレードで実現した画期的な一幕です。沿道からの声援に、参加した私も涙がでるほど気持ちが高まったことを覚えています。HIV陽性者として生活していると、差別を感じることが少なからずあります。LASH調査によると、HIV/エイズに対する知識が深まっている一方で、差別偏見につながるスティグマが根強いことが分かります。これらを払拭するために、

Sexual Healthプロジェクトが果たす役割は大きく、特に、10代・20代のyouth世代・女性・トランスジェンダー・Xジェンダーの方々へのアプローチが急務だと感じています。アプローチが必要なのはMSM以外の男性も同じです。あらゆるセクシュアリティ、あらゆる背景を持つ人たちが問題意識と知識を共有し、差別のない暮らしを作れるよう #updateしていきたい。そのために新たな取り組みと継続した活動を「ムリなく、楽しく」やっていきます。



注目! ゲイの相談員が伝える予防の切実さ、PEP・PrEPに集まる関心

トレーニングを修了したゲイの電話相談員が、ゲイ・バイセクシュアルの人たちに向けた無料・匿名の電話相談を受けています。HIV/エイズのことや他の性感染症、セクシュアル・ヘルスやセクシュアリティまで相談が可能です。

2023年度に寄せられた相談では、リスクがあることを分かっているながら行為を止められないケースが前年度同様に複数ありました。その様な相談には今後の予防について共に考えると同時に、検査を受

け現状を知ることをアドバイスしています。また、どの様にセーフターセックスをしたら良いか迷っている相談もありました。PEP・PrEPに関する相談も増え、インターネットや冊子などを参照して対応しましたが、今後更に増えることに備え、しっかり勉強していく必要性を感じています。

イベントではSexual Health Project部門と連動し、東京レインボープライド2023やTOKYO AIDS WEEKSに参加しました。

概要 電話相談の実績と内容

2023年度活動記録

実施日 … 毎週土曜日 19時～21時

年間相談活動日数 … 52日（2022年度：51日）

電話相談活動時間数 … 104時間（2022年度：102時間）

相談体制 … 相談員 5名（兼務シフト担当1名）

年間相談件数 … 96件（うち陽性者等の相談3件）

（2022年度：相談件数114件、うち陽性者等5件）

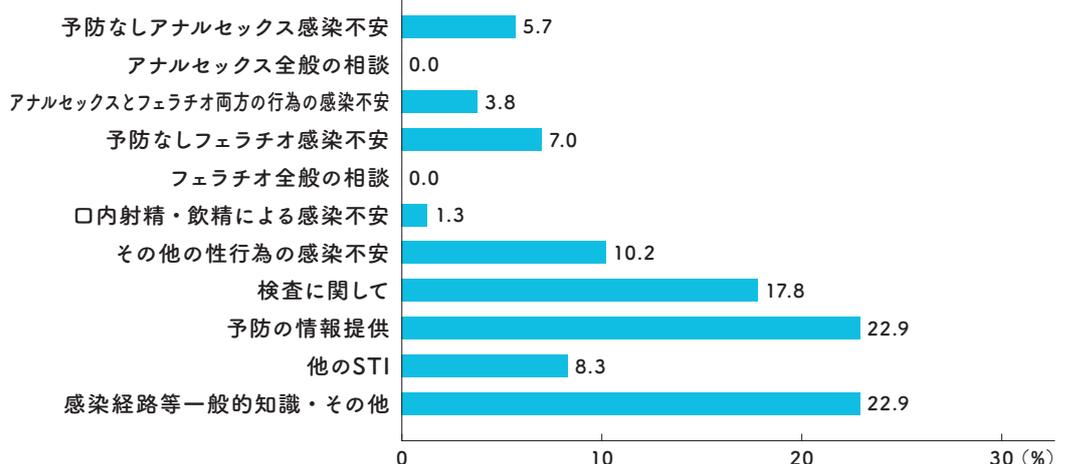
ろう者ゲイ（聴覚障がい者）のメール相談 … 0件

相談内容

2023年度は、96件の相談のうちHIV関連とHIV以外の相談に分類しました。HIVに関連した相談が157ケース、HIV以外の相談（非HIV関連）が73ケース、合計230ケースとなりました。

2023年度の相談特徴を前年度と比較してみると、「予防なしアナルセックス感染不安」が2.9%→5.7%、「検査に関して」が18.3%→17.8%と減少し、「アナルセックスとフェラチオ両方の行為の感染不

HIVに関連した相談（157ケース）



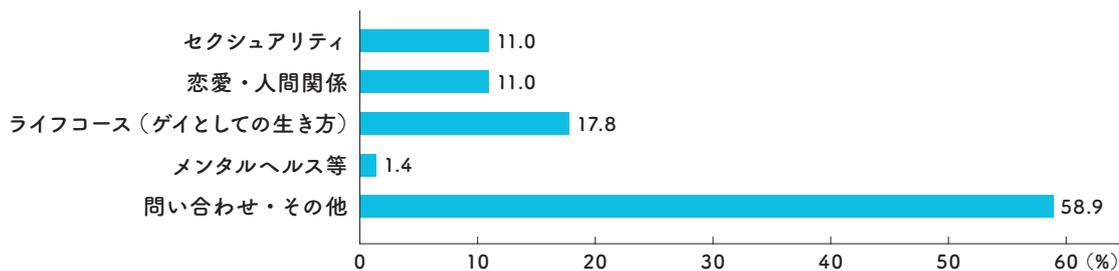
安」が3.4%→3.8%とほぼ変動なし、「予防なしフェラチオ感染不安」が9.1%→7.0%、「他のSTI」が5.1%→8.3%と増加していました。

「リスクのある行為」をして相談してくるケースは、

予防と同時に検査による現状把握をアドバイス。フェラチオに関する相談は、する側・される側ともに予防をしているかどうかは、相談票の記載からは読み取れませんでした。アナルセックスで適切な予防をしながらも、フェラチオによる感染リスクを知ら

ず行為の後に不安になり相談したケースが複数ありました。また「その他の性行為」について、相手の正常な皮膚を舐めた等、感染の可能性の無い行為で心配になり相談してきたケースが目立ちました。

HIV以外の相談（非HIV関連相談）(73ケース)



前年度と比較すると「ライフコース（ゲイとしての生き方）」が21.6%→17.8%、「メンタルヘルス等」が3.6%→1.4%、「セクシュアリティ」が10.8%→11.0%、「恋愛・人間関係」が18.0%→11.0%と変動していました。

「ライフコース（ゲイとしての生き方）」では、カ

ミングアウトやハッテン場に関して、「恋愛・人間関係」では、出会いの機会、結婚しているが男性と関係を持っているといった相談などが寄せられました。「セクシュアリティ」では、自分の性的指向への迷いが聞かれました。

明日へ 「ゲイとして生きる」助けやヒントになることを願い

どうすれば相談件数を増やしていけるか、毎年考える課題です。インターネットで知った相談者が多いことから、ネット周辺を重点的に広報しつつ、電話相談のシフトを維持できるようスタッフの育成を検討していく必要があるでしょう。

今年度もさまざまな相談が寄せられました。人それぞれ置かれた環境の違いから、相談員ごとに異なる回答になる可能性を伝えた上で、自身の経験など

参考になりそうな話をしています。セクシュアリティやゲイとして生きることについては、他の相談機関が少ない背景を考慮すると、専門外ですが可能な限り対応するつもりです。相談者の今後の人生の選択に大きく影響するので、ミーティングやケースカンファレンスで、多様な考え方や情報、指向などを共有していきたいと思います。

注目! 「ハイブリッド」が定着、動画配信にも挑戦

ネスト・プログラムは、HIV陽性者、パートナー、家族が安心して話し合う場、学習や情報交換、交流ができる場を提供しています。2023年度は、プログラムのコーディネーターが2名体制になって2年目となり、アフターコロナの「ネスト」のあり方を模索しながら進んだ1年でした。

まず、プログラムに初めて参加する方のために、模擬ミーティング動画を公開しました。対面+オンラインの「ハイブリッド形式」による進行が分かる内容です。また、プログラムの紹介などを目的に「ときどき通信」という新たな動画配信も始めまし

た。そして、全国のピアサポートに取り組んでいるメンバーと「円卓会議」を行い、各地の課題を共有し、今後の協働について意見交換を行いました。

こうした新しい取り組みの一方、利用者の安全性を高めるために利用登録制度を継続しています。これまでの利用登録者数は1,466名。プログラムの実施回数は前年度より微減したものの、参加者数はやや増加傾向にあります。感染症や在宅診療に関する専門家を招いたり、マイナ保険証や健康的な体づくりをテーマにしたプログラムを開催したりなど、利用者のニーズを考えながら企画・実施しました。

ネスト・プログラム

「模擬ミーティング」紹介動画

HIV陽性者やその周囲の方を対象にしたネスト・プログラムは、現在ハイブリッド開催をしています。プログラムに参加してみたいけれど、どんな様子かわからなくて不安…という方のために、模擬的なミーティングの様子を撮影し、2023年11月に公開しました。プログラムの雰囲気を感じて、気軽にアクセスしてもらえればと思います。



模擬
ミーティング
紹介動画



ときどき通信

ネスト・プログラムや関連イベントなどを紹介する動画配信です。

ネスト・プログラム・コーディネーターの加藤と大島がナビゲーターを務め、2023年9月から2024年2月までに4回配信しました。



YouTube
ぶれいす東京
チャンネル



全国HIVピアサポート円卓会議

新型コロナウイルス感染症の流行により、ネスト・プログラムは2020年1～3月は中止、4月より一部オンライン、2023年9月より全面的に対面とオンラインを併せたハイブリッド形式へと移行しました。この間、ZOOM初心者ミーティングを開いたり、パンフレットや動画を作成したりなど、きめ細やかな対応に努めました。

円卓会議は、こうした変化と対応について、全国各地でHIVピアサポートとして活躍されている11名の方々と話し合う目的で、2023年11月20日に開催されました。

結果、どの地域でも開催中止もしくは規模縮小を余儀なくされ、その間感染予防に努めながら細々と続けてきたという実態が浮かび上がりました。また、地方からのオンライン参加が増えた一方、これまで対面で参加していた方の一部はまだ戻らないままだそうです。その状況はネストも同様です。距離を問わず参加できるというハイブリッド形式の良さはあるものの、逆に対面の充実感や楽しさが失われたという指摘もありました。

さまざまな地域の関係者と情報交換を行い、今後協力体制を強化していくことが話し合われ、とても有意義な会議となりました。

なんでも話せる相談

2022年5月にスタートした「カミングアウトなんでも相談」を、2023年9月より「なんでも話せる相談」にリニューアルしました。ふれいす東京がどんな所か知りたい、参加したいけど不安、仕事をリタイアして時間があるので誰か

とおしゃべりしたい…など、どんなことでも話せる場です。

臨床心理士、公認心理師、保育士などの資格を持つスタッフが丁寧に話を伺っています。2023年度は7回実施しました。



なんでも話せる相談

なんでも話せる相談

毎月第2月曜日午後2時～
(相談時間1回概ね45分)

対象：HIV陽性者/
パートナー/家族

[相談員]高田良実
(ふれいす東京スタッフ/
臨床心理士/公認心理師/
保育士)

概要 自分に合うプログラムを見つけて

ネスト・プログラム (2023年4月1日～2024年3月31日)

スタッフ数 (2024年3月31日現在) … 5名
ネスト・スタッフ数 (2024年3月31日現在) … 100名
実利用者数 … 198名 (うち新規利用者数 42名)

のべ利用者数 … 672名
プログラム開催数 … 85回
ネスト・ニュースレター … 12回 (月1回) 発行

プログラム名	実施回数	のべ参加者 (ピア・スタッフを含む)	スタッフ (ファシリテーター・ セクレタリーなど)	講師・ ゲストなど
グループ・ミーティング	44回	361名	59名	0名
新陽性者ピア・グループ・ミーティング(PGM)	12回	60名	21名	—
ミドル・ミーティング (40才以上の男性陽性者)	11回	172名	18名	—
U40ミーティング(10代,20代,30代男性陽性者)	2回	8名	2名	—
異性愛者ミーティング	12回	89名	11名	—
クロスボーダー+ミーティング	6回	29名	6名	—
ミックス・トーク10(MT10)	1回	3名	1名	—
学習会/ワークショップ/セミナー	8回	85名	14名	22名
ストレス・マネジメント講座	4回	10名	8名	4名
就職支援セミナー	2回	33名	2名	13名
専門家と話そう	2回	42名	4名	5名
交流会	23回	177名	29名	1名
就職活動サポートミーティング	4回	12名	4名	—
介護職として働く陽性者のための交流会	6回	30名	6名	—
医療者(看護師)として働く陽性者のための交流会	6回	30名	6名	—
障害者枠で働く陽性者の交流会	4回	35名	5名	—
年末パーティ	1回	28名	3名	—
ピア+トーク	2回	42名	5名	1名
小グループ・ミーティング、その他	10回	49名	10名	0名
English Speaker's Meeting	6回	33名	6名	—
中国語を話すHIV陽性者のミーティング	3回	11名	3名	—
既婚者ゲイ・バイセクシュアル男性ミーティング	1回	5名	1名	—
プログラム参加者総数	85回	672名	112名	23名

各プログラム報告

- **新陽性者ピア・グループ・ミーティング (PGM)**
【対象】 HIV感染がわかってから6ヶ月以内の陽性者
【開催回数】 2時間のミーティングを2週間毎に計4回実施
【実績】 2001年4月に第1期スタート、2024年3月までに通算416回開催、参加者数はのべ2,219名(実人数:610名) 2023年度は第112期1回目から第114期の4回目まで実施
【目的】 HIV感染告知後の新たなスタートを切ってもらうこと



- **ミドル・ミーティング**
【対象】 原則40代以上の男性HIV陽性者
【開催】 毎月
- **U40ミーティング**
【対象】 原則10代~30代の男性HIV陽性者
【開催】 毎月(2023年6月以降休止)
- **異性愛者ミーティング**
【対象】 異性愛の男女のHIV陽性者
【開催】 毎月

- **クロスボーダー+ミーティング**
【対象】 海外移住を希望、あるいは海外に興味のあるHIV陽性者、海外在住のHIV陽性者
【開催】 隔月
- **ストレス・マネジメント講座 ~ストレスとうまくつきあうためのワーク~**
【対象】 HIV陽性者
【開催】 1期全4回(1回1時間半)
【目標】 ストレスに関するワークによってマネジメントスキルを身につけること



- **就職支援セミナー**
【対象】 就職・転職に興味のあるHIV陽性者
【開催】 年2回
- **専門家と話そう**
【対象】 HIV陽性者
【開催】 原則年2回



第27回「感染症の専門家と話そう」、第28回「在宅診療のプロと考える」を開催しました。



- **就職活動サポートミーティング**
【対象】 就職・転職活動をしているHIV陽性者
【開催】 毎月開催(2023年10月以降休止)
- **介護職として働く陽性者の交流会**
【対象】 介護職として働くHIV陽性者、これから介護業界を目指すHIV陽性者
【開催】 偶数月
- **医療者(看護師)として働く陽性者の交流会**
【対象】 医療系の有資格者のHIV陽性者
【開催】 奇数月
- **障害者枠で働く陽性者の交流会**
【対象】 障害者枠で働いているHIV陽性者
【開催】 3ヶ月おき
- **パーティー**
【対象】 HIV陽性者、陰性パートナー、配偶者、父母きょうだい
【開催】 サマー(8月)と年末4年ぶりの対面開催を年末に行いました。

●ピア+トーク

【対象】 HIV陽性者

【開催】 不定期

第15回「マイナ保険証って使ってる?」、第16回「春からはじめるカラダづくり」を開催しました。



●English Speaker's Meeting

【対象】 英語を話すHIV陽性者（日本人も参加可）

【開催】 隔月

●说中文的HIV阳性者集会

～中国語を話す陽性者のミーティング

【対象】 中国語を話すHIV陽性者

【開催】 3ヶ月おき

明日へ 場を分かち合う連帯感、オンラインでも対面でも

コロナ禍の副産物として、オンラインによるリモート勤務や交流が根付きました。ネスト・プログラムも、ハイブリッド形式が主流になり、地方在住者のオンライン参加が増えた点を歓迎する一方で、従来から対面で参加していた方の充実度を高めることが課題になっています。対面が生み出す楽しさや温かさといった雰囲気をオンラインにも反映させていきたいと思います。

謝辞

今年度もご寄付をお寄せいただいたみなさまのおかげで運営することができました。社会情勢が厳しくなりゆくなかでご支援いただき、深く感謝いたします。プログラムに助成していただいた東京都福祉保健財団、ご寄付をお寄せいただいたヴィーブヘルスケア株式会社、MSD株式会社、オフィス Two I、ギリアド・サイエンシズ株式会社（五十音順、敬称略）、そして多くの個人のみなさまに改めて御礼申し上げます。

感想文

第27回専門家と話そう「感染症の専門家と話そう」

参加者の感想文

（「ぶれいす東京Webサイト」2023年9月掲載より）

●「頭のリセットする良い機会でした。」

ジロー（2007年告知／服薬歴14年目／40代）

僕自身HIVの陽性者でありながら、今回は勉強になることが多かったです。定期的に通院が当たり前になった今、感染症の奥深さを知るきっかけになりました。

思い返せば僕自身、子供の頃よりおたふく風邪にも罹らず、ワクチンを接種していました。またHIVが発覚してから、B型肝炎のワクチンを受けていま

した。

しかしいつ受けたのか？など曖昧なことが多くあることを思い知るきっかけになりました。



続きと
他の感想文は
こちら

第28回専門家と話そう「在宅診療のプロと考える」

参加者の感想文

（「ぶれいす東京Webサイト」2023年10月掲載より）

●「わがままや迷惑をかけてもよい人を見つける事のハードル」匿名さん（2023年告知／40代）

独身40代です。HIV感染とLGBTQであることを伝えている人がほぼいない現状のため、人生会議や

自分の意志選択を伝える場所がないです。今回のお話を聞いて、社会や国が最終的には助けてくれるから深く考えず、またそれが最良の選択と決めつけて自分で考えて生きる事を放置していたとも思い知らされました。



続きと
他の感想文は
こちら

第20回就職支援セミナー参加者の感想文
(「ぶれいす東京Webサイト」2024年3月掲載より)

●「また歩き出すため」

テツ (感染告知年：2023年／初参加／50代)

最近告知を受け、病院で「ぶれいす東京」を紹介され今回初めて就職支援セミナーに参加しました。

家族にはまだ感染のことは話せていません。

まだ自分自身の心の整理はできていないのですが、今できることを少しずつでもやってみようと思い「ぶれいす東京」に登録したいと電話を掛けました。



続きは
こちら

登録の際、誰にも言えない不安や悩みを話せることって、すごくありがたいことなんだと実感しました。

第15回ピア+トーク「マイナ保険証って使ってる？」
参加者の感想文

(「ぶれいす東京Webサイト」2024年4月掲載より)

●「陽性者から見たマイナ保険証の付き合い方」

マイナ (服薬歴20年／40代)

マイナ保険証は、医療機関にすれば業務の効率化

が図れるだろうし、利用者にとっても適切な診療が受けられるメリットがある。

電子化は時代の流れとしては取り組んだ方がいいと思う気持ちもあることはあるのですが、HIVキャリアのようないわゆるマイノリティの立場からすると、医療従事者にどこまで自分の医療情報が開示されるのか、それによって近所の小さな病院や薬局に気軽に通えなくなってしまうデメリットはないのか、そんなリスクだってあり得るのに一度切り替えたら元には戻せない、公的機関から公開されている情報がちょっと少なすぎる or 一側面にだけ偏りすぎているのでは!?と (多くの人が気にも留めないような部分だから、半分仕方ないのかな…とも思いつつ) ずっとモヤモヤしていました。



続きと
他の感想文は
こちら

年末パーティ参加者の感想文

(「ぶれいす東京Webサイト」2024年4月掲載より)

●「仲間と共に」 ケン (感染告知年2016年／服薬歴6年)

久しぶりに陽性者同士の交流をクリスマスパーティーという形で設けて頂き、楽しかったです。久々に会えた方々と話が弾みあつという間の時間でした。僕はオンラインが苦手なので、実際に人と会ってお話しするのが、とても新鮮でした。パーティーの中で、HIVという重大な病気を笑顔を交えて歓談されていた方がとても印象的で、自身の病気の悩みがとても小さいように思うくらいでした。



続きと
他の感想文は
こちら

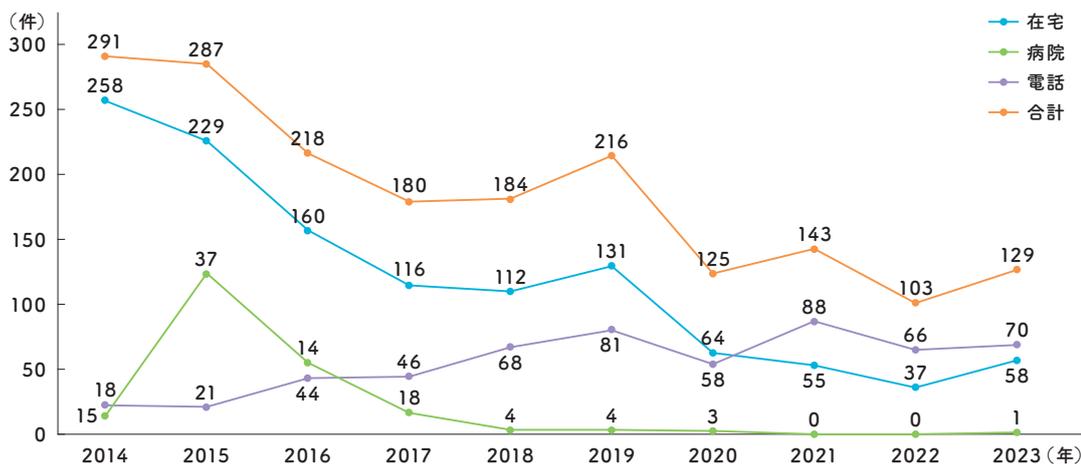
注目! 活動再開、病を機に依頼者と新しい関係を築く

相棒という英語の「バディ」にちなみ、トレーニングを受けたボランティアを派遣しています。入院中の方への定期訪問、外出や入退院の付き添い、在宅での話し相手、家事援助など、さまざまな依頼に対し、できることでお手伝いしています。パートナーや家族でもなく、医師や看護師のような専門家でもないバディが、新しい関係で依頼者をサポートし、QOL(生活の質)の向上を目指しています。

2023年度は、コロナ禍を経て、以前からの利用

者の活動再開や新規に依頼するケースが増えました。新規依頼の内容は、外出介助、外出同行、通院同行でした。クライアントには、単身の中高年の男性が占める割合が高く、体になんらかの障がいを持ちつつ生活している方が多くいます。車椅子や杖を用いるなどの歩行困難、高次脳機能障害といった後遺症、精神疾患などです。長期にわたる支援も多く、10年以上の関わりがあるのが8件、20年以上も3件あります。

過去10年間の活動件数の推移



概要 一方通行ではないサポートを、バディが育む信頼

バディとして活動するには、「新規ボランティア研修」と部門研修の「バディ・ワークショップ」への参加が条件です。

スタッフの構成は、2024年3月末現在、20代～

80代までの男性19名、女性13名。定例ミーティングは、2023年度は3回、個別のミーティングは6回開催しました。そのほか、メールや電話でも定期的に連絡を取っています。

2023年度バディ活動実績

派遣依頼

前年度より活動を継続 … 10名
活動休止中 … 9名
新規依頼 … 7名
合計 … 26名

バディ派遣終了 … 4名

派遣終了理由：死亡 … 0名
施設入所などニーズの消失 … 4名

活動バディ・スタッフ

派遣依頼14名（休止中9名を除く）に対し19名のスタッフを派遣しました。（クライアント1名に対する実人数でカウント）

活動内容

COVID-19の影響が残る今年度のバディ派遣は、状況をみながら、依頼者とバディの両者と相談し、不安のない中で活動できるようにしました。

2023年度の活動は129件、電話によるコミュニケーション70件、在宅訪問58件、病院訪問1件でした。在宅訪問が昨年度よりも増加、病院の活動も再開しました。今年度の総活動時間は約138時間になりました。

訪問先と活動内容

●在宅

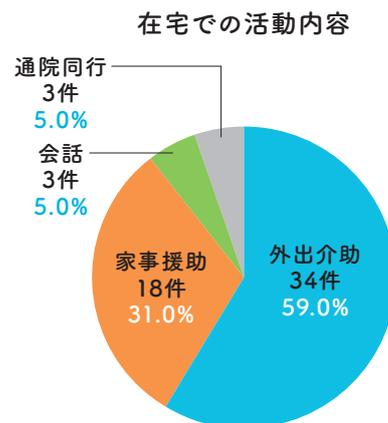
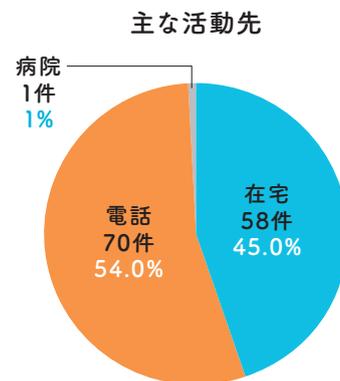
活動別では、外出介助34件が最も多く、家事援助18件、会話3件、通院同行3件と続きました。具体的な内容として、外出介助では車椅子や杖利用者の外出時の介助/同行、家事援助では家の整理や掃除などでした。コロナ禍が落ち着いた影響で昨年よりも増加がみられました。ちなみに、外出介助やその他の支援においても、会話をしながら活動しているケースがほとんどです。

●病院

今年度は医療従事者からの依頼1件が3年ぶりにありました。

●電話

在宅の方、病院に入院中や施設に入所中の方に、定期的に電話で連絡をし、近況を聞くなど、人間関係を維持する活動になっています。



明日へ 利用者の高齢化を視野に体制づくり

利用者の高齢化にともない、今後、通院同行などの利用が増えると予測されます。利用者には、公的サービスも活用していただき、足りない部分をバディがお手伝いします。通院同行は平日が多くなるため、今後も継続的に人材の確保に努めます。また、周囲の公的機関や関連機関と連携し、役割を分担しながら活動していきたいと考えています。

バディ派遣事業は、バディ・ボランティアの協力は成り立ちません！日頃から活動を続けてくださっているみなさま、今年度もご協力いただきありがとうございました。登録してから、時間や距離が空いた方も、また活動できそうな時はいつでも連絡ください。今後ともよろしくお願ひします。

注目! 精神疾患や生活困窮、関係機関と連携して不安に寄り添う

HIV陽性者、確認検査待ち/要確認検査/判定保留、その周囲の方々へ、電話や対面などによる相談サービスを提供しています。HIVに関する電話相談や直接的なケアを担当してきた社会福祉士や医師が相談員を務め、2016年からはHIV陽性の相談員による電話相談を定期的実施しています。また、刑事事件等による身柄拘束者、受刑者との手紙によるやりとり「お手紙プロジェクト」も行っています。

相談件数は、電話、対面ともに減少。相談者は、HIV陽性者が多く、確認検査待ちの方からも48件の相談がありました。内容は、心理精神、生活や制度についての相談、連絡等のコミュニケーションが目立ちました。相談者の傾向として、困窮した経済状態、閉塞的な人間関係の中で生活している方、精神疾患、薬物依存やその他依存を持つ方、発症で判明した方、来日した外国人が多かったように思います。今後は、就労する来日外国人が増えることが予想されます。多様な相談に対して、1機関で対応するのは難しい場合も多く、今年度も医療機関、役所や保健所などの行政機関、支援団体と連携しながら対応していきます。

相談員から

海外から来日する移住者、海外でHIV陽性が判明し帰国する人などから、治療の連続性、福祉サービスについての相談が多く寄せられました。また、エイズ症状でHIV陽性に気づく人たちの中には、身体に障がいが残る場合があり、その後の生活に関する相談も寄せられました。その他、メンタル課題など、長期間続く相談になることも多くありました。薬物使用や依存状態にまつわる内容も含まれますが、幼少期や家族関係に関連した要因も共に振り返るため、より専門性のある支援サービスへつなぐ必要性を実感するのですが、金銭的に余裕がない相談者も多く、苦慮しています。(生島)

電話相談では、家族やパートナーに陽性が判明、

確認検査の結果待ち、精神疾患、生活保護や障害年金などの経済的問題の相談を多く受けたように思います。郵送検査で陽性の結果を受け取る例も増えており、次の手順についての相談が複数ありました。検査結果を待つ間、今の状況を話せる人がいない辛さ、大変さを話す方も多くいました。周囲に話せない辛さは、HIV陽性者、パートナー/家族からもよく相談がありました。身近な人間関係から離れているからこそ、ぶれいすの相談が果たせる役割があるのではないかと思います。(牧原)

ボランティアで非常勤の電話相談員をしています。主に土曜日のポジティブラインを担当していますが、平日とは異なり、利用者は少なめで、継続的な相談になる例は多くありません。対応する機会の多い平日の常勤相談員が適切に対処してくれているからでしょう。また、要確認検査や陽性者周囲からの相談が多い印象もあります。即日・郵送検査の普及・拡大、U=UやPrEPといった予防戦略の進展などが影響しているのではないのでしょうか。ここ数年やや目立ってきている傾向です。今後ともそういった変化に注目しつつ、研鑽を重ねていきたいです。(福原)

陽性相談員から

高齢化に伴う相談が増えてきたことが、今年度の印象に残りました。HIV陽性者本人や家族から寄せられた相談は、自らの老いに直面する不安の吐露、通院困難になった場合の治療の継続、老後の住居や施設入所、判断能力が衰え始めた親の財産管理についてなど多岐にわたりました。これらの悩みはHIV陽性者に限ったものではありませんが、HIV陽性であることや自身のセクシュアリティなどの背景から周囲には相談しにくく、悩みが深まってしまったようでした。私自身も相談に関わり始めてから今まで確実に齢を重ねているので、こうした相談に共に悩みながら対応していきたいと思っています。

(陽性相談員J)

2023年度お手紙プロジェクト報告

当プロジェクトでは、刑事施設（警察、拘置所、刑務所、入管など）にいる方の手紙による相談に対応しています。2023年度は、6名から相談がありました。受け取った手紙は42通。相談内容は、友人への連絡、弁護士選任、受診先、ピア的な心理サポート、社会復帰に居住先や就労、ボランティア参加の希望などさまざまでした。2024年度からは、

念願であった相談スタッフの増員で、定期的なミーティングを開催し、活動内容を充実できるよう準備中です。体制が整い次第、外部機関にもプロジェクトについて広報する予定です。今後は逮捕歴があるボランティアにも参加してもらい、ピア同士の交流を提供することで、当事者たちが安心して社会復帰を目指していけるような活動になればと考えています。
(相談員 M)

概要

電話、対面、SNS、手紙、ひとりも取り残さない相談体制を

「ポジティブライン」0120-02-8341（月～土：13:00～19:00）

「対面相談サービス」（月～土：12:00～19:00）（厚生労働省委託事業）

「HIV陽性の相談員による電話相談」（毎木曜：15:00～18:00）

刑事事件等による身柄拘束者および受刑者との手紙相談「お手紙プロジェクト」

HP上に確認検査の結果待ちの方への情報、外国人の方に向けた情報も提供しています。



確認検査／
要確認検査／
判定保留
結果待ちの人へ



外国人の方に
向け情報提供

2023年の活動実績（2023.4.1～2024.3.31）

相談 / 連絡件数

電話による相談 … 1305件（陽性相談員対応 67件）

対面による相談 … 283件

手紙による相談 … 42件

合計 … 1630件

新規の相談は、ホームページの活動実績に3ヶ月ごとにまとめを作成しています。属性や内容の詳細もあります。ぜひご覧ください。



電話 / 対面相談の内容項目

HIV陽性者と確認検査待ち / 要確認検査 / 判定保留の結果待ちの人からの相談について、内容を1

～9の項目に分類しました。複数の項目に該当する相談内容であった場合は、それぞれの項目に含めて集計しています。

1. 検査や告知に関する相談 … 60
2. 告知直後の漠然とした不安 … 86
3. 対人関係に関する相談 … 221
- 4-1. 生活に関する相談 … 558
- 4-2. 制度に関する相談 … 243
5. 心理や精神に関する相談 … 769
6. 病気や病態の変化や服薬 … 139
7. 医療体制や受診に関する相談 … 125
8. 医療機関以外の支援体制・リソースへのアクセス … 5
9. 連絡等のコミュニケーション … 647

相談の多かった上位4項目

4-1 生活に関する相談：558	
就労/就学	314
経済的な問題	57
外国人	43
住宅問題/ホームレス（野宿生活）	57
法律問題	38
生命保険	17
海外渡航（留学）／海外からの帰国	23
健康診断	1
医療費	4
その他	4

4-2 制度に関する相談：243	
障がい者の制度利用（手帳取得、自立支援、重度医療、障害者控除、施設入所）	112
生活保護	72
健康保険（高額療養、傷病手当、付加給付、後期高齢者医療）	14
障害者雇用	13
障害年金	18
プライバシー	2
サービス利用時の対応	0
ビザ	3
その他	5

5 心理や精神に関する相談：769	
精神疾患（抑うつ障害、適応障害、統合失調症、その他）に関する相談	534
薬物依存	132
その他の依存傾向（アルコール、セックス、ギャンブル、対人、その他）	42
精神科の受療に関する状況	25
精神的な不安定さ	11
自殺念慮	9
人間関係の閉塞感	4
ストレス	5
HIVの受容	5
その他	0

9 連絡等のコミュニケーション：647	
近況報告	479
ネストプログラムの利用	46
利用登録	43
面談の調整等	12
積極的な協力・参加	7
その他	60

※「精神疾患」は、本人から病名や通院履歴等の申告があり、その時の相談内容に影響していると相談員が判断した場合に選択しています。

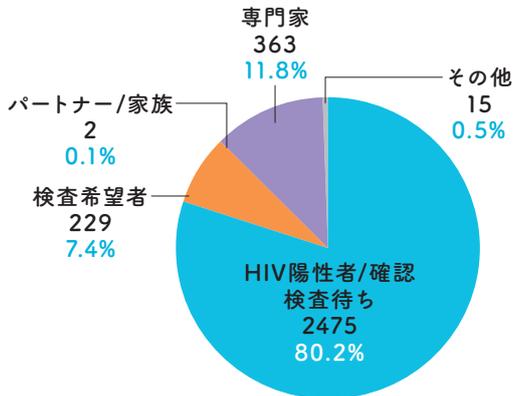
外国人への相談サービスの提供 （厚生労働省委託事業）

任意団体 CRIATIVOS (P-LATINO) 保健プロジェクトとぶれいす東京が共同で実施。HIV/エイズ、セクシュアリティや心身の健康に関する相談を、主にLINEを使い、ポルトガル語、スペイン語で対応しています。電話、メール、通院同行などのサービスも提供しています。

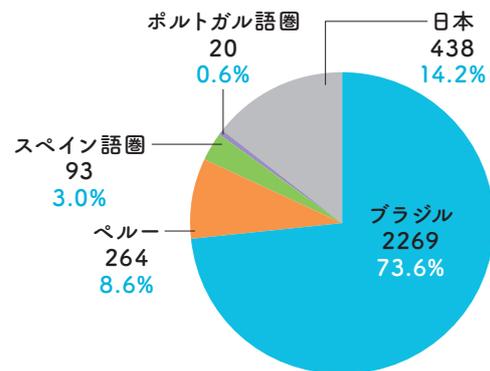
昨年度からPEP・PrEPに関する相談が増え、今年度から相談項目を新たに設けました。保健所の検査が回復しない中で、検査に関する相談は多く、梅毒の相談もありました。就労等で来日する外国人の増加に伴い、医療や福祉制度の情報提供、病院との連絡調整をする機会も増えました。また、MPOXに感染したHIV陽性者の診断名がつくまでの受診や入院調整の支援を行いました。

2023年の活動実績 (2023.4.1～2024.3.31)

相談者の属性 (のべ件数)
(N=3084)



対象者の国籍/言語 (のべ件数)
(N=3084)



相談者の年代は、30代が901 (29.2%)、40代が907 (29.4%) と半数を占め、50代が578 (18.7%)、20代が481 (15.6%) と続きました。

居住地域は、東京683 (22.1%)、関東甲信967 (31.4%)、東海614 (19.9%)、北陸 657 (21.3%) の順でした。

相談内容 (のべ件数) (N=3084)

医療体制・医療との関わり・連絡	705
他のSTIや医療の相談	547
HIVおよびHIV検査に関する相談	383
社会保障等行政に関する相談	378
心理や精神に関する相談	308
通訳/翻訳	223
PEP・PrEP	121
治療に関する相談	107
服薬・副作用に関する相談	58
医療費や支払に関する相談	40
その他	214

P-LATINO つながることから始めよう!

Comece tirando dúvidas
つながることから始めよう!

Positive-LINE

LINE >>>>

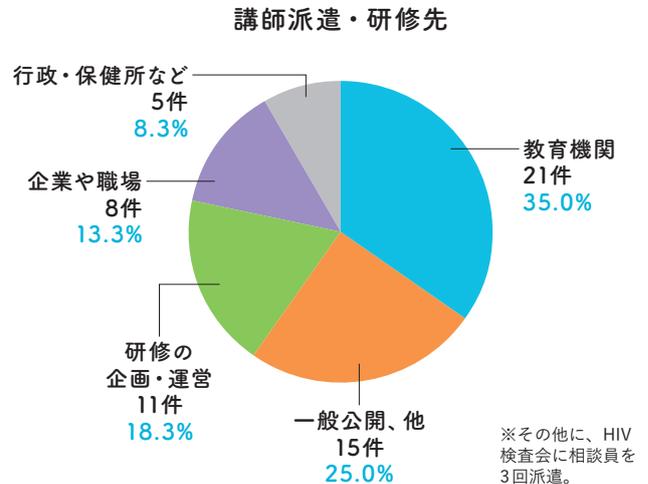
注目! 見直される性教育、講師派遣でニーズを実感

研究・研修部門は、当事者の視点を生かした独自の研究や、受託研究などのさまざまな調査研究と、HIV/エイズやセクシュアリティなどをテーマにした講師派遣や、研修の企画・運営を行っています。

2023年度は60件の講師派遣・研修依頼に対応し、計5,104人（参加者数を集計できないものを除く）の参加がありました。特に中学・高等学校からの出講依頼の増加が目立ち（2022年度8件→2023年度14件）、性教育に関連したニーズの高まりを実感しています。



「講師派遣・
研修の依頼」
はこちら



概要 実を結んだ15年来の研究、今後は普及啓発も

2008年度にふれいす東京副代表（当時）の生島が研究代表者に就任して始まった厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「地域におけるHIV陽性者等支援のための研究」が、その後も地域における多様な支援ニーズを反映させながら5研究課題・15年継続し、2023年度をもって終了する「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」で一つの区切りを迎えました。1月に樽井正義理事が急逝されましたが、引き継いだメンバーで今後も本研究の成果の普及啓発に努めていきます。詳しい研究内容とその成果は、Webサイトをご覧ください。

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

樽井正義（ふれいす東京／慶應義塾大学）／HIV陽性者と薬物使用者への支援策と感染・薬物使用予防策の検討

生島嗣（ふれいす東京）／MSMを対象としたメンタルヘルスと性行動に関するWEB調査

大木幸子（杏林大学保健学部）／薬物使用の問題を抱えるHIV陽性者への支援のための精神保健福祉センターとのネットワークモデルの検討

野坂祐子（大阪大学大学院人間科学研究科）／MSMを対象とした健康のためのコミュニケーション支援ツールの開発と評価

塩野徳史（大阪青山大学健康科学部）／ゲイコミュニティにおける性行動および予防啓発に関する動向の把握と効果評価

論文発表:

1) Miwa, T., Yamaguchi, M., Ohtsuki, T., Oshima, G., Wakabayashi, C., Nosaka, S., Hayashi, K., Ikushima, Y., and Tarui, M. Associations between drug use and sexual risk behaviours among men who have sex with men in Japan: Results from the cross-sectional LASH Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(13): 6275, 2023.

2) Hayashi, K., Wakabayashi, C., Ikushima, Y., and Tarui, M. Characterizing changes in drug use behaviour following supply shortages of 5-MeO-DIPT, alkyl nitrites and new psychoactive substances among men living with HIV in Japan. *International Journal of Drug Policy*. August 2023. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2023.104080>

「地域におけるHIV陽性者等支援のためのウェブサイト」
<https://www.chiiki-shien.jp/>



「Love Life and Sexual Health (LASH)」
<https://www.lash.online/>



「BRTA JAPAN」
職域におけるHIV感染症に関する知識の普及啓発の促進に向けた研究



「LOVE & SEX 意外と知らない僕らのリアルなセックスライフ～第2回LASH調査報告書(2024)～」
https://stayhealthy.tokyo/eBook/love_sex_lash_2024/



「StayHealthy」
<https://stayhealthy.tokyo/>



「check72」
HIV検査体制の改善と効果的な受検勧奨のための研究
<https://check72.jp/>



「PrEP in JAPAN」
HIV感染症の曝露前及び曝露後の予防投薬の提供体制の整備に資する研究
<https://prep.ptokyo.org/>



生島ほかぶれいす東京スタッフが国立国際医療研究センター・水島医師、名古屋医療センター・横幕医師の研究班に参加しました。また、東京都立駒込病院・今村医師の研究班の業務委託による、北陸3県（富山・石川・福井）、九州3県（大分・宮崎・鹿児島）の郵送HIV検査の受検者サポートも継続しています。なかでもWebサイト「PrEP in JAPAN」では、2024年中に見込まれるPrEP認可に向けてPrEPユーザーの見守り医療機関のリンク集を拡充させました。ぜひ活用してください。



注目! コロナ禍を経て対面開催に充実感、オンラインのメリットも

2023年5月は4年ぶりに対面で総会と活動報告会を開催しました。以前にはなかった感染対策など会場準備で至らないことがありましたが、あちこちで「お久しぶり」という挨拶が聞こえ、対面ならではの会となりました。お花見も2023年は雨で中止でしたが、2024年の春は天気にも恵まれ、5年ぶり

に60人以上が一堂に会することができました。月1回の運営委員会と月2回の事務局会議は、引き続きオンラインです。最初の頃は、対面より時間がかかり大変でしたが、自宅などから参加できたり、画面共有できたりといったメリットも感じています。

会員・寄付者

● 会員：250名

(うち正会員60名、活動会員190名)

2024年1月18日、ふれいす東京理事で研究班の代表であった樽井正義氏が急逝しました(享年76)。4月3日にエイズ&ソサエティ研究会議との共催で、樽井理事が長らく研究代表を務めた『地域におけるHIV陽性者支援のための研究』班の成果を共有するフォーラムを開催しました。研究関係者のみならず樽井理事を知るさまざまな方が集い、樽井理事への追悼の思いも込めた会となりました。

● 賛助会員：個人55名

団体7団体

株式会社アルバコーポレーション、イプソスヘルスケアジャパンリミテッド、サーチコア株式会社、中村キース・ヘリング美術館、医療法人社団七海会、一般財団法人日本児童教育振興財団内 日本性教育協会、医療法人社団マキマ会パーソナルヘルスクリニック

(50音順、敬称略)

● 活動助成をいただいた団体

公益財団法人東京都福祉保健財団

● 寄付をいただいた団体

ヴィーブヘルスケア株式会社、MSD株式会社、オフィスTwo l、

カトリックHIV/AIDSデスク、ギリアド・サイエンシズ株式会社、日本聖公会東京教区、一般社団法人“人間と性”教育研究協議会、北陸HIV情報センター

(50音順、敬称略)

● 募金箱などによるご寄付

中村キース・ヘリング美術館、News Café、チャリボン(株式会社バリューブックス)(敬称略)

多くの個人の方からもご寄付をいただきました。お名前の掲載は控えさせていただきますが、心よりお礼申し上げます。

概要 「ふれいす東京」の活動

● 受託事業

【厚生労働省】

- ・「HIV陽性者等のHIVに関する相談・支援一式(関東地域におけるピア・カウンセリング等支援事業)」

【東京都】

- ・東京都HIV/エイズ電話相談
- ・東京都HIV検査情報Webの制作(<https://tokyo-kensa.jp/>)

都内各保健所や検査相談室における検査情報について、随時更新を行っています。また年に2回(東京都HIV検査・相談月間、東京都エイズ予防月間)、ゲイ向けのポータルサイトや出会い系アプリなどに東京都HIV検査情報Webのバナー広告の制作・出稿を行っています。

- ・東京都によるゲイ、メディアへの広告制作

MSMを対象としたポータルサイトに検査相談室の取材記事を年に1回掲載しています。

【研究班】

- MPOX GUIDE BOOK 配布
- check72～郵送HIV検査配布のためのweb構築、フライヤー制作、相談対応

【他団体との協働プロジェクト】

- TOKYO AIDS WEEKS 2023
(協賛：ヴィーブヘルスケア株式会社など)
- HIV/AIDS啓発活動コンソーシアム
「HIV/AIDS GAP6」
- Not Alone Cafe 東京
- LGBT支援ハウス
- プライドハウス東京レガシー ウェルネス・サポートチーム
- Living Together計画
(HIVのリアリティを伝えるプロジェクト)
- 感染症コミュニケーション円卓会議

●ロビー活動

- 「日本におけるHIVエイズの流行終結に向けた要望書」をGAP6より加藤勝信厚生労働大臣に提出(2023年8月31日)
- LGBT法連合会の『「理解増進法」の衆議院可決に警鐘を鳴らす声明』に賛同(2023年6月15日)

●外部委員会への参加

ふれいす東京では、代表の生島らスタッフが国や自治体をはじめとする外部機関に委員として参加するとともに、保健所や医療機関からの相談に協力しています。

- 厚生労働省エイズ動向委員会 委員
- 東京都エイズ専門家会議 委員
- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構
障害者雇用サポーター
- 公益財団法人友愛福祉財団 理事
- 新宿区HIV/AIDS関係機関ネットワーク
連絡会委員
- 特定非営利活動法人エイズ&ソサエティ研究会議
副代表

- LGBT法連合会 医療・福祉委員会 委員
- 孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム 会員

●新規ボランティア研修会の実施

新規ボランティアの募集と研修を行いました。オンライン説明会には32人の申し込みがありました。研修は、4年ぶりに対面開催となり、9月に2日間実施、15人が無事に研修を終えました。

参加感想文と研修内容は、<https://ptokyo.org/activities/data/16315>をご覧ください。



ボランティア
研修報告
2023



●Webサイト/SNSの運営

ふれいす東京本体のほか、委託、コラボなどの形態でさまざまなサイトを運営。YouTube「ふれいす東京チャンネル」では動画を14本以上公開しました。SNSでも情報発信しています。

詳しくは<https://ptokyo.org/aboutus/groups#information>をご覧ください。YouTube「ふれいす東京チャンネル」の登録をお願いします。



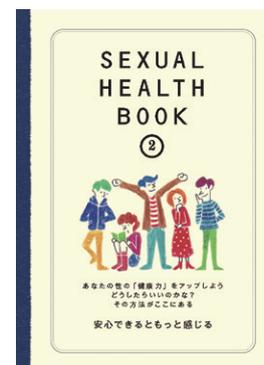
「ふれいす
東京
チャンネル」

● 冊子などの制作物

若者むけの小冊子「SEXUAL HEALTH BOOK 2」の改訂版を発行。
Sexual Healthと性の多様性に気付くことができる内容です。2014年初
版発行、2023年10月改訂第4版発行



「SEXUAL HEALTH BOOK 2」



● メディアへの協力

テレビ・ラジオ、新聞や雑誌、Webなど各種メディアからの取材に
協力・寄稿。内容の妥当性や取材協力者のプライバシーへの配慮などを
確認しています。

媒体名	内容	公開日
newTOKYO	【人形劇が面白い】ゲイのための“コミュニケーション術”で、 出会いの機会をもっと安全に楽しもう！	8/21公開
MEDIFAX web	HIV感染の「予防薬」、開発要請に期待 当事者・支援団体	8/31掲載
朝日新聞	HIV検査の結果が来ない 1年待った男性が知った刑務所の「うそ」	9/21掲載
北海道新聞	場所の制約を超えて HIV治療薬服用で予防「プレップ」 毎日々性交渉の前後	10/22掲載
東京新聞	「梅毒にかかるとエイズに感染しやすくなる」500円検査会も 12月1日 世界エイズデーに合わせ約30の催し	11/26掲載
J-WAVE	「JK RADIO TOKYO UNITED」 HIV、エイズとともに生きる人たちが、 ありのままに生きられる社会を目指して活動する団体、 【認定NPO法人 ぶれいす東京】の取り組みに注目	12/1放送
GENXY	HIV陽性になったら——生活はどうなるの？	12/9公開
高田馬場経済新聞	高田馬場で映画「神はエイズ」日本初上映 「TOKYO AIDS WEEKS 2023」関連事業	12/23掲載
g-lad xx	レポート：公開セミナー「40年のパンデミック：エイズの教訓を受け継ぐ」	12/27掲載
Newsweek日本版	ゲイ・コミュニティを描いた舞台『インヘリタンスー継承ー』 主演・福士誠治が語るエイズの今 3世代40年続くパンデミックとは	12/27掲載
Addiction Report	ゲイ、HIV陽性、依存症…舞台演出家が3つのカミングアウトをして 「すっぴん」で生きる理由	2/14公開
TBS NEWS DIG	エイズの発症は治療で防げる「薬で感染予防」 「性交渉しても感染させない」 HIV発見から40年の“新常識”	2/22掲載

寄付のお願い

DONATION

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。

寄付で応援する

ぶれいす東京を財政面から応援してください。匿名でも寄付いただけます。

【単回の寄付】

クレジット決済、郵便振替、銀行振込、現金などでいつでもご寄付いただけます。

【毎月の寄付（クレジット決済）】

毎月1,000円、2,000円、3,000円、5,000円、10,000円など、定期引き落としの金額を選べます。



定期引落

【送金方法】

- ・クレジットカード ぶれいす東京Webサイトから <https://ptokyo.org/support/donation#credit>
- ・ゆうちょ銀行振替口座 00160-3-574075
「特定非営利活動法人ぶれいす東京」



クレジットカードによる寄付

※送金される際、通信欄に寄付か会費納入かご一筆ください。専用の振替用紙もあります。

- ・三井住友銀行／高田馬場支店／普通預金／2041174
「特定非営利活動法人ぶれいす東京」

※銀行振込の場合、名前・住所などのご連絡をいただかないと、お礼や寄付金控除のご案内等ができません。ご希望の場合はメールフォームをご利用ください。



メールフォーム

- ・事務所で寄付することもできます。事前にご連絡ください。(TEL 03-3361-8964)

賛助会員になって応援する

毎年継続して寄付をすることでぶれいす東京を支えていただく会員です。合わせて認定NPOサポーターになることもできます。

年会費（4月～翌年3月）

個人賛助会員：（一口）1万円

団体賛助会員：（一口）2万円

詳しくは、<https://ptokyo.org/support/supportingmembers>



賛助会員

寄付/賛助会費振込の際はぜひ「認定NPOサポーター」に！

2019年12月3日に認定NPO法人になりました。

認定NPO法人への寄付は、寄付額に応じた所得税の税額控除が受けられます。賛助会費も控除対象です。法人が寄付した場合は、損金算入限度額の枠が拡大されます。また、遺産を相続し、そこから寄付をした金額は非課税になります。

認定NPO法人になることで寄付が増え、団体の安定に繋がることを期待しています。認定NPO法人を継続するためには、年間（4月～翌年3月）3,000円以上の寄付者が毎年100人以上必要です。

ご協力いただける方は、寄付や賛助会費を振り込まれる際、「認定NPOサポーター希望」「名前/住所（自宅）（団体の場合は、団体名と所在地）」をお知らせください。



認定NPOサポーター

詳しくは、<https://ptokyo.org/support/authorizednpo>

チャリボンで寄付する

引越しなどで不要になった本・CD・DVDなどを「チャリボン」に送ると、その売り上げ金がぶれいす東京に寄付されます。読み終わった本などを処分しようと思っているみなさま、どうぞご協力をお願いします。



チャリボンで寄付

ぶれいす東京 2023年度 年間活動報告書

2024年5月25日発行

発行：特定非営利活動法人ぶれいす東京
(Positive Living And Community Empowerment TOKYO)
〒169-0075
東京都新宿区高田馬場4-11-5 三幸ハイツ403
TEL：03-3361-8964 FAX：03-3361-8835
Email：office@ptokyo.org
<https://ptokyo.org/>



ぶれいす東京



SNSなどは
こちらから

編集：穂吉洋子
デザイン：新藤岳史
印刷：株式会社翔美



認定NPO法人 ぷれいす東京
<https://ptokyo.org/weare>

あなたのアクションが誰かの力に!