

# ネスト・ニュースレター

認定NPO法人ふ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

April, 2026



各地で桜の開花が進んでいます。  
お花見を楽しんでいる方も多いのではないのでしょうか。  
春のひとときを楽しみましょう。

## 2026年4月以降のネスト・プログラム

Hybrid

NEW!

**YOUTH MTG** ~10代、20代、30代の男性HIV陽性者のミーティング~

**4/11(土) 16:00~18:00**

**「ひとりじゃない、同世代のやさしい時間」**

ひとりじゃない、同世代のやさしい時間

**YOUTH MTG**

~ 10代、20代、30代の男性HIV陽性者のミーティング~

男性HIV陽性者同士でいろいろと安心して話してみませんか？  
HIVのこと、恋愛のこと、生活のことなど、参加者の話したい話題を中心に進めます。

第1回 MTG	第2回 MTG	第3回 MTG
2026 <b>4/11</b> (土) 16:00-18:00 (対面+ONLINE) 開催	2026 <b>5/22</b> (金) 19:30-21:30 (対面+ONLINE) 開催	2026 <b>6/20</b> (土) 14:00-16:00 (対面+ONLINE) 開催

U40ミーティングがリニューアルして帰って来ました。  
男性HIV陽性者同士でいろいろと話してみませんか？ 司会進行は先輩陽性者が担当します。

10代~30代の男性HIV陽性者であれば、セクシュアリティは問いません。

HIVのこと、恋愛のこと、通院や服薬、生活のことなど、参加者の話したい話題を中心に進めます。

対面・オンラインのハイブリッド開催です。

### ①はじめに

参加者全員のプライバシーを尊重するためグラウンドルールの読み合わせを行います。YOUTH MTGで呼ばれたいお好きな名前でご参加ください。

### ②本日のテーマ

YOUTH MTG内で聞きたいことや相談したいことについて話し合い、決定したテーマに沿って先輩陽性者や参加者同士で答えていきます。

### ③振り返り

出た意見をまとめ、最後に振り返りを行います。終了後は雑談タイムとなり、個別の質問がある方は先輩陽性者へ相談することも可能です。

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。

**【On-line】ZOOMの利用によるオンライン開催**

**【Hybrid】多目的室での対面参加とオンライン参加のミックス開催**

LGBTQ+が依存症について語れる場

# 「アディクション・ぽーと」

4/26(日) 18:00~20:00



依存症でLGBTQ+の方が語れる場です。毎月1回、緩やかなつながりを持ちませんか？



## HIV陽性者・確認検査待ちの人と、そのパートナー、家族のための相談

【電話相談】 0120-02-8341

月曜日～土曜日 13:00～19:00 (祝日/冬季休業を除く)

木曜日 15:00～18:00 HIV陽性者の相談員が対応

【対面相談】 03-3361-8964 (予約窓口)

月・火・木・金 12:00～19:00

(祝日/夏季・冬季休業を除く)



Hybrid

## 障害者枠で働く陽性者の交流会

4/4(土) 16:00~18:00

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、雇用形態、周囲への開示の方法などさまざまです。



障害者枠の就労に興味のある方も参加可能です。

## HIV/エイズの歴史アーカイブ・プロジェクト

HIV/AIDS History Archive Project

「未来へつなぐ、HIV/エイズの記憶」

当プロジェクトは、HIV/エイズの効果的な治療法がまだ確立されていなかった1980-1990年代を生き延びた人々、また当時をよく知る医療従事者や支援者、報道関係者の証言を記録として次世代に継承するプロジェクトです。

今回公開されたのは7本の映像コンテンツです。こちらの特設サイトからご覧ください。



Hybrid

## ミドル・ミーティング

4/11(土) 13:00~15:00

5/ 9(土) 13:00~15:00

司会進行は陽性者スタッフが担当します。

40代以上の男性HIV陽性者であれば、セクシュアリティは問いません。



Hybrid

## 異性愛者ミーティング

4/23(木) 19:00~21:00

5/23(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。



対面

## 说中文的HIV阳性者集会

4/25 (星期六) 15:00~17:00

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。



Hybrid

## English Speakers' Meeting

May.9th(Sat.)5pm~7pm

- This meeting is for English speakers who live in Japan.
  - Will take place every 2 months.
  - Get more information and connections through this opportunity.
  - You can choose to participate in person or online.
- Conditions of participation
- Who can protect people's privacy
  - HIV Positive



Hybrid

## 医療者として働く 陽性者の交流会

4/7(火) 19:00~21:00

日頃みなさんがHIVを持ちながら医療者として働かなかで、疑問に思ったり不安に感じ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の陽性者であればどなたでもご参加いただけます。



Hybrid

## 介護・福祉職として働く 陽性者の交流会

4/20(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、介護の仕事に興味のある方の参加も可能です。すでにさまざまな介護・福祉現場で働いている陽性者たちの経験談を聞くことができます。



対面

## もめんの会 6/9(火) 14:00~16:00

親だからこそ抱え込む思いがありますし、他の場所ではなかなか話せません。  
HIV陽性の子どもを持つ親同士によるミーティングです。興味のある方や、自分の親にも知らせたいという方、お気軽にお問い合わせください。



ご興味がある方は下記まで。

nest@ptokyo.org

担当：生島・加藤

\*父親で参加をご希望の方はご相談ください。

## ぷれいすVoice

HIVやセクシュアル・ヘルスにまつわる、さまざまな「Voice/声」を掲載しています。  
ぜひ、みなさんの声もこちらに投稿してください。お待ちしております。



HIV感染が  
わかった  
ばかりの  
あなたへ

M/感染がわかって3ヶ月

陽性だとわかった瞬間は頭の中が真っ白になり、大きな不安が押し寄せて来ます。その不安は、「この先どうなるんだろう」という将来への不安。情報を得て、同じ境遇の人々の想いを聞くことで、その不安は少しずつ姿を消していきます。ぷれいす東京のプログラムへの参加は、そんな心の変化をもたらしてくれた貴重な体験でした。

まこ/感染がわかってから7ヶ月

僕も逃げていました。しかし、今は、感染がわかり、治療が出来て良かったと思っています。もっと早く検査をしておけば良かったとも思っています。精神面、もし感染していたら、治療にお金がかかると不安になっている方もいると思いますが、福祉制度がしっかりしているので大丈夫なので、少しの勇気を出して検査して下さい。

HIV検査を  
逃げて  
いる  
あなたへ

ぷれいす  
東京と  
わたし

Kidz

相談のレポーターはいくつもあった方がいい。故に、ぷれいす東京が電話相談の次にメール相談に取り組もうとする流れは必然だった。メールは残る。文字としてあいての目の前に残り続けてしまう。電話みたく口調や声色なんかを使ったその場しのぎのニュアンスが通用しない。会話よりも確実に重い。不得手だ。想う…相談者はどんな気持ちなのか。考える…相談者にどんな言葉を届けるべきなのか。瞬発力よりも想像力がモノを言う世界。だけどこれは相談員としてごく当たり前の態度なんだ。メール相談の任、丁寧に向き合おうと思う。



## UNAIDS（国連合同エイズ計画）の存続と2030年のエイズ終息を求める要望書を提出しました

現在、国連改革のための諮問機関「国連80」より、2026年末でのUNAIDS閉鎖という極めて厳しい提案がなされています。

世界的にエイズ対策資金が急速に減少する中、司令塔であるUNAIDSの閉鎖は、2030年までのエイズ終息に向けた歩みを大きく逆行させかねません。この事態を受け、特定非営利活動法人アフリカ日本協議会の呼びかけで、日本国内のHIV/AIDS関連NGOや当事者団体は、日本政府および国連機関に対し、UNAIDSの存続を求める要望書を提出いたしました。

ふれいす東京からは、事務局長の原田とスタッフの加藤が各省庁等への働きかけに参加しました。

■2026年1月15日（木）

厚生労働省、国連広報センターに提出



■2026年1月29日（木）

外務省に提出



Hybrid

### 感染がわかって6ヶ月以内のPGM第119期

4/4(土), 4/18(土), 5/2(土), 5/16(土) 13:00~15:00

受付終了

- ・感染がわかってから6ヶ月以内の陽性者のグループです。
- ・2ヶ月連続4回のプログラムで少人数の仲間と一緒に過ごします。
- ・スタッフと先輩陽性者がみなさんのお手伝いをします。
- ・事前に個別のオリエンテーション（簡単な説明と準備）を行います。
- ・参加者同士のプライバシーを守るためグラウンドルールの承諾をお願いします。
- ・ハイブリッド開催のため全国どこからでもご参加できます。



担当：加藤・生島

スタッフ  
便り

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。

60代後半になり、初めて鼻水が止まらない状態を初体験。風邪症状とは違うため、普段お世話になっているお医者さんに依頼して、抗アレルギー薬を処方してもらい、症状に合わせて飲みはじめました。久しぶりの初心者。今後も続くのでしょうか。（いくしま）

春の訪れを皆さんはどんな時に感じますか？わたしは、駅までの道のりで暑くなって思わずTシャツ一枚になった瞬間でした。まだ3月なのに早くも衣替え完了です。上着一枚脱いだだけで、足取りまで軽くなるから不思議ですね。（ガク）

春は出会いと別れの季節。新しいステージのために旅立った人がいる一方で、また新たな出会いも待っていそうです。しばらくお休みしていた30代までの男性陽性者のグループ・ミーティングが装いも新たにリスタートします。若手ボランティア・スタッフを中心に盛り上げていく予定です。新しい出会いにワクワクしてみませんか？（かとう）

