ネスト・ニュースレター

認定NPO法人ぷ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

November, 2026

TOKYO AIDS WEEKS 2026

November 15 - December 15
#TokyoAIDSweeks

2026年11月以降のネスト・プログラム

On-line

第25回 就職支援セミナー 番外編

11/27(金)　19:00~21:00

企業の担当者や、実際に障害者枠で就労している当事者などのトークを中心にお届けします。
いつもとはちょっと一味違うセミナーにご期待ください！



【参加企業】（50音順）

- SCSKサービスウェア(株)
- トランスコスモス(株)
- (特非)ホッとスペース中原
- (株)リクルートオフィスサポート

企業人事の話を聞きたい、障害者枠でのメリット・デメリットを知りたいという人も参加できます。

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

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）

LGBTQ+が依存症について語れる場

「アディクション・ぽーと」

11/29(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？



Hybrid

障害者枠で働く陽性者の交流会

12/19(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。障害枠で働くとひとことで言っても、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。

対面

ゆる会

1/9(土)　16:00~18:00

グラウンドルールに守られた空間で、自由におしゃべりする時間を持ちましょう。
HIVのこと、生活のこと、趣味のこと…なんでもOKです。
気軽に参加してのんびり過ごしてください。
陽性者の方ならどなたでもご参加できます。



Hybrid

ミドル・ミーティング

11/14(土)　13:00~15:00
12/19(土)　13:00~15:00

12月はいつもと日程が違いますのでご注意ください。

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

11/28(土)　13:00~15:00
12/17(木)　19:00~21:00

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。



面对面

说中文的HIV阳性者集会

1/23 (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

November.7th(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 paticipation
- Who can protect people's privacy
- HIV Positive

対面

Sunday

NEW!

年末パーティ

12/13(日)　14:00~16:00

【対象】HIV陽性者／陰性パートナー／配偶者／母親／父親／その他家族

※その他家族の方は、事前にご相談ください。

【会場】お申し込みの方にお知らせします。（新宿区内）

【会費】無料



※お菓子や飲み物は提供しますが、お食事は各自済ませてご参加することをお勧めします。

※パーティにはネスト・プログラムのスタッフも参加します。

On-line

NEW!

ストレス・マネジメント講座　第42期

1/25(月)　19:30~21:00

【ステップ1】「ストレスによるこころとからだの変化」

2/22(月)　19:30~21:00

【ステップ2】「ストレスと思考パターン」

3/15(月)　19:30~21:00

【ステップ3】「ストレスへの対処行動あれこれ」



定員：16名

担当：野坂祐子

（ぷれいす東京スタッフの臨床心理士）

Hybrid

医療者として働く陽性者の交流会

11/12(木)　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くなかで、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？



Hybrid

介護・福祉職として働く陽性者の交流会

1/26(火)　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。



対面

もめんの会

12/4(金)　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。

＊父親で参加をご希望の方はご相談ください。

Hybrid

医療・福祉合同ミーティング

12/7(月)　19:00~21:00

医療者として働く陽性者の方々と、介護・福祉職として働く陽性者の方々の合同ミーティングです。
お互いに情報交換をしながら、楽しく交流してみませんか？6ヶ月に一度の開催を予定しています。

日韓ピアと考えるMSMのメンタルヘルスとHIV予防



今やMSM（男性と性行為をする男性）の健康にとっての最重要キーワードとも言えるChemsex（ケムセックス）。
このセミナーでは、日本と韓国の登壇者が、ピアの視点・支援者の視点・研究者の視点から話題提供し、会場のみなさまと意見・経験を共有します。



東京都では、HIV感染の早期発見・早期治療につなげるため、自宅で無料かつ対面することなく受けられるHIV郵送検査事業を開始しました。
検査を受けやすい環境を整えることで、これまで検査機会を確保しにくかった方にも利用を促し、HIVの早期発見及び感染拡大の防止につなげていきます。

▼対象　東京都に在住又は在勤・在学の方

Hybrid

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

「ひとりじゃない、同世代のやさしい時間」

Sunday 12/6(日) 14:00~16:00

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。



TOKYO AIDS WEEKS 2026～映画上映＆合唱ミニコンサート

【日時】12月5日(土)

映画上映&トークショー 13:00～15:00 （開場12:30）
合唱ミニコンサート 15:00～16:00

【会場】杉並区立勤労福祉会館（併設 西荻地域区民センター）

杉並区桃井4-3-2（西荻窪駅より徒歩15分）



映画上映会についての詳細はこちらから↓



合唱ミニコンサートについての詳細はこちらから↓

今年のTOKYO AIDS WEEKS では、韓国映画「夢を見たと言って」の上映会と2015年の初回から開催している合唱のミニコンサートを同時開催します。
「夢を見たと言って」は、年齢差のあるロマンスを描きながら、登場人物たちが抱える心の傷、孤独、そしてゲイのリアルな現実と未来への希望を映し出す作品です。
上映後には韓国とオンラインで繋いだトークショーも行います。
合唱は、このイベントのために集まった多様なメンバーが歌声を披露します。
想いを込めて歌声をお届けします。乞うご期待！

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。

今年のTOKYO AIDS WEEKSでは、面白いイベントが沢山あります。ぜひ、参加しやすいところを見つけて、ご参加ください。オンラインで参加できるものもあります。（いくしま）

TOKYO AIDS WEEKS期間中の11/25（水）の夜に、東中野ポレポレ坐で、トークバック上映会+坂上香監督によるワークショップを行います。ぜひご参加ください。（ガク）

TOKYO AIDS WEEKSが間もなくスタートします。今年で12回目を迎えますが、初回にスタートした合唱のミニコンサートを今年も開催します。50人を超える歌声の迫力はなかなかのもの。同時開催の『夢を見たと言って』の上映会共々、HIV/エイズに想いを馳せる良い時間になるかと思います。ぜひ会場にお越しください。（かとう）

〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-11-5 三幸ハイツ403
認定NPO法人ぷれいす東京 Tel.03-3361-8964
ネスト・プログラム問い合わせ先：nest@ptokyo.org
月・火・木・金
12:00~19:00
祝日/夏季・冬季休業を除く