

**[今号のイチ押し!]** 「**老い**」の問題と向き合う  
 将来に備えて、いま私たちができることは……………1-2面

**[JaNP+の広場]** 各地の HIV 陽性者ピア・グループ  
 福岡で交流会を定期開催、Not Alone Fukuoka ……………3面

**[POSITIVE ワイド]** **メンタルヘルス**  
 FUTURES JAPAN アンケート結果から……………4-6面

**[JaNP+の広場]** **陽性者の立場からの様々な活動**  
 厚労省への要望書提出、研修&交流会のご案内……………7-8面

## 高齢化に直面するHIV陽性者 HIV陽性者の半数が50歳以上の時代へ

独立行政法人 国立医療機構 九州医療センター AIDS/HIV 総合治療センター部長 **山本政弘**



### はじめに

HIV 感染症の治療は 1990 年代半ば以降に長足の進歩を遂げ、現在では 1 日 1 回～2 回程度、1 錠～数錠の内服薬にて、血液中のウイルスをほとんど 0 近くまで抑制し、CD4 リンパ球を始めとする免疫能の改善も見込まれるようになりました。ウイルスを体内から完全に排除することはまだ困難ですが、少なくとも毎日きちんと服用を続けることによって長生きできる時代になっています。

実際にどのくらい長生きできるようになったかという、HIV 感染症治療がまだ不十分だった 1990 年代半ばくらいまでは、25 歳で HIV と診断されると平均 7 年しか生きられなかったのが、現在では 40 年以上長生きできるようになったと言われています。HIV 感染のない人が一般に平均 50 年ほどの寿命ですのでもうほとんど HIV 感染のない人と変わらないくらいに長生きできるようになったこととなります。逆に言うと HIV 陽性者はある程度健康を保ったまま、服薬を続けながら毎

年どどん年をとっていくわけです。米国の推計では、2017 年には HIV 陽性者の半数が 50 歳以上になるとされています(図 1)。我が国でもそれに数年遅れで同様な状況となると考えられ、HIV 感染症はもはや若年者の病気とは言えなくなってきています。このように、HIV を持ったまま年をとっていくとはどういうことか述べてみたいと思います。

### 老化

老化は誰にでも起こりますが、老化にもいろいろな種類があります。外見の変化、性的なものも含め身体能力の低下、活動性そのものの低下、気分的な意欲の低下、物忘れなど認知機能の低下などです。

昔はもっとお肌に張りがあったのにと、最近自慢の腹筋がポッコリと、夜の元気がなくなってきたとか、階段登ると息切れするようになったとか、昔みたいに徹夜で遊ぶ事がきつくなったとか、外にでかけるのがおっくうになってきたとか、うっかりが増えたとか、小さな文字を読むのがつらくなったとか、

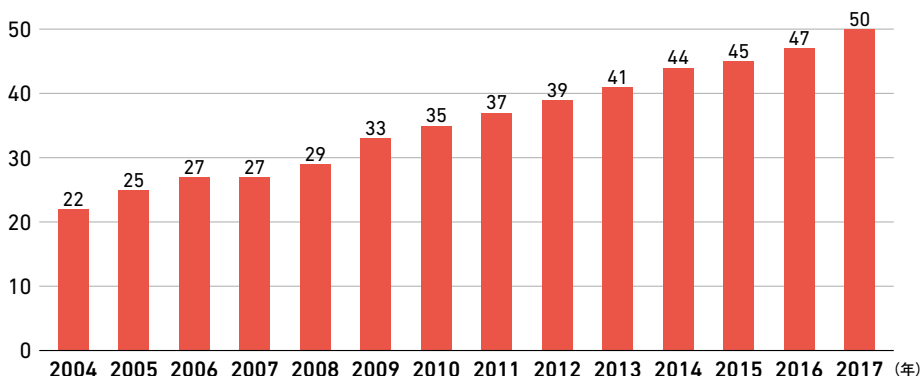
血圧が高くなったとか、メンタル面で問題がでてきたとか、いろいろな機能が落ちてくるのが老化ということになります。

ある程度年をとれば誰にでも老化現象は起こるわけで、セクシャリティがなんであるうかが、HIV に感染しているかいないかがそれは同じです。

さらに HIV 感染があると老化がより早く進行するとわれています。特に、動脈硬化やそれにとまなう心筋梗塞や脳梗塞、生活習慣病やそれにとまなう腎機能障害、骨粗しょう症による骨折、認知機能の低下が起きやすくなり、癌などは早く進行します。

動脈硬化はもちろんある程度の年齢を重ねると少しずつ進行していくものではありませんが、HIV 感染症にとまなう慢性炎症があるとより進行しやすいといわれています。また動脈硬化は糖尿病や高脂血症、高血圧などの生活習慣病があるとより早く進行しますが、HIV 薬のなかには糖尿病や高脂血症などの合併症を引き起こしやすくなるものがあります。動脈硬化が進むと血流が悪くなり、

図 1: 米国の HIV 患者における 50 歳以上の患者の割合 (%)



Reference(s): 1.Center for Disease Control and Prevention. HIV/AIDS Surveillance Report, 2007. <http://www.cdc.gov/hiv/surveillance/resources/reports/2007report/table9.htm>. Accessed April 10, 2012. 2. Justice AC. HIV and Aging: Time for a New Paradigm. <http://www.veomed.com/va042160162011#>. Accessed April 10, 2012.

いろいろな臓器に異常をきたしてきます。典型的なものは心臓や脳の血管が詰まる心筋梗塞や脳梗塞で命に関わってきますが、命が助かったとしても無理な運動ができなくなったり、麻痺や認知機能の低下を起したり大きな障害が残ることも多いです。

生活習慣病は動脈硬化だけでなく、例えば血液透析が必要なほどの腎臓の障害、脂肪性肝炎など肝臓の障害、足などを切断しなければいけないほどの末梢の循環不全、失明するほどの網膜症、耐え難い神経痛、睡眠時無呼吸など多くの障害を引き起こします。

また、HIVによる慢性炎症や抗HIV薬の一部は骨密度を低下させて骨粗しょう症を引き起こし、通常であれば70～80歳くらいにならないと起こさない脊椎の圧迫骨折などを若いうちから引き起こしてこることもありますし、ちょっとしたことで骨が折れ大きな障害を残すこともあります。

またHIVにより軽度の認知機能低下をきたすことも知られており、いわゆる「ぼけ」が通常より若くしてでてくることも考えられます。

さらにHIVによる免疫能の低下により癌の発生も増えるといわれています。

## 高齢化時代のHIV感染症

長生きと老化は切っても切り離せません。さて老いるということをもう一度考えてみましょう。

身体の機能は低下しています。生活習慣病の合併があれば、専門医の治療が必要になるでしょうし、いろいろな食事制限なども必要になるでしょう。歯も悪くなるでしょうし、入れ歯も必要になるでしょうから、昔のよ

うに硬いものをばりばり食べるなんてできなくなるでしょう。老眼鏡が必要になり細かい作業も難しくなるでしょう。若い頃のようにばりばり働くことも難しいでしょう。年齢によっては年金生活ということになるでしょうが、もし年金が生活していくのに不十分だったらどうしょう？ その一方、認知機能の低下や手足の不自由さも進行し、一人で生活することは当然のことながらだんだん難しくなってきます。その時、あなたはどのようにするのでしょうか？ 誰か頼れる人はいますか？ 車の運転はどうでしょうか？ 大きな事故を引き起こす前に考えなければいけないこともあるでしょう。また癌になったらどうしますか？

エイズ拠点病院は基本的に急性期病院です。HIV関連の治療や重篤な疾患の急性期の治療は得意としていますが、慢性期治療や維持治療、リハビリ、介護などの機能は持っていません。HIV陽性者の老化が進み、いろいろな合併症や機能障害を起しても拠点病院では対応できないことも多くなるでしょう。例えば腎機能障害が進行して透析が必要になれば拠点病院でなく、HIV患者の維持透析を行ってくれる腎クリニックを探さなければなりません。いろいろな障害がおこったり、認知症になったりして身の回りのことがうまくできなくなったからといって、拠点病院には介護やリハビリなどの目的で入院はできません。もちろん家族がいれば家族に介護や手伝いをお願いできるのでありますが、もし独居なら今のうちからどうするのか考えておくことも必要でしょう。また働けなくなったときにどうするかも考えておいたほうがよいでしょう。年金頼りというのはちょっと危険かもしれません。

またできるだけ長く元気に過ごすためには、老化を促進させる因子、つまり生活習慣病を今のうちから改善しておくことが重要です。体重や血圧のコントロール、食生活の改善、適度な運動、タバコやアルコールを控えるなど自分でできることはいっぱいあります。

最後に、これからやってくる高齢化社会はHIV陽性者にとってもはや他人ごとではありません。老後のことを考えるのに早すぎることはありません。なお当院ではこのような老後のことを身近に考えていただくよう「大人のゲイライフ講座」という小冊子を作成しております。ゲイのかたに限らず、老後をもう一度見つめ直すにはいいヒントになるかと思えますので、ご参考にしていただければ幸いです。

### ヒゲに白髪が目立ってきたら 大人のゲイライフ講座 先生、教えて！プロが教える老後の準備

なかなか老後のことをリアルにイメージ出来ない40代以上のゲイ男性に向けて、健康・生活・セックスの3つの切り口で、これからの生き方についてのさまざまなヒントを集めた冊子。



<http://loveactf.jp/books/1603gaylife.html>



#### 山本政弘 (やまもとまさひろ)

昭和57年 九州大学医学部卒業  
平成元年 九州大学生体防御医学研究所  
平成3年 ハーバード大学ダナ・ファーバー癌研究所  
平成6年 国立病院九州医療センター内科医長、感染症対策室長  
平成22年 国立病院機構九州医療センター AIDS/HIV 総合治療センター部長  
厚生労働省エイズ対策研究事業「HIV感染症の医療体制に関する研究」  
その他分担研究者  
日本エイズ学会理事  
同性愛者等のHIV感染症に関する相談・支援事業推進協議会委員

## [シリーズ] 各地のHIV陽性者交流会／ピア・グループ

HIV陽性者同士が実際に会って話ができる機会が各地に増えています。

かつては東京や大阪などの限られた地域でのみ行われていましたが、いまでは北海道から沖縄まで多くの地域に広がりつつあります。

また、気楽にお茶やお酒を飲みながらの交流会であったり、プログラム化されたグループワークであったりと開催形式もいろいろ。

NGOが主催するものもあれば、SNSのオフ会のように個人が声掛け人として行われているものなどもあります。

また、HIV陽性者だけで運営しているものもありますし、

ソーシャルワーカーやカウンセラーなどの専門職がスタッフとなって進めているものもあります。

このシリーズでは、このようなさまざまな活動を、ひとつひとつを取り上げてわかりやすくご紹介していきたいと思います。

## 1 notAlone FUKUOKA HIV陽性者交流会

notAlone FUKUOKA—“もう僕はひとりきりじゃない!”

HIV陽性者同士の交流によって孤立感や孤独感を解消して、前向きに生きていくヒントが得られるような会を目指して、福岡を拠点として2013年にスタートしました。

【参加資格】 HIV陽性者のゲイ・バイセクシャル男性

【開催日時】 原則奇数月の第3土曜日の午後

【開催場所】 福岡市内のカラオケボックス(カラオケは使わない)  
※2016年10月に熊本市内で初開催

【参加費】 500円

【参加人員】 定員はないが、4人から9人くらいのことが多い。  
※人数が少ない場合にも開催。

【スタッフ】 ゲイ・バイセクシャル男性のHIV陽性者約3名が参加

【広報協力】 国立病院機構九州医療センター、九州各地のエイズ診療拠点病院、Ferry (SNS)、Futures Japan など

### 参加者より (感想文・一部抜粋)

- 来るまでとても不安な気持ちでしたが、交流して今は安心した気持ちになりました。普段はあんまり人と関わることが苦手なので、緊張してしまうと思ってましたが、リラックスしてみなさんの話を聞くことができ、たいへん良かったです。自分のことも話せたので、気持ちが楽になりました。
- 何ちゃんい会話でも同じ立場の人同士ですと、やはり安心できるもんですね。楽しく過ごさせて頂きました。
- 思っていたよりくだけた関係の中で楽しく過ごせました。生活や薬、お金など気になっているところを当事者同士で話し合える場所は限りなく少なくよい経験になりました。
- 少し脱線しすぎた感はありませんでしたが、陽性者のセックスのリスクの考え方など知ることが出来、役立てることが出来そうです。ひとりではしゃいでしまい、すみませんでした。
- 感染がわかってから長い人、まだわかって間もない人、それぞれの経験が聞けてよかった。
- 仕事、職場、パートナーのこと、1人で抱えて悩んでいる自分がいまいましたが、いろんな方の状況やお話を聞いて良かったです。
- 自分が今まで話せなかったことも話せ、有意義な交流ができた。グランドルールが尊重されていると思えたから話せたので、今後もお願いいたします。
- 東京や大阪とは違い、地方都市での開催では、告知やご準備など、なにかと大変であったことと思いますが、なかなか都会に出向けない自分にとっては、本当にありがたく感じました。

### 当日の進行

- 1) グランドルールの確認
- 2) スタッフ、参加者ともに簡単な自己紹介
- 3) 申し込みのときに記入した「交流会で話したいこと・聞きたいこと」などの話題を中心にフリートーク

### スタッフより つとむ(男性・40代・ゲイ・2008年陽性告知)

通院を始めて2～3ヶ月の頃、「福岡にも陽性者のネットワークが出来るといいな。それにかかわる事が出来るといいな。」なんて気持ちを持ち始め、それから数年経った頃に知人(陰性)から「福岡で動き出している人が居るけど、あんた手伝ってみる?」と話をいただきました。まだ『notAlone FUKUOKA』という名前も付く前の事です。

何度かの打合せを重ね、第1回目の交流会スタッフとして参加しました。大変緊張をし、受付時には声が上ずってしまったりしましたが、20名程の陽性者が一堂に会した、あっと言う間の3時間を無事に(?)終える事ができました。第2回開催への課題は数多くありましたが、心地よい疲労感と、次の回を楽しみにしている自分がそこに居ました。

私は、初めて参加する方にも、何度か参加してくれた方へも笑顔で「こんにちは!」からスタートするようにしています。ガッチガチにこわばっている方、あまりの緊張に聞こえないくらいのお話をする方と様々ですが、会の終わりには笑顔を見せて各自の生活場所へ戻って行く。そんな姿を見て心から嬉しく感じます。また、私自身の経験談をお話し、それが少なからず勇気を振り絞るこの交流会に足を運んでくれた方への役に立っている(のかも!)と自己満足に浸り、そして参加者のみなさんからパワーをいただいています。お蔭様でCD4は900台にまでUPする事もあります!

当初は「関係者に会ってしまうかも!」などと不安はありましたが、会を重ねた現在では少しは慣れたのか、ふてぶていのか、今では「なんでもどんと来んね〜!」とどっしり構えています。

きっと日本一グダグダでラフな交流会ですが、参加者もスタッフも同じような悩みや疑問を抱え、それを打破した経験や恋話、もちろんSEX談義まで様々な意見交換をしています。2か月に一度の開催ですが、これからもこの交流会を通じ、参加者やスタッフとお会いできる事を楽しみにしています。福岡の方も、福岡以外の方も、よかったですら遊びに来てみてくださいね!

# [特集] Futures Japan

## ～HIV陽性者のためのウェブ調査～

日本で初めて実施されたHIV陽性者を対象とした大規模ウェブ調査、第1回目が2013年7月～2014年2月に行われ、1,000人を超えるHIV陽性者が回答してくれました。

この調査には数多くのHIV陽性者が企画段階から参加して、1年以上の議論を経て質問項目を決めました。通院、健康状態、周囲の人々との関係、セクシュアルヘルス、子どもをもつこと、福祉制度の利用、心の健康、アディクション（依存症）など幅広い内容になっています。ここでは、分析結果からいくつかのテーマを選んで紹介しています。

より詳しくお知りになりたいかたはWebサイトをご覧ください。

(HIV Futures Japanプロジェクト/JaNP+ 矢島 嵩)

**Futures Japan～HIV陽性者のためのウェブ調査～** <http://survey.futures-japan.jp/>

### 第6回 メンタルヘルス

治療の進歩により、HIV陽性者は長期にわたって免疫力を維持しながら生きていくことが可能になりました。

それでは、こころも体も健康に過ごすことができているのでしょうか？

「Futures Japan～HIV陽性者のためのウェブ調査～」の分析結果(913人)をもとに、今回は、HIV陽性者のメンタルヘルスについて見ていきます。



### メンタルヘルスの相談と受診

メンタルヘル스에不調を感じているHIV陽性者はどれくらいいるのでしょうか？

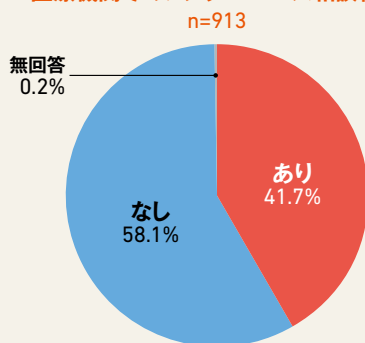
調査結果では、メンタルヘルスについて医療機関で相談をしたことがある人が4割、過去1年間に精神科・心療内科を受診したことがある人は4人に1人でした。精神科関連の薬を飲んでいる人は、[睡眠導入剤・睡眠剤] 32.3%、[抗不安薬・精神安定剤] 17.7%、[抗うつ薬] 13.8%などとなっています。多くのHIV陽性者がメンタルヘル스에不調を感じていて、相談をしたり、受診をしたり、服薬をしたりしています。

一方、この調査では、[医療スタッフに相談したかったが、相談できなかった経験がある]という人(244人)に、[相談したかった内容]を聞いています。その中には、メンタルヘルスに関する内容も少なくありません。[気持ちの落ち込みや不眠] 40.6%、[日常的なストレスやその解消方法] 31.6%、[生きる意味は何か・自分の人生] 26.6%、[自殺についての思いや考え] 19.3%、[アルコールや薬物についての悩み] 8.6%などです。日常的なストレ

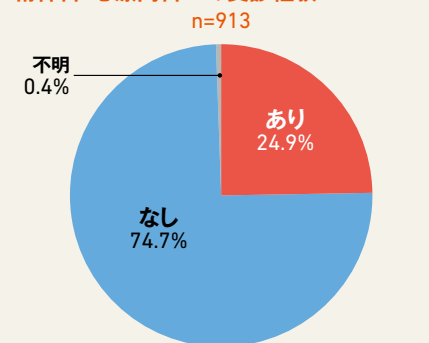
スや不眠から、薬物依存や自殺についてまで、幅広いメンタルヘルスの課題があることがわかります。しかし、必ずしも必

要なタイミングで相談ができているとは限らないのです。

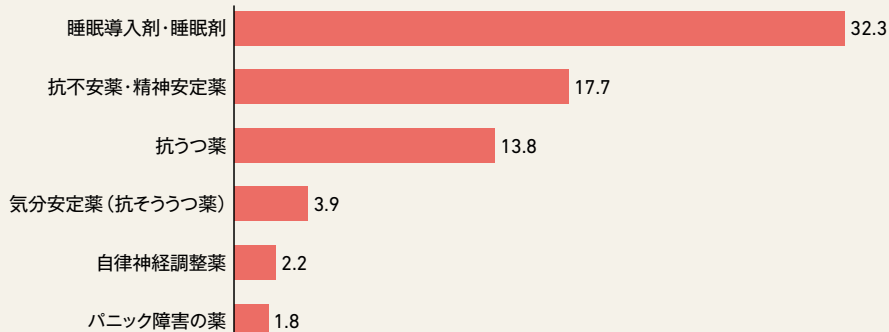
医療機関でのメンタルヘルス相談経験



精神科・心療内科への受診経験(過去1年間)



精神科関連の薬剤の服用 %， n=913， 複数回答



## HIV Futures Japan プロジェクト

HIV 陽性者の「自分らしくより健康的な生活の実現」と「暮らしやすい社会環境づくり」を目的としたプロジェクト。多数の HIV 陽性者が参加・協力して行われています。



Futures Japan ~ HIV 陽性者のための総合情報サイト ~  
<http://futures-japan.jp/>



## 不眠、うつ、不安障害

不眠については、国内外で多く使用されている不眠症を判定する質問形式で聞いています。その結果、[不眠症の疑いがあり] が 5 割弱でした。これは、一般住民を対象とした他の調査と比べてとても多い割合です。不眠が多い背景には、やはりメンタルヘルスの課題があるでしょう。

うつ・不安障害(不安が日々の生活に悪影響を及ぼす状態)についても、国内外で多く使用されている質問形式で聞いています。その結果、[うつと疑われる/可能性が高い] が 54.4%、[不安障害と疑われる/可能性が高い] が 57.7% でした。これもかなり高い割合です。同じ質問形式での調査が日本でもさまざまな人を対象

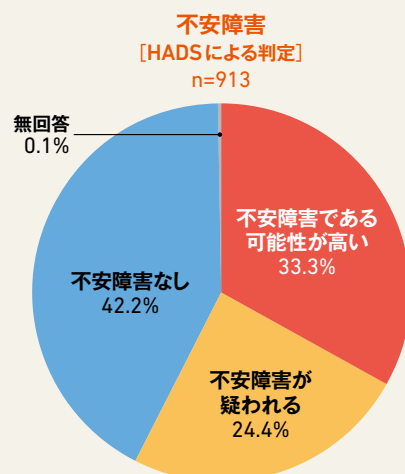
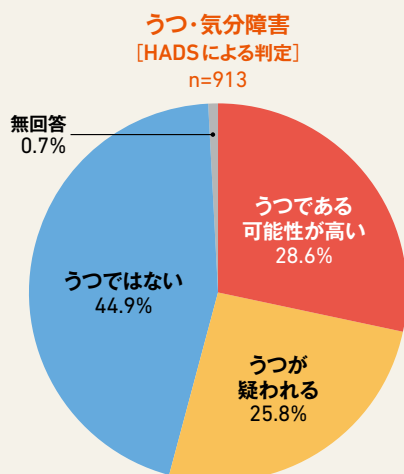
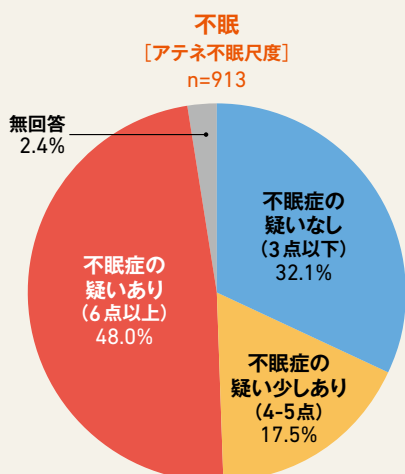
として行われていますが、どの調査結果と比べてもずば抜けて高いのです。

HIV 陽性者のメンタルヘルスがこのように悪いことは、人間関係や社会とのかわり方が大きく影響しているということもわかっています。たとえば、「HIV について率直に話せる相手」の人数をたずねている質問で、誰もいない/少ない人は、うつ・不安障害の割合が高く、話せる相手が多い人はうつ・不安障害の割合が低いのです。

また、差別・偏見に関する質問では、「HIV 陽性であることを周囲に知られないように頑張っている」(63.3%)、「他の人と HIV を話題にするときウソをついている」

(56.6%)、「HIV 陽性であることで、他の人とセックスしたり恋愛関係になったりすることを避けている」(53.3%) など、差別・偏見が実体験にならないように日常生活での発言や行動をコントロール(自主規制)している人が大勢いることがわかりました。そして、こうした日常生活の自主規制が多い人ほど、うつ・不安障害の割合が高いこともわかっています。

単に HIV 陽性者個人のこころの問題としてでは解決できない、「差別・偏見のある社会における孤立」という大きな課題が突きつけられていると言えるでしょう。



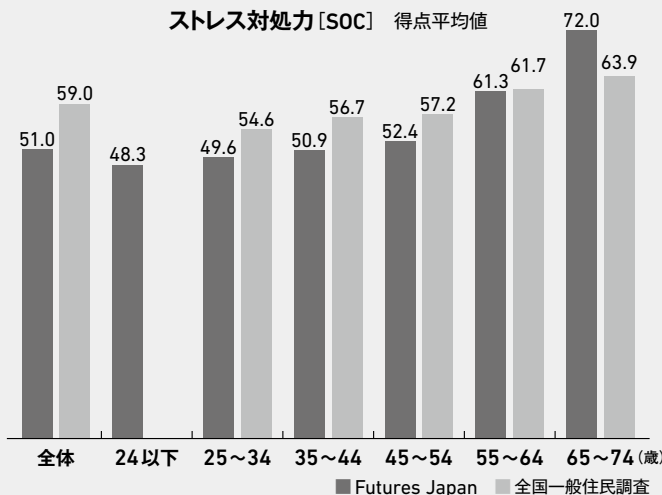
## ストレス対処力／ 困難を乗り越える力



Futures Japanの調査では、HIV陽性者が「ストレスフルな出来事を自分の周りにはさまざまな資源(モノ・人・情報など)を活用して乗り切る力」といったことについても質問しています。言い換えると、「困難を乗り越える力」とも言えますし、「生きる力」とも言えるでしょう。専門用語ではSOC (Sense of Coherence=首尾一貫感覚)と言います。こうした力は、一般的に年齢とともに人生経験を重ねることで強くなっていくものだと言われています。

質問の各項目を得点化して、その合計が高いほどこうした力が強いというものなのですが、平均値は51点でした。これは、日本国内の一般住民を対象とした調査結果(59点)に比べて非常に低いです。さらに、海外のHIV陽性者の調査結果(アメリカ:55.8点、中国:55.8点など)と比べても、もっとも低い結果だったのです。なぜなのでしょう？ おそらく、HIVや性的マイノリティに対する差別・偏見の影響によって、日本の社会では、HIV陽性者がよい人生経験を積み重ねていくことが難しかったからなのではないでしょうか。

ですから、こうした社会や周辺環境の改善はとても重要な課題です。さらに、HIV陽性者が個人の力を育んでいく工夫や、それを支援する取り組みも大切です。HIV陽性者がそれぞれの小さな成功体験を積み上げていき、それを他のHIV陽性者と共有できるような仕組みが必要なのです。たとえば、HIV陽性者の交流会やワークショップなどのように、率直にHIVのことを話すことができ、安心して他のHIV陽性者と会うことができる機会がさらに増えるとよいでしょう。このような場では、他のHIV陽性者の人間関係のありようや、資源の利用方法などをリアルに知ることができます。こうした経験の積み重ねによって、個々の力が育まれ、さまざまな困難を乗り越える自信がつけば、差別・偏見をおそれた自主規制に変化が生じ、「生きにくさ」が軽減される可能性があるからです。



この調査では13の設問からなるバージョンを使用。回答を得点化して足し算をした合計点(13点~91点)が高いほどSOCが強い。

## ネガティブな変化・ ポジティブな変化

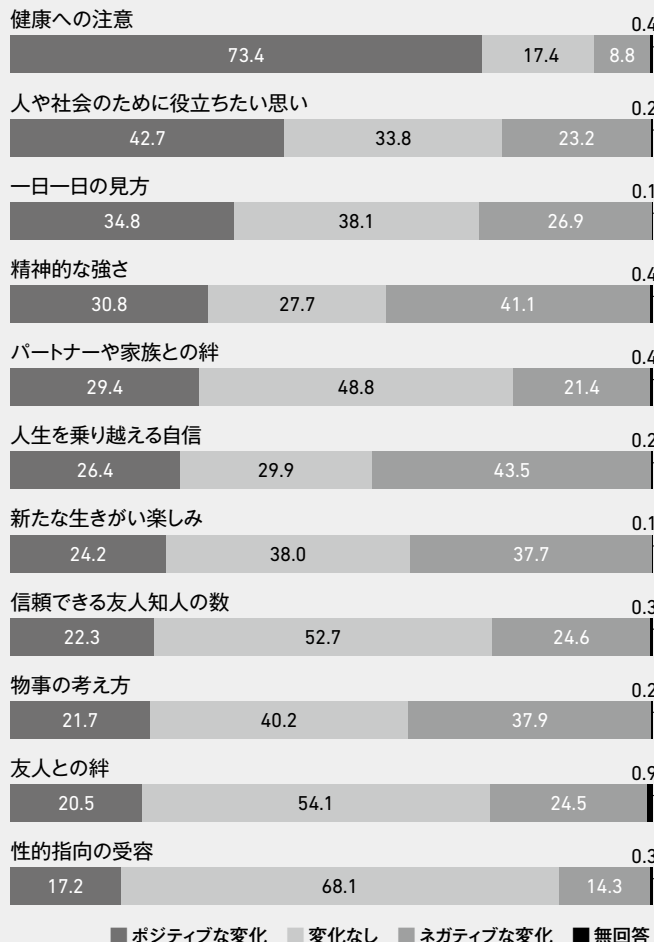


HIV陽性がわかってから現在に至るまで、HIV陽性者の気持ち・思い・見方にはどのような変化があるのでしょうか？

ポジティブに変化したと回答した人が多かったのは、「健康への注意」73.4%、「人の役に立ちたい思い」42.7%でした。以前よりも健康志向になったり、人とのかかわりを意識するようになった人が多いことがうかがわれます。一方、「精神的な強さ」や「人生を乗り越える自信」は、ネガティブに変化したと回答した人が4割以上いました。この背景には、「困難を乗り越える力」が弱い人が多数いるということがあるかもしれません。

全体としては、HIV陽性とわかってからの年数が長いほどポジティブな変化は増える傾向にあります。おおよそ3年以内はネガティブな変化が多く、3年を過ぎるとポジティブな変化のほうが多くなるのです。現在では、HIV陽性とわかって通院を開始すると、半年以内に服薬が始まり、数か月以内にウイルス量が検出限界以下になり、「医学的には問題がない」とされることがほとんどです。しかし、多くのHIV陽性者が、HIV陽性という事実を受け入れ、それをポジティブに捉え直していくのに、3年という年月をかけているということにも目を向ける必要があるでしょう。

陽性とわかってからのネガティブ・ポジティブな変化  
%, n=913



■ ポジティブな変化 ■ 変化なし ■ ネガティブな変化 ■ 無回答

# 厚生労働省に要望書を提出しました

## HIV陽性者アンケートの結果を反映、4つの事項を要望

JaNP+では、HIV Futures Japanプロジェクトにおいて実施されたHIV陽性者を対象とした調査の結果に基づき、HIV陽性者の立場から、2016年7月12日付で厚生労働省に要望書を提出しました。

### 1. HIV陽性者のメンタルヘルス改善および相談先の充実に関する要望

- ①多くのHIV陽性者に精神科・心療内科の受診ニーズがあることを、エイズ治療拠点病院等においてHIV診療に関わる医療者に対して周知すること
- ②エイズ治療拠点病院内のHIV診療科と精神科・心療内科の連携強化
- ③エイズ治療拠点病院と地域の精神科・診療内科クリニックとの連携強化
- ④地方自治体における派遣カウンセラー制度の設置および活用
- ⑤HIV陽性者同士の交流機会づくりへの支援
- ⑥もともと感染が広がっている男性同性愛者コミュニティにおいては、性的活動に関する悩みに対応できる相談員の育成を行うこと

### 2. 院内他科、一般医療機関および介護福祉施設等との連携強化に関する要望

- ①医療機関での診療・入院および介護福祉施設での受け入れについて実態調査を行い、現状を把握した上で、患者のニーズに即した具体的な連携の実施を促すこと
- ②院内他科、一般医療機関および介護福祉施設等に対し、HIVに関する

る最新の情報を定期的に提供するための具体的な取り組み

- ③各都道府県の医師会・歯科医師会に対して、HIV感染症に関する理解促進とあわせて、HIV陽性者の診療受け入れを不当な理由で拒否しないよう指導する旨の通達を行うこと

### 3. 子どもを持つことに関する要望

- ①エイズ治療拠点病院等から、HIV陽性者が子どもを持つことについて必要な情報を提供するための具体的な取り組み
- ②子どもを持ちたいと考えるHIV陽性者が分娩出産できる医療体制の拡充および対応可能な医療機関の整備並びに周知

### 4. 依存症患者への回復支援に関する要望

- ①エイズ治療拠点病院に通院するHIV陽性者に対して、依存症からの回復に関する支援があることを十分に周知すること
- ②違法薬物使用者に対する取り組みとしては、刑事罰による取り締まりだけでなく、疾病対策の観点から回復支援のための介入を行うこと

要望書の詳細や、その主な裏付けとなっているHIV Futures Japanの調査結果は、下記のWEBサイトにて公開しております。

【要望書の詳細】 <http://www.janplus.jp/project/advocacy>  
 【HIV Futures Japan 調査結果】  
<http://survey.futures-japan.jp/>

# HIV陽性者ピア・グループ・スタッフ研修

## おなじHIV陽性者だからこそ、チカラになれる!

HIV陽性であることによって、日々の暮らしの中でいろいろな悩みや孤立感、漠然とした不安を抱える人は多いものです。しかし、HIV陽性者どうしが集まるピア・グループ(交流会等)に参加することで、普段は話せないことを話し合う中で悩みの解決や孤立感が解消につながったり、多様なHIV陽性者との関わりを通じて自分らしく生きていくヒントを見つけたりすることができます。

ピア・グループ活動の多くは都市部に集中しており、地方のHIV陽性者にとっては「地元にはピア・グループがない」、「どのように立ち上げたら良いのか分からない」といった声があります。また、すでにピア・グループを運営している団体でも「一部のスタッフに負担が集中している」「継続的な開催ができない」といった課題を抱えています。

JaNP+はこうした声に応えるため、「ピア・グループ・スタッフ研修会」を実施しています。この研修では、ピア・グループ活動に求められる様々な要素について、参加者が自ら考え、あるいは意見交換をしながら、今後ピア・グループ活動に携わるための準備性を獲得する機会を提供しています。

現在、この研修の参加者を全国より公募しております。研修の参加条件や応募方法については、下記URLをご確認ください。

<http://www.janplus.jp/project/interchange>

【日時】2017年3月18日(土) 13:00～20日(月・祝) 16:00(3日間)

【場所】東京都内(参加者にのみご連絡します)

【研修内容】1日目はレクチャー形式で、HIV陽性者をとりまく医療、福祉、生活の現状について学んでいただけます。2～3日目はワークショップ形式で、参加者のプライバシーやニーズ、交流会を運営するために必要な要素などについて、参加者同士で話し合います。

【募集人員】6～12人程度

【旅費助成】関東(東京・千葉・埼玉・神奈川)以外から参加される方には、交通費・旅費の一部助成があります。

【参加条件】・HIV陽性告知を受けてから1年以上が経過していること。

・「ピア・グループを立ち上げたい」「スタッフとして参加したい」という強い思いがあること。または、すでにスタッフとして参加していること。

・医療機関に定期的に通院していて、自分の健康状態を把握していること。

・他の陽性者や当事者団体・支援団体とつながりを持っていること。

・研修後に所定のレポートを提出すること。

・この研修会のすべてのスケジュールに参加できること。

・研修所定のグランド・ルール(下記URL参照)を遵守すること。

【応募方法】下記URLの応募フォームにて、ご応募ください。2017年1月31日(火)必着です。(JaNP+ サイト内「交流会」コンテンツにリンクがあります)  
<https://business.form-mailer.jp/fms/d795111623474>

【留意事項】・研修会場は、参加が決定された方へのみ後日お伝え致します。

・宿泊および交通の手配は、参加決定後に各自で手配をお願いします。

・本研修の修了をもってJaNP+の交流会スタッフとして登録・活動していただくことを強制または保証するものではありません。

## 第2回 HIV Futures Japan アンケート

抽選で500名に Amazon ギフト券が当たる!

第2回目となるHIV陽性者のためのWEBアンケート調査「Futures Japan」がスタートします。この調査には、企画段階から調査票の検討まで多くのHIV陽性者が参加しています。健康状態や治療・通院のことはもちろん、メンタルヘルスや恋愛、セックスのことなど、私たちの多くが感じている問題を幅広くカバーする内容です。

この調査結果は、日本における様々なHIV/エイズへの取り組みに対して、HIV陽性者の立場から発信を行う上でも大切なバックグラウンドになります。ぜひ、皆様のご協力をお願い致します。

### HIV陽性のみなさまへ

**【Futures Japan 調査サイト】** <http://survey.futures-japan.jp/>

**【実施期間】** 2016年12月25日～2017年6月25日(予定)

※この調査は、HIV陽性の方が対象となります。

※回答には全体で1～2時間かかりますが、同じ端末であれば回答途中でも入力内容を保存することができます。

※回答完了後に調査サイト上で希望された方の中から、抽選で500名までAmazonギフト券が進呈されます。

### 医療機関のみなさま

HIV陽性の患者さんに知っていただくよう、放送大学より別途送付しますフライヤーの設置・掲示・お渡しなど、可能な範囲でご協力頂けると幸いです。



HIV陽性者のためのウェブ調査

HIV陽性者のための総合情報サイト「Futures Japan」では、全国各地で実施されているHIV陽性者のグループミーティングや、HIV陽性者のための電話相談、HIV陽性者の個人ブログなどが紹介されています。また、知りたい情報にスムーズに辿り着ける検索機能もあります。ぜひチェックしてみてください。



**【WEB】** <http://futures-japan.jp/>

## ジャンプ!交流会

2ヶ月に1回、定期開催中!

“ジャンプ!交流会”は、HIV陽性者のネットワークづくりを目的としています。会場は飲食店ですが、個室の手配などプライバシーにはある程度の配慮をしています。おしゃべりがメインですので、「気軽な雰囲気、他の陽性者と話してみたい」という方にお勧めです! 毎回、10名前後が参加しています。

開催日時や会費等は、回によって多少異なります。くわしくはJaNP+のWEBサイトでご確認ください。お申し込みは、WEBサイトから承っております。

**【日時】** 基本的に隔月第2土曜日 18:00～(最新情報はJaNP+のWEBサイトでご確認ください)

**【場所】** 東京都内(受付締切後、参加者にのみご連絡します)

**【対象】** HIV陽性者およびJaNP+の各種会員

**【会費】** 3,000円前後を予定

**【申込】** <http://www.janplus.jp/project/interchange>

※準備手配の都合上、開催日の1週間前までにお申し込みください。インターネット環境がない方は、ジャンププラスまでお問い合わせください。

## HIV陽性のみなさんへ エッセイを書いてみませんか?

このニュースレターでは、毎号HIV陽性者によるエッセイを掲載しています。当事者として感じること、印象に残っている出来事や日々考えていることなど、つれづれに書いてもらっています。ぜひ投稿してみたい! という方がいらっしゃいましたら、ぜひJaNP+までご連絡ください。(連絡先は本紙の表紙に記載しています)



# HIV ≠ AIDS

## 今は、治療があります。

そんな今だから、早く検査に行こう。

HIV感染後、早期に検査を受けた多くの人が、いつもと変わらない日常生活を送っています。



ヴィーブヘルスケア株式会社