



OUR DAYS

Episode 2

ポジティブな5人の"Living together"日記

INTRODUCTION

きみと出会ったあの日から
ずいぶん 長い時間を
僕らは一緒に過ごしてきた

たくさん話をして
眠れない夜を過ごして
いろんな場所に出かけて
これからのことを考えた

いままで「ツイてない」と思っていた毎日も
なんだか捨てたものじゃないと思えるように
昨日までには なかったことを
とりあえず 今日からはじめる

この青空に別れを告げる日まで
続いていく、僕らの "OUR DAYS"

それはきっと、僕の愛すべき日々

モデルの写真と本文は関係ありません。



CONTENTS

NOTES

ユウジ / 桜が咲くこと、待ち遠しく思うこと

T / Z / 「恥」でも「弱み」でもないんだよ

ぶーすけ。 / 6月、忘れられない月

アシュ・アングル / 限られた文字数の中の親密感

ぶーすけ。 / 久しぶりでのカミングアウト

T / Z / 「自分もポジヤで。」

ユウジ / 息子でいさせてくれて、ありがとう

アシュ・アングル / 美しい山のふもとの墓地にて

Q&A

RESOURCES



桜が咲くこと、待ち遠しく思うこと

ユウジ / 25歳 / 東京都 / フリーター / 感染がわかってから：2年11か月 / 入院歴：2年5ヶ月

今月の初め、通院している病院へ行った。自分は投薬による治療も順調で2ヶ月に一回の受診ということにここ最近はなっている。幸運にも前回の採血の結果を聞くためだけに通っているといってもいいほど安定を保っている。検査結果によって通院はまさに一喜一憂の連続。それでも最近は病院へ向かう足がだんだんと重くなくなっていった。この日、数値を測り始めてから初めて、CD4の数値は600を超えた。HIVに感染していなかった頃の自分の数値は知らないけれど、きっとその頃と遜色ない値だと思う。安堵した。

今朝は違う病院にいた。目の前には赤ちゃんがいる。ほんの数時間前に生まれたばかりで助産婦さんに身長などを測ってもらっているのをガラス越しに見ていた。姉が二人目の女の子を産んだ。幸い自分は姉弟の仲が悪くなく、自分の子どもでもないのに義兄よりも早く病院にかけつけてずっと赤ちゃんを眺めていた。何を思うでもなく、たったひとつ、無事に生まれてこられてよかったという思いを繰り返し巡らせていた。

「生まれたときに障害なんかがあると悲しいけどね。」

隣で見ている母がつぶやく。3秒の逡巡の後、ほんとだね、と自分には声にならずにただ頷いた。自分は今や障害者に属する。免疫機能障

害。薬さえ飲んでいれば今の自分ならばしばらくは実感することはない類の障害で、苦ではない。自分で足も動かせるし、自分の未来は自分で選べる。障害は不自由であっても不健康や不幸ではないことは知っている。人を悲しむことが卑しいことだということもわかっている。それでも母の言葉は真実だろうと思う。

健康なことは嬉しい。病気は悲しい。そうではないよと叫ぶ声も自分の中にはあるけれど、人間が願えることはそんなにも正しいことではないのかもしれない。

東京では桜が満開を迎えようとしている。春という季節を名前の一文字に授かったこの赤ちゃんにもそれ以外の季節は来る。自分のCD4値も高いままではないだろうと思う。誰かの健康を願うことは嬉しいほどにいとoshii。桜が咲くこと、待ち遠しく思うことを本能として知っている日本人でよかったと、なんだかよくわからないけどそう思った(笑)



「恥」でも「弱み」でもないんだよ

T / Z / 30代前半 / 大阪府 / 飲食店勤務 / 感染がわかってから：3年半 / 服薬歴：現在中断中

正直俺にとって「HIV」というキーワードでモノを置くほど、最近この病気のことをいろいろ考えることが少なくなった。感染が判明した当初は、そりゃ本当にいろいろ考え悩んだ。「こんな病気を抱えてこれからどうやって生きていこう…」と思ったし、何より、もう二度とSEXできないんだと思え、そのことは俺にとっては「もう二度と誰かに必要とされない」、いわば“不必要な自分”を思いしらされる人生の何度目かの出来事であり、本当に生きていてもしょがないとさえ思えた。

“不必要な自分”という思いは物心ついたときから、常に自分の心の中のどこかでその言葉が見え隠れしていた。なぜなら、俺は長男の長男で、いわば〇〇家の跡継ぎになるのは俺だけで、俺が結婚して子孫を残さなければ俺の家系は途絶える。しかし俺はゲイとして生まれ育ってしまい、そのことに親にはいつも負い目を感じながらも、「普通に生きてほしい」という親の口癖とは裏腹に、どんどん親が言う“普通”とは反対の人生を歩いてしまっていたからだ。

そして、HIV感染…親不孝という言葉だけでは済まされないような気がして、墓参りに行ったときは、心の中で何度も何度も先祖に謝った。HIVに感染したことはゲイに生まれてしまった俺への罰なんだ

とも思った。子供の頃からずっと見え隠れしていた言葉がくっきりと頭に浮かんだ。「俺は生まれて来なければ良かった。」「俺じゃなく違う奴が生まれてくれば親も悲しまずにすんだ。」「俺は生きていても何の役にもたたない。」「不必要な存在」その言葉が頭の中ではっきりと文字となって表れた。それからの俺は本当に不必要な存在になってやろうと思った。

SEXに依存しまくったこともあるし、合ドラなのかなんなのかわかんないのにも手を出した。だけど、なれないんだよね、不必要な人間になって。だって、今までの人生で知り合った周りの人間が、こんなゲイでボジで役立たずな人間でも“必要”だって言ってくれるんだもん。そいつら以外にもこんな俺に優しくしてくれたりとか、俺が言う言葉に心動かしてくれて感謝してくれたりする人とか、俺がもがいてるのを見てどうにかしてくれようとしてくれる人がいたんだもん。その人たちって、俺に手を貸してくれるだけじゃなく、俺に役割を与えてくれて、必要な人間に変えてくれるんだから…。「お前の経験したことってすごいんだよ。そりゃちょっとばかしつらかったし大変だっただろうけど、そんな経験して知ったことって、人を思いやる心や優しさ、どこにも行き場のない人のつらい思いや悲しさ、そんなこ

と知ってるお前はすごいんだよ。だって、他にそんな思いしてる人いたらわかってあげられるだろ？ なかなかそんなことわかってあげられる奴なんていないんだろう？」って。

それまで俺は、HIVに感染したことは「恥」で「弱み」だと思っていた。確かにこの病気に感染することはいいことじゃない。生きにくい世の中をさらに生きにくくさせる要因のひとつになった。でも、感染した俺が言うのもなんだけど、HIVに感染したことは「恥」でも「弱み」でもないんだよな。なぜ「恥」じゃないかという、俺はSEXではちょっと失敗したけど、人生ではまだ失敗していないから。なぜ「弱み」じゃないかという、俺はこの病気に感染しなければわからなかった弱い立場の人の“心”を知ることができたから。それは本当はゲイだったらみんな知ってるはずのこの人の“心”を、もう一度再確認できたことで、俺は人と出会うときに、このことを自分の「強み」に変えて今生きているような気がする。それは前より少し優しくなれた自分を、いつか本当に必要な人間として生まれてきたんだ、と心からそう思えるようになるために。だからこそ出会うすべての人に、そのことを伝えていきたい。あなたは必要な存在として生まれてきたんだ。俺と出会ってくれてありがとう、って。



6月、忘れられない月

ぶーすけ。 / 39歳 / 東京都 / 求職中 / 感染がわかってから：5年11ヶ月 / 服薬歴：5年9ヶ月

6月。自分にとっては、忘れられない月です。

感染告知を受けたのは、2002年の6月。場所は名古屋。HIV/AIDSの予防啓発イベントでの無料血液検査での発覚でした。

友達と一緒に何気なく受けた検査でしたが、頭のどこかに「もしかしたら…」というのあって、思ったよりショックは受けませんでした。申し訳ないくらいに気を遣ってくれるドクター達。周囲の人達の動きが、どうも現実感を持って見えていなかったんです。

今考えれば、心のどこかで、他人事のように捉えようとしていたのかも知れません。それを「自分は平気」という強がりには替えていたんでしょうね。一緒に検査を受けた友達には、必然的にカムアウトすることになりましたが、自分に対してどう言葉を選んだらいいか困っていたようでした。ただ長年仲良くしてもらっていたので、お互いの性格を良く知っていたことと、HIV/AIDSの知人と接した経験があったことで、自分にとっては負担にならない接し方をしてくれました。過剰な同情もなく、これまでと変わらない対応が気持ちを落ち着かせてくれました。

紹介してもらった東京の拠点病院に通院し始めたのは、それからほどなくしてのことでした。ドクターもナースもとても気さくな感じで、

雑談を含めて自分にたくさんの時間を割いてくれました。数値は思った以上に良くなって、その後の血液検査の結果を踏まえて投薬を早々に開始することになりました。

当時会社員として働いていましたが、今後の業務への影響も考えられたので、直属の上司を信頼して、思い切って病気のことを打ち明けました。個人的に打ち明けたつもりが、数日後には上層部に知れ渡っていて、あやや不当解雇の目に…。弁護士に依頼して対応し掛けたところ、結局部署異動。告知からわずか数ヶ月の間に、自分を取り巻く環境は目まぐるしく変化して行きました。

あれから丸5年。薬を変えたり、帯状疱疹になったり、結局会社を退職したり、出会いと別れがあったり。さらにいろんなことがありました。幸い、薬の副作用などはあまりなく、治療自体は順調です。

病気になってしまったことに後悔がなくはないけど、この経験がなかったら見えなかったこともあったし、知り合えなかった人もいたし。決して悪いことばかりではなかった気がします。

告知の翌年以降も毎年名古屋に足を運んで、初夏の空気やイベントの喧騒の中で告知からの日々を思い返していました。

6月…懐かしさとちょっとした心の痛みを思い出す、そんな季節です。







限られた文字数の中の親密感

アッシュ・アングル / 51歳 / 東京都 / 会社員 / 感染がわかってから：12年 / 既婚歴：10年

今、付き合っている彼氏がいる。彼と会ったのは、3年くらい前。そのころ流行していた iVisit で知り合った。最初は彼のプロフ 180 × 85 に惹かれてだった。そう、俺はデカイのがタイプ。彼の住所は、東京の近県だったが、たまたま3ヵ月後に出張予定の都市だったので、じゃ、そのときに会いましょうということになった。3ヵ月後、出張の業務を終わって、初めて顔合わせ。そして、食事をした後、俺は思い切って告白した。「HIVに感染している」と。でも、彼は言った。「それでも付き合いたい」と。実は彼にも俺にも家族がいる。その状況で付き合うことは、お互いとてもリスクなことだったわけだけど、彼は「付き合いたい」と言ってくれた。

今では、その彼のいない生活は考えられない。一緒に住んでいるわけじゃないし、逢えるのは月に2回くらいだけど、メールは朝晩交わしている。それが日課のようにになっている。メールが来ないときはなんだか寂しい。電話で直接話すよりも、メールという限られた文字数の中に、親密感というか、距離感が近い感じがする。言葉を選んで、相手に思いを伝えようとするからだろうか。もちろん、バカみたいなこともやり取りするよ、冗談も。でも、すべてに心がこもっているような気がする。いい大人が、携帯メールでやり取りしている姿は滑稽

かもしれない。傍から見れば、「いい年して、何やってんだ？」なんて思われているのかもしれない。もちろん、仕事場ではやらない。通勤途上でなんだが。あまりにせかせか打ちすぎて、右手の親指が腱鞘炎になってしまったよ（笑）。最近、ゆっくりと、時々左手で打ったりしてるけどね。

現在、俺は2ヶ月に一度通院している。その病院にも彼は来てくれる。彼にとっては、病院に付き合うなんて何の意味もないわけだし、俺のダークサイドを見るわけだから、楽しいはずがないのに。でも、俺はうれしい。彼と一緒に時間を共有しているだけで楽しいんだ。もちろんセックスもする。当たり前だが、セーフセックスだよ。でも、十分楽しめる。やり方なんだね。

彼とは、死ぬまで一緒に付き合っていくだろう。心配なのは、彼が最近太り気味で、生活習慣病にならないかということ。HIV感染者の俺より先に病気になるっちゃうなんてシャレにならないから。本人は、幸せ太りなんて言ってるけど。



DESTROY
CONTENTS
SOX & PANTS
Bankers Box.
Recycled 772

DESTROY
CONTENTS
SOX
Bankers Box.
Recycled 772

DESTROY
CONTENTS
WHITE T-shirts (NEW)
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
TOWLE
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
Fellowes
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
SOX & PANTS
Bankers Box.
Recycled 772

DESTROY
CONTENTS
Shane's Soccer
Black Tshirts
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
Jeans, FinalHome etc.
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
Fellowes.
Since 1917
Fastfold
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
T-SHIRT
SWEAT SHIRT
Bankers Box.
Recycled 12770

DESTROY
CONTENTS
T-SHIRTS
Bankers Box.
772

DESTROY
CONTENTS
JEANS
~~SHEETS & LAINES~~
Bankers Box.
Recycled 772

DESTROY
CONTENTS
Album. 5-canda
Bankers Box.
772

DESTROY
CONTENTS
T-SHIRT
SWEAT SHIRT
Bankers Box.
772

DESTROY
CONTENTS
T-SHIRT
SWEAT SHIRT
Bankers Box.
772



久し振りでのカミングアウト

ぶーすけ。 / 39歳 / 東京都 / 求職中 / 感染がわかってから：5年11ヶ月 / 診断日：5年9ヶ月

最近、ボジの知人が亡くなりました。それほど親密な関係ではなかったけれど、近年は同じ病気で逝ってしまう人はあまり聞かなかったの、やっぱりちょっとショックで。自分と同じ病院だったと聞いて、ますます他人事には思えなくなりました。今年、身近な人が次々に亡くなってしまって、一体何て年なんだと思っていたところだったので、余計に心に響いたのかも知れません。

感染が発覚した頃、自分は周りの友人にカミングアウトしまくってました。今考えると、ちょっと精神状態が普通ではなかったのだと思います。HIVであることも自分の一部なんだから…と、変に肩肘張っていたんでしょうね。体も心も落ち着いて来るにつれ、打ち明ける相手も選ぶようになっていました。取えて言う必要がない場面では、自分から病気のことは話さないのが普通になっていましたが、今回の知人の訃報のことでやり取りした古くからの友人に、久し振りに病気のことをカミングアウトしてみました。「自分も彼と同じ病気なんだよ」って。そしたら、相手も「実は自分も…」と。それも、2人続けて。HIVがいかに身近にあるのかということを、思いがけず知らされることになってしまいました。

思い返すと、自分が誰かから HIV 感染をカミングアウトされたの

は、もう15年以上も前のこと。その頃は、自分にとって HIV は遠い存在だったし、病気に関する知識もあまりなかったんだけど、とても大きなショックを受けたのを覚えています。恐らく自分が告知された時以上に。その頃と今とでは、HIV 感染者を取り巻く状況はかなり変わっていると思うけれど、人の気持ちというのはそんなに簡単に変わるものではないのかなと思います。他人事だと思っていたことが、突然身近になることの衝撃。そんなショックを誰かに与えることの功罪を、考えてみたりしています。誰にでも感染し得る、既に周りにも感染者はいる、といくら言ってみても、現実感を持つには至らないこともあると思います。当事者が、目の前で「そう」だと打ち明ける。このことのインパクトは、やっぱり大きいのでしょうか。

自分が、感染当事者として、何が出来るか。きっとそんなに大したことは出来ないだろうけど、自分が「そう」だと打ち明けることで、この病気の現実に目を向けてもらえたら。自分自身や、自分の大切な誰かの身の上にも起こり得ることなんだと思ってもらえたら。そして、既にみんな HIV と共に生きていることに気付いてもらえたら…そこに打ち明ける意味を見出せるような気がします。





「自分もポジやで。」

T / Z / 30 代前半 / 大阪府 / 飲食店勤務 / 感染がわかってから：3 年半 / 服薬歴：現在中断中

友達に誘われて扇町公園でやってた「PLuS+」というイベントに足を運んでみた。いつもは落ち着いた公園内も今日は大賑わい。人が多いところが苦手な俺だけど、たまにはいいなって思えるいい雰囲気だった。

その公園内のとあるテントで陽性者とその周りの人の声が展示してあった。そこで久しぶりにいろんな同じ立場の人の声にふれることで、誰かの言葉に心の中でうんうんとうなづいていたり、胸の奥に隠していたり閉じ込めていたものに気づいたり、心が忙しく走り回りちょっとぐらつく状態の帰り道…偶然“あいつ”に会った。“あいつ”とは俺が人生最大最後の恋愛をしたと思える相手のことだが、ヤンチャ（オテンバ？笑）だったあいつが、今は彼氏と同棲して幸せに暮らしていると知って、こうどこかで偶然会っても、今は笑顔で話せる俺がいるんだらう。まあ、あいつのことを書くとは思わなかったが（笑）。

少し話はそれるが、そのイベントの翌週に俺は入院が決まっていた。今は毎日飲む抗 HIV 薬をいったん中断しているのだが、どうやらそれも再開になるような状態の体らしく、先週ブツ倒れてしまい…まあいっきに体にガタがきたみたいだ。

ポジだということをカミングアウトしていないあいつに、会話の中

で先週倒れたこと、来週入院することも話した。

そう、俺にとってはこれでも精一杯のカミングアウト…。そんな俺の精一杯をよそに「言ってくれたらお見舞いに行ったのに！」と、相変わらず無神経な優しさで俺を困らせる。お見舞いなんかに来られちゃ…ばれるやん（汗）。こんな日にあいつに会うのはちと辛いな…と思いつつ、その場を後にして、しばらくするとあいつからメールが来た。「入院してたって…そうなん？違うかったらごめん。」そりゃポジかもって疑われるよな…と苦笑したが、あいつを人として信じているしもう隠すつもりもなかったの、ひとまず「なんでそう思ったん？（笑）」と返してみた…そして、その後あいつから送られてきたメールの言葉は、その日見たいろんな陽性者やその周りの人のどの言葉より、俺の胸に届き心を揺らし、そして涙となって溢れた。「自分もポジやで。」

自分の愛してる、愛した人が HIV に感染する。有り得ないことじゃないのに、人はみんなその可能性を信じようとしな。そして俺も同じく、その可能性を信じたくはなかったのだ。こうして今、心がぐらつき揺れているように。



息子でいさせてくれて、ありがとう

ユウジ / 25歳 / 東京都 / フリーター / 感染がわかってから：2年11か月 / 服薬歴：2年5ヶ月

今から4年近く前、自分がHIVに感染しているとの検査結果を知らされた日の翌日、姉にそのことを話した。何も訊かず、ただ静かに自分の話を聞いてくれた。看護師をしている姉の前で自分は完全に弟ではなく、ひとりの患者になったような気がしていた。それから一年してもうひとりの姉にカミングアウトをした。両親に打ち明けるべきかどうか自分ではもうわからなくなってしまっていた自分に、治療も落ち着いて、実家を出てからでも遅くはないんじゃない、とアドバイスくれた。ふたりの姉は既に実家を離れていて、自分はまだ親と一緒に暮らしていた。甘えているうちは話してはいけない。姉のアドバイスの意味がわかってきたのは最近のことだったように思う。

今月自分は誕生日を迎え、27歳になり、そして春から実家を出て自立してみることになった。親に話そうと決めた。これまでずっと自分を口籠らせてしまっていたのは何よりも親を強くしてしまうことへの申し訳なさだった。ただの驕りなのかもしれないけれど、今まで頑張って育ててきてもらった両親をさらに強くしてしまうことが辛かった。だからこそ、自分に強くなれと何度も言い聞かせた。心配しないでと、自分の口で言えるようであればきっと悲しませてしまう。それだけは嫌だった。これが自分の体で、自分の人生で、こんな恵まれ

た体も人生もくれた両親に感謝しているんだと、やっと人にも自分自身にも言えるようになったかなと思ったのも最近だった。今まで黙っていたセクシュアリティのこと、病気のこと、すべてを話した。多くの人に支えられていること。それがどんなに幸せなことか気付けたことも。簡単に理解できる筈もない状況をそれでも少しでも伝わって欲しいと願いながら話した。本当のことを言わない選択もあったと思う。それでも何故両方にとって辛い選択をしたのかと言えば、愛しているからとしか言いようがない。涙を浮かべながらそれが溢れるのをこらえて俺の言っている事をわかろうと必死に黙って聞いている母親の顔が痛くもあり、ありがたくもあった。「スッキリしたか」と父親に訊かれた。決してスッキリはしない。今でも正しいことをしたのかどうかわからない。これからだとも思う。

最初に姉にカミングアウトした時、その場では努めて明るくしてかれていたけど自分が見えなくなってから泣き崩れたと、随分経ってから聞かせてくれた。あの時の自分は患者ではなく、やはり弟でしかなかった。だから息子として話した。親として聞いてほしかった。息子でいさせてくれて、親でいてくれて、ありがとうと、あと何度伝えることができるだろう。ちゃんと自分の口から言えてよかった。







DIG IT!

美しい山のふもとの墓地にて

アッシュ・アンクル / 51歳 / 東京都 / 会社員 / 感染がわかってから：13年 / 服薬歴：12年

もう、この病気になって長い期間が経つ。その間、いろんなことがあった。ある友人は、AIDSを苦に自殺してしまった。彼の症状は決してひどいものではなかったし、その頃は、すでに薬はいくつか始めているただけれど、身体的なことが原因じゃなくて、彼は精神的にやられてしまったんだ。行く末を悲観してね。それまで、彼は飛ぶ鳥を落とす勢いで、仕事もプライベートもイケイケだったのに。HIVウイルスは体を蝕むだけでなく、心をも侵してしまったんだ。

僕が感染したのはその友人からではない。実は僕は、うつされた相手を知っている。だって、その人と交渉を持つ直前、検査で陰性だったし。何より、その相手と僕の通院している同じ病院で会ってしまったんだ。最初は、憤りのあまり殴ってやろうかと思ったけど、相手の話を聞いたら、心が静まった。その人も、自分では気づいておらず、突然、日和見感染症が出たんだと。同病相哀れむって言う諺があるけど、そんな心境かな。その人も辛いんだと思ったら、責められなかった。

当時、AIDSが社会的に問題になっていたせいもあって、僕はとても注意していた。他人との交渉を極力減らし、機会があれば検査していた。それなのに、一回の交渉で感染してしまった。悔やんでも悔やみきれなかった。なんて愚かな自分なのだろうと。そして、自分と上

述の友人と2名も感染者がいたことにもショックだった。もう、感染は静かに広まり始めていたんだ。そして、それから長い期間が経って、もっとショッキングなことが起こった。なんと、自殺した友人のパートナーも、感染していたことがわかったんだ。とある場所で出会い、話をした。でも、その彼も、死んだ友人のことは恨んでいなかった。そして、二人で友人の墓参りに行った。東京から遠く離れた美しい山のふもとの墓地で、その彼と僕は、友人の墓を前に流れる涙を止めることができなかった。

いろんなイベントで、感染した人の話を聞く機会がある。でも、誰もうつされた相手を恨んではない。みんな、過去を悔やむより、未来に向かって生きようとしている。僕も今こうして生きているけど、同じ心境だ。

最後に伝えておきたい。既に感染してしまっている人で、もし、あなたが落ち込んでいるなら強く生きて欲しい。そして、感染していない人には、どうか、悲しい思いをしないで欲しい。







Q & A

Q.1：感染に気が付く、きっかけで多いのは？

A.1：感染がわかった人の約7割が、一般の医療機関で受けた検査で感染に気が付いたという報告があります。病院で行われる検査のうち、自主的に受けた血液検査／体調不良の原因を調べるための検査／内視鏡や手術の前に行われる本人同意での検査などで、感染がわかることがあります。

Q.2：感染のあと、体の状態はどうなる？

A.2：HIV（Human Immunodeficiency Virus：ヒト免疫不全ウイルス）に感染していてもすぐに症状が出るとは限りません。その後、検査や治療を行う機会がない場合には、徐々に免疫の状態が悪くなっていきます。その結果、決められた症状が出た状態になると「AIDS（Acquired Immuno Deficiency Syndrome：後天性免疫不全症候群）」と診断されます。この症状が出るまでには個人差があり、何年も無症状のこともあります。数か月で免疫の状態が悪くなり症状が出ることもあります。症状が出ていない状態で感染に気がつくことは大きなメリットで、重篤な症状を起こさずに治療を開始でき、これまでと変わらない生活を送ることができます。

Q.3：陽性がわかったら、みんな病院に行っているの？

A.3：陽性がわかった場合には、各地域でHIV治療を行っている病院を受診することを勧めます。自覚できる症状が出ていなくても、免疫の状態が悪くなっている場合もあります。病院で改めて血液検査を行い、現在の免疫の状態を知ることによって、今後の健康状態を維持するための、適切な方向性を選択できます。なにも症状が出ていない状態や免疫の状態が良好なときには、定期的な血液検査を行い、経過をみていくことが多いです。すでに症状が出ている場合や、免疫の状態によっては、医師から抗ウイルス剤の服薬を勧められます。

Q.4：薬を飲めば、AIDSは治る？

A.4：現在の抗ウイルス剤は、ウイルスの量を少なくするだけで、体の中からウイルスをなくすことはできません。完全にAIDSを治す薬は、まだ開発されていません。そのため、薬を飲み始めるとその後も、毎日飲み続ける必要があります。途中で薬を中断したり、薬を飲み忘れることで、体の中のウイルスが変化し薬が効かなくなる場合もあります。長期間にわたって毎日薬を飲み続けることが日常生活で負担になることも考えられます。また、抗ウイルス剤には副作用もあり、下痢や吐き気、睡眠障害、皮膚の発疹などが報告されています。副作用には個人差があり、まったく出ない人もいます。

Q.5：薬を飲むのには、高い治療費がかかる？

A.5：通常の健康保険での負担割合では、治療費が高額になってしまい、経済的にかなりの負担となってしまいます。医療費の助成制度を使うことにより、少しの自己負担金で治療を行えます。服薬を行うにあたり、障害者手帳の申請と取得を行う場合もあります。申請については病院のソーシャルワーカーや地区の障害福祉担当者と相談して行います。

Q.6：陽性がわかったあとも、セックスをしたり、パートナーができたりしているの？

A.6：陽性がわかった直後は一時的にセックスからはなれたり、パートナーを作らなかつたりという時期を経験する人もいますが、時間の経過とともに以前のようなライフスタイルを過ごす人も多いです。また、感染をきっかけに新たな人間関係やネットワークなどの関係性の広がりができる人もいます。

Q.7：陽性がわかったあとも、セーフターセックスって必要？

A.7：血液検査で陽性がわかった場合、コンドームを使用せずセックスを行うと、相手への感染の可能性があります。相手にHIVを感染させないために、セーフターセックスを心がけて、コンドームの使用や口腔内の出血に気を付けるなどの必要があります。陽性のときにはその他の性感染症にもかかりやすくなっています。感染症を予防し、自分の健康を守るためにもセーフターセックスを行うことは重要です。また、陽性とわかっていてセーフターセックスをせずに、相手に感染させてしまった場合にはトラブルなどに発展する恐れもあります。

検査や相談の情報サイト

HIV マップ (PC & 携帯) <http://www.hiv-map.net/>

HIV/エイズについて不安に思ったとき。セーフセックスについて知りたいとき。検査してみようか迷っているとき。陽性という結果を受け取ったとき。あなたの身近にいる人が悩んでいるとき。このサイトは、一人ひとりが自分なりのリアルな現実に向き合うことを応援する、HIV/エイズの総合情報サイトです。ゲイ・バイセクシュアル男性をはじめ、全ての人にすぐに役立つ予防・検査・相談・支援の窓口や基礎知識などを掲載しています。



相談ができるところ

特定非営利活動法人 ぶれいす東京 <http://www.ptokyo.com/>

HIV 陽性者やその周囲の人たちのための支援活動、感染不安の電話相談等を行っている団体。

- | | | | |
|----------------------------------------|--------------------|-----|-------------|
| ・ HIV 陽性者、パートナー、家族のための電話相談 (厚生労働省委託事業) | ☎ 0120-02-8341 | 月～土 | 13:00～20:00 |
| ・ HIV 陽性者、パートナー、家族のための対面相談 | 要予約 ☎ 03-3361-8964 | 月～金 | 12:00～19:00 |
| ・ ぶれいす東京エイズ電話相談 | ☎ 03-3361-8909 | 日 | 13:00～17:00 |
| ・ ゲイによるゲイのための HIV/エイズ電話相談 | ☎ 03-5386-1575 | 土 | 19:00～21:00 |

特定非営利活動法人 アカー <http://www.occur.or.jp/>

同性愛や HIV/エイズについての「正しい知識・正確な情報の普及」「差別・偏見の解消」「ネットワーク作り」を目指す民間の NPO 法人です。

- | | | | | |
|-----------------|----------------|-------------|-------|-------------|
| ・ ヘルプラインサービス | ☎ 03-3380-2269 | 受付時間: 祝日を除く | 四、水、木 | 20:00～22:00 |
| ・ GB-SOS (法律相談) | ☎ 03-3383-5556 | 予約時間: 祝日を除く | 月～金 | 12:00～20:00 |
| ・ HIV+のための法律相談 | ☎ 03-3383-5556 | 予約時間: 祝日を除く | 月～金 | 12:00～20:00 |

AGP 同性愛者医療・福祉・教育・カウンセリング専門家会議 <http://www.agp-online.jp/>

心理カウンセラー、医師、看護師、ソーシャルワーカー、教員など心理・医療・福祉・教育の分野の職に就く者や、そのような職業を目指す学生等からなる同性愛者のための団体。

- | | |
|-----------------|---------------------------------|
| < ところの相談 > | ☎ 03-5385-0996 (四: 20～22時) |
| < ところの相談 [関西] > | ☎ 06-6325-6864 (第1、4 四: 20～22時) |
| < からだの相談 > | ☎ 03-5385-0996 (水: 21～23時) |
| < かぞくの相談 > | ☎ 03-5385-0996 (第2 水: 20～22時) |

特定非営利活動法人 SHIP

詳しくは HP をご覧下さい。http://www.ship-web.com

なお、かながわレインボーセンター SHIP は 3 月 10 日で閉館いたしました。



コミュニティセンター

コミュニティセンター akta <http://www.akta.jp>

新宿 2 丁目にある、HIV/エイズをはじめとした性感染症の情報センター、コミュニティスペース。

相談・支援・検査やセーフアセックスについての情報、陽性者のリアリティーを伝える手記等を入手できる。

新宿区新宿 2-15-13 第 2 中江ビル 301 TEL / FAX : 03-3226-8998

開館時間 : 16 : 00 ~ 22 : 00 休館 : 毎週 日・毎月第 2 日・年末年始

OUR DAYS [Episode 2]

初版 第一刷 2008 年

第二刷 2012 年

発行 : エイズ予防のための戦略研究・MSM 首都圏グループ

手記 : ユウジ / T / Z / アシュ・アングル (G-men 連載中「新僕らの Positive Diary」より)

企画・編集 : 生島 嗣 / おやかた (ふれいす東京 Gay Friends for AIDS)

写真 : Akira HONDA

art direction : 張 由紀夫

デザイン : 吉原紳浩 (301tokyo)

produce : 生島 嗣、北村 純

問い合わせ : コミュニティセンター akta 160-0022 東京都新宿区新宿 2-15-13 第 2 中江ビル 301

TeL / Fax : 03-3226-8998 (担当 : 荒木、佐久間) Email : info@akta.jp

この冊子は、2011 年度厚生労働省委託事業「同性愛者等の HIV に関する相談・支援事業」で作成されました。

無断コピー・転載お断り

