

## ★センターからのお知らせ★

### ◆ Act Against AIDS の 2019 年エイズ知識啓発ポスターパネル 貸出開始 !



No1. 1日に4人-昨年1年間、日本で感染がわかった人の数



No2. 感染は若者だけじゃない!!



No3. HIV 感染のほとんどが性的接触



No4. 日常生活では感染しない!



No5. HIV 検査は保健所なら匿名・無料



No6. HIV に感染しても治療で感染前と変わらない

音楽業界を中心にエイズ啓発活動を行っている Act Against AIDS (AAA) が制作した最新ポスターのパネル (B2 版・6 枚セット) を貸出しています。来年 2020 年に AAA 活動が終了し、最後の啓発素材となります。文化祭、学園祭、授業やイベントなどで活用できます。貸出方法詳細は、横浜 AIDS 市民活動センターの HP でご確認ください。 URL: <https://yaaic.gr.jp/>

### ◆ 第 27 期 AIDS ボランティア学校が始まりました! 主催: 横浜市認定 NPO 法人 AIDS ネットワーク横浜 HIV・エイズを通して学ぶ性の健康 ~ 知ることから はじめよう! ~

講師は、第一線でご活躍の方ばかりです! 1 講座(主に 2 時間)だけの受講も可能。全て無料です。

日時・会場	時間	テーマ 講師
7月20日(土) 横浜 AIDS 市民活動センター	10:30~12:30	性感染症の UPDATE 感染、臨床、治療を通して 山岸拓也氏(国立感染症研究所感染症疫学センター)
	12:30~13:30	ランチョンミーティング
	13:45~15:45	感染者、患者の看護と介護 感染者の立場に立った看護・介護を進める 宮林優子氏(横浜市民病院感染症科看護師)
8月3日(土) かながわ県民センター	10:00~12:00	感染者・患者の生活とソーシャルワーカーの役割 感染者の生活を守る制度とその実際を 友田安政氏(横浜市大附属病院)
	13:00~15:00	妊産婦への切れ目のない支援 HIV 感染妊婦も含めて 水主川純氏(東京女子医科大学)
8月24日(土) 横浜 AIDS 市民活動センター	10:30~12:30	HIV の治療について 治療はどこまで進んで? 小島賢一氏(荻窪病院血液科 臨床心理士)
	13:30~15:30	カウンセリング講座 顔がみえないからこそ心を開けることも 小島賢一(荻窪病院血液科 臨床心理士)
	15:30~16:30	終了式&ミーティング

### ◆ 休館のお知らせ

臨時休館: 2019 年 8 月 3 日(土) ※ AIDS 文化フォーラム in 横浜参加のため  
夏季休館: 2019 年 8 月 13 日(火)~18 日(日)

HIV・エイズ、性感染症の正しい知識・最新情報をわかりやすく解説!

# おーぷん

URL <https://yaaic.gr.jp/>

発行: 横浜 AIDS 市民活動センター  
公益財団法人横浜 YMCA が横浜市から事業を受託しています。

〒231-0015 横浜市中区尾上町 3 丁目 39 番  
地尾上町ビル 9F / TEL: 045-650-5421  
FAX: 045-650-5422 / E-mail: [info@yaaic.gr.jp](mailto:info@yaaic.gr.jp)  
平日: 13:00~20:00 / 土・祝: 10:00~17:00  
休館: 日 / 火  
監修: 横浜市健康福祉局健康安全課

## 特集 夏休み前に、こんな時どうする?

### 第 26 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜 ~ <話す>と<リアル>に!! ~

夏休みに無料・予約不要の講座が盛りだくさん! YouTube で LIVE 配信も予定しています。魅力いっぱいのプログラムがみなさんをおまちしています。

プログラムを 2 つ紹介! (予定)

#### \* 横浜 AIDS 市民活動センターがやってくる!

日時: 8 月 2 日(金) 16:30~17:30  
会場: かながわ県民センター 3 階 302 教室 (定員 30 人)  
関内駅そばにある市民活動センターが、かながわ県民センターにまるごと引越し。見学したり、書籍を楽しんだり、夏休みの自由研究にも使えます。フリースペースも兼ねています。

#### \* 「マイノリティ」と「マジョリティ」 かずえちゃん (YouTuber) 宮崎豊久 (インターネット専門家) 岩室紳也 (オフィスいわむろ)

日時: 8 月 2 日(金) 13:00~15:00  
会場: かながわ県民センター 2 階ホール (定員 260 人)  
HIV/AIDS に関してだけでなく、生きやすい世の中ってどんなところ... どうしたらいいの? YouTube での LIVE 配信も予定しています。会場に来られなくても、LIVE でチェック!

市民活動センターは上記プログラム以外にも 1 階展示コーナーで情報収集やレッドリボンのワークショップも開催しています。



◆ 第 26 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜 ◆ 「<話す>と<リアル>に!!」  
日程: 2019 年 8 月 2 日(金)~4 日(日) 10 時~17 時 30 分(最終日は 16 時)  
会場: かながわ県民センター(横浜駅西口) 予約不要・無料  
主催: AIDS 文化フォーラム in 横浜組織委員会 共催: 神奈川県  
フォーラムへのお問い合わせ: AIDS 文化フォーラム in 横浜事務局 横浜 YMCA 内(担当 高村・白井)  
TEL: 045-662-3721(代) E-mail: [abf@yokohama.org](mailto:abf@yokohama.org) URL: <https://abf-yokohama.org/>

### 平成 31 年度世界エイズデーポスターコンクールが開催されます!

ポスター募集は小学生・中学生・高校生・一般の部に分かれています。  
応募締め切りは 9 月 4 日(水) 夏休みにチャレンジしてみませんか?  
詳しくは、エイズ予防情報ネットの HP → <http://api-net.jfap.or.jp/index.html>





他の友だちの前だと  
笑っていたけど・・・

## 特集 夏休み前に、こんな時どうする？

本当は大事だって  
わかっていた・・・

いやだ、いやだは、  
やっぱり、いやだ！



モヤモヤしてます。  
自分に必要な注意  
てどんなこと？



心配事や迷っていることは、人それぞれ。  
ひとりで、すべて、解決しようと思わないでほしいと思う。  
あなたの声で、ゆっくり話をしてみない？

### 〈プライベートゾーン〉ってなんだらう？

胸・性器・おしり・口がプライベートゾーン。  
プライベートゾーンは、自分だけが見たりさわったりしてよいところ。誰かにさわられたり、さわられそうになったら、「いや！ やめて！」と言って、その人から離れましょう。  
「ズボンおろし、ブラはずし」は性的いじめです。  
はっきり拒否することは自分を守る第一歩！

### マスターベーションは1日何回してもいいの？

何回しても無害だよ。男女問わず、自然に行われるものです。ただし究極のプライバシー。強制されたり、見せたりすることは×。  
性器を傷つけてしまうような強い刺激は×。  
自分と仲良く！ マスターベーションをやりすぎて死ぬことはありません。

### 予期しない妊娠・・・って？

1度でも性的接触があり、月経が遅れることで  
もしかしたら・・・と気がつくことが多いです。

- ☆ 「にんしん SOS ヨコハマ」(月経が1か月以上遅れそうなら)  
【365日】10時-22時  
TEL 045-662-5524 名前を言わなくても相談できます。  
(メール相談も有) 参照: 横浜市子ども青少年局 HP  
HP→<http://www.city.yokohama.lg.jp/kodomo/katei/ninshinsos/>
- ☆ 全国妊娠 SOS ネットワーク  
HP→<http://zenninnet-sos.org/>  
——予期しない妊娠を防ぐには——  
・性的接触をしない。  
・性的接触の時はコンドームを必ず使用する。  
・性的接触後 72 時間以内に緊急避妊薬「アフターピル」を服用すること。(産婦人科でピルを処方してもらう。)

(社)日本家族計画協会ピル処方施設検索  
→<http://www.jfpa-clinic.org/>  
緊急避妊ホットライン TEL 03-3235-2638  
月—金 10時—16時 (無料・とく名)

### 月経がつかいよ・・・

腹痛や頭痛やイライラするなどの月経痛と上手に付き合おう！ お腹は冷やさないでね。がまんしないで鎮痛剤を痛みはじめに飲むと効果的です。それでも痛みがひどい時は医療機関に相談しましょう。

### 射精しないとどうなるの？

初めての射精は中学3年で約5割。個人差があります。精子は射精しなくても体内で分解吸収されるので、たまることはないし、夢精でも出ます。

### 性感染症や AIDS って、どうなることなの？

性感染症(STI)によってはかゆい、痛い、症状がわかりづらいこともある。性器の周辺だけでなく、口の中や皮ふに感染することも不安なら・・・

#### 「夜間休日エイズ電話相談」

(認定 NPO 法人 AIDS ネットワーク横浜が横浜市から受託しています。)  
名前も住所も年齢もいわなくていいです。HIV・エイズを含む性感染症の質問や相談ができます。  
10代の相談は大歓迎！  
【水】18時-21時 【土】15時-18時  
TEL 045-201-8808

### SNS で知り合った人や友達と

#### 「セルフ交換」は安心かな・・・？

「君のはだかの写真を送ってくれないの？ 僕のこと愛していないの？」なんて言われても、決して送らないこと。送る前に相談を！

「ユーステレホンコーナー」少年相談窓口へ電話。  
【平日】8時30分-17時15分  
TEL 045-641-0045  
0120-45-7867

\* 18歳未満の子どもの裸の写真を保持することは処罰の対象になります。

### 性の多様性って聞いたことがあるけど、 自分はちょっと人と違うみたい・・・

人の性は一人ひとり違うよ。性にイイもワルイもありません。相談は「SHIP にじいるキャビン」へ

- ☆「よこはま LGBT 相談」個別専門相談 (予約をしてね)  
【水・金・土】16時-21時 【日】14時-18時  
TEL 045-594-6160
- ☆「Friend SHIP よこはま」交流スペース(予約不要、入退室自由)  
【第1土曜】13時-17時 男女共同参画センター横浜 (戸塚)  
【第3日曜】13時-16時30分 男女共同参画センター横浜北 (あざみ野)  
詳しくは HP を見てね。→ <http://www2.ship-web.com/Top.html>  
家族や教職員からの相談も受け付けています。

### デートDVかも・・・？

つき合っているからって、何でもオッケーじゃない！  
「LINE の返信が遅いと、キレル」「束縛する」「別れたら死ぬと脅かす」心あたりがあったら、すぐに連絡してね。  
「デートDV110番」は名前を言わなくても相談できます。  
【火】18時-21時 【土】14時-18時  
TEL 0120-51-4477  
周囲の人、保護者、教職員からの相談も受け付けています。早期の相談が大切です。

### なぜ暴力をふるうの？

暴力をふるう人は、自分に自信がなく、相手を力や恐怖でコントロールすることで、自己満足を得るのかもしれない。

性暴力は人間の根源的な性を無理やり支配し、恐怖をあたえる暴力です。知り合いからの被害が7割。被害にあったあなたに責任は全くありません。

あなたを一人にはしません。

#### ワンストップ支援センター「かならいん」

【365日】24時間 TEL 045-322-7379

当事者以外の周囲の方も相談できます。

\* 神奈川県 性犯罪被害者への支援における協力病院等→  
<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/f5g/cnt/f4181/documents/180831.pdf>  
(2018.8.31 現在)

### ..こころが悲鳴を あげているときは..

- ☆チャイルドライン  
(18歳までの子ども専用)  
【365日】16時-21時  
(12/29-1/3 休み)  
TEL 0120-99-7777
- ☆小中学生向けいじめ110番 (教育委員会)  
【365日】24時間  
TEL 0120-671-388
- ☆横浜いのちの電話  
【365日】24時間  
TEL 045-335-4343
- ☆子どもの人権110番  
【平日】8時30分-17時15分  
TEL 0120-007-110

周りに心配をかけたくなくて、ひとりで動こうとしているキミ！  
仕方ないとあきらめかけているキミ！  
あなたの本当の笑顔のために、ここに連絡ね！



横浜 AIDS 市民  
活動センター  
コムちゃん