

(参考資料) 試作資材本文

■もくじ

1. HIVとは
2. うつらない・うつさないためには
3. 陽性とわかったら ~医療編~
4. 陽性とわかって ~生活編~
5. 支援はたくさんある
6. 身近にいるかもしれない
7. 女性の気になること
8. 検査を受けるメリット
9. いろんな相談にのってもらえる
10. 病院リスト

1. HIVとは

ツバメが家の軒下に巣を作り、ひなを育てる。同じように、私たち人間の体の中に巣を作って、自分たちの子孫を増やそうとする微生物がいる。腸内乳酸菌みたいに無害有益なものもいる一方、私たちの健康に困った影響をもたらす病原微生物もいる。水虫にかかるとかゆくなって困る。風邪をひくと熱が出たり咳や鼻水が出たりだるくなって困る。風邪をひくのは、風邪のウイルスにかかったから。風邪のウイルスは空気中や咳の中において、目や喉の粘膜から体の中に入りこむ。さて、HIVも病原ウイルスの一種。HIVのVはウイルスの意味だ。

Q: HIVはどこから入る?

HIVは空気中では生きていられない。HIV陽性の人(HIVとともに生きてる人)の血液、精液、先走り液(射精前が出るねっとりした透明な液)、膣分泌液(性的に感じたときに出る透明なぬるぬるで潤滑剤の役割をする。俗称は愛液)、腸液(便が腸の中を移動するとき潤滑剤の役割をもつ)、そして母乳の中にくまれている。他方、涙や唾液、汗、尿にはほとんど含まれてない。一般に「体液」といわれることが多いけど、そのなかにも含まれている体液とそうでない体液があるんだということ覚えておいてほしい。

HIVが体の中に入りこむときの主な玄関口は、薄くて傷つきやすい粘膜と傷口。

Q: 粘膜はどこにあるでしょう?

粘膜はやわらかくて、ピンク~赤色をしていて、しっとりしている。HIVが入りこみやすい粘膜は、尿道(おしっこの出口)、直腸(おしりの穴のすぐ奥)、そして膣。それに、おちんちんの(首)のようにくびれた部分(冠状溝、俗称はカリ)や、包皮(あまっていたるんた皮)の内側(血管の筋がすけて見えるあたり)も、粘膜に似てとても薄いシヤワだから、HIVにとってはまたとない玄関口。

Q: 目に見える傷口がなければ大丈夫?

カッターとかで切ってきた傷口以外にも注意がいる。口の中の粘膜も、歯ブラシでゴシゴシこすって小さな傷がついていたり、口内炎であれていることがある。皮膚や陰部(性器とそのまわり)やおしりの穴のあたり、赤くなったところ(炎症)、ただれ(びらん)、ほじれ(潰瘍)があると、そこからHIVが侵入しやすい。

粘膜や傷口を介さずHIVがいきなり血管内に入る経路もある。注射針やタトゥーを彫るニードル(針)を使い回して、それにHIV陽性の人血液が残っていたとすると、感染する危険性が高い。

どこからにしても最終的にはHIVは小さくて細い血管の中に入りこむ。やわらかくてデリケートな粘膜部分、血がにじんでいたり、赤くなった部分に、他の人の血液や、先走り液、精液、膣分泌液、腸液が直接ふれたいようにする。そうすれば、HIVの感染は予防できる。これは愛や友情とは別次元の話。好きな人、大切な人からだって風邪がうつることがあるのといっしょ。

Q: HIVにかかると、なんか困ることがあるの?

HIVにかかる(感染する)と、少しのあいだ風邪に似た症状が出る。これは一時的にH

I Vが増えたために起きる。そのあと、ウイルスの量は減っていき、症状はなくなる。そして感染してから5-10年ほどで、さまざまな症状が出てくる。それはHIVが私たちの免疫のはたらきを弱めてしまうから。

私たちがいくら清潔にしている、まわりの目に見えない微生物をすべてなくしたり遠ざけたりすることはできない。それでも私たちがふだん元気でいられるのは、免疫のはたらきのおかげ。免疫というのは、異物や微生物が侵入してきたとき、がん細胞ができたときに、それを「自分でないもの」として感知して、撃退しようとするシステム。白血球やリンパ球、抗体、マクロファージなどがそれぞれ役割を分担して、免疫の実行部隊として働いている。

HIVはこのシステムの中で重要な役割をはたしているリンパ球の一種(CD4陽性リンパ球。CD4と略して呼ばれる)に入り込んで、これを自分のコピーを大量生産する工場にしてしまっ、あげくのはてには、壊してしまう。その結果、CD4の数がある一定数以下に減って免疫にアナがあく(免疫力低下)と、ふだんなら免疫のおかげで抑えつけることができていた病原性の弱い微生物が頭をもたげて増殖してくる。これを日和見(ひよりみ)感染症と呼んでいる。ニューモシスチス肺炎(カリニ肺炎)、結核、カンジダ症、サイトメガロウイルス症、単純性ヘルペスウイルス感染症、非定型抗酸菌症などがこれにあたる。HIVにかかった人が、日和見感染症になったり、日和見腫瘍を発病したときに、そうした体の状態をエイズ(AIDS)と呼ぶ。必要な検査をして、診断をしっかりとつけて、病原体に合った治療を行わないと、命にかかわる。HIVにかかったまま治療を受けずに放っておくと、やがてエイズの状態になる。

Q: エイズになったら死ぬの?

今日、「エイズ≠死」。医療の進歩によって、HIVにかかったとしても、体の状態に応じて服薬したりしながら人生を前向きに長く生

きていける、そんな時代になったことは大きな声で言いたいけど、でもそれは、適切な医療を受け、生活をとのえた時の話。そうでなければ、エイズは命とりになる。

HIV抗体検査(HIVに感染しているかどうかを調べるための血液検査)を受けたことがなく、エイズの状態になって病院にかかる人の数は、けっして少なくない。しっかりと正しい診断を受けることができればいいけど、まちがわれたら大変。正しい診断をしてもらえるように情報を医療者に提供することはとても大切なことだ。

糖尿病や高血圧症、コレステロールや中性脂肪の値の高い人はずっと薬を飲んで病気をコントロールしなくてはならない。HIVにかかった場合も同じ。どんな病気もかかりたくてかかるものじゃない。予防できるものなら予防するにこしたことはない。だって、薬を飲み続けるのは、楽じゃないもの。かかっていたときには、しっかり対処して、HIVがわがもの顔で増え続けてエイズを起こさないように、パートナーにうつらないようにしながら、できるだけこれまでと同じ生活が長く続けられるようにしよう。

2. うつらない・うつさないためには

Q. コンドームをつければいいんでしょ？

A. いいえ、もっと奥が深いのです。

エイズのほかにも性感染症ってたくさんあるみたいで、自分だって気にならないわけじゃない。相手や自分を大事にする、そんなことはわかっている。でも、いつもいつも理性的に冷静でいられるわけじゃない。

より安心できるセックスってどんなものだろう。

それは相手と自分の両方があらたな病気になるないように、いろんな工夫をしながら触れ合うということ。つまり、お互いを気遣うということ。

ここではいまよりもっと安心して触れ合わせるための工夫の一部を紹介しよう。

■くふう1： 粘膜がただれて赤くなったり傷がついていないか自分でチェックしよう

まことにできたように、HIVや他の性感染症などのウイルスは、炎症の起きている部分から体内に入り込みやすい。粘膜がただれて痛みがあったり傷ができていたりするときはとくに、病原体が侵入する間口が広がっている状態。まず自分でそういう部分がないか普段からすこし気にかけていよう。毎日の入浴時に身体を洗うとき、石鹸や水がしみる部分は要注意。こういうときは、炎症や病気の早期回復のためにも、したい気持ちはぐっとこらえて手の平や指を使って相手の粘膜ではない部分(首、腕、胸、背中、足など)を愛撫したり抱き合ったりするにとどめるのもひとつ。もしセックスするときは、ウイルスが含まれているかもしれない体液が粘膜や傷口に触れないように気をつけよう(自分も相手も、検査を受けないかぎりHIVにかかっているかどうかはわからないからね。)もし、不意に体液がついてしまったときは、こすらずやさしく拭き取り、すぐに水でよく洗い流そう。鉄則は粘膜に触れる体液の量をなるべく少なく、触れている時間を短くすること。

■くふう2： 触れ合う粘膜は傷つけないようお互いに優しく触る

セックスをしている間も粘膜に傷がつかないように、強く触ったりこすったりしないことが大事。市販の水溶性ジェルを使うのもひとつの方法。すべりがよくなって粘膜を傷つけないし、コンドームへの摩擦を減らし破けにくくなるメリットもある。お店のコンドームの陳列棚のそばに置いてある場合が多いから探してみよう。もちろんネットでも買える。

ただし、肌の保湿用クリームやヘアクリームなど油性のものはコンドームが破けやすくなるので注意。シャンプーやボディソープ、石鹸はかえって粘膜が荒れやすくなるため使わないこと。

■くふう3： 自分(相手)の大きさや形に合

ったコンドームを選び正しくつける

たかがコンドームされどコンドーム。簡単・手軽で確実な方法。でも意外と奥が深い。コンドームは自分の洋服と同じ感覚で選ぶこと。

身近なところではドラッグストアやコンビニで買えるし、ネットの通販では各種お試しセットも用意されてる。(店頭で買うのが照れくさいときや、ちょっと自分では買いにくいけど自分のために持っていたいなという女の子にもおすすめ。)色とりどりでいるんなかたちや大きさ、薄いものから厚いもの、フルーツの香りつき、アロエエキス入り…いろんな種類を試して、自分に合ったサイズ、デザイン、機能のものを見つけよう。1箱12個入りでほしい1000円前後。ゴムアレルギーの人はポリウレタン製のものを使おう。買うときは使用期限(箱に記載)も要チェック。

買ってきたらまずは着ける練習！

(図解)→略

★知っていますか？

Q. 袋を破るまえにすることは？

A. コンドームを袋の端にひと差し指と中指ではさんでどちらかに寄せる。でないと、やぶるときにコンドームに傷がつく。

Q. 袋をやぶるとき、気をつけることは？

A. 袋はぜんぶ破りきる。ゴミがふたつに増えてしまうけど、端がくっついたままだと中身を取り出すときにひっかかって傷が付き途中で破れる原因になる。

Q. おちんちんの先から根元までひととおりおろせば完了？

A. 日本人は包莖(皮がたまっていること)が多いので、そういう場合はコンドームの根元を持って根元で余っている皮を亀頭方向に寄せて、また根元に裸で現れた皮にコンドームをおろしてあげよう。

もっと知りたい人はコンドームの達人・岩室先生のHPへいってみよう。

パソコン用

<http://homepage2.nifty.com/iwamuro/>

携帯用

<http://homepage2.nifty.com/iwamuro/i-mod-e2.html>

Q. 持ち歩くときは財布にいれる？車の中でもいい？

A. 財布の素材は柔らかいのでコンドームが摩擦で痛みやすい。

車内におきっぱなしだと熱でゴムが劣化してやぶれやすくなる。

硬い素材のケースにいれたり、温度に気を付けて保管しよう。

★もしもうまくいかないときは…

破れる … 使用期限が切れている 袋をやぶるときに傷がついている

装着時に空気が入っている 2枚重ねにしている

外れる … サイズが合わない 摩擦がつよい

つけたら痛い … サイズが合っていない ラテックス（ゴム）アレルギー

摩擦がつよい

■こんな行為は大丈夫？

◎HIV感染の心配のない行為

口内に出血がない状態でのキス・抱き合う・傷のない皮膚どうして触り合う・傷のない皮膚で性器（粘膜）を触りあう

◎コンドームを使わなければHIV感染の可能性のある行為

【アナルセックス：肛門におちんちんを入れる／入れられる】

直腸粘膜はとくに薄くて傷つきやすい。挿入する側の精液や先走り液が直腸粘膜の傷口に触れたり、逆に、挿入される側の肛門や直腸の傷からの出血が相手のおちんちんの尿道や傷口に触れる可能性が高いから、HIVをお互いにもらいやすい。

くふう：コンドームを使う。水性ジェルをたっぷり使ってゆっくりと入れるようにすると肛門や直腸の摩擦が減って傷をつくりにくい。

もし肛門のなかに精液を出されたら、やさしく洗い流した後、便をだすような感覚で精液

がでるか試してみる。無理にいきんだり洗腸をしたりしないこと。

【膣性交：膣におちんちんを入れる／入れられる】

入れる側の精液や先走り液のなかのウイルスが膣粘膜から吸収されるし、逆に、入れられる側の膣分泌液や生理の出血のなかのウイルスが相手のおちんちんの尿道や傷口に触れる可能性が高いから、HIVをお互いにもらいやすい。

くふう：互いに精液、先走り液、膣分泌液、生理出血に性器が触れる前にコンドームをつける。生理の日はセックスしない。

【フェラチオ：おちんちんを舐める／舐められる】

舐める側の口のなかに出血がある場合はそれが相手のおちんちんの尿道や傷口に触れるし、舐められる側の精液や先走り液が相手の口内粘膜に触れるから、お互いに感染の可能性が否定できない。アナルセックスや膣性交よりはHIVをもらいあう可能性は低いけれど、口やどの傷や炎症の有無で可能性は変わる。

くふう：直前の歯磨きを避けマウスウォッシュにする。コンドームを使う。おちんちんの先は舐めない。口の中に精液が出されたら飲み込まずにすぐに吐き出して。がいする。

【クニリングス：女性の外性器を舐める／舐められる】

舐める側の口のなかに出血がある場合はそれが相手の外性器や膣の粘膜に触れるし、舐められる側の膣分泌液や生理の血液が相手の口内に入ることによってHIVをもらいあう可能性は否定できない。口やどの傷や炎症の有無で可能性は変わる。

くふう：直前の歯磨きを避けマウスウォッシュにする。市販のデンタルダム（外性器を覆う薄いフィルム）をあてた上から舐める。

【リミング：肛門を舐める／舐められる】

舐める側の口のなか、もしくは舐められる側の肛門に出血が無ければ大丈夫。出血があ

れば、相手の口のなかもしくは肛門を介して感染の可能性はある。

HIV以外に肝炎ウイルスや寄生虫の卵をもらうことがある。

くふう：直前の歯磨きを避けマウスウォッシュにする。市販のデンタルダムの上から肛門を舐める。出血のあるときはリミングを避ける。

【素股：内太ももでおちんちんを挟む／挟まれる】

膣分泌液や精液、先走り液が互いのおちんちんや女性器に触れることがあれば、HIVをもらいあう可能性がある。

くふう：相手の膣に近い場所におちんちんが当たるのを避ける。念のためコンドームを使う。

【セックス用の道具（ディルドやバイブレーター）を使いまわす】

道具についた膣分泌液、血液、精液、先走り液が、次に使う人の口や肛門や膣に入ることによってHIVをもらいあう可能性がある。

くふう：道具は使いまわさない。次の人が使う前に道具をよく洗う。新しくコンドームを付け替える。

■HIV以外の性感染症について

HIV以外にも、セックスでもらいあう性感染症はたくさんある。性感染症にかかっていると、HIVに感染する可能性は3-4倍になる。HIVと違って、精液や先走り液、膣分泌液だけでなく、相手の症状のでているあたり（おちんちんや膣、肛門周辺、など）と自分の粘膜部分（口の中も含む）に触れることで、もらってしまうこともある。やっぱりコンドームを使うことが大切。

性感染症の代表的なもの

・性器クラミジア感染症 男性：排尿時の痛み 尿道からクリーム状の膿がでる

症状が無いことも

女性：あきらかな症状がなく気づかないことが多い

・淋菌感染症

男：尿道のかゆみ 黄色い膿 排尿時の激痛

女：頻尿 排尿時の軽い痛み

おりものに悪臭のする黄色～緑白色の膿
がまざる 気づかないことも

・性器ヘルペス感染症 男女：性器に痛みを
伴う米粒大の水疱／潰瘍ができる 激痛

・尖形コンジローマ

男女：肛門やおちんちん、膣の入口周辺に白い
小さなイボができる

最初は無症状 大きくなると不快感やかゆみ
がでる

・梅毒：性器や足の付け根に小豆程度の痛
みのないしこり 4～6週で自然に消えて
同時に全身に赤い斑点が現れる

いずれもきちんと一定期間治療をすれば治
るもの。でも症状が軽いと気づかないうちに
不妊症になっていたり、気づいたときには治
療に時間がかかったりする。少しでも変だな、
と思ったら受診することが大事。そのときは
パートナーにも受診をすすめよう。

もっと詳しく知りたい人のために

性の健康医学財団

<http://www.jfshn.org/>

■お酒やドラッグとセックス

お酒やドラッグを使うと、判断力が鈍って
気が大きくなったり、衝動的になったりして、
より安心な仕方でのセックス（セーフアセ
ックス）が難しくなることがある。ドラッグ
は免疫力や抗HIV薬の作用に影響を与える
可能性も否定できない。お酒やドラッグを使
ったセックスは予防や治療の面でリスクがあ
りうるということをどうか忘れないで。

■陽性とわかっててもセックスできる

これまで挙げてきた工夫は、HIVにかかっ
ている／いないにかかわらず必要な工夫。逆
に、こうした工夫をしていれば、感染してい
る人だって楽しく触れ合い安心してセックス
をすることができる。

ふたりとも HIV にかかっているならこん
な工夫は必要ないんじゃない？と思うかもし
れないけれど、じつはすごく大事なことなん
だ。毎年流行するインフルエンザ・ウィルス
にA型B型があるように、HIVにもさまざま
なタイプ／型があるので、すでにふたりとも
HIVにかかっていたとしても、自分と異なる
タイプのHIVが体内に入って（再感染）しま
って これまで飲んでいた薬が効かなくなっ
たりして、治療の選択肢が狭くなる可能性が
ある それを避けるためには、ここで紹介し
た工夫がやっぱり必要。

■参考

あなたとあなたのイイ人へ。

<http://www.onh.go.jp/khac/data/anatato.pdf>
HEALTHY&SEXY

<http://www.onh.go.jp/khac/data/healthy-sex.pdf>

（人々医療センター HIV/AIDS 先端医療セ
ンター作成）

3. 陽性とわかったら ～医療編～

Q. 治療の最大のポイントは？

A. 体内のウィルスの数をできるだけ少なく、
長い期間抑えること。

まず、この病気の治療で何が最大のポイン
トなりか？

それは、ウィルスの数をできるだけ少なく
長い期間抑えて免疫力を保つこと。

HIV は白血球の仲間のひとつである CD4
（CD4陽性細胞）を好んで自分のコピーをた
くさく作る工場にして、ゆくゆくはそのCD4
自体も破壊してしまう。それに、HIVのすみ
かになっていないCD4も壊れてしまう。こ
うして次第にCD4の数がどんどん減ってい
く。しかもCD4は体の免疫システムの司令
塔だから、この細胞が減ると、ほかの免疫細
胞は本来のように有効な防衛ができなくなる。
その状態でHIV以外の細菌やウィルスが体
に入ってくると、いとも簡単に悪さをされて
しまう。悪さのおおもとであるHIVをでき

るだけ減らすことが最も大事になってくる。

早く検査を受けましょうってよく耳にする
けど、それは検査こそが、ウィルスが本格的
に害を及ぼす前に、適切なタイミングで治療
を始めることで、ウィルスと共に生きていく
ための第一歩だからなんだ。

Q：薬はいつから飲むの？

薬を飲み始めるタイミングはいくつかあつ
て、大きく分けると、（1）CD4の数が350/pf
（血液1μl中のCD4の数）を下回ったとき、
（2）CD4の数がそこまで低くなくてもエイ
ズになったとき、（3）その他の特殊な場合に
分けられる。さらに、最近の研究から、CD4
の数が350～500/pfの間でも、その人の体の
調子によって担当医と相談して薬を飲み始め
ることも選択のひとつになってきている。

Q：どんな薬をどれだけ飲むの？

開発が進歩してきた結果、効き方が違うい
ろんな薬が選べるようになってきている。前にも
書いたように、HIVはCD4を工場にして増
えつづけて、最終的にはCD4を破壊してし
まう。これを防ぐための薬を、（1）HIVを
工場に入れない薬（侵入阻害剤・融合阻害剤）、
（2）HIVの複製用の設計図を作らせない
薬（核酸系逆転写酵素阻害剤と非核酸系逆転
写酵素阻害剤の2種類）、（3）設計図を工場
の生産リストに入れさせない薬（インテグラ
ー阻害剤）、（4）出来上がったHIVの部
品をそれ以上加工させない薬（プロテアーゼ
阻害剤）の5種類に分けることができる。HIV
の薬は、異なる種類の薬を組み合わせる力を
合わせた方が治療効果が出る。だから、多剤
併用療法（HAART〈ハート〉）という方法で
数種類の薬を同時に飲む。そしていちど飲み
始めると決めたら、（いまの医療では）生涯飲
み続ける必要がある。

このときとても大事なのが、決まった時間
に、決められた量の薬を飲むこと。他の病気
の薬もそうだけど、HIVの薬はこのことがと
くに大事。仕事や家事や勉強で忙しいとかで

飲み忘れたり飲み方が不規則になったりすると、血液の中の薬の量が足りなくなると、HIVに悪さをするチャンスを与えてしまう。そしてそれが続くと、体内のウイルスが薬の効きにくい性質（耐性）を持ったものになるからだ。いまはできるだけ服薬の負担が減るように研究が進められていて、1日1回飲めばよい薬を選べることもある。できるだけ自分の生活スタイルにあう治療を選べるように、自分自身の生活や体の状況を話して担当医とよく相談することが大事。

Q：副作用が心配なんです…

ずっと飲み続ける薬だからこそ、副作用も気になる。それがつらくて、薬の量を自分で変えてしまった人もいた。副作用は、薬の種類によって症状が違ってくるけれど、だいたい治療開始から短期間（1～12週間）のうちにみられるものと、長期（数年～数十年）にわたって飲み続けることで徐々にでてくるものに大きく分けられる。

短期ですでてくるものは、消化器症状（吐き気、嘔吐、下痢、お腹の張り）がもっとも多く、飲み続けていくうちに軽くなっていく傾向にある。ほかには肝障害（GOT、GPT、γGTPなどの肝機能検査値の上昇）、精神神経症状（めまい、ふらつき、うつ症状）、過敏症・発疹（皮膚にできる紅い斑点や湿疹、水ぶくれ）などがある。過敏症・発疹は、とくに発熱をともなって火傷のような皮膚状態がでたときに命にかかわる重篤な状態になることがあるので、すぐに病院を受診しよう。

長年にわたって服用することで生じてくる副作用には、乳酸アシドーシス（疲労物質とも呼ぶ乳酸が身体に蓄積して、疲労感、吐き気、嘔吐、呼吸困難を起こす）、高血糖・糖尿病（口渇、多飲、多尿、進行すると腎障害、動脈硬化、神経障害、網膜障害など）、リポジストロフィー（脂肪分布異常・高脂血症：腹囲の増大、下肢・頬の皮下脂肪の減少、中性脂肪の増加）、腎障害（腎結石、腎機能検査異常、急性腎不全）、女性ではとくに骨粗鬆症（こ

つしょうしょう）などがある。大事なのは毎日の変化を自分で記録して、副作用がつかなくなる前にこまめに担当医に報告して相談すること。自分の生活スタイルとの兼ね合いも考慮して、薬の調整や新しいアドバイスをしてもらえれば、より安全で効果的な治療が続けられる。

Q：治療の流れと費用は？

治療の流れは、初診の時に全身の状態を一度細かく担当医に確認してもらって、その結果、すぐに薬を飲み始めるのか、それともこのまま様子を見るのか（経過観察）を決めることが多い。その後は、健康状態の変化によるけど、定期的（平均1～3ヶ月毎）に外来受診でウイルス量とCD4の数を検査して、体調に変化がなかったか確認して、治療の方針を変える必要があるかどうか担当医と相談していく。体調が特にすぐれない場合であれば入院する必要はないし、今まで通りに社会生活を送ることだってできる。

気になる費用について。初診の費用は保険診療で6千円前後。もしその時点で（抗HIV薬、日和見感染症の治療薬・予防薬）が必要だと判断されたら、薬の種類におじた金額が足されていくことになる。もしHIVの薬を飲むことになった場合、毎月の治療費が15万円から20万円前後になる。けれども保険証の3割の自己負担割合で実費は6万円前後。内部疾患の障害者として障害者手帳をもらうと、自己負担割合を3割ではなく1割（2万円前後）にまで減らすことができる。さらに、障害者自立支援法という法律によって、さらに世帯所得におうじた限度額（月に0円、2500円、5千円、1万円、2万円の5段階）以内にすることもできる。

Q：エイズが発症した場合は？

薬を欠かさず飲んで免疫力を下げないようにして日和見症候群を予防する、つまりエイズを発症しないようにするのがベストだけど、なかなか思い通りにいかないこともある。も

しエイズが発症した場合は、普段飲んでいるHIV治療薬のほかに、日和見感染症の種類に応じて適切な治療（薬や処置）を追加する。一時入院が必要なことが多いけれど、できるだけ早く症状を改善して元の生活に戻れるように、焦らずじっくり治療することが大事なんだ。

■参考

HIV感染症治療研究会

<http://www.hivjp.org/>

最新の治療に関する情報が得られる。

JaNP+ 日本HIV陽性者ネットワーク・ジャンププラス <http://www.janpplus.jp/>

長期療養生活のヒントやストレスとの付き合い方などが調査に基づいて書かれた冊子『長期療養シリーズ』の発行。

4. 陽性とわかって～生活編～

Q. HIVにかかった場合、どんな生活スタイルになるの？

A. 日々の暮らし方は大きくは変わらない。体調の変化にあわせて、主治医と相談しながらできるだけ心と身体に負担のないような暮らし方に調整することもある。

～日常生活～

Q. いままでの生活は変わってしまうの？

HIVにかかっていることがわかったからといって、昨日までの生活が大きく変わるわけでもないし、変える必要もない。HIVは主にセックスでうつるもので、それ以外の日常生活でうつることはない。陽性の人の多くが学校や仕事を続けながら、通院・治療を続けている。もちろん、療養に専念している人もいる。そのときどきの体力と免疫状態にあわせて微調整が必要なときは、主治医と相談しながら決めていく。

Q. もし気をつけることがあるとすれば、どんなこと？

初期の状態もしくは服薬によって免疫力が

きちんと保たれている場合は、HIVだからといって特別に気をつけなきゃいけないことって、じつはほとんど無い。十分な休息、栄養と適度な運動、ストレスをためない、というような、一般に健康的とされる生活を心がけるぐらいでいい。

あとは、日頃から風邪や食中毒などの予防に気をつけること。とくに免疫力が弱くなっているときは、よく手洗いうがいをしたり、お刺身などの生ものを避けるようにしましょう。抗HIV薬の内服をはじめる場合には、種類によってはその作用を弱めたり強めたりする物質がある。たとえば、うつや不眠に効くとして売っているセントジョーンズワートというハーブのサプリメントは一部の抗HIV薬の効きを悪くすることがある。逆に、グレープフルーツ（ジュースも含む）は一部の抗HIV薬の吸収を高めて強く効きすぎてしまう可能性があるため、避けたほうがよい。いずれも内服開始時に主治医から説明があるので、よくきいておこう。

さいごに血液の取り扱いについて。南ブラシヤかみそり、ピアスは微量の血液がついている可能性があるから自分専用にして。血液や精液などのついたものは、水でよく洗い流すこと。HIVは1000倍に薄めると感染力がなくなる。もし大量に付いている場合や気になるときは石鹼や塩素系漂白剤に浸けて洗ったり、アルコール消毒をすればよい。洗濯物を家族と分けて洗う必要はないよ。たとえ血液や精液が床にこぼれても使い捨ての布などでふけば大丈夫。それと、献血はしないようにしましょう。やむを得ず断れなかったときは、献血後3時間以内に電話して献血番号と生年月日を言えば、名前などの個人情報を知られずに自分の血液を輸血に使わないようにしてもらえます。

～仕事～

Q. 仕事を辞めて療養に専念しようとおもっているのですが…

それもひとつの選択だけど、決めるまえに

よく考えよう。HIVにかかっていることがわかって間もない時期や、内服を始めてすぐは、気持ちの動揺や薬の副作用で体調も不安定になりがち。少なくとも1-2カ月は通院しながら心と身体が落ち着くまで様子を見て、それからどうするか決めても遅くない。

Q. HIVにかかっているけど就職先が探せるか心配…

地域のハローワークでいつでも相談にのってもらえる。障害者手帳を使って障害者枠で就職先を探す方法と、障害者手帳を使わずに探す方法と二通りある。手帳を使う方法は、あらかじめ病気のことを伝えたいという就職なので、自分に合った仕事を選べたり、通院や休みの悪い時に配慮をしてもらえる、体調について話ができるので無理をしなくてすむので長続きする、というところ。逆にリスクとして考えられるのは、差別や偏見の目でみられるかもしれない、ハラスメントやいじめに会うかもしれないという心配がある、など。手帳を使わない方法のメリットとリスクは使う場合のそれをちょうど反転したかたちになる。

HIV陽性者の就労の現状と支援について、詳しく知りたい場合は支援団体にアクセスしてみよう。きめ細かな情報とサポートをもらえるよ。

■社団法人はばたき福祉事業団

http://www.habatakifukushi.jp/work/work_book はたらく BOOK

E-mail: info@habataki.gr.jp

tel 03-5228-1200

■地域におけるHIV陽性者のためのウェブサイト

<http://www.chiiki-shien.jp/>

～周囲へのカムフラウアウト～

Q. 職場や学校には伝えなきゃいけないの？

HIVとともに生きる人のことを社会のみなが受け入れて、オープンに生活できるような状況がのぞましいあり方だけど、残念なこ

とに、いまのところは偏見や差別が完全に無いとはいいきれない。職場や学校のだれにどこまで伝えるか、伝えないかは、自分の状況と相手とのこれからの関係にあわせてよく考えてから決めるようにしよう。他の人がどうしているのを知りたいときは、支援団体の電話相談を利用したりホームページをのぞいてみよう。

Q. パートナーや友達、家族には伝えたいの？

病気やセクシュアリティのことって、自分だけで抱えているよりも、誰か信頼できる人に伝えることで、精神的に楽になったり、いざというときに力になってもらえたりして、大きな安心感となるかもしれないね。でも、相手に受け止めてもらえなかったら…という不安も大きいのは事実。親しい人だとしても、全てを伝えなくてもいい。そもそも、親しい間柄だからといってお互いの全てを知っているわけじゃないでしょ。それでもバランスを保って大事な関係を築いているんじゃないかな。人と人、分かち合いたいこともあれば、いまは秘密にしたほうがいいとおもっていることだってたくさんある。伝えないということに後ろめたさを感じる必要はないんだ。だれに、何を、どこまで伝えるか／伝えないかは、自分にとって楽だったり助けになるかどうかを基準にして決めればいいんだ。パートナーにHIVがうつっている可能性のある場合は、検査を早く受けてもらうことも確かに大事だけれど、どんなふうに伝えるかについて医療スタッフや支援団体に相談しながら検討する時間を充分にとることが必要だよ。この人には伝えたい、という気持ちになれたら、タイミング（自分も相手も落ち着いているとき）と場所（人目を気にせずゆっくり話せる場所）とを選ぶことが大事だね。少しずつ段階的に話すという手もある。

～プライバシー～

Q. 病院や保健所でのプライバシーは守られ

るの？

もちろん守られる。医療機関や保健所など公的機関の職員には守秘義務が課されている。もし疑問に思ったことがあったら、担当者に遠慮せずたずねてみよう。

Q. 支援制度の利用申請で誰かに病気のことを知られてしまったりしないの？

様々な支援制度を利用するために役所に申請をした場合、書類の送付や連絡のためにハガキが自宅に届く場合がある。同居のパートナーや家族に知られずに受け取りたい場合は、必ず窓口の担当者にその旨を伝えておこう。適切に対応してくれる。

Q. 保険証を使って受診すると職場に病名が知られたりしないの？

健康保険事務によって病名が職場に伝わることではない。「健康保険組合等における個人情報の適切な取扱のためのガイドライン」によって守られている。ただ、職場の内部に保険組合が設置されている場合は、事務処理を通じて職場に知られてしまう可能性がある。いちど確認してみよう。

Q. 陽性だったら名前や住所が役所に報告されるの？

報告されない。全国での発生状況を把握するため、感染症法のもとに医師が保健所を介して国に届ける必要のある項目は、年齢、性別、居住都道府県、推定感染原因など。病院でいろいろと訊かれて嫌な気持ちになるかもしれないけれど、個人を識別できる情報はなから大丈夫。

HIVマップ <http://www.hiv-map.net/>

HIVについての情報が網羅的に掲載されている。そのなかに陽性者の日記や手記集へのリンクもある。

5. 支援はたくさんある

次に、HIVとともに生きていくうえで利用できる制度の代表的なものを紹介していく。

これらは医療費の負担額、福祉サービス、そして生活費に関係してくる大事な味方。でも住んでいる場所によって窓口や手続きの方法が違うから、通院している病院のソーシャルワーカー、担当医、そして看護師にまね聞いてみるのがおすすめ。最寄りの区市町村の障害福祉担当課に相談してもいい。

【医療費の負担を減らすために】

■健康保険

もともと基本となるもの。加入後に保険診療による医療費の3割が自己負担額になる。

■身体障害者手帳

HIV陽性者の場合、免疫機能の程度に応じて、「ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害」（1級～4級）として認定される。担当医の診断書、申請書、そして本人の写真に住んでいる区市町村の障害福祉担当課に提出することによって、主に医療費（健康保険の自己負担分）助成、所得税及び住民税の一定額控除、相続税の一定額控除や交通機関の割引サービスなどを受けることができる。申請から交付までには一般的に1～3か月程度かかるので、それを念頭に申請をする計画がさらに立てやすくなるはず。

■高額療養費制度

その月の保険診療医療費が高額になった場合に、その金額から前年度の所得で決められる自己負担限度額を差し引いた金額が、支払いを終えた後に後日払い戻される。払ってからもまた戻ってくるという二度手間が面倒な場合には、加入している健康保険組合や市町村の国民健康保険窓口・社会保険事務所などで、医療保険の「限度額適用認定証」を発行してもらって病院で受診した時に提出すれば、支払いの時に窓口で限度額まで払えば済むようになる。ただし、同月内同一医療機関が原則になっているから、月をまたがった場合（月末から月初に入院した場合など）や医療機関をまたがった場合は支給されなかった。適

用者の年齢によっても規定が違うから、病院のソーシャルワーカー、医事課担当者、各健康保険組合の窓口事前に相談しよう。

■自立支援医療

身体障害者手帳の交付を受けている人が、その障害の状態の改善のために治療を受ける場合に、その治療費の健康保険自己負担分について申請をすると助成を受けられる制度なんだ。「ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害」の投薬治療はこの制度の適用範囲内で、一年ごとの継続申請をすれば医療費の自己負担額を1割にすることができる。さらに、前年の所得に応じて自己負担限度額（月に0円、2,500円、5,000円、1万円、2万円の5段階）を決めることが出来るので、自己負担額をその金額まで下げることができる。詳しくは住んでいる区市町村の障害福祉担当課まで連絡をしてみよう。

【所得保障の制度～生活費に関する支援～】

■傷病手当金

被保険者が病気やケガのために仕事を休み、給料（報酬）の支払を受けられなかったときにその生活保障として手当金が支給される制度。支給額は、病気やケガで休んだ期間の1日につき標準報酬日額の3分の2に相当する額。支給期間は手当金を受けた日から1年6か月。同一の傷病により障害厚生年金を受けていたり、退職後に老齢厚生年金や老齢基礎年金又は退職共済年金などを受けている場合などは支給額の調整があるので、社会保険事務所、または会社の健康保険組合に詳しい規定を確認しておく必要がある。

■障害基礎年金

これは一定の条件を満たしていれば、障害者手帳とは別に障害の状態によって年金を受給することができる制度。必要があれば、住んでいる区市町村の国民年金課、あるいは社会保険事務所に詳しい条件を聞いてみよう。

■生活福祉資金

都道府県社会福祉協議会が主体となって低所得者や高齢者、障害者の生活を経済的に支えるとともに、その在宅福祉及び社会参加の促進を図ることを目的に更生資金・福祉資金を低利で貸し付ける制度。連帯保証人の有無で貸付金利率が変わったり、支援資金の種類によって金額と条件にかなりの差があるため、住んでいる場所の社会福祉協議会・区市町村・民生委員に詳細を聞いてみることをおすすめする。

■生活保護

経済的に困窮する国民に対して生活保護費を支給するなどして最低限度の生活を保証する制度。生活扶助、教育扶助、医療扶助などから構成される8つの扶助があり、厚生労働省が地域の生活様式や物価等を考慮して定めた基準をもとに、収入ではまかなえない部分の最低生活費が支給される。

■雇用保険

窓口は各地域のハローワークとなる。一定の条件を満たした場合、失業後に雇用保険から基本手当、技能習得手当、寄宿手当、傷病手当、就職促進のための資金援助などを受けることができる。給付日数に上限があったり、一身上の都合（自己都合）による離職や「重責解雇」で離職した者については、直ちに給付されず、1ヶ月から3ヶ月の期間をおいた後に給付がなされるなど細かい規定があるので注意が必要。

6. 身近にいるかもしれない

だれがどんな病気かなんて、たいていの場合は外見からはわからない。どんなに親しい関係だって、いや、親しいからこそ言えないこともある。

わたしたちはいつどこでHIVとともに生きる人と出会っているかわからない。友達、会社の仲間、家族、恋人…。すでに身近で共に生きてる。

なにも知らずにイメージだけで語った言葉やしぐさが不意に誰かを傷つけているかもしれない。少しの気遣いで暮らしやすくなる人が身近にいるかもしれない。ただ見えていないだけなんだ。

●「どこか調子わるいの？」って訊く前に
学校や会社のお昼休憩のあと。友人みんなで集まってる飲み会。気づくとそのなかのひとりがそっと陰で薬を飲んでる。それに気付いたあなたは、「あれ？どこか調子悪いの？」と声をかける。他のみんなも心配して振り返る。

ちょっと考えてみてほしい。どんな薬をのんでいるのか、どんな病気と付き合っているのか。それって実はかなり個人的なこと。何気なくかけた言葉が、相手の心に複雑な波紋を広げてしまうこともある。もちろん、誰かにわかってもらっていたほうが心地いい人もいても、心配をかけたくなかったり、弱みをなせるようで嫌だったり…いろんな理由で病気のことを話したくない人もいる。病院のお世話になることなく死んでいく人のほうが少ない。多くの人が精神的・身体的問題と付き合いながら自分だっていつかそんな立場になることもある。相手が自分から話してくれるまで待つことのほうが、ほんとうの気遣いかもしれない。あなたのそんなスタンスを感じたら、本当にあなたに打ち明けたいとおもっている人は、きっといつか話してくれる。

●「病気もっていないから大丈夫だよ」

寒い季節にみんなで鍋パーティー、ホロ酔いかげんでいい気持ち。どれがだれの器かわからなくなって「あー、どれでもいっか、病気もってないから」。こんなふうになんか出た言葉に自分の心ってじつはよく表れてしまったりする。このひとことを耳にして、「病気のことは絶対に隠し通さねば」と決意する人がいるかもしれない。

怖さや心配、不安って、正確な情報じゃなくてイメージだけに振り回されてしまってい

ることから生じてることが多い。知らない＝怖い、かもしれない。自分はそんなつもりじゃなくても、知らず知らずに偏見の種が自分のなかで芽をだしていることもある。自分の言葉を振り返る。それが病気の人もそうでない人も、ともに暮らしやすい社会をつくる第一歩。

●打ちあげられたら

身近な人からHIVであることを打ち明けられたら、あなたが大事な存在として信頼されているということ。変に気構えたり、気を使ったりせずに、いままでどおりでいることが、なによりいちばんの支えになるだろう。そして、本人の承諾なしにほかの誰かに伝わるような場では、そのことをけして口にしないこと。少しずつ状況は変わってきているけれど、残念ながら、誤った知識や社会的につくられたイメージのせいで、偏見や差別がないとはまだいいきれないから。そしてもしあなたに余裕があったら、HIVについて勉強してみよう。きっと、いざというときの力になってあげられる。

もし、すぐに落ち着いて受け止められなくても、時間をかけてゆっくり理解していけばいい。陽性の人の周囲の人を対象とした相談窓口もあるから気軽に利用してみよう。

7. 女性の気になること

Q. HIV陽性でも子供をもつことができますか？

A. はい、できます。

ウイルスは人を、性別を選ばない。HIVとともに生きながら、あるいは、HIVをもつパートナーと一緒に、仕事や家事や子育てを頑張っている女性はたくさんいる。そんな女性たちはどんな道を通ってきたのかな。男性にも知ってほしいこと。女性にとって気になること。ここでは少しそんな話をしてみよう。

～セックスについて～

Q. 愛してるから大丈夫？ ピルをのんでい

るから大丈夫？

病気のウィルスにとっては、愛の有るなしは区別できない。ふたりのあいだに愛があったって無くたって、なんの工夫もしなければHIVやほかの性感染症になる可能性がある。ピルは妊娠を防げても、感染症は防げない。

HIVにかかっているかどうかは検査をしてみないとわからない。検査をうけて確かめるのもひとつの方法だけど、なかなか自分でも行きづらいし相手にも言い出せないよね。それに、検査を受けるかどうかはその人の考えで決めること。無理に相手に検査を受けてもらうことはしないほうがいい。検査で確かめなくても、この冊子で紹介した方法に気をつけてセックスすれば、HIVに限らず妊娠や他の性感染症を受け渡すリスクをずいぶんと下げられる。

パートナーが男性の場合、女性はセックスで受け身になりがち、とよくいわれる。心配だけど自分からなかなか避妊や病気のことを言いたくない人も多いんじゃないかな。相手に嫌われたくないって気持ちが先に立ってしまうことって、よくあるよね。でも、自分の身体は自分のもの。相手の身体も相手のもの。セックスはふたりの共同作業だから、自分のからだを大事にすることと相手のからだを大事にすることはつながってる。あなたからの提案は、あなたのためだけじゃなく、相手のためでもあること。ひとまかせにしないで、あたりまえでしょ！というぐらいの気持ちで「コンドームしよう！」と言ってみよう。相手が持っていなかったら、自分のポーチから出して着けてあげよう。女性がコンドームをもっていたっていいじゃない。どうしてそんなの持ってるの？ときかれたら、この冊子を見せてあげよう。ふたりとも持っていなかったら、「残念だけど、またね」とかわいく言えればいい。

Q. 男性から女性にHIVがうつりやすいのはなぜ？

女性の身体は、膣という広い粘膜部分を持っているから、ウィルスが体内に入るための玄関が広いということになる。また、女性は、ほかの性感染症にかかっている、症状が出にくかったりするから、気付かないうちにHIVに感染しやすい状態になっていることがある。だから、女性から男性よりは、男性から女性のほうが、HIVの感染率が高いといわれている。HIVだけじゃなくて、ほかの性感染症の予防も大事なんだね。

～HIVにかかった女性は～

Q. HIV陽性の女性がとくに気をつけることは？

HIV陽性の女性は子宮頸がんになるリスクが他の人よりも少し高いといわれているから、年に1～2回、定期的に婦人科で検査するのがおすすめ。それと、生理中はセックスを控えること。そして血液のついた生理用品は、片づける人の手に傷があったりしてそこからうつるのを防ぐため、ビニール袋に入れて捨てるようにしましょう。

HIVにかかったらセックスしちゃういけないと思っている人もいるかもしれないけど、そうじゃない。まえで紹介したいろんな工夫をすれば、パートナーにうつる可能性、低く抑えられるよ。

Q. パートナーに伝えたほうがいいの？

より安心して触れ合うためには相手の協力があつたほうがよりやりやすいということもあるかもしれない。でも、病気のことをいつ、だれに、どこまで伝えるかは人それぞれ違っていいし、相手とこれからどんな関係を持ちたいかにもよるだろう。支援団体の相談窓口を利用して他の人がどうしているのか聞いてみたり、希望すれば病院に派遣で来られるHIV専門のカウンセラーや医療スタッフに相談して、ゆっくり時間をかけて気持ちを整理したうえで慎重に考えよう。そのうえで伝えたほうが、慌てて焦って混乱した気持ちのまま伝えるよりも、きいた相手も受け止めや

すい。将来的なパートナーとして考えている場合は、少しずつ時間と回数をかけて病気のことを伝えたりで、よく話し合いながらふたりの関係を築くことができれば、さまざまな局面であなたの支えとして大きな力になってくれるだろう。

～妊娠・出産について～

Q. 妊婦健診でHIV陽性がわかってしまったのだけど…

新しく命を授かった矢先にそんな知らせを受けたら、驚いてしまうね。もしかしたら、そのことを告げた医師からも、十分な情報を得られず不安になってしまったかもしれないね。でも、大丈夫。医療のサポートを受けながら無事に妊娠・出産・育児をしているお母さんが増えているから、どうか落ち着いて、前向きに。こういう出産を多く経験している病院とそうでない病院があるから、支援団体の相談窓口などを積極的に利用して、情報収集をしてみよう。パートナーにどう打ち明けようか、病気と闘いながら育てられるのかな、まわりに知れてしまうんじゃないか…いろんな心配がよぎると思うけれど、主治医や保健師、医療スタッフなどとひとつずつ相談しながら、生れてくる赤ちゃんのためにできること、そして、赤ちゃんを元気に育てるために自分のためにできることを教えてもらおう。

Q. 相手にうつさないように子どもをもうけることはできるの？

女性がHIVの場合と男性がHIVの場合とは、パートナーや子どもへの感染予防の方法が違うけれど、いずれにしても子どもをもうけるための手立てはある。HIV陽性で将来的に子供をもつことを望む場合は、まずはHIV治療専門の主治医にその気持ちを話して、服薬開始時期や薬の選択など将来の妊娠・出産を視野に入れた治療の方針を考えよう。妊娠・出産にあたって治療の変更や生活環境の調整が必要な場合もあるから、計画的にすすめることがのぞましい。自然妊娠では

パートナーに感染する可能性がある。そこで一部の医療機関では、陽性者同士のカップルでも、どちらか一方だけが陽性でも、体外受精での妊娠出産を支援してくれる。男性のみが陽性の場合、相手にうつる可能性はゼロではないけど精子からウイルスを取り除いて体外受精を行っている。女性だけが陽性の場合、コンドーム内の精液をスポイトなどで女性の膈内に注入することで妊娠が可能。もちろん体外受精もできる。妊娠のタイミングや方法などを事前に主治医とよく相談することが大事だ。

Q. 生まれる赤ちゃんもHIVにかかるの？

現在では、適切な医療のサポートを受けることで、HIV陽性のお母さんから赤ちゃんへの感染率は0.5%以下に抑えることができる(対策をとらない場合は約25%)。具体的には、妊婦さん用の組み合わせのHIV治療薬(多剤併用療法)を内服してお母さんの体内のウイルス量を低く保ちながら、つぎの三つの合わせ技を使う。①陣痛がくる前に計画的に帝王切開をおこなう(陣痛発来前選択的帝王切開術)、②レトロビル(抗HIV薬の一種)の母子への投与:お母さんは分娩時に持続点滴を受ける、赤ちゃんにはシロップを6週間のませる、③母乳は飲ませず粉ミルクで育てる(母乳にはウイルスが含まれているから)。この三つ。なぜ陣痛がくるまえに帝王切開をするかという、陣痛がはじまると胎盤からお母さんの血液がもれて子宮の赤ちゃんに感染する可能性があるから。それに経膈分娩は、陣痛(つまり子宮収縮)の力で赤ちゃんを子宮から膈の方向へ押し出す分娩だから、感染のリスクが高くなる。それでも、急に陣痛がおこって帝王切開が間に合わないときや、破水後長時間たつてすでに赤ちゃんの感染の可能性が高い場合など、経膈分娩を選択せざるをえないときもある。

お母さんが飲みつづける抗HIV薬の赤ちゃんに対する長期的な影響はまだ完全にわかっていないので、心配になるかもしれないけ

ど、そして自己判断で内服を中止しないようにしよう。

Q. 生まれた赤ちゃんは特別な処置が必要なの？

レトロビルシロップを生後6週間までのませることと、定期的にHIV検査をしてウイルス量を調べることになる。検査をするのは1歳半までに計5回。(生後48時間以内、2週間後、2カ月後、3~6カ月後、1歳6カ月後)ただ、3回目と4回目の結果が陰性であれば、9割以上は感染していないと考えることができる。最終判定は1歳半だけど、陽性がわかった時点で、すぐに適切なHIVの治療をはじめて、フォローしていくんだよ。

Q. 育児で気をつけることはある？

赤ちゃんがHIV陽性だった場合は、HIVの治療薬の内服を続けることになるけど、保育園や幼稚園にも普通に通える。血が出るほど痛みつくようなお友達がいりしたら別だけど、通常のこども同士の遊びのなかで感染するような心配は無いので安心して遊ばせよう。ただ、お友達やこども自身にじくじくと液り出るような傷口があるときは、きちんと絆創膏などで覆う必要があるよ。子供がHIVであるということを保育園に伝えるかどうかは、同じような立場の人がどんなふうに行っているのかを主治医を通じてきいてみたりして家族と相談してゆっくり決めればいい。母子保健担当の保健師や助産師が地域に必ずいて産後の新生児訪問、乳児健診、育児相談を行っているから、困った時は相談にのってくれて、アドバイスをもらえるはず。プライベートのことが気になるときは、医療スタッフを通じて特定の保健師さんを紹介してもらったりもひとつの方法だね。

赤ちゃんが感染していなかったときでも気をつけたいのは、ポリオワクチンのこと。生後3ヶ月ごろから地域の保健所や医療機関で各種予防接種を受けることになっている。ポリオワクチンを接種した後6週間は、赤ちゃ

んの便にポリオウイルスが排泄されるから、お母さんや家族の免疫力が(HIV感染などで)低いときは、赤ちゃんの便を介してポリオに感染する可能性が高くなるんだ。そういう場合は、ポリオワクチンを受けさせないという選択肢もある。ただ、保育園など集団のなかに預ける場合はポリオワクチンを接種したほうがいいかもしれない。そのときは便の始末や手洗いをきちんとすることが必要。主治医と小児科医と相談して慎重に決めよう。

冊子の紹介

冊子『Women's Party』

HIV 女性陽性者たちが自ら企画運営する女性陽性者のための集まり(Women's Party)を年に数回都内で開催しているグループ、ユヌ・フルー(unefleur)が、女性陽性者の日常生活や健康管理、恋愛・結婚、妊娠・出産などについての質問と回答、体験談をまとめた冊子。取り扱い:ヤンセンファーマ株式会社(医療機関を通じてのみ取り寄せ可能)

冊子PDF『女性のためのQ&A—あなたと赤ちゃんのためにできること—』

HIV陽性がわかった女性のために作られた冊子。妊娠や出産にまつわる多くの疑問に詳しく答えてくれる。

http://api-net.jfap.or.jp/library/guideLine/booshi/images/2009_patient.pdf

(「HIV感染妊婦の早期診断と治療および母子感染予防に関する臨床的・疫学的研究」班作成)

8. 検査を受けるメリット

「検査を受けましょう」とはよく耳にするけれど、それはなぜだろう。

ここでは検査を早めに受けるメリットと、安心して受けるためのポイントを簡単にみてみよう。

～受ける前に～

Q. HIV検査って？

HIVにかかっているかどうかを知るため

の唯一の方法がHIV抗体検査。通常はHIVにかかっている人も10年ぐらいは無症状で気づかないことのほうが多いし、通常の健診などではHIV検査をしないのが普通だから、HIV検査を受けに行かない限りは自分がHIVにかかっているかどうかはわからない。

検査そのものは、5ml（小さじ1杯）程度の血液を採血するだけ。その血液のなかにHIV抗体（HIVにかかると徐々に体内で作られるタンパク質）が含まれているかどうかを調べる。検査には、スクリーニング検査と確認検査の2通りある。

スクリーニング検査は、HIVにかかっている場合に感度よく反応する。これで「陰性」であればHIVにかかっていないということ。「陽性」であれば、HIVにかかっているかもしれないということ。なぜ断言できないかというと、この検査は感度がよすぎて、本当はHIVにかかっていないのに「陽性」という結果がでる場合が0.1~1%ぐらいある（偽陽性(ぎやうせい)=ニセの陽性)。とくに妊婦さんに偽陽性が多い。だから、スクリーニング検査で「陽性」だったときは確認検査を追加する必要があるって、その結果がでるまで数日さらに待つことになる。もし確認検査で「陽性」とであれば確実にHIVにかかっていることになる。

保健所などの検査機関で「通常検査」として行われるのは、スクリーニング検査と確認検査の両方をセットにしたもの。結果がでるまで1~2週間かかる。一方、最近普及してきた「即日（迅速）検査」は、30分程度で結果がわかるから、結果を聞くために出なおす手間がはぶけて便利。でもスクリーニング検査の一種だから「陰性」だったら結果を信用できるけれど、「陽性」とでたときには、「判定保留」「要確認検査」とされて確認検査が必要となる。その場合は、通常検査と結果がでるまで数日待たないといけない。

最近通販で売られている自宅検査キット（簡易検査キット）もスクリーニング検査にあたるから、もし「陽性」とでたら検査機関

か医療機関で確認検査を受ける必要がある。市販のキットは使い方によっては結果がききんと出なかつたりするから、どうしても抵抗がある場合をのぞけば保健所（無料で匿名だし）や病院で検査してもらうほうが確実。

Q. なぜ検査を早く受けたほうがいいの？

もしHIVにかかっていたとしても、早い段階で知ることができれば、身体的にも経済的にもより負担の少ない医療を受けることができるんだ。早めに見つけられれば、定期的に採血をして体内のウイルス量をはかっ様子を見るだけでいい期間を長くとることができるんだ。そのぶん余裕をもって福祉支援制度の利用申請をしたり、相談窓口にアクセスしてみたりして、この病気と長くどんなふうにつき合っていくのか、自分でじっくり考えることができる。どんな病気でもそうだけど、病気であることを受け入れることだけでも精神的に負担が大きいのには、体調がすぐれないなかでこれらの準備をするのは結構しんどい。早い段階から定期的に検査を受けていれば、ベストなタイミングを逃さずに治療を始めることができるので、エイズの発症を予防しながら、体調のいい状態で長く過ごすことができる。もし検査を受けずにいると、免疫力はそのあいだに確実に落ちていき、エイズを発症しているんな症状がでてから治療を開始することになると、飲む薬の種類や量も増えるから、いろいろな面で負担が大きくなってしまふんだ。そして、早く治療を始められた場合と比べて、残念ながら病気の進行も速いんだ。だから早めに検査を受けることがすすめられるんだね。

Q. 検査を受けるタイミングは早ければ早いほどいいの？

HIVが身体に入ってから、体内のHIV抗体が検査で測れる量にまで増えるのにかかる期間（ウィンドーペリオド）は個人差を考慮すると3カ月なんだ。だから、心配な行為があったときから3カ月あけて受けた検査の

結果が一番確実な結果といえる。でも、感染が不安な場合は、たとえ3カ月経ってなくても検査に行くことをおすすめする。なぜなら、HIVにかかっていた場合は感染の心配な行為から1か月以上経ってれば結果が陽性に出ることが実際は多いし、結果が陰性なら、少なくとも3カ月前までの感染の心配は無いということだからね。それにそもそも、いつのどんな行為が原因かなんてはつきりわからないことが多いし、心配なのに3カ月もじっと待っているのも辛いことだから、検査に行きたいと思ったときに行ってみるのがいい。

Q. 検査を受けたいけど、どうしても不安です…

HIV検査を受けることは、多かれ少なかれ勇気と覚悟がいること。HIVに限らず、病気かもしれないということに向き合うことは、心地いいことじゃない。不安ばかりが膨らんだままで検査を受けることはおすすめしない。検査を受ける前の不安や悩みにも相談ののってくれる相談窓口も多いから、ひとりで抱え込まずにアクセスしてみよう。正しい情報がなければ、暗い洞窟にいるのと同じで怖くて前にも後にも進めない。何が不安で何が心配なのかがひとつずつ整理されれば、怖さや不安はすこしずつ和らぐかもしれない。この冊子も、そんな不安を和らげたくて作られたものなんだ。

～受けると決めたら～

Q. 検査を受けるにはどうしたらいいの？

住まいの場所にかかわらず全国の保健所で無料・匿名で受けることができる。クリニックや医療機関でも受けられるけれど、有料(6000円前後)で、匿名で行ってくれない場合も多い。ただ、HIV検査・相談マップに掲載されているクリニックの多くは、匿名・仮名で行ってくれるから、調べてみよう。保健所も病院もプライバシーへの配慮はきちんとされているけど、知り合いが勤めると

か、田舎で顔が広く知られてるとか、生活圏内の検査機関で受けたくない場合は、ちょっと大変だけど県外で受けるのもひとつ。即日検査や夜間・土日検査を実施するところが増えていて、以前より受けやすい状況になってきている。他の性感染症の検査も有料で実施してくれるところもあるから、希望があれば検査機関に問い合わせよう。

手順は次の通り。受けたいと思ったら事前に①受けたい保健所や病院に予約（予約が必要な場合のみ）。当日は検査場所で②受付、③検査の説明と相談・採血、④結果のでる日の確認（通常検査は1～2週間後。即日検査の場合は30分～1時間後。）結果をきくときには、⑤再度受付、⑥結果の説明と相談、という流れ。結果は本人だけがきくことができる。即日検査で判定保留となったときは、追加の確認検査の結果を待つため、当日には結果をきくことができないんだ。その場合は、数日後の指定された日にききに行くことになる。毎日検査を実施していない施設・機関も多く、曜日も時間帯もさまざまだから、必ずHIV検査・相談マップで調べるか、検査機関に電話で確認してから出掛けよう。

～受けたあと～

Q. 陽性だったら？

検査担当者がHIVについての基本事項の説明や、適切な医療機関の紹介をしてくれる。また、これからどんなふうにして病気と長く付き合っていけばいいのか、生活や仕事、治療のことなど、時間をかけて質問や相談のってもらえる。些細なことでも心配なことがあれば検査担当者や各相談窓口にきいてみよう。結果を知らされた当日は、頭が混乱してしまっって何をきいたのかわからなくなったりする。後日でも相談ののってくれるから、遠慮なく連絡してみよう。

Q. 検査で陰性だったら安心していいの？

「陰性」の結果はあくまで3カ月前までの自分がHIVにかかっていないということを示しているに過ぎない。今回陰性でも、これからは陰性でありつづける保障はないし、これ

までり自分のセックスの仕方が全てHIV予防に当たっていたという保障もない。たまたま大丈夫だったのかもしれないんだ。より安心なセックスの方法について曖昧だったりわからないことは、検査の機会に担当の専門スタッフに教えてもらおう。

HIV検査・相談マップ

<http://www.hivkensa.com/>

全国のHIV検査・相談実施施設のなかから自分に合った条件の施設を検索できる。

■HIV検査・相談マップ

<http://www.hivkensa.com/>

全国りHIV検査実施施設のなかから自分に合った条件の施設を検索できる。

検査に関する相談窓口の紹介もある。

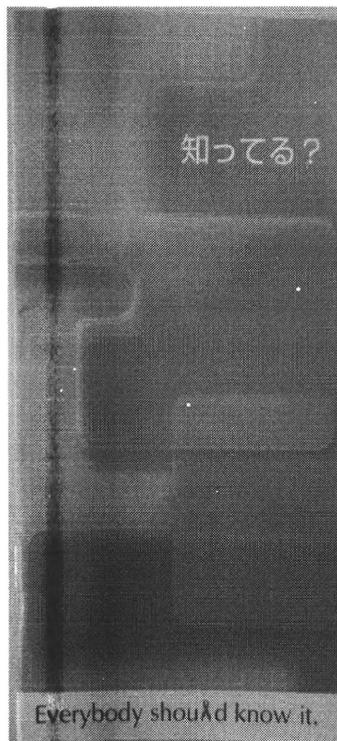
9. いろんな相談ののってもらえる

(相談窓口紹介) 一略

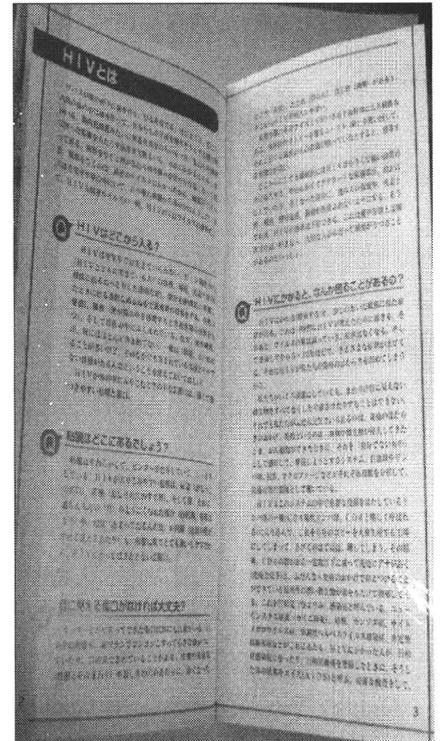
10. 病院リスト

一略

表紙



中



H I V 予防情報資材の活用に関する研究

佐藤 由美

齋藤 智子 桐生 育恵 中川 麻里子

A. 目的

研究Cにおいて、ゲイタウンのない地方でも自身の性的指向を明かすことなく手に取れ、必要な情報を得ることができることを意図して開発した、包括的 HIV 感染予防情報資材に関して、資材の提供側である保健所の担当者と、受領側である地域住民に意見調査を実施し、資材の活用可能性を検討した。

B. 方法

1) 保健所調査

- ①対象：全国全 494 か所のエイズ対策担当者。
- ②調査方法：郵送による自記式質問紙調査。
- ③調査項目：回答者・回答施設の基本属性、資材のデザイン・内容・活用可能性に対する意見、個別施策層に対する活動への意見等とした。
- ④調査時期：2010年11月～12月。

2) 住民調査

- ①地方の一県において保健所が実施したエイズ予防啓発活動で資材を入手した一般住民。
- ②調査方法：自記式質問紙調査であり、資材に調査依頼文と質問紙を添付して保健所のエイズ予防啓発活動の中で配布し、回収は研究者宛の郵送とした。協力が得られた保健所 10カ所に 1500部配布した。
- ③調査項目：回答者の基本属性、資材のデザイン・内容・活用可能性に対する意見等とした。
- ④調査時期：2010年11月～2011年1月の予防啓発活動で配布し、回収期限は 2011年1月末とした。

3) 倫理的配慮

本研究は、群馬大学医学部疫学研究に関する倫理

委員会の審査を受け、医学部長による承認を受けて行われた。保健所調査・住民調査のいずれも、無記名による調査とし、研究目的・方法と、自由意思によること、協力しない場合も不利益を被らないことを明記した調査依頼文により研究協力を求めた。また、質問紙の返送をもって研究協力への同意があったとみなすことも調査依頼文に明記し、投函後の協力撤回の求めには応じられないこととした。

C. 結果

1) 保健所調査：

379 通の回答を得た（回収率 76.7%）。

(1) 基本属性

保健所の種別では、都道府県型が 77.8%、指定都市特別区型が 11.6%、中核市・政令市が 10.3%であった。全国各地域から回答が得られた<図 1>。管轄人口では、10 万人未満 25.6%、10 万人～20 万人未満 24.5%の順に多かった<図 2>。HIV 検査頻度では、月 2～3 回 39.8%、月に 4～5 回 34.3%の順に多く、平成 21 年度の検査実績では 50 件以下 34.3%、101～300 件以下 26.1%の順に多かった<図 3, 図 4>。管轄地域の状況では、エイズ拠点病院が管轄または周辺地域にあるのは 67.8%であったが、連携した活動をしているのは 22.2%であった。関連 NGO・NPO 団体が管轄または周辺地域にあるのは 19.0%であり、21.9%はわからないという回答だった。NGO・NPO 団体と連携した活動をしているのは 15.8%であった。HIV/AIDS 関連資料の配付・掲示に協力が得られる商業施設があるのは

40.4%であった<図5>。地域住民の価値観として、HIV/AIDS に対する関心は低い 31.1%、どちらともいえないが 65.4%で、HIV/AIDS に関する話題への抵抗感が高いが 15.6%、どちらともいえないが 73.6%であった。性の話題への抵抗感が高いが 21.4%、どちらともいえないが 73.6%、セクシャリティ多様性の理解は低い 20.3%、どちらともいえないが 76.8%であった。HIV 陽性者数は少ないが 61.2%であった<図6>。

回答者は、保健師 76.0、臨床検査技師 7.6%、事務職 5.7%、医師 2.9%、その他 7.0%であった。

(2)資材に対する評価・意見

『HIV とは』『うつらない・うつさないためには』『陽性とわかったら<医療編>』『陽性とわかって<生活編>』『支援はたくさんある』『すでにともに暮らしている』『女性の気になること』『検査を受けるメリット』『いろんな相談にのってもらえる』の9項目について、項目としての必要性、情報の量、質、文章表現、図・イラスト表現に対する意見を、“とてもそう思う”から“そう思わない”の4段階評価と自由記載で尋ねた<図7~11、表1-1~9>。

その結果、“とてもそう思う”と“まあ思う”を加えた“そう思う”の回答をみると、項目としての必要性では、『すでにともに暮らしている』を除く全ての項目が90%を超えており、『HIV とは』97.6%、『うつらない・うつさないためには』97.4%、『検査を受けるメリット』96.3%、『いろんな相談にのってもらえる』96.0%の順に多かった<図7>。情報量の適切さでは、全項目が7~8割の回答であり、『いろんな相談にのってもらえる』83.6%、『陽性とわかって<生活編>』80.2%、『支援はたくさんある』80.2%の順に多かった<図8>。情報の質の適切さでは、全項目が8割以上の回答であり、『陽性とわかって<生活編>』『女性の気になること』『検査を受けるメリット』がいずれも89.2%と多かった<図9>。文章表現の適切さでは、全項目で

7~8割の回答であり、『いろんな相談にのってもらえる』85.5%、『支援はたくさんある』83.6%、『陽性とわかって<生活編>』83.1%の順に多かった<図10>。図表の適切さでは、『HIV とは』『陽性とわかって<生活編>』『女性の気になること』『すでにともに暮らしている』『検査を受けるメリット』の5項目で“そう思わない”が“そう思う”を上回った。

自由記載では、全体として、「情報量・文字量が多い」、「文字が小さい」、「図やイラストが少ない」という意見が多かった。情報の質や文章表現については、「表現・内容がわかりやすい・適切」と、「表現がわかりにくい・不適切」という両論がだされた。図やイラストについても、図があったほうが読みやすく、読もうとする意識を生じやすくなるという意見の一方で、これまでの資材はイラストが多すぎて必要な情報が不足していたという意見もだされた。また、口語体・俗称の使用についてわかりやすいという意見の一方で、若い世代向けであるとか、表現に違和感があるといった意見もだされた。その他、情報の質について、日本の感染や治療の現状、MSM向けの情報、感染者の声などさらに必要と思う内容や、地域毎の情報、外国人向けの情報や外国語版など情報提供の方法についても意見がだされた。

地域住民が資材を手に取りやすいと思うかどうかについては、“とりにくいと思う”が44.1%と最も多く、次いで“どちらともいえない”が38.5%で、“とりやすいと思う”が15.6%であった<図12>。その理由の自由記載は表2のとおりであった。とりにくい理由として、「字が小さく、情報量が多いので読んでもらえない」、「表紙だけではなんのパンフレットかわかりにくい」という意見が多かった。一方、「表紙だけではなんのパンフレットかわからないことが抵抗なくとれる、興味をひかれる」など、とりやすい理由にもなっていた。また、手に取りやすいサイズであるなど、資材の大きさに関する理由もあ

げられた。

地域住民が資材を取りやすいと思う施設では、病院 65.7%、保健所 57.0%、役所等の公共施設 43.0%が多く、次いでゲームセンター・カラオケ・ネットカフェ等 42.7%、コンビニ 40.9%の順で多かった。施設内の取りやすい場所では、待合い・ロビーが 79.7%と多かった<図 18>。その他の施設では、学校、薬局・ドラッグストア、図書館、遊興飲食店街、待ち時間の多い場所（理美容院、ネイルサロン・携帯電話ショップ等）、HIV イベント・検診会場、インターネット等があげられた。

(3)資材の業務内での活用

79.4%が保健所の業務で活用できると回答した<図 14>。業務での用途は、エイズ相談 61.7%、エイズ患者・陽性者支援 54.6%、HIV 抗体検査時 53.8%の順に多かった<図 15>。その他の用途として、保健所職員の学習、学校教員やボランティアの研修等があげられた。

業務で資材を活用する対象者では、HIV 陽性者 80.2%、セックスワーカー62.0%、MSM59.1%の順に多く、青少年と一般住民は少なかった<図 16>。その理由として、HIV 陽性者については、「陽性とわかった時は混乱しているが、今後の生活を考える上でこの冊子にあることは必要」「告知後の入門書として活用できそう」「支援情報が多い」「陽性者の気になることが網羅されている」などが、セックスワーカーについては「社会資源の具体的な団体があげられているのは便利」「女性の気になることがある」「身近に存在することの対処方法が詳細に書かれている」などが、MSM については、「相談で質問される・伝えたい内容が網羅されている」「さまざまな性行為のリスクが記載されリスク認知が高まる」「一般的な記述の仕方では性嗜好を限定していないのがよい」「性の多様性を尊重している」などが、活用したい理由としてあげられた。一方で、各々の対象に特化した内容や専用の媒体の方が使いやすい

という意見もあげられた。青少年と一般住民については、

「予防から感染後まで総合的で具体的な内容がコンパクトにまとまっている」「日常用語でわかりやすく、語りかけるような表現でよい」「情報の幅が広いため感染の有無にかかわらず広く教育・啓発に使える」などが活用したい理由としてあげられ、「アルコール、ドラッグ、性行為別リスク等学校で受け入れ難い」「性交渉や社会のことを知っている年代以上でないと使えない」「一部内容が専門的で難しい」「関心が高い人には向いているが、無関心な人だと読まれない」「説明を加えながらの相談用にはいいが啓発用には難しい」等が活用しにくい理由としてあげられた。

(4)個別施策層へ予防情報を届けるための取り組みと必要なサポート

自由記載で尋ねたところ、表3のとおりであった。行っている取り組みでは、資材配布方法や場所の工夫として、青少年向けやMSM 向けなど対象者に特化した資材を利用することや、公共施設や空港、パスポート窓口等で広く啓発すること、コンビニやカラオケ、飲食店など若者が多く利用する施設での啓発、看護学生の企画によるキャンペーンなど若者の視点からの啓発、などがあげられた。また、中高年層の感染増加に対応するためにJA協力を依頼した例や、コミュニティ組織に検査受検体験を取材してもらってフリーペーパーに掲載したら受検者が増加したという例もあった。青少年向けの取り組みとして、児童生徒向けの講演会や大学内でのキャンペーン、大学生によるピアサポートなどがあげられた。また、そのために学校教員への支援や連携、大学健康管理室との連携など、学校における教育体制づくりの例もあげられた。検査体制では、MSM 向けの即日抗体検査日の設定、受検者へ対応の工夫などがあげられた。

必要なサポートでは、地域内のMSM に関する施

設や商業施設との連携、NGO、NPO との連携があげられた。また、コンビニや飲食店など全国展開をしている企業に対しては、個々の地域で働きかけるだけでなく、企業本部に働きかけていく必要性もあげられた。また、若年層への働きかけ、学校保健教育の充実の重要性と、そのためのサポート体制や人材育成の必要性もあげられた。また、保健所職員が活動を充実させるために、専門家・機関によるサポートや他地域との情報交換が求められていた。

2) 住民調査：

1500 部中、保健所から住民への資料配布は 1124 部であった。アンケート回収率は 28.3% (回収 318 通/1124 通) であった。

(1) 基本属性

回答者は、女性が 70.4% と多く、年齢では 10 歳代から 70 歳代までで 20・30 代が多かった<図 17, 図 18>。居住地域が都市部かどうかでは、都市部以外 53.5% の回答の方が多かった<図 19>。資料の入手先では、保健所 39.0% が多かった<図 20>。その他の入手先は、街頭、スーパーマーケット、研修会等と記載されており、エイズキャンペーンの一環と思われた。

(2) 資料に対する評価・意見

資料の総合評価として、冊子の大きさ、表紙と中身のデザイン、字の大きさ、手に取りやすさ、内容のわかりやすさについて評価を求めた。その結果、冊子の大きさは「ちょうどよい」が 84.6% であった<図 21>。表紙のデザインは「よい」が 44.3%、「どちらともいえない」が 45.3%、中身のデザインは「よい」が 50.6%、「どちらともいえない」が 39.6% と評価が分かれた<図 22, 図 23>。字の大きさは「小さい」が 61.3% で「ちょうどよい」37.1% を上回った<図 24>。手に取りやすさでは「取りやすい」が 64.8% で、内容は「わかりやすい」が 68.2% であった<図 25, 図 26>。

資料が取りやすい場所では、病院 63.5%、役所等公共施設 50.9%、保健所 39.3%、コンビニ 34.0% の順に多かった<図 27>。その他として、学校、特に高校の保健室に置く、成人式で配布する、ドラッグストア、ガソリンスタンドや洗車場、自動販売機横、銀行 ATM 横、理美容室などの意見があった。

『HIV とは』『うつらない・うつさないためには』『陽性とわかったら<医療編>』『陽性とわかってもし生活編』『支援はたくさんある』『すでにともに暮らしている』『女性の気になること』『検査を受けるメリット』『いろんな相談にのってもらえる』の 9 項目について、項目として必要か、参考になったか、内容不足を感じたか、内容や表現に不快を感じたかを、「はい」「いいえ」の 2 者択一と自由記載で尋ねた<図 28~31, 表 4-1~9>。その結果、項目として必要かでは「すでにともに暮らしている」84.9% を除くすべての項目で、「はい」が 9 割以上であった<図 28>。「参考になった」「内容が不足している」のいずれも「すでにともに暮らしている」が各々 82.1%、13.5% と、他の項目と比べて評価が低かった<図 29, 図 30>。内容や表現に不快を感じたかについては「うつらない・うつさないために」が 11.0% で、他は 1 割未満であった<図 31>。自由記載では、「わからないことを知ることができた」「具体的でわかりやすい」という意見が多かったが、HIV や医療、支援等では「専門的、難しい」という意見もあげられた。また、感染予防等について「性器の表現が不快、性行為の表現が詳しくすぎる」という否定的意見があり、一方で「身近な言葉でわかりやすい、(必要な事だから)詳しく表現することはやむを得ない」という肯定的意見もあった。

その他、資料に対する意見の自由記載を表 5 に示した。良い点と不満な点・改善点がほぼ同程度で、表紙や文字の大きさ、文章量、図の使用等のデザインに関して相反する多様な意見が多数寄せられた。

D. 考察

本資材の活用について、保健所の 79.4%が業務で活用できるとの回答であった。その用途はエイズ相談時、陽性者・患者支援、抗体検査時、陽性者、セックスワーカー、MSMへの支援が多く、一般住民や青少年への予防啓発へ活用という回答は少なかった。また、保健所調査では、本資材が住民の手に取りやすいかどうかについて、取りやすいと思うのは 15.6%で、とりにくいと思うのが 44.1%であった。一方で、住民調査では、手に取りやすいが 64.8%、でとりにくい 9.4%を上回った。回答者の年齢や性別にみてもその傾向はかわらなかった。また、住民の 68.2%がわかりやすかったと答え、内容や表現の面で、性行為を含む感染予防方法の項では 11.0%が不快に感じたが、他の項目で不快に感じたのは 10%未満だった。これらのことから、住民側からみるとの本資材を「とりやすい」「わかりやすい」と感じており、青少年や一般住民を対象とした普及啓発の場でも受容できる資材であったのではないかと考えられる。

本資材を住民が手にとりやすい配布場所では、保健所以外に、病院、公共施設、コンビニ等不特定多数の訪れる場があげられた。これまでの個別施策層を対象とした資材は公共施設等には配布しにくいという声が聞かれていたが、本資材は、公共施設や学校、商業施設など多様な場所で配布が可能なものと思われ、情報提供の場の拡大の可能性が示唆された。

一方、両調査において、表紙や文字の大きさ、文章量、図の使用等のデザインに関する多様な具体的な意見が多数あげられた。今後はその内容を十分吟味して資材の改良を行ったうえで、当初の目的である資材活用による予防情報提供の介入研究を実施し、地方における介入効果の検証（介入困難とされる人々に情報が届いたか、情報が活用されたか）を行う必要がある。

本研究は、開発した資材に対する利用者側、とり

わけ地方に住む住民の意見を聞くということに価値があると考えられる。これまで、既存資材あるいは自作の資材を活用して“何がわかったか”“どう役だったか”という結果評価に注目した取り組みは行われてきたが、資材そのものの評価（内容だけでなくデザインや表現、配布方法なども含めて）を把握する取り組みは多くない。情報を利用する側が受容可能な内容や方法を探究し、それに即した予防活動を試行し、その成果を評価・検証するという取り組みが、方法論の確立していない地方における個別施策層への介入として非常に重要と考える。

本研究は住民調査の回答率が 28.3%であり、単純に保健所側と住民側のパーセンテージの比較はできない。また、回答すること自体が関心の高い可能性があるというバイアスもある。このような研究上の限界をふまえて、一地方県において、エイズ予防キャンペーン期間を含む保健所の通常の予防活動の中で受領した一般住民 318 人の回答傾向として検討することが必要となる。

E. 結論

地方において、個別施策層、とりわけ介入困難群と称される人々に向けて予防保健情報をいかに届けるかに対して、個別施策層にも必要・十分な内容であり、かつ、住民に届く資材を開発した。その結果、資材の提供側である保健所担当者からも、利用者側である住民からも、“感染後の医療や社会支援・就労・セックスなど陽性者の生活の実際まで含むHIV/AIDS全般に展望がきく内容”がく必要であるという一定の評価を得た。本資材は、地方における予防啓発活動として住民に受け入れられかつ有効な情報源となりうる可能性が示唆された。一方、両調査において、デザインに関する多様な意見があげられたことから、今後はその内容を十分吟味して資材の改良を行ったうえで、資材活用による予防情報提供の介入研究を実施し、地方における介入効果の

検証を行う必要がある。

謝辞

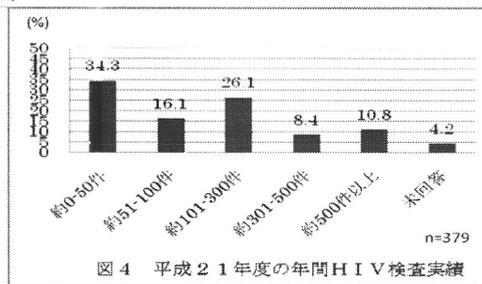
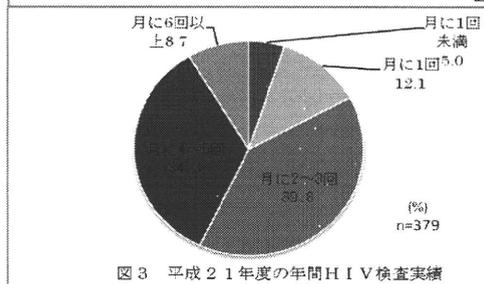
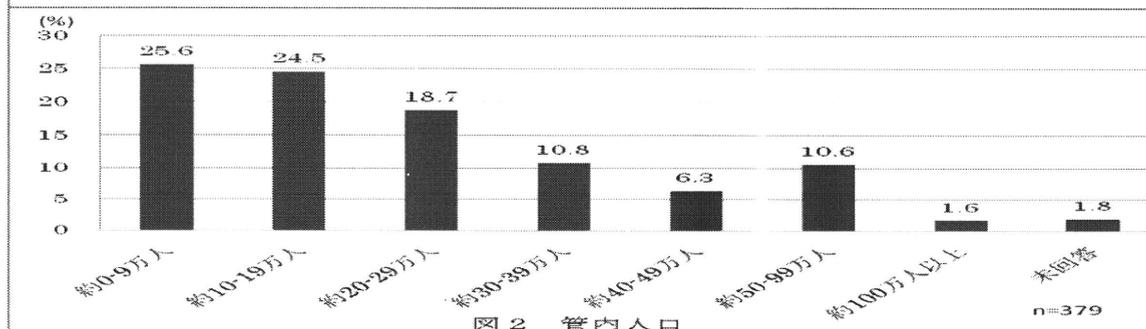
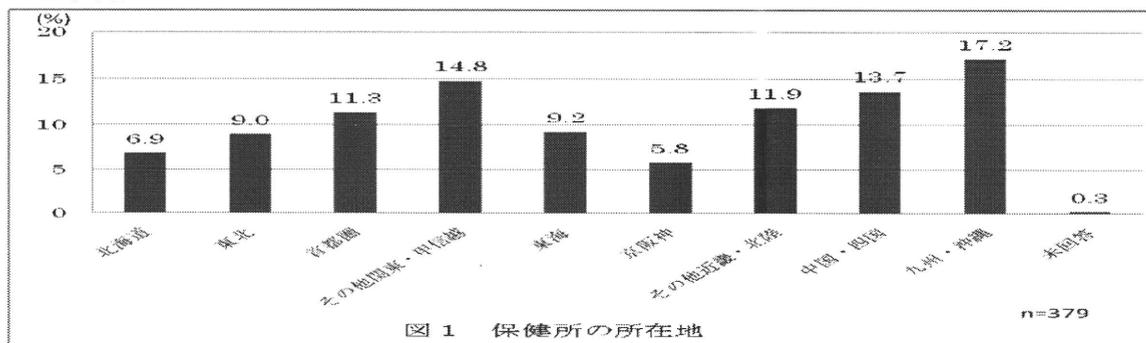
本調査に当たり、お忙しい中を回答いただきました全国の保健所の皆様に心より感謝いたします。

また、予防啓発活動の中での住民調査の実施にご協力いただきました県庁担当課と保健所の皆様におかれましては、長期間にわたり資材と質問紙の配布にご配慮いただきまして、誠にありがとうございます。おかげさまで多くの住民の方々から回答いただくことができました。

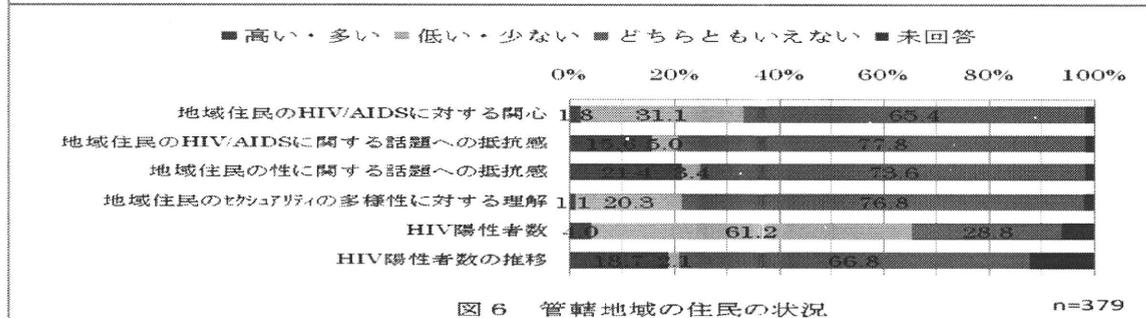
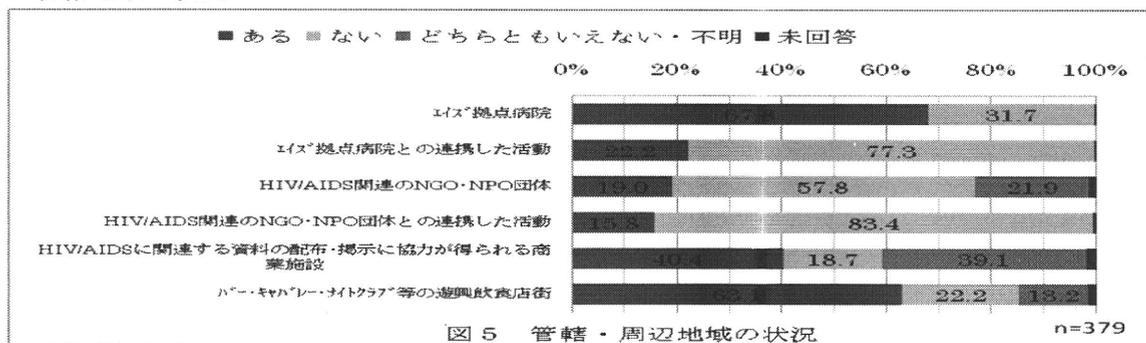
ここに謹んで厚く御礼申し上げます。

保健所調査 図表

1. 基本属性



2. 管轄地域の状況



3. 資材に対する評価・意見

