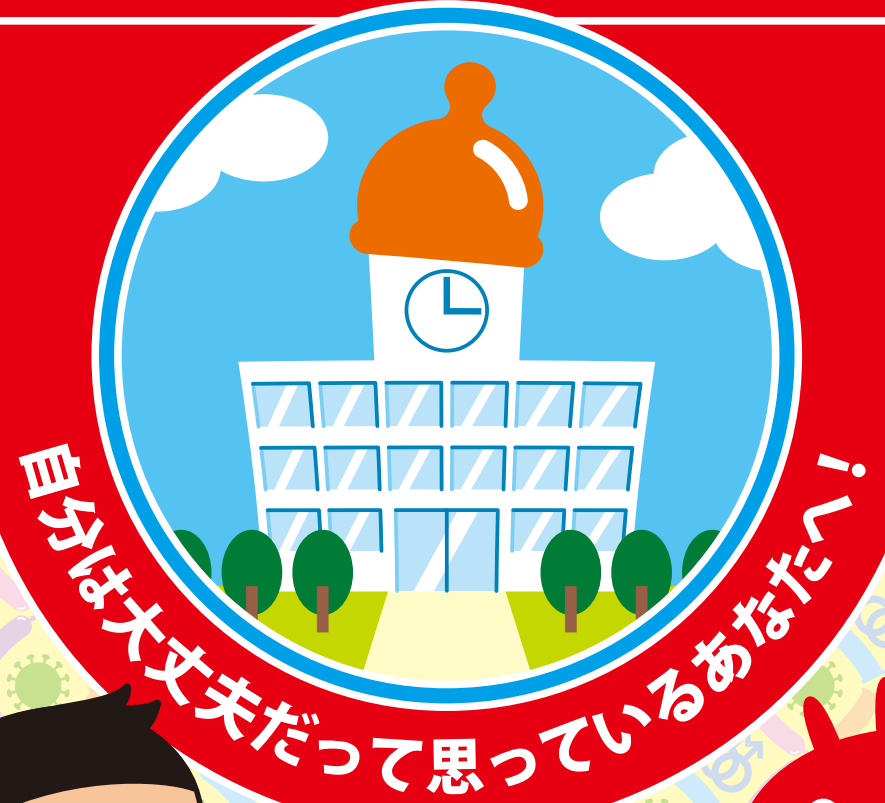


ケンちゃんとりボン先生の●HIV/AIDSミニ講座●自分は大丈夫だと思っていらっしゃるあなたへ！

ケンちゃんとりボン先生の HIV/AIDSミニ講座



いきなりテストだよ～！

HIV/AIDSについての問題にいくつ正解できるかな？

- 01 HIVとAIDSは同じ意味？
☐Yes ☐No
- 02 HIVに感染したらすぐにAIDSを発症して2年ほどで死に至る
☐Yes ☐No
- 03 HIVに感染したら、セックスは諦めないといけない
☐Yes ☐No
- 04 日本の新規HIV感染者数は、毎年300名ほどいる
☐Yes ☐No
- 05 日本には約3,000人の人がHIVを持って暮らしている
☐Yes ☐No
- 06 HIVは感染力が強いので、咳やくしゃみの飛沫で感染する
☐Yes ☐No
- 07 HIVに感染した人を刺した蚊に刺されても感染しない
☐Yes ☐No
- 08 猫や犬、小鳥などのペットから感染することがある
☐Yes ☐No
- 09 新規HIV感染のほとんどはセックスによる感染だ
☐Yes ☐No
- 10 コンドームはイクときだけ付けておけば安全だ
☐Yes ☐No
- 11 パートナーとだけしかセックスしないから感染のリスクはない
☐Yes ☐No
- 12 コンドームは常に財布に入れて持ち歩いておくとうい
☐Yes ☐No
- 13 HIV感染の心当たりがあれば、すぐに検査した方がいい
☐Yes ☐No
- 14 献血でもHIVの検査ができる
☐Yes ☐No
- 15 HIVの治療はどこどの病院でも診てもらえる訳ではない
☐Yes ☐No
- 16 HIVに感染したら入院・隔離治療が必要だ
☐Yes ☐No
- 17 今の医療ではHIVの完全排除はできない
☐Yes ☐No
- 18 HIV感染の治療費は高額になるので、助成制度を利用できる
☐Yes ☐No
- 19 HIVに感染したら、学校や会社に報告しないといけない
☐Yes ☐No
- 20 性感染症に感染していると、HIVにも感染しやすい
☐Yes ☐No

●答え合わせ！

- 01... No ... P5:「HIVとAIDSは意味が違うのだ！」へ
- 02... No ... P6:「まだ、すぐに死ぬ病気だと思ってない？」へ
- 03... No ... P7:「HIVに感染しても今まで通りの生活OK！」へ
- 04... No ... P12:「HIVに感染している人は本当に身近にいない？」へ
- 05... No ... P12:「HIVに感染している人は本当に身近にいない？」へ
- 06... No ... P15:「HIVは日常生活ではうつらない！」へ
- 07... Yes ... P15:「HIVは日常生活ではうつらない！」へ
- 08... No ... P15:「HIVは日常生活ではうつらない！」へ
- 09... Yes ... P16:「HIVの感染経路は？」へ
- 10... No ... P19:「お肌と傷と粘膜のお話！」へ
- 11... No ... P23:「今夜のお相手の過去には実は…！」へ
- 12... No ... P27:「コンドーム、それダメ！」へ
- 13... No ... P31:「HIV検査のタイミングは？」へ
- 14... No ... P32:「HIVの検査はどこで？」へ
- 15... Yes ... P38:「HIVに感染したら、どこで治療？」へ
- 16... No ... P39:「どんな治療をするの？」へ
- 17... Yes ... P39:「どんな治療をするの？」へ
- 18... Yes ... P42:「気になる治療費は？」へ
- 19... No ... P43:「秘密とカミングアウト」へ
- 20... Yes ... P46:「他の性感染症にもご用心！」へ

みんな、
どうだった？



●0～10点

.....
感染フラグが立ってます！
この本を手にとってくれた
ということは、正しい知識を
仕入れる絶好のチャンス！
ケンちゃんと一緒にしっかり
学んで、より安全なセクシャ
ル・ライフを目指しましょう！

●10～15点

.....
かなりいい線！
HIV/AIDS、セーフーセック
スの知識はある程度あるけ
ど、あやふやな部分も少々…
ケンちゃんと一緒にこの本
で知識を深め、ワンランク上
のエロを目指しましょう！

●15～20点

.....
あなたもリボン先生クラス！
「安全＝エロい」ってことを
分かってらっしゃる！
この本でさらに情報をアッ
プデートして、最上級のセ
クシャル・ライフを満喫し
ましょう！

はじめに

「周りにHIVに感染した人なんて聞いたことないから、関係ないね！」
「特定の相手としかセックスしてないから大丈夫！」……本当にそうかしら？
「HIVに感染したら死んじゃうんでしょ!」、そんなふうに思っていないですか？
「セーファーセックスは知っているけど、やっぱりセックスはナマじゃないと!」
……まだまだそんな人もたくさんいます！
知っているようで、本当はあまり知られてないHIV/AIDS、性感染症。
HACOのマスコットのケンちゃんやリボン先生と一緒に、
最新情報をゲットしましょ！



オリジナルイラスト
© 松高大典

ぼくはケンちゃん！
HACOのマスコット。
この本で、みんなと一緒に
HIV/AIDS、性感染症のこと、
勉強しま〜す！

ぼくはリボン先生！
HIV/AIDS、性感染症のことなら任せて！
最新情報をお届けするね！



オリジナルイラスト © ショーゴ

もくじ

1時限目：知ってるようで知らないHIVとAIDS 4

HIVとAIDSは意味が違うのだ！	5
まだ、すぐに死ぬ病気だと思ってない？	6
HIVに感染しても今まで通りの生活OK！	7
HIVに感染すると？	8
HIVに感染したら3つの段階があるのだ！	9
免疫って何してる？	10
HIVが狙っているのは？	11
HIVに感染している人は本当に身近にいない？	12
福岡県はいきなりAIDSの割合がダントツ！	13

2時限目：HIVはどうしたらうつる？うつらない？..... 14

HIVは日常生活ではうつらない！	15
HIVの感染経路は？	16
HIVはどこにいる？	17
で、セックスに関連する粘膜はここ！	18
お肌と傷と粘膜のお話！	19
フェラと顔射はご用心！	20
タチは感染しにくい？嘘で〜す！	21
エッチのときのHIVの感染率って？	22
今夜のお相手の過去には実は…	23
今夜のハッテンのお相手は？？？	24
コンドームを付けると気持ちよくないって？	25
コンドームは1番のエログッズ！	26
コンドームそれダメ！	27

コラム：PrEPってなに？ 28

3時限目：検査しないと分からない！ 30

HIV検査のタイミングは？	31
HIVの検査はどこで？	32
健所での検査はこんな感じ！	33
通常検査と即日検査の違いって？	34
検査結果の意味って？	35

4時限目：HIVの感染が分かったら？ 36

HIVは検出限界未満を続けようつかない！	37
感染が分かったら、どこで治療？	38
どんな治療をするの？	39
複数の置を仕掛けてHIVを一網打尽に！	40
HIVの治療はウイルスの活動の邪魔をすること！	41
気になる治療費は？	42
秘密とカミングアウト	43
長い長い治療中には気持ちが凹むことも…	44
AIDSは確認されて約40年！	45

5時限目：他の性感染症にもご用心！ 46

梅毒は感染急増中！	47
感染者が最も多い性器クラミジアと淋病	48
性器のイボや水ぶくれにご用心！（性器ヘルペス・尖圭コンジローマ）	49
アナル舐めにはご用心！（アメーバ赤痢・急性A型肝炎）	50
放置したり慢性化すると怖いのだ！（急性B型肝炎・C型肝炎）	51

ホームルーム：最後に… 52

本当に自分だけは大丈夫？	53
九州・山口の保健所リスト	54
HIV/AIDSを知るならこのサイト！	55
もし友達やパートナーからHIVに感染してるってカミングアウトされたら？ ...	56

1 時 限 目

知ってるようで 知らないHIVとAIDS

じゃ、
さっそく！

よろしくね！

よく「HIV/AIDS」って書くでしょ。
ケンちゃんはHIVとAIDSの違いって
きちんとと言える？
あんがい知らない人って多いんだ！
1限目は、そんな「HIV/AIDS」の
ベーシックな知識を
ちょっと深掘りしながら
おさらいしましょ！

【HIVとAIDSは意味が違うのだ！】

HIV ≠ AIDS

Human
Immuno-deficiency
Virus
(ヒト免疫不全ウイルス)

Acquired
Immuno-
Deficiency
Syndrome
(後天性免疫不全症候群)

「エイズ」と
読むんだ！

HIVはウイルス、AIDSはHIVが原因の病気ね！

●まずは基礎の基礎、HIVとAIDSの違いをしっかりとおぼえておこうね！

免疫は人間を外部からの
細菌やウイルスなどのいろ
んな刺激から守ってくれる
大事な機能なんだ。

HIVはその免疫機能を壊し
ながら増殖する**ウイルス**。

AIDSはHIVによって免疫機
能が働かなくなって引き起
こされた**いろんな病気**の
総称なんだ。

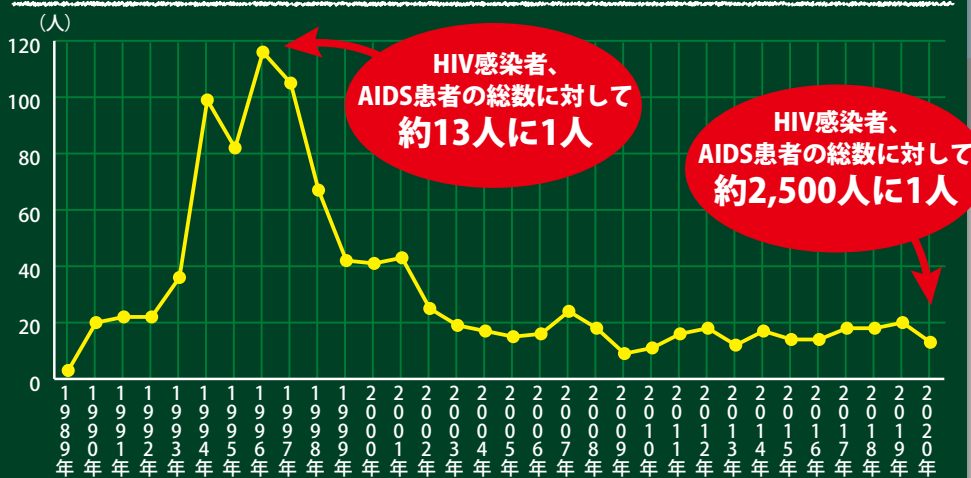
だから「**群**」って付くのね！

その病気の中に**指標となる
23種類**が指定されていて、
その**どれか1つを発症**する
と、**エイズ発症と診断**され
るんだ。

似ているようで、
意味は全然違うのね！

【まだ、すぐに死ぬ病気だと思ってない？】

エイズ患者の病変死亡者の年次推移



●厚生労働省エイズ発生動向委員会：2020年エイズ発生動向年報「病変死亡者の国籍別、性別感染経路別年次推移」より

治療薬の開発で、1996年をピークに激減！

かつてはHIVに感染すると7年～10年でAIDSを発症、2年ほどで死に至る恐ろしい病気だったんだけど、1996年に複数の役割が違う薬を組み合わせた抗レトロウイルス療法(ART)という治療法が確立したおかげで亡くなる人が激減してHIV陽性者の長期生存が実現したんだ！今では慢性疾患のひとつと言われてるんだ。

医療の進歩ってスゴイのね！それでも毎年20人近くの人が亡くなっているのは、発見が遅れて手遅れになる人がまだまだいるからなんだってね！だから早期発見は大事ってことね！

【HIVに感染しても今まで通りの生活OK！】

感染前にできてたことは、感染後もまずOK！

●仕事も学校も続けてOK！

HIVに感染しても、仕事や学校をやめる必要なし！多くのHIV陽性者は仕事や学校を続けながら通院中！

お仕事、頑張るもん！

●誰にも言う必要なし！

HIVの感染を職場や学校、周囲の人に伝えないといけない義務はない！まずは自分の気持ちの整理が先！

しゅっ！

●セーファーでSEXもOK！

決められた服薬を守れば、やがてウイルスは検出限界未満になり、セックスでHIVを人にうつすリスクはゼロ！

セーファー、セーファー！

●治療費も制度利用で安心！

HIV感染の治療薬は、実は超高額！でも、身体障害者手帳、自立支援医療で、収入に応じた支払い上限額が決定！

やれやれ…

●妊娠・出産も大丈夫！

HIV陽性者の中には、実際に出産・子育てしている人も沢山いるんだ！安全に妊娠・出産・子育て、できます！

よしよし…

ただし、ちゃんと病院に通ってからの話ね！

ほんとに今まで通りの生活が送れるんだ！2018年の内閣府の世論調査だと半数以上の方が「死に至る病」、約3割の人が「原因不明で治療法がない」って答えたんだって！知らないって恐怖ばかりになっちゃうんだね！

治療でAIDSの発症はなくなるし、特に体調の変化もないから、以前と変わらない生活ができるんだ！寿命も感染していない人と変わらないしね！むしろ生活習慣病に用心ね！

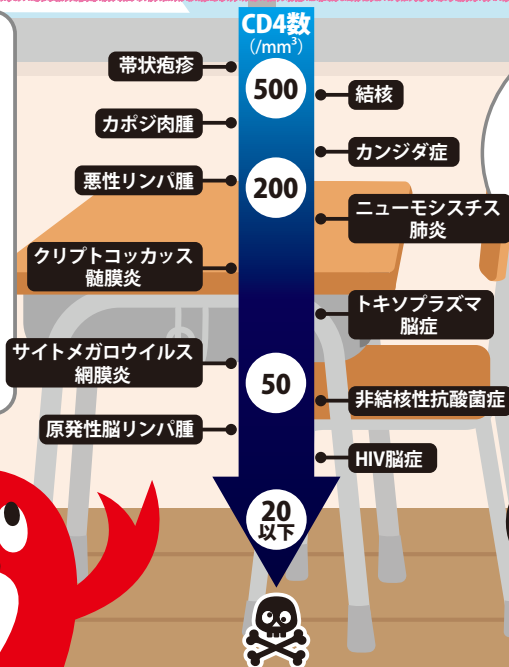
HIVに感染すると？

HIVが侵入してからの動きを昔話風に解説すると…



免疫の様子を見て暴れだすので日和見感染症

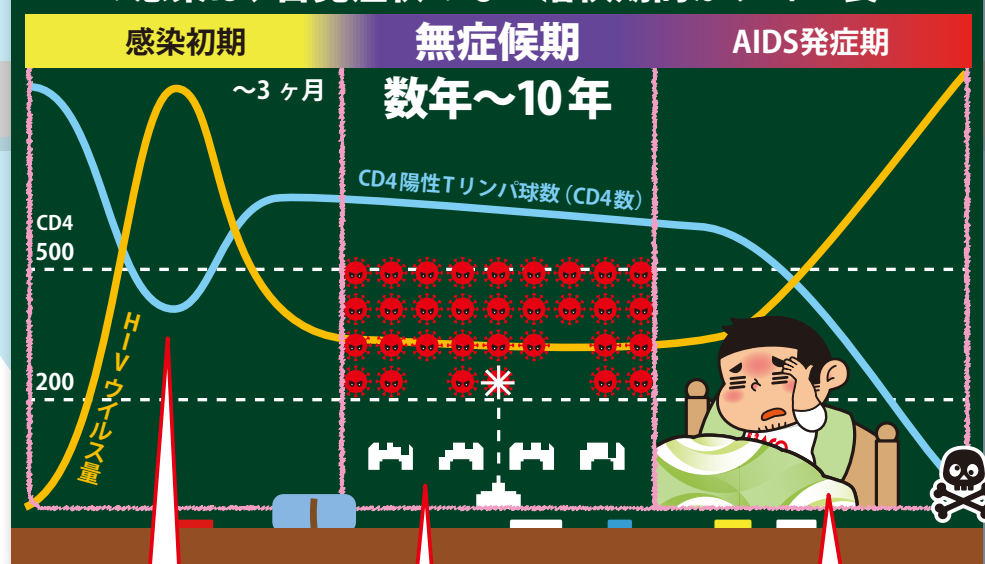
健康な人ならCD4は1mm³中に約700~1,300個。この数が免疫力の基準ね!これが200個を切ると、日和見感染症のリスクが高まるんだ。



死なない病気になったって言うけど、手遅れになったら、今でも死んじゃうこともあるのね!

HIVに感染したら3つの段階があるのだ!

HIVの感染は、自覚症状のない潜伏期間がチョ～長い!



何も症状がない期間が長いから気づかない人が多いのだ!

最初のバトル!

感染後1~2週間で、1ml中に100万個以上に増殖! 発熱、発疹、倦怠感、リンパ節の腫れなどインフルエンザに似た症状が出ることも! 症状は数週間で消滅!

見えないバトル!

全然症状が出ない時期が数年~約10年も続く! 体内ではHIVは毎日100億個のスピードで増殖! 免疫機構とのせめぎあいが続く!

免疫の負け!

ついに免疫機構がHIVの増殖に追いつけず、抵抗力が激減! 日和見感染症を発病! AIDS指標疾患というAIDS特有の病気を発症! 手遅れになるとエンド!

早く発見してちゃんと治療したら、セックスもOKよ!

セックス、いいんだ…♥

免疫って何してる？

身体の中では日々、熾烈な攻防戦が繰り広げられているのだ！



3つの防衛ラインで体を守っているのだ！

●第1防衛ライン

まずは外部からの侵入を皮膚や血液凝固、涙、鼻水、唾液で排出したり、胃酸で殺したりと物理的・化学的に侵入を防ぐ！

世界は病原体で満ちているの！その病原体から身体を守ってくれているのが、免疫のシステムね！

●第2防衛ライン

【自然免疫】異物を食べて死滅させ、炎症・発熱を促して増殖を防ぎ、侵入者の残骸（抗原）を見せて指名手配する！

●第3防衛ライン

【獲得免疫】B細胞が侵入者を記憶。抗体を作って好中球やマクロファージの餌にしたり、キラーT細胞が感染細胞ごと破壊したりして防御！

まるで戦場！あらためて免疫に感謝だね！

HIVが狙っているのは？

これが血液の構造なのだ！



CD4陽性リンパ球は免疫の司令塔！

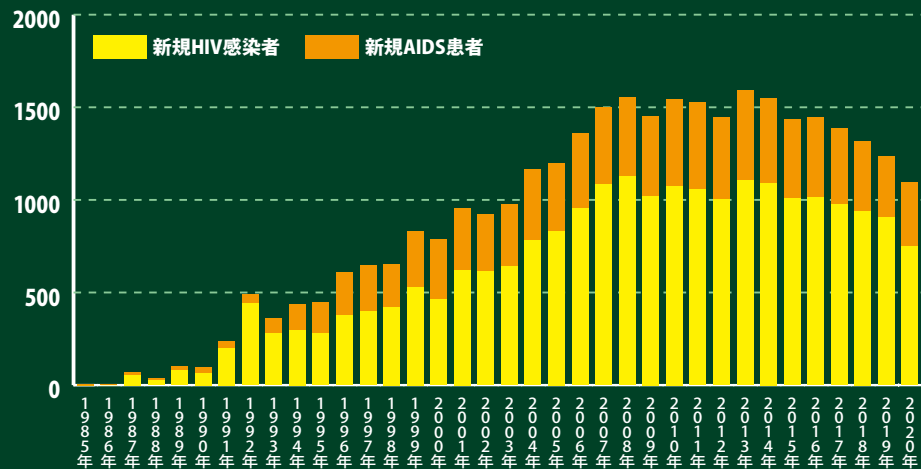
- ① 体内に異物が侵入
- ② マクロファージや好中球などの貪食細胞が抗原を食べて攻撃
- ③ 樹状細胞がリンパ節へ行き、ヘルパーT細胞に病原体の侵入を報告（抗原提示）
- ④ ヘルパーT細胞はB細胞に抗体を作り、異物を攻撃するよう命令同時にキラーT細胞にも攻撃命令を出す

CD4リンパ球がダメージを受けると、B細胞やキラーT細胞へ指令ができなくなる訳で、侵入者はやりたい放題ってことね！

敵もなかなか痛いところを突いてくるのね！

【HIVに感染してる人は本当に身近にいない？】

全国の新規のHIV感染者 & AIDS発症者の推移



全国のどこかで毎日3人以上のペースで誰かが感染！

2020年の新規HIV感染者：**750**人！

2020年にAIDSを発症して感染が分かった人：**345**人！

全国でこれまでに感染が分かった人の累計：**32,480**人！

●厚生労働省エイズ発生動向委員会：2020年エイズ発生動向年報より

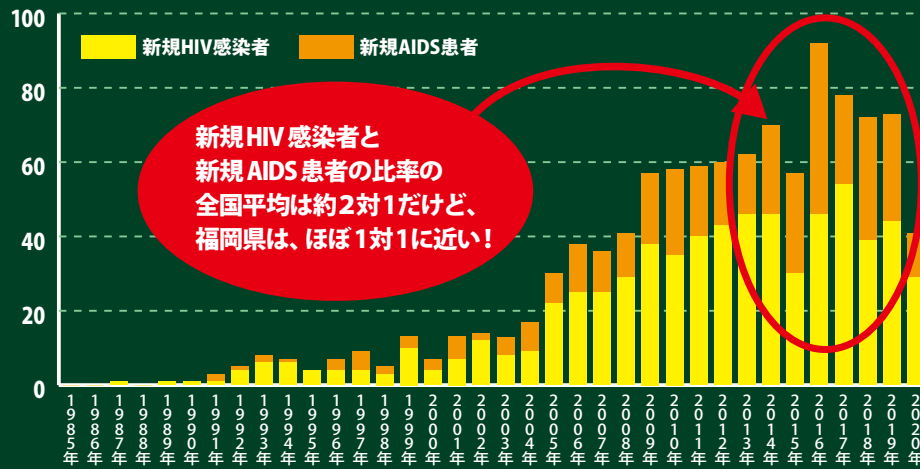
日本では、毎年約1,000人以上のペースで増えているんだ！
1日に3～4人は感染してるってことになるわね！
身近にいないように思えるのは、まだHIV陽性者に対して差別や偏見があるから、言えないだけなのよ！

3万人もいたんだ？！



【福岡県はいきなりAIDSの割合がダントツ！】

福岡県の新規のHIV感染者 & AIDS発症者の推移



新規HIV感染者と新規AIDS患者の比率の全国平均は約2対1だけど、福岡県は、ほぼ1対1に近い！

福岡県はAIDSを発症して感染がわかる人の割合が全国に比べてダントツに高い！

2020年の福岡県の新規HIV感染者：**29**人！

2020年福岡県のAIDSを発症して感染が分かった人：**12**人！

福岡県でこれまでに感染が分かった人の累計：**1,052**人！

●厚生労働省エイズ発生動向委員会：2020年エイズ発生動向年報より

全国的に減っているように見えるんだけど、これはCOVID-19の影響で、検査数が激減したことが原因かもしれないんだ！
この数字はあくまでも報告者数ね！
まだ自分の感染を知らない人も相当いるはず！



2 時 限 目

HIVはどうしたら うつる？うつらない？

防ぐ方法が
分かったら、
怖いものは
ないわ～！

知ってるからこそ、
エロくなれるのよ～！

HIVの感染力って、
あんがい弱いんだ！

だから日常生活では伝染らない。

新規のHIV感染のほとんどは
セックスでの感染と言ってもいいくらい！

でも、防ぐ方法は実は簡単、
セーファーセックスを心がけるだけ！

えっ？耳にタコ？難しい？

それは考え方次第ね！

HIVは日常生活ではうつらない！

HIVは、こんなことではうつらない！

●同じ部屋で過ごす
空気感染も飛沫感染もなし！



●一緒に鍋料理
唾液程度じゃ
うつらない！



●くしゃみや咳
飛沫感染
なしね！



●洋式トイレの便座
便座では
生き残れ
ない！



●ドアノブや吊り革
ドアノブやつり革でも
生き残れない…



●一緒にお風呂
お湯や水の中では
生きられない！



●汗や涙
汗や涙に
含まれてる
量では
うつらない！



●軽いキス
唾液程度じゃ
うつらない！



●ペットから感染
動物からは
うつらない！



●蚊に刺される
蚊は
HIVごと消化！



●カットサロンのハサミ
しっかり消毒済！

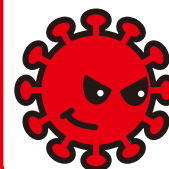


●献血の針
毎回廃棄！



HIVはセックス以外の日常生活での感染リスクはない！

感染リスクMAXの条件！


 $+$
（粘膜 or 傷口）
 $+$
直接
 $+$
大量
 $+$
長時間
 $=$
感染リスクMAX!

HIV って実はとても**感染力は弱い**ウイルスなんだ！
だからこの**条件が揃わないと、感染しない**んだ！
逆に**セックス**の場合は、
この**条件を満たしやすい**から、
リスクが高いってことね！
口の中に**虫歯**や**歯肉炎**が
あったら**注意**ね！

なるほどね…

HIVの感染経路は？

HIVの感染経路は3つ！

● 性感染

セックスの相手の
精液や血液のHIVが
性器やアナル、
口などの粘膜や、
傷口などを通して感染。



● 血液感染

献血された血液は厳密な
検査で最高水準の安全性
を確認！
でも、依存薬物注射の針の
共有での感染が問題！



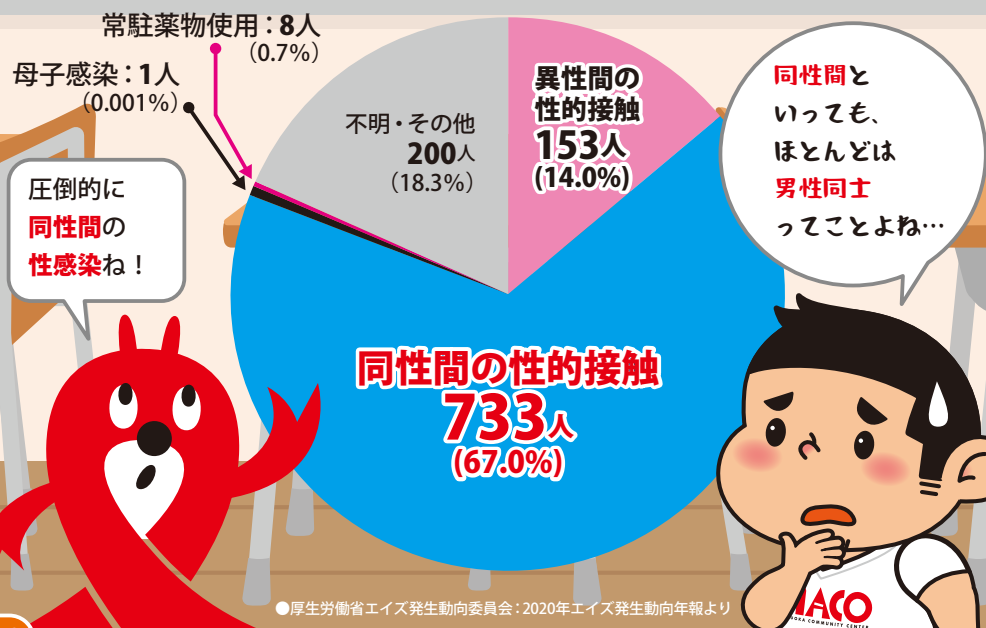
● 母子感染

妊娠中、出産時、授乳時に
赤ちゃんへ感染。でも、日
本では安全に妊娠、出産、
育児ができる方法が確立
しているので安心！！



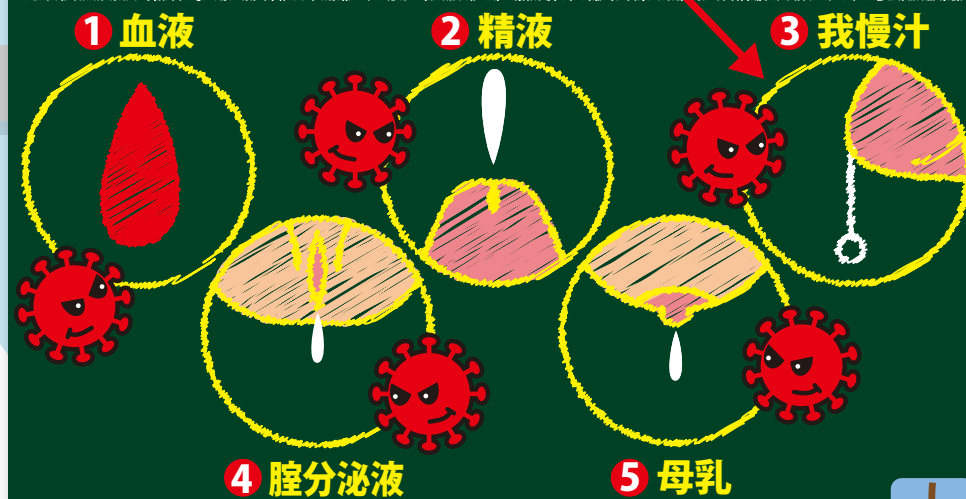
HIV感染の約8割以上は性感染！

■2020年に報告された感染経路別新規HIV感染者及びAIDS患者



HIVはどこにいる？

HIVは、ここにいる！



だから圧倒的にセックスでの感染が多いのだ！

男女間のセックスでは、
ナマだと妊娠の可能性があるから、
コンドームを使うことが当たり前だったけど、
男性同士の場合には妊娠しないからね！
もともと避妊具であるコンドームを
使う理由がなかったから、
どうしても増えてしまってるんだ！
今じゃ性感染症予防のツールなんだけどね！

ナマの方が気持ちいいし、
しっかり繋がってるような
気がするんだよね～！
でもさ、
うつされたからといって、
その人が治療費を払ってくれたり、
一生面倒を見てくれる訳じゃ
ないんだもんね…

HIVはどうしたらうつる？うつらない？

【で、セックスに関連する粘膜はどこ！】

ここが要注意の粘膜！



セックス前には歯磨きよりもマウスウォッシュがオススメ！

口臭が気になるからってセックスの前の歯磨きはあまりオススメしないわ！実は歯磨きで目に見えない細かい傷ができちゃうの。口臭が気になる人はマウスウォッシュね！

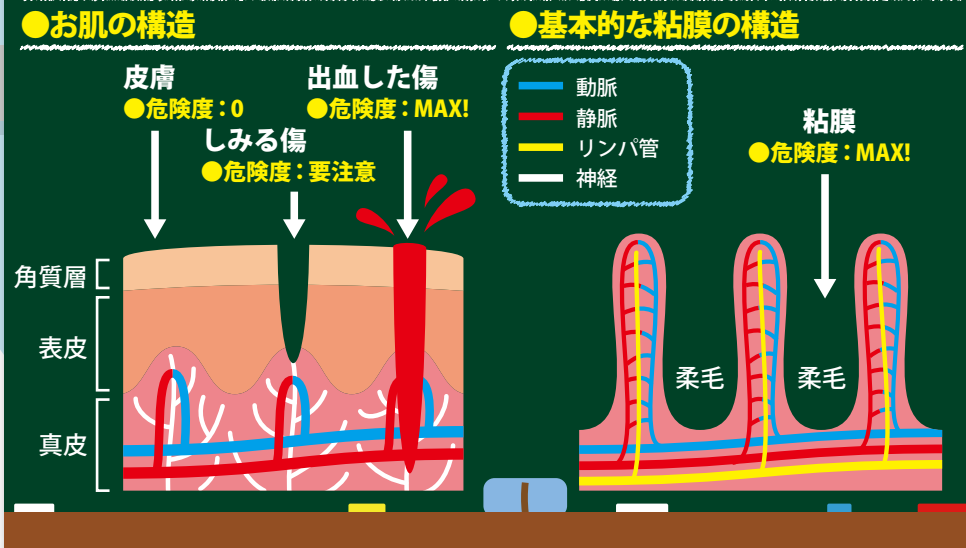
伸びた爪や、指にササクレがあると、コンドームを傷つけたり、相手のペニスやアナルを傷つけたりするからこちらも注意ね！

ゲイビデオでよく見る顔射も感染ポイント満載！だから、用心ね！精液が目や鼻に入ると、炎症を起こすことがあるからオススメはしないわ！

あらら…リアル前の身だしなみとってたけど…

【お肌と傷と粘膜のお話！】

まずはお肌と傷と粘膜の構造を見てみよう！



粘膜は神経がないから傷ついても分からないのだ！

皮膚 ●危険度：ほぼ0 硬い角質層に覆われているので、HIVを含む精液や血液が付着しても感染のリスクはまずない。

ヒリヒリする傷 ●危険度：中 しみる、ヒリヒリする傷は、感染するリスクは高くないが、要注意！

出血した傷 ●危険度：MAX 出血した傷の場合は血管が裂けているので、感染のリスクはとても高い。

粘膜 ●危険度：MAX 粘膜は痛みを感じないので、傷があっても気づかない！粘膜は防御する層を持たないので、傷つきやすく、下層にすぐ血管があるので、感染しやすい。

アナルセックスで、射精するときだけコンドームを付ければ感染しないって思ってる人もいるけど、ナマの挿入だけでもかなり危ないってことね！

コンドームは最初から最後までってそういうこと…

フェラと顔射はご用心？

精液を口でウケてしまったら

- ☑ まず吐き出す
- ☑ 喉まで送らないように口をゆすぐ
- ☑ うがいする(イソジンなどあればもっと確実!)
- ☑ 食道に残らないように水をたくさん飲んで
- ☑ 胃に送り、胃液で撃滅
- ☑ 念の為、2~3ヶ月後に検査がオススメ!

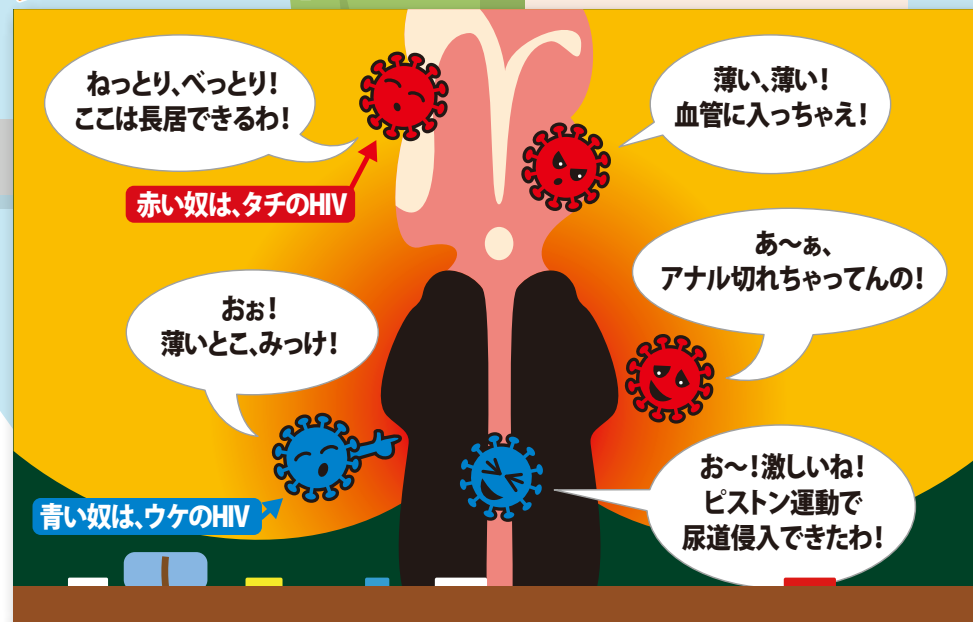


ウイルスの入り口はこんなにあるのだ!

口の中は外部からの侵入に対して、基本的にはガードは固くできてるんだ。でも、虫歯や口内炎や歯肉炎などの傷があると、ぐんと防衛力が低下するんだ。

正直言ってゴムフェラって、実行は難しいよね! あまり神経質になると、セックスはつまらないし、かといって無防備もヤバイし、リスクを頭に入れて、相手によってこれ以上はヤバイかなって判断できたらいいかもね。

タチは感染しにくい? 嘘で~す!



タチは腸液、尿道口、カリ下にご用心!

直腸壁は薄くて傷つきやすいし、中出しされたら排出しにくいなどなどの理由でウケがハイリスクってのは、もう周知の事実ね!

でもタチもちんこが狭いアナルを通るとき、尿道口が押し広げられて、さらにピストン運動で尿道にもHIVを含む腸液が入り込み、感染ってこともあるのよ!

たまにはタチもいいかなって思ったけど、やっぱりリスクありってか...

●フェラの場合

挿入側
0.005%

ウケ側
0.01%

●アナルセックスの場合

ウケ
0.5%

タチ
0.067%

●女性と結合の場合

**女性
0.1%**

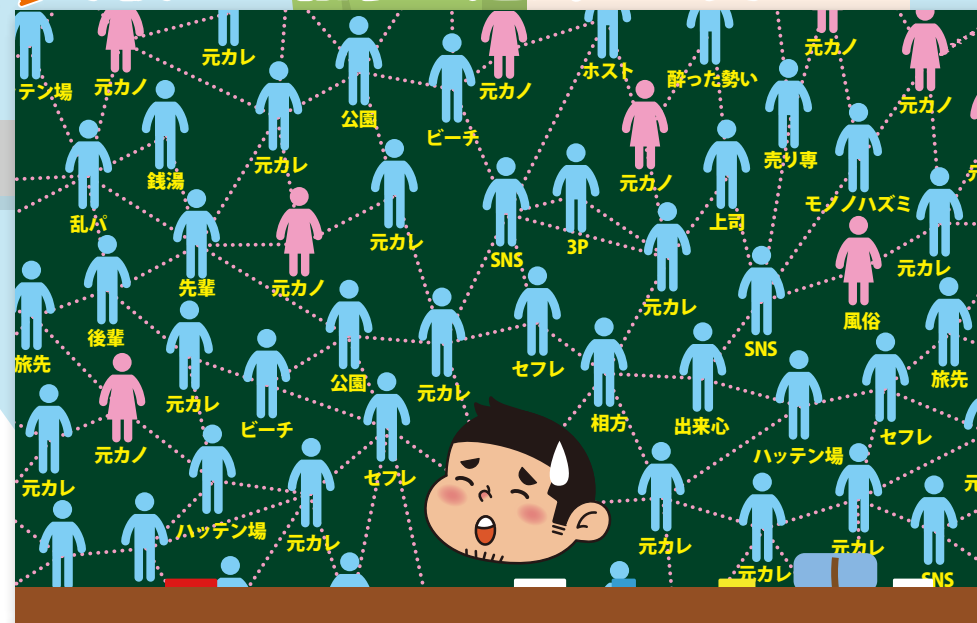
挿入側
0.05%

●ドラッグの注射針の共有

共有
0.67%

المجلس الوطني لحقوق الإنسان

あんた、
一晩で全部使う気？



完璧なセーフセックス
できてる人なんていないし、
HIVの無症候期って長いのよ！
症状が出ない性感染症もね！

ほらほら、
あんただって！

えっと、えっと、
元カレと、その前のカレと、
セフレとSNSでリアルした奴と
あそこのビーチで
ハッテンしたのと、
公園のトイレで会ったのと、
旅行先で知り合った奴と、
あとえ一つと…

今夜のハッテンのお相手は???

HIV感染を通してお相手を見ると...

● 検査していないから、感染してるかどうか分からない人 感染しているとHIVを1mlあたり数万～数百万個持っていることがある。コンドームなしのSEXでのリスクは最大限。 他、多分大丈夫！周りにいないし、HIVなんて関係ないね！ あらあら... 	● 検査を受けて、その2～3ヶ月前までは陰性だと分かってる人 陰性判定は検査の2～3ヶ月前までは感染してなかったという意味。その後にリスクなSEXがあれば感染してるかも！ ずっとセーフだ！これからセーフで！ 	● HIVの治療を始めたばかりでウイルス量がまだ減っていない人 服薬治療開始すると約半年～1年ほどでウイルス量は検出限界未満になる。その過渡期、セーフアセックスで予防はOK。 ちゃんとお薬のんで、1日も早くウイルスを抑え込むんだ！ 	● 主治医の判断でHIV感染治療をまだ始めていない人 ウイルス量や免疫力の加減で、すぐに服薬治療が始まるとは限らない。セーフアセックスで予防に問題なし！ セーフなら大丈夫！ 	● HIVの治療を続けていて、ウイルス量が検出限界以下の人 治療薬を受け、検出限界未満の状態を半年以上キープできていれば、感染のリスクはゼロ！ 他の病気が怖いからセーフで！ 
---	--	--	---	--

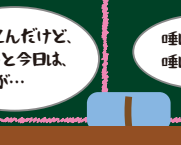
自分の感染に気づいてない人もけっこういるのよ！

自分の感染に気づいてない人って、
2017年の厚生労働省の研究班の調査で
推計約5,800人だって！
調査から何年も経っているけど、
COVID-19の影響で検査数も減ってるから、
自分のHIV感染に気付いていない人が
減っているとは思えないわね！

感染してるかどうかって、
見た目じゃ分からないし、
自覚症状がない期間も
10年くらいっていうと、
そりゃ気づかない人が
いてもおかしくは
ないのかもね！
明日は我が身って感じ！

コンドーム付けると気持ちよくないって？

ナマを売り物にするAVに意識をすり込まれてない？

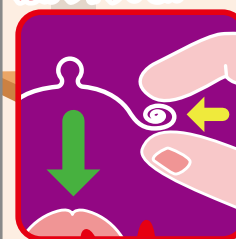
● ナマの方が気持ちいい！ ナマ掘りや種付けを売り物にするAVの悪い影響かも！ 脳に悪い癖が付いていたり！ ナマ掘りや種付け、中出し、種壺、種付け、ナマ... 	● 流れが途切れてシラける！ 装着に慣れてないから、つい焦ってしまってることも！ 日頃のオナニーで練習しましょ！ えっと、えっと... どっちが表で... 	● 愛や信用の実感？ 感染したら治療費や看病など面倒みてくれる相手かしら？ HIVには愛も信用も関係ない！ ほんとに一生涯面倒みてくれるのね！ 
● 付けると萎える！ 付けなきゃという理性が邪魔したり、上手いかなかった時のトラウマが心の底に？ 感じてんだけど、ちょっと今日は調子が... 	● 付けると痛い！ コンドームのサイズが合ってなかったり、シワが寄ってたり、ローション不足が原因かも。 唾はやめて！ 唾は... 	● 痒くなったりヒリヒリする！ ゴムアレルギーかも！ ポリウレタン製をお試しあれ！ それでもダメなら泌尿器科へ！ 「オラー・コンドーム」って映画、知ってる？ 

ナマ派とのSEXはオナニーに付き合わされてるだけかもよ！

ナマでやろうとする人は、
ナマの方が気持ちがいいって
固定概念に縛られているか、
心の底では
「自分さえ気持ちよければ
相手のことはどうでもいい」
って思ってるのかもよ！

それに、相手がいるときだけ
使おうとするから、
なかなか慣れないのよね。
コンドームは道具！
道具を使いこなすには訓練が必要！
オナニーするときに部屋を暗くして、
手探りだけで付ける練習しとけば、
イザってときにササッと
できるようになるわ！

※コンドームの
端っこをモミモミすると
分かりやすいよ！



さっそく今夜から
たっぷり練習するわん！
いろんなブランドの
いろんなタイプを
ためしちゃおかしら！

コンドームは1番のエログッズ!

うまく流れを作って、自分から相手に付けてあげよう!

①開封 中身を端に寄せて、傷つけないように丁寧に! 	②空気抜き 表裏を確認して、精液溜めの空気を抜く! やさしくつまんでね! 	③皮を寄せる 勃起チンコの皮を根本までたくり寄せる! 皮を根本にためる感じね! 	④巻き下ろす コンドームを下まで巻き下ろす! 巻き残りがあはす!
⑤余った皮寄せ 根本で余ってる皮を皮とコンドームごと寄せる! 多くの日本人は、仮性人! 一見剥けてても実はってね 	⑥巻き下ろし完了 寄せた皮を覆って、根本まで巻き下ろす! 毛を巻き込まないよう気をつけてあげようね! あれば、痛いからね! 	⑦ちんこを抜く コンドームが外れないように、根本を持ってそとと抜く! そろそろ... 	⑧縛って捨てる 精液がこぼれないように、縛って捨てる! そうそう! ローションは、ケチらない! たっぷり使おう!

コンドーム装着もプレイにしちゃえ!

コンドーム装着は**100%勃起が必要**。
 そのために相手のちんこをいじって、じらして
ギンギンにしてあげよう!
 相手に付けて欲しいなんて思うからムードがシラケちゃうのよ!
 それに、
 ナマで挿入しようなんてタチは、どんなにタイプでも自分本位でヘタクソだからバイバイよ!

HIVや性感染症の心配がないから、逆にどんなエロいこともできちゃうんだわ♥!

もっとおって〜!

コンドーム、それダメ!

熱や摩擦、オイルや揮発性のもの、尖ったものなどに注意!

●使用期限 古いものは、劣化、破れの恐れ! パッケージのうらに書いてあるよ! 	●財布の中 圧迫、摩擦や銅で劣化や変形の恐れ! 	●直射日光 光と熱で劣化や変形の恐れ! 	●押入れの中 防虫剤、乾燥剤、脱臭剤など揮発性成分で劣化、変形の恐れ! 	●裏表 これ間違えると、装着は無理!
●空気抜き 空気が残ると、セックスの摩擦等で劣化、破れの恐れ! 	●爪に用心 袋から取り出す時や、着けるときに傷つけやすい! こんが爪の人、いろよね... 	●油は苦手 ラテックスの弱点! 劣化や破れの恐れ! OIL 	●2度使い 1度着けたら、精子や病原菌など付着の恐れアリ! 	●2枚重ね ゴム同士の摩擦で破損の恐れ!

コンドームの保管や使い方、間違っていない?

ちんこに合ったサイズを選ぶのも大事よ!
 小さすぎると痛いし、大きすぎると外れちゃう!
 相方やセフレと一緒に選んだり、
付け心地を試してみたりして、気分を盛り上げるって手も悪くないかも!

ラブホやハッテン場に置いてあるコンドームは古くなって劣化してたり、**イタズラ**されてるかもね!
 自分に合った好きなブランドのものを持参がいちばんかな!



PrEPって、なに？

Pre-Exposure Prophylaxis

PrEPはセックスの前から薬を飲んでおいて
HIVの感染を予防する方法ね！



どんな薬を飲むの？

HIV感染症の治療に使うお薬のひとつを使うんだ！

どんなふうに飲むといいの？

服用の方法は2通り、
毎日1錠を服用し続ける**デリー**という方法と、
セックスの前後で服用する**オンデマンド**という方法ね。

それだけで防げるの？

決められたスケジュールを守って内服すれば
コンドームを使用しないセックスで
かなり高い確率での予防効果があるんだって！

誰でも始められるの？

誰にでもオススメって訳じゃないのよ！

- パートナーがHIVに感染してるけど
適切な治療を受けてない人
- 最近、性感染症にかかった人
- セックスの相手が多人
- コンドームを使わないことがある人
- 風俗で働いている人

などのハイリスク層と言われる人たちにオススメね。

たまにコンドームを使わないこともあるから、
ケンちゃんも該当するかも～！

PrEPを始めるには条件があるわ！

- まず**成人**であること
- 確実にHIVに**感染していない**こと
- 腎臓の機能に異常がないこと
- B型肝炎に感染したことがないこと
- 開始後、**3ヶ月毎に医師の検診**を受けること
など、特に事前と開始後の検査が大事ね！

どうしてそんなに検査しないとイケないの？

- HIVにすでに感染していると
薬剤耐性を持ってしまう恐れがある
- 副作用で腎機能が低下する場合がある
- B型肝炎の既往症があると**再燃**する場合がある
- 定期検診で**効果や副作用などのチェック**が必要
- 他の**性感染症**に感染していないか確認が必要
など、チェックしないとイケない

なるほど、いろいろチェックが必要なのね！で…

どうやったら始められるの？

日本では、公的なものとしては
東京の**国立国際医療研究センター**での治験だけね。

福岡みたいな地方ではダメなの？

地方では、PrEP治療を宣伝しているクリニックもあるけど、
PrEP薬は国内未承認薬なので、何かあったら**自己責任**ね。
海外のサイトから**ジェネリック薬**を個人輸入して
自己判断で始めている人もけっこういるけど、**要注意**ね。

注意点やデメリットもちゃんと知っておこう！

- 予防医療は保険適用外なので**実費負担**
- 個人輸入は**まがい物**に注意！
- 副作用などがあっても**自己責任**。
- PrEPを始めても**セーファーセックス**は必須！
PrEPはHIVのみに効果があり、他の性感染症には効果がない！

3 時 限 目

検査しないと 分からない！

HIV感染は、
症状が出ない期間が
とっても長いから、
検査しないと
感染してるかどうかは
自分では分からないんだ！

でも、
どこで検査してるのか
知らないって人、
案外多いんだってよ！

HIVはSEXする人なら誰でも
感染の可能性があるんだ！
今はCOVID-19の影響があるので、
保健所での検査スケジュールに
変更があるか確認が必要！
自分の状態を知るためにも
とりあえず検査してみよう！
ただし、予約制のところもあるから
事前に調べておこうね！

HIV検査のタイミングは？

こんな時から約3ヶ月後がオススメ！

●コンドーム無しで セックスしちゃった！

「あ、ついやっちゃった！」
誰でもそんなことあるよ
ね！どっちに転んでも、自
分の状態を知っておくの
は大事ね！



●新しい彼氏ができた！

2人で検査してもいいね！
もし陽性が出ても治療す
れば大丈夫！
好きになった人だもの、
大事にしよう！



●感染してるのか不安！

ひとりで悩んでいても、
不安は消えないよ！
検査で検査でハッキリ分
かった方が、ずっと楽に
なるはず！



ウィンドーピリオドって知ってる？

HIVの感染初期には、
血液検査をしても抗体がまだ少なくて、
検出されずに陰性になってしまう期間があるんだ。
これをウィンドーピリオドって呼ぶんだ。
感染から約3ヶ月すぎると
99%以上の人に検査に十分な抗体ができるから、
感染の心当たりの時期から3ヶ月後の検査が
オススメね！

半年に1回くらい
健康診断のつもりで
検査を受けるのも
オススメよ！

まだ1度も検査したこと
ないんですけど…

あんたは
すぐに検査受けなさい！

HIVの検査はどこで？

HACOで無料・匿名の
郵送検査キャンペーンも
あるよ！

3つのHIV検査先を比較！

	保健所	クリニック・病院	郵送検査
検査費用	無料	自費診療 (約4千円～1万円)	有料 (約3,500円～)
匿名性	匿名OK	匿名OKの場合も	匿名OK
検査場所	全国どこ保健所でもOK	主に性病科・泌尿器科	自宅でOK
検査日や時間	日時限定	診療時間中	いつでもOK
他の性病検査	梅毒など限定的	希望による	料金による
陽性が出たら？	専門の相談員が待機。 専門病院と連携して いるので繋がりがとても スムーズ。 電話などでの事前確認 がおすすめ！	専門病院への紹介状を 書いてもらえる。 知識不足のクリニック もあるので注意。 HPなどで事前チェック がおすすめ！	専門の相談システムを 持っている会社もある。 紹介状を受け付けない 病院もあるので注意。 HPなどで事前チェック がおすすめ！

献血でHIVの感染を調べるのは絶対にダメ！

HIVに感染した献血者の血液が、日本赤十字社の安全検査をすり抜け、手術のために輸血を受けた人がHIVに感染してしまったという事件が2013年に起こったんだ！
この事件以来、ウイルスを構成する核酸の一部を1億倍に増幅する、とても厳密な検査を行うようになったんだけど、ごくごく感染初期でウイルス量が極めて微量な場合には、100%排除できない恐れもあるんだ！

命を救うための輸血が逆に感染症の元になってしまうって、あってはいけないことだよな！
だから検査目的の献血は、絶対にやっちゃいけないことなんだ！

献血で検査するって、お手軽そうで、いいなって思ったけど、実は迷惑行為なんだ！

保健所での検査はこんな感じ！

保健所でのHIV検査の流れは基本的にどこも一緒！

①受付

予約が必要な場合には事前に予約。
受付で検査番号と問診票を受け取ったら、待ってる間に記入して待機ね。



こんにちは！

②ガイダンス

検査の内容や目的を説明してくれる。
分からないことや不安なことは何でも聞いてみよう！
そうそう！別にゲイだって言う必要もなしね！



彼氏ができないんですけど...



それは知らん！

③採血

採血は5ccほど。

はいっ！
ちょっとチクツと
しますよ～！



注射こわいよ！



④結果説明

即日検査だと、約1時間後、
通常検査だと約1～2週間後に結果説明。



何でも聞いてね！



なるほど、
そういうことね！

せっかく検査したんだから結果は聞かなきゃね！

検査はどこ保健所でもOK！

地元の保健所じゃ知り合いがいるから受けにくいって人は、別の場所で！
地元じゃないといけないことはないからね！

地方に済んでる友達は、保健所に親戚とか学校の先輩とか知り合いがいるから、検査できないって言ってたけど、どこで検査してもいいのね！教えてあげよ！

検査しないと分からない！

通常検査と即日検査の違いって？

検査のステップを簡単に説明すると…



即日検査は、疑わしいものを振り分ける検査！

簡単に言うと、
まずじっくり調べて、
感染のないものと、
疑わしいものとを
振り分けるのが即日検査。
スクリーニング検査
とも言うよ。

で、疑わしいものを
じっくり調べて、
本当に感染しているのか、
感染していないのか、
ちゃんと分かるまで
検査するのが通常検査ね！
じっくり調べるから、
検査したその日には
結果が出ないんだ。

それで
通常の検査じゃ
結果を聞くのに
1~2週間も
かかっちゃうのね！

検査結果の意味って？

検査での陽性判定は、
命びろい！

陰性だから今後も安心して訳じゃない！

● 陰性

検査の2~3ヶ月前までは
感染していない！
直近のセックスでの
感染は分からない！

おっと！
浮かれちゃ
ダメよ！

● 要再検査

イコール感染ではない！
保健所の即日検査で、
感染が疑わしい場合、
確認検査に進むので、
結果は必ず聞きに行こう！

ちゃんと結果を
聞きに行こ！

● 陽性

HIVに感染してる！
でも、ガッカリしないで！
早期発見は朗報！
治療すれば、恋もセックス
も今まで通りの生活OK！

命拾い
したんだよ！

検査での陽性はAIDSにならずに済んだってこと！

「陰性」だったからって、
これまでのセックスの
方法がOKだってことじゃ
ないからね！
ちょっと運が良かった
だけなのかもよ！
この機会に、
自分のセックスを
振り返ってみるといいね！

「要再検査」は、
偽陽性ともいって、
HIVに似たタンパク質に
反応して
陽性って出ること！
だから**確認検査が**
必要なんだ！

「陽性」だからって
落ち込むことはないのよ！
検査で分かったのは、
AIDSを発症する前に
感染が分かった訳ね！
AIDSにならずに済んで
命びろいしたってことよ！

これまで
感染が分かって
人生お終いみたいに
思ってたけど、
そうじゃないんだね！
考え方を変えないと！

4 時 限 目

HIVの感染が 分かったら？

検査での陽性判定は、
命拾いしたことなんだから、
分かったけど、
実際、自分がどうなるのか
分からないから不安なのよ...

そりゃそうよね！
では、HIVの感染の治療や
医療費、サポートなど
解説するね！

検査を受けるのはいいんだけど、
もし感染が分かったら、
その後どうなるのか、
知っておくことはとっても大事！
どんな治療するの？
治療費は？生活は？

そしてとても気になるセックスは？？？
そんな疑問にリボン先生が答えてくれます！

HIVは検出限界未満を続けられようつさない！

U=U って知ってる？

●「効果的な抗HIV治療を受けて、血中ウイルス量が検出限界値未満のレベルに継続的に抑えられているHIV陽性者からは、性行為による他の人への感染はない！」というメッセージ！

●世界の約4,000組の
HIV陽性＆陰性カップル！
●13万回以上の
ゴム無し挿入SEX調査で
感染は0！

U=U

検出限界値未満 (Undetectable) 感染しない (Untransmittable)

●約100カ国、
約900団体が支持！
●国連合同エイズ計画
●国際エイズ学会
●米国疾病管理予防センター
●英国HIV学会
●日本エイズ学会などなど



でも、コンドームなしセックスOKって話じゃないんだ！

もし出会った人がHIV陽性者だったら、
その人とセックスすると
自分も感染しちゃうんじゃないかって
警戒しちゃう人がいるよね。
でもそれは**大きな間違い**なんだ！
日本は厳密に調べているから、
1mL (1cc) に20個未満だけど、
WHOは200個未満を検出限界未満なんだ。
だから、200個未満がずっと続いている人は、
他の人にセックスで感染する恐れはない
ってことね！

ただしこれは、
ナマでセックスしていいって
話じゃないからね！
HIVに限ってのメッセージだから、
他の性感染症は関係なし！
ちゃんとコンドームを使って、
セーフアセックスしましょ！

お相手が
HIVを持ってても、
持ってなくても、
セーフアね！

感染が分かったら、どこで治療？

HIV/AIDS治療のための拠点病院があるんだ！

●HIV/AIDS治療ネットワーク

国立国際医療センター・エイズ治療研究開発センター (ACC)

九州医療センター

ブロック拠点病院

北海道・東北・北陸・関東甲信越・東海・近畿・中国四国・九州沖縄

中核拠点病院

拠点病院

協力病院・一般病院・クリニック

感染が分かったら、とにかく病院へ！

HIV感染やAIDSの治療には、
特別な知識や配慮が必要だから、
拠点病院というシステムがあるんだ。

もし検査でHIVの感染が分かって、
通院する病院を選ぶときには、
検査してくれた機関や病院で
自分の希望や都合をちゃんと伝えて、
相談するといいよ！

一般の病院では、
知識不足での感染不安や偏見から、
診療を断ったりすることもあるから、
研修を行ったりするのも拠点病院の
大事な仕事のひとつなんだ！

病院選びは、検査した保健所や
病院で相談するといいよ！

通いやすさも大事だし、
たくさん患者を診ているところは
安心感あるけど、
知り合いに会いそうなところは、
ちょっと避けたいしな～
選ぶのけっこうムズいかな～

どんな治療をするの？

毎日欠かさずにお薬を飲むだけ！

●安定したら2～3ヶ月に1回の通院

先生が
タイプだと、
超ラッキー！

●採血＆採尿

キツツとね！
これは避けられないのね…

●問診＆カウンセリング

どうしたら
彼氏が
できますか？
それは専門外！

●毎日の服薬！

もうすぐ、
1～2ヶ月に
1回の注射でも
いいように
なるかもって！

HIVの完全排除はまだできないから、一生のお付き合い！

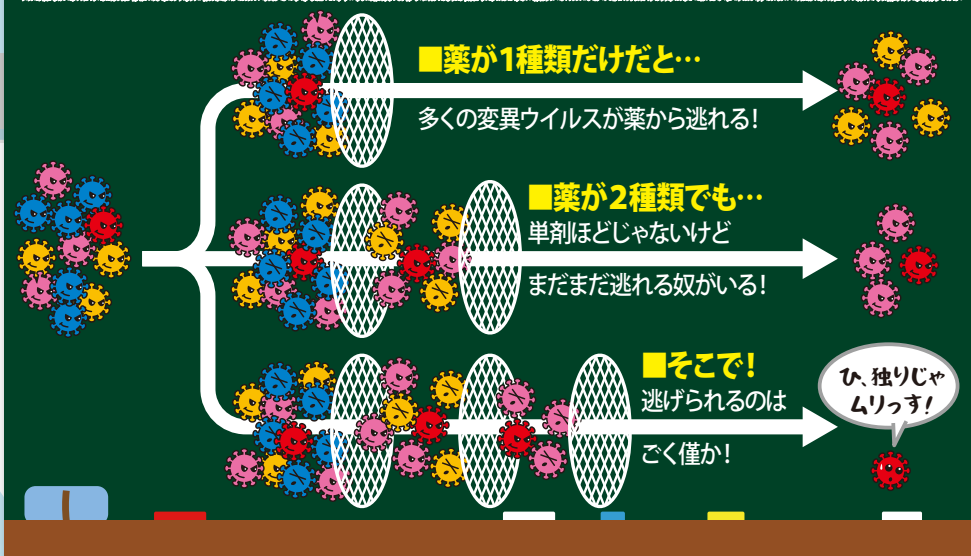
病院に通うようになったらまず、
免疫力とウイルスの量を検査して、
すぐにお薬を始めるかどうか調べるんだ。
あとは定期的に通院して、
採血と検尿して問診。
心配事や悩んでいることがあったら、
カウンセリングも受けられるんだ。
もちろんエイズを発症しなかったら
入院の必要なんてないからね！

昔は1日に20錠もの薬を飲まないと
いけなかったけど、医療の進歩で
最近は1日1錠でOKになったんだ！
でも、HIVを完全には排除できないから、
一生、お薬を飲み続ける必要があるんだ。
途中でやめると、
HIVは薬剤耐性を持ってしまって、
治療が難しくなってしまうから注意ね！

入院して
隔離されたりして、
もっと
大変なことにな
るのかと
思ってた…

複数の罠を仕掛けてHIVを一網打尽に!

HIVはとても変異しやすいウイルスなのだ! そこで...



HIVの治療はウイルス活動の邪魔をすること!

HIVがCD4細胞を乗っ取って増殖するプロセスを邪魔!



ART (Anti-Retroviral Therapy: 抗レトロウイルス療法)

HIVは変異しやすいレトロウイルスの1種。
多数の変異ウイルスの集団なんだ。

ウイルスの特性に合わせた
薬を複数組み合わせることで、
薬の効果から逃げるウイルスを
極限まで減らすことに成功したんだ!
これでエイズによる死者が激減!

それまでは効果的な治療法がなく、
いかに苦痛を減らして
安らかに送るかしか方法がなかったから、
1997年に開発されて
今ではART (抗レトロウイルス療法)
と呼ばれる治療法は画期的だったんだ!

HIVはDNAジャック犯! 先回りして守るのだ!

HIVが狙うCD4リンパ球は、
白血球の仲間のT細胞のひとつで、
免疫の司令塔なんだ!
その数を調べると、
その人の免疫力が分かる仕組みね!
HIVはCD4リンパ球の細胞に潜り込むと、
偽DNAを作ってCD4のDNAに割り込み、
自分のコピーを作れるように書き換え、
増殖を繰り返していくんだ!

HIVの治療薬は
ウイルスが細胞を乗っ取って
増殖しようとする途中で、
先回りして邪魔するのが
仕事なんだね!
これでウイルスは
身動き取れなくなって
悪さが出来なくなっちゃっ
ってことなのね!

ほら、
捕まえた!

気になる治療費は？

前年の収入に応じて自己負担額が決まる制度があるんだ！

■治療費＝診察料＋検査料＋薬代（1錠で数千円という薬代がいちばん高額！）

●全額自己負担だと**約20万円/月**（通う病院や薬の種類によって変化）

■健康保険証を使うと…

自己負担額 ←3割負担で、約60,000円/月

■健康保険の高額療養費制度を使うと…

自己負担額 ←年収370万円未満で57,600円/月

■身体障害者手帳の交付を受けて自立支援医療を使うと…

←前年の所得に応じて自己負担額が2,500円～20,000円/月

身体障害者手帳と自立支援医療制度で安心！

HIV感染症の治療は、基本的には
お薬を毎日きちんと飲むだけ。
ただそのお薬は実はとっても**高額**。
ジェネリック薬でも**1錠数千円**ってことも！
健康保険証を使った**3割負担**でも
月額5～6万円のお薬代！
プラス、**診察料や検査料**って考えると、
一生続く治療の継続はとっても**無理！**
そこで**身体障害者手帳**の交付を受けて、
自立支援医療という制度を利用。
前年の所得に応じて
治療費の月の自己負担額が
2,500円～20,000円になるので、
無理なく治療を続けていけるよ！

九州医療センターの
「九州ブロックHIV/AIDS情報ページ」
が詳しいよ！



HIVの治療費はものすごく高い
って聞いてたけどホントなんだ！
でも、収入に応じて
無理なく払える金額になる制度が
あるって聞くと、ちょっと安心！

秘密とカミングアウト

●HIVに感染してること、
誰にも言わなくてもOK！

HIV感染は、超個人的なこと。
プライバシーに関することだから、
職場や学校に報告する必要はナシ！
もちろん就活で言う必要もナシ！
家族にだって黙って構わないのだ！



●カミングアウトは、
気持ちが落ち着いてから！

HIVの感染が分かったら、動揺して「言わ
なきゃ！」「伝えなきゃ！」って思いがち。
慌てて突っ走らず、まずは**気持ちが落ち
着いてから**、誰に伝えるべきか、伝えると
ときにはどう伝えるか、**じっくり考えよう！**



カミングアウトは気持ちが落ち着いてからね！

健康保険で会社に感染がバレないかって
心配する人って多いけど、
**自分から言わない限り、
基本的にはない**と思ってOK！
多くのHIV陽性者は会社に病名を知らせず、
身体障害者手帳を取得して
自立支援医療制度を使って、
ほとんど問題が起きたことはないから
安心して！

パートナーがいる人は、隠し事してるみたい
で、伝えなきゃって思うのも自然ね！
でも、HIVやエイズの**知識をあまり持ってな
いと、必要以上に心配させたり、間違った考
え方**を持っていたりすると、**拒絶**されて不幸
な結果に終わることにもなりかねないから、
**慌てず焦らず、主治医やカウンセラー、サ
ポート団体などと相談**したりして、**じっくり
考えよう！**

ちよつと
焦っちゃいそ！

長い長い治療中には気持ちが凹むことも…

いろんなサポートを利用しよう！

●カウンセリング

医者や看護師、薬剤師、病院によってはソーシャルワーカーや臨床心理士がいて、チームで面倒を見てくれるんだ。悩んだり困ったりしたら積極的に利用しよう！



●交流会

全国各地にHIV陽性者のための交流会があるんだ！同じ立場で悩みや不安だけじゃなく、喜びや夢を共有できると生きる力が湧いてくるはず！



●電話相談

人と直接会って話をするのは難しい場合には、電話相談を利用する手もアリ！匿名のままで専門の相談員がじっくり話を聞いてくれるから、安心ね！



主なサポート団体などのサイト

● Futures Japan



● JaNP+



● ぶれいす東京

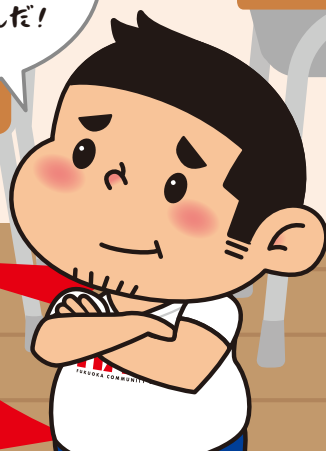


● notAlone Fuluolka HIV陽性者交流会



今の医学ではHIVを身体からの完全排除はできないから、治療は一生続くんだ。健康な状態を維持できるようにはなったけど、HIVは今でも偏見や差別が根強く残っているから、いろんな悩みや不安を持ってしまいがちなんだ。そんなときにはセクシュアリティも含めた専門知識を持った主治医や専任看護師に相談してみよう！臨床心理士やソーシャルワーカーがいる病院もあるし、強い味方になってくれるよ！交流会や電話相談を行っている団体もあるし、独りで悩まず、ぜひそんなサポートを利用してほしいな！

そっかあ！
HIVに感染しても、
いろんな人が
助けてくれるんだ！



AIDSは確認されて約40年！

● HIV/AIDSをめぐる主なできごと

1981 ● ゲイ・シンドローム

ニューヨークやロサンゼルスなどの男性の間で、年末までに120人以上も亡くなる謎の免疫不全の病気が多発！

1982 ● AIDSと命名

米疾病対策センターがAIDS(後天性免疫不全症候群)と命名。

1983 ● HIV確認

仏モンタニエ博士と米国ギャロ博士がほぼ同時にAIDSの原因ウイルスを分離、後にHIVと命名。

1985 ● 最初の治療薬開発

米国立衛生研究所で満屋裕明博士が世界初のHIV治療薬AZTを開発！

● 日本人初のAIDS患者

厚生省は一時帰国していた米在住の日本人ゲイ男性を第1号患者として発表。

1986 ● AIDSパニック

国内のAIDS患者が実名報道され、感染を恐れたパニックが各地で起こる。

1988 ● WHOが世界エイズデーを制定

差別・偏見の解消を目的に毎年12月1日を世界エイズデーと制定。

1989 ● 薬害エイズ裁判開始

輸入非加熱血液製剤によりHIVに感染した血友病患者と遺族が厚生省と製薬会社を提訴。

1991 ● レッドリボン・プロジェクト

ニューヨークのアーティストグループ、ビジュアル・エイズがレッドリボン・プロジェクトを開始！

1996 ● 薬害エイズ和解

国や製薬会社の加害責任を認め、和解が成立。

1997 ● 全国に拠点病院

薬害エイズ裁判の和解を受けて、国の恒久対策としてエイズ治療拠点病院のシステム始動。

● ART開始

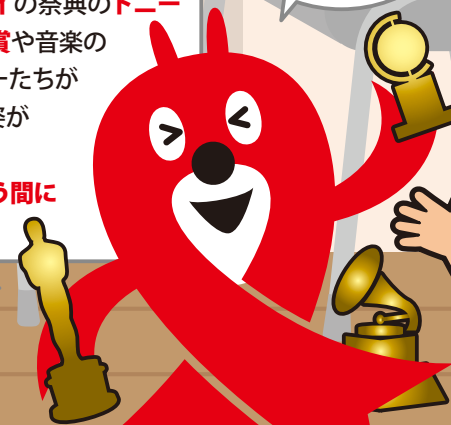
抗レトロウイルス療法が開発され、AIDSによる死者が激減！
治療法の確立により恐怖の死の病から、慢性病のひとつに！

レッドリボンは2021年で30周年！

1991年、ニューヨークのアーティスト・グループはAIDSで次々と亡くなる仲間への哀悼と、AIDSと共に生きる人や介護する人への思いやりを表現する視覚的なシンボルとして、安価で誰でも簡単に作れる赤いリボンを安全ピンで止めるレッドリボン・プロジェクトをスタート。その年のブロードウェイの祭典のトニー賞や映画のアカデミー賞や音楽のグラミー賞などでスターたちがレッドリボンを付けた姿が全米にTV中継され、話題を呼んであっという間に世界に広がったんだ！

だから僕は、
1991年生まれの
ニューヨーカー
なんだ！

へえ～！
リボン先生って、
そんな歴史があったのね！



5 時 限 目

他の性感染症にも ご用心！

性感染症に感染していると、
HIVにも感染していることが
多いんだ！

セックスする人なら、
誰でもリスクを
持ってるんだもんね！

セックスで感染する病気は、
まだまだいっぱい！
性感染症にかかっていると、
HIVにも感染しやすかったり、
放置しているとがんなどの
重大な病気の原因になったりするから注意ね！
HIVより感染力が強いものや、
症状がないものもあるから用心よ！
その代表的な性感染症を紹介するね！

梅毒は感染急増中！

原因 梅毒トレポネーマという病原菌

居場所 感染した部位の皮膚や粘膜

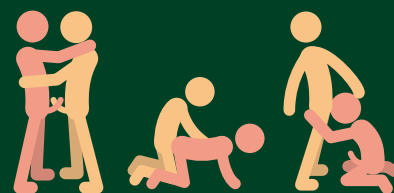
潜伏期間 約2～4週間

症状 経過した時間で変化！

完治して抗体ができていても、感染機会があれば何度でも感染する。

治療 抗菌剤の内服

感染経路 アナルセックス、フェラチオ、
兜合わせなど性器どうしの接触。



●第1期：感染後、約2～4週間

感染した場所、主にペニスやアナル、口や口の中にしこりができることがある。また、足の付け根のリンパ節が腫れることもある。
どれも痛みはなく、自然に消えるので注意！

●第2期：感染後、3ヶ月～

手のひら、足の裏、体全体にバラ疹と呼ばれる赤い発疹が出ることもある。これも数週間以内に自然に消えてしまう。アレルギーや風疹、麻疹に間違えやすいので注意！

●晩期顕性梅毒：感染後、数年

皮膚や筋肉、骨などにゴムのような腫瘍(ゴム腫)ができたりする。また、心臓、血管、脳などの複数の臓器に病変が生じ、場合によっては死亡することもある！

まずは、感染部位と粘膜や皮膚が直接触れないように！

これから紹介するいろいろな性感染症、
一番の予防はセックスしないことだけど、
そんなのあり得ないものね！
やっぱりなによりコンドームを使った
セーフセックスに尽きるんだけど、
その前にチェックしたい項目があるんだ！

●自分の目と相手を観察！

☑下着が汚れてない？

血液や膿のシミがついていたら要注意！

☑股間が痒そう？

陰毛付近が痒そうにしてたら要注意！

☑ペニスやアナルに異常がない？

ペニスやアナル周辺にイボやブツブツ、
腫れものなどがあったら要注意！

ハッテン場だと、
暗くてよく見えないから、
確認しようがないわ！

そんなときは、
相手のからだを愛撫しながら
たっぷり触って感触で確認しましょ！

感染者が最も多い性器クラミジアと淋病

●性器クラミジア

原因 クラミジアという微生物
居場所 性器やのど、直腸などの粘膜
潜伏期間 1～3週間程度
症状 尿道から膿、排尿時の痛み。
 男性は症状が出ないことも多いから注意！
治療 抗生物質を内服
感染経路 アナルセックス、フェラチオ、
 兜合わせなど性器どうしの接触



●淋病

最近では淋菌の薬剤耐性化が問題！
原因 淋菌という細菌
居場所 性器やのど、直腸などの粘膜
潜伏期間 2～9日程度
症状 尿道から膿、排尿時の痛み、
 発熱など風邪に似た症状、陰嚢肥大、
 アナルの痒み、痛み、出血など。
 症状が出ないことも多い。
治療 抗生物質の点滴か注射
感染経路
 アナルセックス、
 フェラチオ、
 兜合わせなど
 性器どうしの接触



性器クラミジアは
男性の半分は
気が付かないかも！

淋菌の
薬剤耐性化が
今とても問題に！

性器のイボや水ぶくれにご用心！

●性器ヘルペス

体の抵抗力が落ちたときに再発！
原因 ヒト単純ヘルペスというウイルス
居場所 性器やのど、直腸などの粘膜
潜伏期間 2日～3週間
症状 ペニスに疼くような痛み、ヒリヒリ感、
 潰瘍、太もものリンパ節の腫れ、発熱。
 症状が出ないことも多い。
治療 抗ウイルス薬の内服、注射。
 軽い場合には抗ウイルス軟膏の場合も。
感染経路
 アナルセックス、
 フェラチオなど



●尖圭コンジローマ

原因 ヒト・パピローマ・ウイルス (HPV)
居場所 性器やアナル周辺の粘膜や皮膚
潜伏期間 1～3ヶ月
症状 亀頭やカリ、尿道口、包皮、陰嚢、アナルや
 その周辺、直腸内に、1～3ミリ程度の白～褐色
 の乳頭状やカリフラワー状の痛みのないイボ。
治療 外科治療によるイボの切除（電気メス、
 レーザー焼却、液体窒素による凍結療法な
 ど）、または軟膏。
感染経路 アナルセックス、フェラチオ、
 ケツ舐め、兜合わせなど性器どうしの接触。
予防ワクチン 子宮頸がんワクチンとして
 知られるHPVワクチンが男性でも可能に！

性器ヘルペスは、
一度感染すると
何度も再発！

HIVの感染率も10倍以上！
悪性の場合、陰茎がんや
肛門がん等の原因にも！

●環境をチェック！

☑寝具は清潔？

不潔な寝具には毛ジラミや疥癬などの
原因になる病原体がいるかも！

☑屋外はご用心？

海辺、公園、車の中など屋外は当然、衛生
状態はよくないし、指や爪が汚れたまま
だと感染確率は倍増！

安全で気持ちのいいセックスには、環境
を考えることも大事ね！

屋外や銭湯は、何より公共の場であることを
お忘れなく！

ここでも環境問題
ってあるのね…

●セックス前には…

☑体調は万全？

調子が悪ければ当然、抵抗力も低下！
ヘルペスのように抵抗力が落ちると再発
する感染症もあるし、感染準備OKね！

☑酔っ払ってない？

お酒の勢いでってこともあるけど、判断力
はガタ落ち。これも感染準備OKってね！

☑排便は済ませた？

すっきり排便してアナルを清潔に！

☑シャワー浴びた？

股間や身体には、実は病原菌がいっぱい。
お互いにキレイな身体で気持ちよく！

☑歯は磨いた？

セックス前の歯磨きで、歯茎などに見え
ない小さな傷が実はいっぱい！
マウスウォッシュがオススメ！

☑タオルは別々？

感染力が強い感染症はタオルでうつるこ
ともあるので、共有は避けましょう！

セックスの前も大事よ！

アナル舐めにはご用心！

●アメーバ赤痢

原因 赤痢アメーバ原虫

居場所 感染した人の便

感染経路 アナルをなめる

アナルに触れた手や指をなめる



●大腸炎

潜伏期間 2～4週

症状 血便や下痢、イチゴゼリーのような粘血便、排便時の下腹痛など

治療 抗寄生虫薬の内服

●肝膿瘍

潜伏期間 数ヶ月

症状 38度以上の発熱。右脇腹の痛み、嘔吐、吐き気、体重減少、全身のだるさ

治療 入院、抗寄生虫薬の服用、点滴や膿を出す処置など

●急性A型肝炎

原因 A型肝炎ウイルス

居場所 感染した人の便

潜伏期間 2～7週間

症状 下痢、急な発熱、だるさ、吐き気、濃い色の尿、黄疸など

治療 入院、安静を保って自然治癒を待つ。症状が重い場合、入院、点滴など。

感染経路 アナルをなめる

アナルに触れた手や指をなめる

アナルセックス、オーラルセックス

予防ワクチン

ワクチン接種可能



放置したり慢性化すると怖いのだ！

●急性B型肝炎

原因 B型肝炎ウイルス

居場所 血液、精液、先走り液、唾液

潜伏期間 約3ヶ月

症状 急な発熱、だるさ、吐き気、濃い色の尿、黄疸など

治療 入院、安静を保って自然治癒を待つ、症状によって抗ウイルス薬の内服。

感染経路 アナルセックス、フェラチオ

予防ワクチン

ワクチン接種可能



●C型肝炎

原因 C型肝炎ウイルス

居場所 主に血液

潜伏期間 2～7週間

症状 発熱や前身の疲労感、食欲不振、嘔吐などの消化器系の症状、黄疸、肝腫大、異常に黄色い尿、白っぽい便

治療 入院、安静を保って自然治癒を待つ

感染経路 アナルをなめる

アナルに触れた手や指をなめる



無症状の場合も多く、感染を知らずに広めてしまうことも！

ワクチンで予防が可能！重症化すると、劇症肝炎の恐れも！

慢性化すると、肝硬変、肝がんなどのリスクも！

放置すると慢性肝炎、10～30年後に肝硬変や肝がんのリスク！

●覆われていない部分に注意！

☑ 粘膜、体液に触れない！

コンドームに覆われていない部分の皮膚や体液などで感染することもあるので、とにかく粘膜や体液には触れないこと！

☑ 道具は使い回さない！

ディルドなどの道具を使う場合、使い回すのは無防備そのもの。ナマのセックスと変わらず、とても危険。

☑ 排尿で洗い流す！

セックス直後の排尿で、尿道内の病原体を洗い流しちゃいましょう！

分かっちゃいるけど、アナル舐められると気持ちいいのよね～(汗)

気持ちはわかるけどね～

おいおい！そんな軽いもんじゃないんだからね！

さぁ来い！

●もしかしらと思ったらず？

☑ 担当は泌尿器科！

もしかして性感染症かもって思ったら、どの診療科にかかったらいいかというと、泌尿器科で間違いなしよ！

☑ カップルはピンポン感染に注意！

カップルの場合、治療のタイミングのズレで、病気が行ったり来たりしてうつし合ってしまうことをピンポン感染っていうんだ！だからカップルの性感染症の治療は2人一緒じゃないと意味がないのだ！

最後に...

無防備なセックスって、
安全バーのない
ジェットコースターに
乗っているようなものね！

安全だからこそ、
スリルを楽しめるって
ことね！



HIVやエイズ、性感染症って、
ほんとにゲイもノンケも関係なく、
セックスする人だったら、
誰でも感染するリスクがあるんだ！

でも、怖がってばかりだと
何もできなくなるし、

逆になめてかかると後悔することに…
そうならないために、正しい知識を持って
楽しいセックス・ライフを送ろうね！

本当に自分だけは大丈夫？

その根拠のない自信の理由は…

僕はこれまで
感染していないし、
これからも多分大丈夫！
どうしてって？
なぜか自信あるのよ！

ほほう～！
大した自信じゃの！



正常性バイアスという落とし穴！

正常性バイアスっていうのは、
何か事が起こる度に
いちいち反応してパニックったり、
精神的に参ってしまわないように
「これまで大丈夫だったから、
これは大丈夫だ」って思わせる
脳が働く防御作用なんだ！
災害で逃げ送れの原因になったりする
社会心理学や防災心理学の用語ね！

特に理由はないけど
なんか不思議に
自分だけは大丈夫だって
思っちゃうのよね！
神経質になりすぎると、
何もできなくなっちゃうから、
見ないフリをしてるだけ
ってことなのね…





九州・山口の保健所

検査日は各保険所に
問い合わせてください。

福岡県

福岡市東区	東区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-651-8391
福岡市博多区	博多区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-441-0023
福岡市中央区	中央区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-712-8391
福岡市南区	南区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-541-8391
福岡市城南区	城南区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-822-8391
福岡市早良区	早良区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-846-8391
福岡市西区	西区保健福祉センター (エイズダイヤル)	092-891-0391
大野城市	筑紫保健福祉環境事務所	092-582-2522
糟屋郡	粕屋保健福祉事務所	092-939-1746
糸島市	糸島保健福祉事務所	092-322-5579
宗像市	宗像遠賀保健福祉環境事務所	0940-36-6098
北九州市小倉北区	北九州市保健所 (エイズホットライン)	093-522-8727
	(検査予約)	093-522-8764
	小倉北区役所	093-582-3440
北九州市八幡西区	八幡西区役所	093-642-1444
遠賀郡水巻町	宗像遠賀保健福祉環境事務所 遠賀分庁舎	0940-36-6098
行橋市	京築保健福祉環境事務所	0930-23-3935
飯塚市	嘉穂鞍手保健福祉環境事務所	0948-23-5911
直方市	嘉穂鞍手保健福祉環境事務所 直方分庁舎	0948-23-5911
田川市	田川保健福祉事務所	0947-42-9379
久留米市	久留米市保健所 (性感染症相談ダイヤル)	0942-30-9340
	北筑後保健福祉環境事務所 久留米分庁舎	0946-22-4190
	北筑後保健福祉環境事務所 朝倉総合庁舎	0946-22-4190
朝倉市	南筑後保健福祉環境事務所 八女分庁舎	0944-72-2812
八女市	南筑後保健福祉環境事務所 柳川本庁舎	0944-72-2812
柳川市		
熊本市	熊本市保健所	096-364-3189
玉名市	有明保健所	0968-72-2184
山鹿市	山鹿保健所	0968-44-4121
菊池市	菊池保健所	0968-25-4138
阿蘇市	阿蘇保健所	0967-24-9036
上益城郡御船町	御船保健所	096-282-0016
宇城市	宇城保健所	0964-32-1207
八代市	八代保健所	0965-33-3229
水俣市	水俣保健所	0966-63-4104
人吉市	人吉保健所	0966-22-3107
天草市	天草保健所	0969-23-0172
佐賀市	佐賀中部保健福祉事務所	0952-30-1325
	(エイズホットライン)	0952-33-7788
鳥栖市	鳥栖保健福祉事務所	0942-83-3579
唐津市	唐津保健福祉事務所	0955-73-4186
伊万里市	伊万里保健福祉事務所	0955-23-2101
武雄市	杵藤保健福祉事務所	0954-22-2104
長崎市	長崎市保健所	095-829-1153
	長崎県西彼保健所	095-856-5059



長崎県

佐世保市	佐世保市保健所	0120-104-783
諫早市	長崎県県央保健所	0957-26-3306
島原市	長崎県県南保健所	0957-62-3289
平戸市	長崎県県北保健所	0950-57-3933
五島市	長崎県五島保健所	0959-72-3125
南松浦郡新上五島町	長崎県上五島保健所	0959-42-1121
杵岐市	長崎県杵岐保健所	0920-47-0260
対馬市	長崎県対馬保健所	0920-52-0166
大分市	大分市保健所 (エイズ専用電話)	097-537-8190
別府市	大分県東部保健所	0977-67-7040
臼杵市	大分県中部保健所	0972-62-9171
佐伯市	大分県南部保健所	0972-22-0562
豊後大野市	大分県豊肥保健所	0974-22-0162
日田市	大分県西部保健所	0973-23-3133
中津市	大分県北部保健所	0979-22-2210
宮崎市	宮崎市保健所	0985-29-5286
	宮崎県中央保健所	0985-27-7800
日南市	宮崎県日南保健所	0987-31-0888
都城市	宮崎県都城保健所	0986-26-7830
小林市	宮崎県小林保健所	0984-23-3118
児湯郡高鍋町	宮崎県高鍋保健所	0983-22-1330
日向市	宮崎県日向保健所	0982-52-5101
延岡市	宮崎県延岡保健所	0982-22-9981
西臼杵郡高千穂町	宮崎県高千穂保健所	0982-72-2168
鹿児島市	鹿児島市保健所	099-803-7023
指宿市	鹿児島県指宿保健所	0993-23-3854
南さつま市	鹿児島県加世田保健所	0993-53-2315
日置市	鹿児島県伊集院保健所	099-273-2332
薩摩川内市	鹿児島県川薩保健所	0996-23-3165
出水市	鹿児島県出水保健所	0996-62-1636
伊佐市	鹿児島県大口保健所	0995-23-5103
霧島市	鹿児島県始良保健所	0995-44-7956
志布志市	鹿児島県志布志保健所	099-472-1021
鹿屋市	鹿児島県鹿屋保健所	0994-52-2106
西之表市	鹿児島県西之表保健所	0997-22-0018
熊毛郡屋久島町	鹿児島県屋久島保健所	0997-46-2024
奄美市	鹿児島県名瀬保健所	0997-52-5411
大島郡徳之島町	鹿児島県徳之島保健所	0997-82-0149
下関市	下関市立下関保健所	083-231-1530
岩国市	岩国健康福祉センター	0827-29-1519
柳井市	柳井健康福祉センター	0820-22-3631
周南市	周南健康福祉センター	0834-33-6423
山口市	山口健康福祉センター	083-934-2533
防府市	山口健康福祉センター防府支所	0835-22-3740
宇部市	宇部健康福祉センター	0836-31-3203
長門市	長門康福祉センター	0837-22-2811
萩市	萩健康福祉センター	0838-25-2667



山口県

HIV/エイズを知るならこのサイト！

ネットの世界は便利な半面、
間違った情報もいっぱい！
その情報が正確なのか、
見極めるのも大変。
そこで、オススメのサイトを紹介！
ぜひ、アクセスしてみてください！

●認定NPO法人 魅惑的倶楽部 (エキゾチッククラブ)



魅惑的倶楽部 (エキゾチッククラブ) は、「こころのユニバーサルデザイン」社会の実現を目指すNPOです。

<https://exoticclub.jimdofree.com/>

●HIV検査相談マップ

厚生労働省「HIV検査相談体制の充実と活用に関する研究」班による全国のHIV・AIDS・性感染症の検査・相談窓口情報サイト。



<https://www.hivkensha.com/>

●コミュニティアクション on AIDS



HIV/AIDS分野の3つのNPOとエイズ予防財団が中心になり、厚労省や地方自治体のキャンペーンと協調しつつ、コミュニティ主導で進める情報共有型キャンペーン。

<http://www.ca-aids.jp/>

●エイズ予防情報ネット API-NET

HIV/AIDSの基礎知識および最新の動向、全国の検査・相談窓口、拠点病院、関連イベントなど多数の予防・啓発情報を紹介。



<https://api-net.jfap.or.jp/index.html>

●JaNP+ (日本HIV陽性者ネットワーク・ジャンププラス)



HIV陽性者が秘密を抱えることなく、社会的な不利益を受けることなく、HIV陽性者として、自立したあたりまえの生活ができる社会を目指します。

<https://www.janpplus.jp/>

●福岡コミュニティセンターHACO

HIV/AIDSや性感染症の予防啓発活動や、セクシャルマイノリティの居場所づくりを行っています。



<http://loveactf.jp/index.html>

●notAlone Fukuoka HIV陽性者交流会



福岡市を中心に活動する、ゲイのHIV陽性者によるHIV陽性者のための交流会。ゲイ・バイのための交流会のほか、女性HIV陽性者やセクシュアリティ・フリーの会も開催。

<http://notalone.jp/>

●HIVマップ

HIV/AIDSの総合情報サイト。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紹介。



<https://hiv-map.net/>

●UPDATE HIV



AIDS対策はなぜか略字と数字のオンパレード、これじゃ何のことだか。分かりやすく解説します、HIV/エイズ最新情報。

<https://aidsweeks.tokyo/update/>

●ぶれいす東京

HIV/AIDSとともに生きる人たちが、ありのままに生きられる地域づくりをめざしている団体。HIV陽性者や周囲の人の支援、感染不安の電話相談、予防啓発、研究・研修などを実施。



<https://ptokyo.org/>

●Futures Japan HIV陽性者のための総合情報サイト



HIV陽性者にとって役に立つ情報が、必要なタイミングで手に入り、簡単に探し出すことができるポータルサイト。

<https://futures-japan.jp/>

最後の最後に！

もし友だちやパートナーから HIVに感染してるってカミングアウトされたら？



HIVの感染をカミングアウトされたということは、
あなたのことをとても信頼しているってこと。
びっくりしてしまうかもしれないけど、
この本を読んでくれたあなたなら、
HIV感染はセックスをする人なら誰にでも起こること。
日常生活で感染することもないし、
ちゃんと治療すればこれまで通りの生活ができるって分かっているはず。
性的な関係があった人でも、
コンドームを使ったセーフアセックスで感染を防げるし、
U=Uのことも知っているはず。
HIV感染をカミングアウトすることは、
本人にとっては命がけで乗り越える勇気がいること。
ぜひ特別扱いせずに以前と同じように接してください。
そして、元気がなかったらこの本を渡して読んでもらいましょう！
もし、あなたがまだ検査を受けてなかったら、
検査を受けてみましょう。
もし感染していても早期発見早期治療が何よりお得！



ケンちゃんとりボン先生の
HIV/AIDSミニ講座
自分は大丈夫だと思っているあなたへ！

2021年〇月初版第1刷発行

●企画・発行・編集：認定NPO法人 魅惑的倶楽部・福岡コミュニティセンターHACO
〒812-0018 福岡市博多区住吉4-4-21 エバーライフ住吉1F

TEL：092-710-5770

HP：<http://loveactf.jp/index.html>

○認定NPO法人 魅惑的倶楽部

〒432-8036 静岡県浜松市中区東伊場1-25-14-3スカイレジデンスII 202

TEL：909-6589-7258

HP：<https://exoticclub.jimdofree.com>

●監修：独立行政法人国立病院機構九州医療センター

●協力：notAlone Fukuoka HIV陽性者交流会

無断転載をお断りします © 2021 認定NPO法人魅惑的倶楽部・福岡コミュニティセンターHACO