

my pledge of



action  
change begins



World YWCA

世界エイズ・デー ワークショップ・マニュアル

**HIVとAIDSを知って、行動をおこそう**

## もくじ

はじめに：12月1日は世界エイズ・デーです。	・・・3
世界で活躍する若い女性たち　シルビアのストーリー	・・・4
知っていますか？～HIV & AIDSを知るための10ポイント～	・・・6
HIV&AIDSと共に生きる社会をめざして	・・・9
ワークショップ　HIVとAIDSについてみんなで考えてみよう	・・・10
他国の活動紹介	・・・13
世界のHIVとAIDS関連最新情報	・・・14

## はじめに：12月1日は世界 AIDS デーです。

世界エイズ・デーは、地球規模で拡大する HIV 感染に取り組み、HIV と AIDS について正しい理解を広め、HIV および AIDS と共に生きる人々への差別と偏見をなくし、すべての人が共に社会で生きることを目指して、世界的なキャンペーンをよびかける日です。

2008 年は、世界エイズ・デーの制定 20 周年にあたります。1988 年からの永年の努力の結果、世界全体の HIV 感染状況は改善されつつあります。一方、世界のあちこちではまだ改善の余地があることも、国連エイズ合同計画は報告しています。

国連エイズ合同計画や世界エイズキャンペーンでは、全世界をあげて取り組むテーマを毎年掲げ、世界に呼びかけます。2008 年は「リーダーシップ」「導き、力づけ、解放する」(Leadership, Lead-Empower-Deliver)です。

このテーマは、世界の政治のリーダーたちが、2010 年までに達成することを公約している「HIV 予防・治療・ケアへの普遍的アクセス(=必要な人は誰でも受けられること)」に積極的に取り組むことを求めるものでもあり、また、HIV と AIDS をめぐる状況の改善のために、これまで世界のあちこちで一人ひとりが発揮してきたリーダーシップを祝福するものでもあります。

世界各地では、それぞれの社会の現状にあわせてテーマを掲げます。日本では、厚生労働省とエイズ予防財団が次のテーマで呼びかけています。「Living Together～ちよつとの愛からはじまること～」オーストラリアでは“Enjoy Life. Take Control. Stop HIV/AIDS.”(人生を楽しみ、自分をコントロールし、HIV と AIDS を止めよう)、イギリスでは“Respect & Protect”(尊重すること、守ること)など、各地で異なるテーマが掲げられます。

日本 YWCA 国際コミュニケーション・チームは、世界 YWCA が発行した、HIV や AIDS の問題に取り組む世界の若い女性たちの証言集”If I Kept It to Myself”(邦題『もしも誰にもうちあけなかったら』)、および若い女性のリーダーシップを育むワークショップ・マニュアル”Empowering Young Women to Lead Change”を編集し、HIV と AIDS を知り、行動するための一冊のワークショップ・マニュアルをここに作成しました。学校で、地域のイベントで、また、読み物としてぜひご利用ください。

このマニュアル作成のためにご協力くださったすべてのボランティアの皆さまに、心より感謝申し上げます。

日本 YWCA 国際コミュニケーション・チーム

## 世界で活躍する若い女性たち シルビアのストーリー

私は 27 歳。HIV に感染しています。子どもは 4 人いて、このうち 3 人は交通事故で亡くなった前夫との子で、あとの 1 人は再婚相手との間に授かった子です。再婚した夫も HIV 感染者でしたが、彼が HIV に感染していることは、交際中も一緒に暮らし始めた後も、しばらくは知りませんでした。実は、彼は自分が感染していることを隠していたのです。

彼は私のお店の常連さんでした。彼と出会った当時、私は前の夫を亡くした後で、3 人の子どもを養うために、道ばたに小さな食料品店を出して必死で働いていました。そんな時、お店によく来てくれていたタクシー運転手の彼(当時 48 歳)が、プロポーズしてくれました。そして、お店を大きくするための資金提供も約束してくれました。私は、お店をもっと大きくしてばりばり働こうと、期待に胸を膨らませました。また、私には村に 16 人も兄弟姉妹がいて、そのうち 10 人が、父の失業を機に学校を中退していたのですが、彼からの資金提供により事業が軌道に乗れば、学校を辞めざるを得なかった兄弟姉妹たちをもう一度学校に行かせてあげられると、うれしくなりました。

その後、数カ月の交際を経て、2001 年 1 月から彼と同居し始めました。するとしばらくして、私にお店を辞めるように言うてきました。私は本当は続けたかったのですが、彼に従うと決めていたところがあったので辞めました。その年の暮れに私にとって 4 番目の子どもが産まれました。

それから 1 年ぐらい経つと、彼は体調を崩すようになりました。2002 年 3 月からは、とうとう起きられない程になり、それから 7 カ月間、寝たきりになってしまいました。私は彼の病気が何なのか心配になり、彼が病院に行っているときに手がかりはないかと家中を探してみると、HIV 感染者治療機関の領収書が見つかりました。私も感染しているかもしれないという思いから、血の気が引き、非常に動揺しました。でも、その日は彼が帰ってきたあと、何も聞けませんでした。

近所の人から、「彼は HIV に感染している」と聞いたことはありましたが、その時はとても健康そうにしていたので、うわさ好きのスラム住民のたわ言と流し、私は何も疑っていませんでした。しかし夫は、私が誰かから感染の事実を聞くのではないかと、いつもびくびくしていたそうです。また、近い将来 AIDS が発症して思うように身体が動かなくなることを想定し、誰かそばで世話をしてくれる人を求めているということも判りました。

それからの生活はとても大変でした。わずかな蓄えも彼の治療費に消え、食べるのも困難でした。必要なものは近所の商店から借り、薬はつけで購入していたので、借金も増えていきました。そして、いつも十分に食事がとれず、母乳もあまり出ませんでした。こんな状況でも、両親には助けを求めませんでした。両親には彼の病気の原因を知られたくなかったのです。

私たちを訪問する人はありませんでした。彼の家族は、AIDS 支援団体から私たちに支給された小麦粉と調理油をもらいにくるだけで、彼の世話は何もしたくないという感じでした。そればかり

か、いつも私に「なぜ彼をただ、そのまま死なせないのか」と聞いてきました。彼が危なくなると、私がいつも医者を呼ぶのが不満だったのです。彼らには、いずれ死ぬ AIDS にかかっている彼が、まだ息をしているのは許せないことだったのです。

2003 年 1 月 1 日、私は彼に、新年のプレゼントとして、HIV 検査を受けるお金が欲しいといいました。また、私に内緒にしているつもりでも、彼が HIV に感染をしていて治療も受けていることはお見通しだということを、彼にはっきり告げました。彼はひどく怯え検査費用をくれました。検査結果は HIV 陽性でした。結果を夫に知らせると、心を開き病気をうつしてしまったことを謝罪しました。また、自分を世話してくれる人が必要だったともいいました。私はクリスチャンとして夫を許すことにしました。2003 年 7 月、彼は亡くなりました。

私は、TASO という HIV ケア・センターの活動に参加するようになりました。HIV の検査を受ける前までは、HIV のことはほとんど知りませんでした。HIV 感染者とセックスすると感染することは知っていましたが、知識と自信のなさ故に、セックスをする前に血液検査をするよう求めたことは一度もありませんでした。しかし TASO のカウンセラー、スワブラ・スコピアは、HIV と AIDS について必要な情報をすべて与えてくれました。そしてこのカウンセラーの勧めで、TASO 演劇グループに加わりました。演劇グループのメンバーは素晴らしい人たちばかりで、メンバーたちと経験を共有することにより、HIV に感染していても幸せな生活を送れるのだと知りました。

そして、自分が HIV 感染者だということを公にしたのは、ちょうどこの時期です。はじめは怖く、誰にも話したくなかったのですが、カウンセラーが励ましてくれ、打ち明けたことで心が軽くなりました。

私はいま、村・学校・会社などで、あらゆる人々に HIV と共に生きる私の経験と、前向きに生きていることについて伝える活動をしています。私と同じ道を歩まないよう、学んでほしいのです。また、「HIV および AIDS と共に生きる女性全国協会」に加入し、感染した女性が前向きに生きられるよう、料理や、マットやかごの編み方を教え合ったり、遺言状の書き方を学んだりしています。また、「ウガンダ・ユース・ポジティブ(UYP=Uganda Youth Positives)」の会員でもあり、HIV に感染したり、自分は感染していなくても、感染者を家族内や恋人・友人に持ち、何らかの影響をうけている 30 歳以下の若者に、コンドームを使うことや検査を受けることの大切さ、そして何より、健康な生活を送るためには互いに誠実であることが大切であることを伝えています。

現在、私はネックレスなどの伝統的な女性用装身具やボンゴを作って生活費を得ています。仕事を探していますがまだ見つかっていません。しかし人生に対してはポジティブ(前向き)です。子どもたちには、教育を受けつづけて欲しいのです。教育を受け、十分な情報を持ち、判断ができるようになって欲しいのです。私自身、もし勉強を続けていたら、HIV について十分情報を得ることができたでしょう。子どもが良い教育を受けられるよう、生きている限り最善の努力をします。

**ナキブウレ・シルビア (NAKIBUULE SYLVIA)、出身：ウガンダ、1978 年生まれ**  
(『もしも誰にもうちあけなかったら』より抜粋)

## 知っていますか？～HIV & AIDSを知るための 11 のポイント～

### 1. どれだけの人が HIV に感染しているの？

国連エイズ合同計画(UNAIDS)の 2008 年版エイズ報告によると、07 年末時点の世界全体の HIV 感染者数は約 3300 万人で、AIDS による死者は約 200 万人。新規感染者は 270 万人で、2001 年時点の 300 万人より減少しましたが、中国・インドネシア・ロシア・ケニアなどでは、新たな感染が増加しています。日本では、2008 年 7-9 月に新たに報告された HIV 感染者数は 294 人で、3 カ月間の感染者数としては、統計を取り始めた 85 年以降最多。累計感染者数も初めて 1 万人を突破しました。(厚生労働省エイズ動向委員会)日本は「先進国」の中で、唯一感染者数が増加して続けている国です。

### 2. HIV と AIDS はどう違うの？

HIV は Human Immunodeficiency Virus(ヒト免疫不全ウイルス)の略語で、人の免疫力を激減させるウイルスです。感染すると、白血球の中の T 細胞が減少し、日和見感染症(健康な人なら通常かかることがない感染症)などにかかりやすくなります。HIV が原因で、日和見感染症にかかり体調が悪化すると、AIDS(Acquired Immune Deficiency Syndrome、後天性免疫不全症候群)が発症したと見なされます。HIV ウィルスは潜伏期間が長く、AIDS の症状が顕著に現れるまで、7-10 年かかります。

### 3. AIDS は治る？

いいえ。完全治療はまだありません。しかし、体内でのウィルス感染拡大を防ぐ抗ウィルス薬(ARVs)療法はあります。もしこの薬が適切に継続投与されれば、感染者の寿命を延ばすことはできますが、完全に治すことはできません。

### 4. HIV 感染を予防するための ABC って何？

HIV 感染予防を呼びかけるため、「Abstain(セックスを慎むこと)、Be faithful(誠実であること)、use a Condom(コンドームを使用すること)」というスローガンがよく使われています。しかし、この ABC 方式は、15 歳から 25 歳の何万という女性たちの感染予防には年々役立たなくなってきています。それは、女性たちが ABC 方式を実行しないからではなく、そこには男性の性行動や女性の人権を尊重することの欠如など、複雑な理由が絡んでいます。詳しくは、11 番を見てください。

### 5. 彼や夫とだけセックスをする場合や、よく知っている人とセックスする場合、コンドームをしなくても大丈夫？

いいえ。多くの女性たちが夫もしくはただ一人のセクシャルパートナーから感染しています。また、誰かをよく知っているからと言って、その人の HIV との関連状況がつかめるわけではありません。

## 6. コンドームは HIV 感染から守ってくれますか？

はい。コンドームは98%感染予防に効果的です。

## 7. HIV 検査で陰性であっても、なおかつ陽性ということがありますか？

はい。HIV 検査は血液中のウィルスへの抗体を検知します。抗体が生成されるには、3 ヶ月～6 ヶ月かかります。もし検査時期が、抗体生成前の空白期であれば HIV 陰性の結果が出てても実際は陽性である可能性があります。この期間にセックスをすれば、他の人に HIV をうつすこととなります。

## 8. 女性のほうが男性よりも HIV に感染しやすいの？

はい。女性生殖器官は男性器よりもさらされる表面積が大きいため、感染しやすい傾向があります。膣性交の場合、男性から女性への HIV 感染は、女性から男性への感染の約 2 倍です。

## 9. 赤ちゃんたちは母親から HIV 感染するのでしょうか？

はい。母子感染(Mother To Child Transmission, MTCT)は、妊娠・出産・母乳を通して起こります。出産時の母子感染は、帝王切開手術をすることで防ぐことができます。母乳に代わる栄養補給と抗ウィルス薬投与により、母子感染の危険を減らすことができます。母乳は与えやすく栄養価も高いので、子どもの生存力を強めるものとして推奨されていますが、HIV は母乳を通して感染しやすいのです。

## 10. 性行為以外に HIV に感染する場合はありますか。

はい。麻薬注射針のまわし打ちや、感染した血液の輸血などにより感染します。

## 11. 感染予防のための ABC は、なぜ通用しなくなってきたのですか。

なぜ、セックスを慎み、特定の人とだけ、コンドームを使ってセックスしても、HIV の感染を防げないのか。

### **A(セックスを慎むこと)**

女性自身がセックスを慎む心構えでいても、女性は、望まないセックスを強要される危険に常にさらされています。世界の女性たちの約 20%は、最初のセックスは強要されたものだったと報告しています。アムネスティー・インターナショナルは、世界の女性たちの 5 人に 1 人はレイプまたはレイプ未遂の被害にあうと推定しています。レイプという暴力は別としても、あなたやあなたの女友だちは、彼からセックスを無理に迫られたり、コンドームを使わないセックスをお願いされたことはありませんか。そのような状況で、HIV 感染を防ぐために、若い女性から「いやだ」と意思表示することは容易ではありません。また、意思表示をしても、その気持ちは尊重されず、結局望まないセックスを強要されるということが、日常的に起こっており、女性の HIV 感染率は上昇し続けています。

### **B(誠実であること)**

国連エイズ合同計画は、既婚の若い女性のほうが、同年代の性行動の活発な女性たち

よりも HIV に感染しやすい傾向があると報告しています。よって、たとえ結婚前は処女で、結婚後は夫とだけセックスをするという女性であっても、夫が HIV 陽性であれば感染してしまいます。単に 1 人のパートナーに誠実であることは、HIV 感染を避ける有効な方法ではないのです。その 1 人のパートナーがすでに HIV 陽性かもしれないのに、一方の誠実な妻は、信頼の名の下、感染リスクの高い性行為に対してあまりにも無防備であるからです。信頼は良い関係作りには役立ちますが、若い女性を HIV 感染から守ることににはならないのです。

### **C(コンドーム、または女性用コンドームを使用すること)**

コンドームは、HIV 感染や他の多くの性感染を避けるのに有効なものとして推奨されています。では何故みんながこれを使うとは限らないのでしょうか？まず、多くの若い女性たちにとって、コンドームの箱をもってレジに行くということは、まだまだ抵抗がある行為です。レジやまわりの人に「ふしだらな女性」というレッテルを貼られかねません。また、最近は女性用コンドームもありますが、値段が高い上ほとんど手に入りません。また、夫や恋人にたいして、「コンドームを使って」と切り出すことは、ともすれば、相手を信用していない言葉と捕らえられ、ふたりの関係が悪化したり、暴力の火種になりかねません。また、もしパートナーが「性感が悪くなるからいやだ」といったらどうしますか？

若い女性たちは、このような会話の落とし穴にはまることを避けて、良い結果を生み出す方法を身につける必要があります。

### **その他の要因**

紹介したこれらのことが、HIV 感染予防のすべてというわけではありません。世界を見渡すと、若い女性たちの選択の自由は、貧困・教育の欠如・情報格差・抑圧的なジェンダー規範などによって、ずいぶん制限されているのです。若い女性たちにとって HIV 感染を避けることは、ABC 方式のように簡単なものではないことは明らかです。けれども、このような課題を理解することで、私たちはそれらに十分取り組み、対処できるようになるのです。



## HIV & AIDS と共に生きる社会をめざして

2004 年国連エイズ合同計画の推定によると、世界の 76 万人の若い女性たちが HIV に感染しています。15 歳から 24 歳の女性たちの大半は 35 歳を迎えることなく亡くなります。しかし、HIV 感染女性たちの早過ぎる死を嘆き続けてばかりはいられません。このような状況を変えるために、一人ひとりができることはないでしょうか。

まず、感染女性たちに、よりよい医療・保健サービスや、栄養のある食べ物をもっと提供できる方法はないか考えてみてください。抗レトロウィルス薬 (ARV) や良質の医療・保健サービスが提供できれば、母子感染も防げ、感染女性たちの健康を改善でき、命も延ばすことができます。しかし問題は、世界の多くの女性たちが貧困や差別・政府の無理解などにより、このようなサービスを十分に受けることができていないことです。

また、HIV や AIDS に関する正しい知識を身につけ、社会にはびこる HIV 感染者に対する差別や偏見を、どのようにすれば取り除けるか考えてみてください。HIV に感染した多くの女性たちは、たとえ治療を受ける環境にいても、周囲からの差別や偏見を恐れ、自分の状況を明らかにできず必要な助けを得られないままです。この差別は医療関係者の中にもあります。もし、HIV 感染を告白すれば、彼女たちは職を失い、医療スタッフには蔑まれ、住む家も家族も友だちも失ってしまうかもしれません。HIV に感染した女性たちは、病気と偏見という二重の苦しみを背負って生きているのです。

HIV に感染したことによって、その女性が、当然に見下され、腫れ物のように扱われ、適切な治療を受ける権利を制限されてよい理由はどこにもありません。その女性は「HIV 感染者」という前に、一人の尊厳をもった「人間」なのです。HIV および AIDS という問題を完全になくすことは、おそらく無理でしょう。しかし、その拡大を食い止め、うまく共存していく道はあります。HIV に実際に感染しているか否かに関わらず、すべての人が、HIV に対する正しい認識をもち、差別や偏見を取り除く活動に一步踏み出すことが、いま必要とされています。

## ワークショップ: HIV と AIDS についてみんなで考えてみよう

このセクションでは、HIV と AIDS について正しい知識を身に付ける大切さや、自分の HIV 状況を知る大切さを実感できる簡単なワークショップをご紹介します。

**タイトル: HIV の拡大を知ろう ゲーム「始めまして！」**

**参加者数: 10~20 人、所要時間: 約 1 時間**

### 目的:

HIV と AIDS に関するいくつかの誤解を解き、HIV はいかに早く人々の間に広まっていくか、それを予防するために、正しくいつもコンドームを使うことがいかに大切かを参加者に知ってもらおう。

### 必要なもの

ファシリテーター(ワークショップの進行・まとめ役) 1 名、小さな紙(参加者全員分)、ペン、輪になって座るときの椅子、コンドーム、(あれば、女性用コンドームも)

### 準備:

①ファシリテーターは、紙に次のアルファベットを枚数分書き、書き終えたら中が見えないようにして折っておく。

「X」=2枚、「C」=2枚、(女性用コンドームがあれば、「FC」=1枚)、「N」=残り全部

②椅子を輪に並べて、座ってもらう。

### 【注意】

それぞれの意味は、X(HIV 陽性)、C(いつも正しくコンドームを使用)、FC(いつも正しく女性用コンドームを使用)、N(予防手段無し)であるが、配布時には参加者に意味は伝えない。

### ワークショップの概要:

参加者は輪になって座り、ファシリテーターから 1 枚ずつ紙を受け取ります。中身を確認し、ゲームが終わるまで他の人には秘密にします。

次に参加者は輪の中を歩きまわり 3 人の人と握手をします。握手を求められて拒否することもできますが、席に着く前に必ず 3 人の人と握手をしなければなりません。全員が席に着いたら、ファシリテーターは紙に書かれている文字の意味を明かします。参加者の反応を中心に議論を進め、質問に答え、自分の状況を知ることの大切さに気付いてもらいます。

### ファシリテーターの手順、進行:

1. 参加者に1枚ずつ、折りたたんだ紙を渡します。
2. 紙に何が書いてあるか他の人には見せないように注意します。ゲーム終了後に文字の意味を教えます、と参加者に伝えます。
3. 参加者に、輪の中を歩き回り3人の人と握手をするように指示します。近づいてきた人との握手を拒否することもできますが、着席前に少なくとも3人の人とは握手しなければならぬと伝えます。
4. 全員が席に着いたら、握手は性行為の意味だったと伝えます。
5. Xと書いた紙を持っている人に立ってもらい、その2人は自分がHIV陽性だと気付いていない人たちであると説明します。
6. この2人と握手をした人全員に立ってもらい、今立っている人はHIV陽性になっていて、それを知らない可能性があることを説明します。
7. その中でCと書いた紙を持っている人はいないか尋ねます。もしあれば、その人たちはコンドームをいつも正しく使っている人たちなので、座ってもらいます。(次に、FCと書いた紙を持っている人はいないか尋ねます。もしあれば、その人たちは女性用コンドームをいつも正しく使っている人なので座ってもらいます。)
8. まだ立っている人たちの中で、最初に握手をした人が、Xの2人のうちの一人だった、という人はいないか尋ねます。「はい」と答えた人は、初めのたった1回の性交でHIVに感染していること、しかも女性のほうが男性よりも生物学的により感染しやすいことを伝えます。
9. 再び、今立っている人と握手をした人に立ってもらい、そのなかでCかFCを持っている人には座ってもらいます。
10. もう一度、今立っている人たちと握手をした人で、CかFCの人以外は全員立ってもらいます。
11. 最後になると、ほとんどの人が立っているはずですが、その人たちは全員HIV陽性であると説明します。動揺がしばらく収まるまで少し時間をおいてから、みんなに座るよう促し、次の話し合いのポイントを参照しながら議論を導きます。

## 話し合いのポイント

以下のポイントについて、ファシリテーターは議論を進め、情報提供し、まとめへと参加者を導きます。

- ▼ 参加者に、HIV 陽性または陰性であることについてどう感じたか尋ねる。
- ▼ このゲームで驚きだったことは何か。このゲームで特に見えてきたことは何か。
- ▼ 1回の性行為で感染することがあることを強調する。女性が男性よりいかに生物学的に感染しやすいか説明する。
- ▼ HIV は性産業で働く人や不特定多数の相手とセックスする人、同性愛の男性だけに感染するものではないことを強調する。
- ▼ 検査を受けることについて今どう感じているか。検査を受けることへの抵抗感はあるか。
- ▼ 自分の状況を検査によって知ることの重要性について。
- ▼ HIV 陽性の場合、すみやかに、とるべき基本的なステップを踏まなければならないこと。
- ▼ 検査結果が陽性であっても、正しい情報を知ること、予知行動やよりよい健康ケアができるようになること。
- ▼ 告知されてからの感情を受け止めていく方法を見出すこと。信頼できる人に話す、など
- ▼ HIV 検査では、血液中のウィルスに対する抗体を検知して陽性か陰性を判断するものですが、抗体が生成されるまでに少なくとも3カ月はかかるので、この期間に検査を受け陰性であっても、後に陽性の判断が出る可能性があること。この空白期間にセックスや注射針の回し使い、輸血などを行うと感染が広まる恐れがあること。
- ▼ 抗レトロウィルス薬による薬物療法により、HIV の働きを抑えられること。しかし、薬を飲まなかったり、遅れて飲んだりすると、治療レベルが低下してしまう。
- ▼ 夫婦で子どもが欲しい場合、自分の健康状態を知ること、子どものHIV感染を予防することができること。また親が陽性でも、妊娠中の治療や母乳制限でHIVの母子感染は防ぐことができること。
- ▼ どこでHIV検査が受けられるかを、参加者が周知しているか確認する。若者がHIV検査やそれに続く治療を受ける際の障害となっている問題を考える。例えば、若者が、両親の承諾なしに自主的に相談や検査を受けることができないこと、など。
- ▼ 前向きな気持ちを持ち続けること。HIV 陽性だからといって世界が終るわけではなく、健康を保ち、仕事を続け、生活を送ることができること。
- ▼ HIV 感染から自分の身を守る方法、安全なセックス、自制を求める交渉の仕方について情報提供する、考える。
- ▼ コンドームや、女性用コンドームの入手先や、正しい保存や装着の方法について学ぶ。

- ▼ HIV 感染の危険なしに性を楽しむ方法について話し合う。例えば、男性、女性用コンドームを使う、キス、相互マスターベーション、など。セックスそれ自体は自然であり、汚いものではないことを参加者に理解してもらう。
- ▼ 特に無防備なアナルセックスは HIV 感染リスクの高い行為であり、単に膣挿入ではないから安全だとみなすべきでないという理解を徹底させる。
- ▼ 女性から男性へのオーラルセックスは、逆の場合より危険であること。なぜなら、膣液より精液のほうに HIV が多く存在するから。
- ▼ 友人や兄弟姉妹が仮に HIV 陽性だったら、どう反応するか。
- ▼ HIV 陽性の女性たちの、性の権利について。

### 行動しよう

感染を予防したり、HIV 感染と AIDS 発症の影響下にある人々を支援する方法はたくさんあります。次のアイデアを読んで、自分の考えも加えて、行動を起こして下さい。すべての行動は、大きくても小さくても、必ず変化をもたらします。世界をより良く変化させる力が、あなたにはあります。

自分の HIV に関する状況を知ってください。もし陽性であれば、十分に生産的な人生を生きることに自分を懸けてください。もし陰性であれば、感染から身を守るためにあなたができるすべてを行ってください。

あなたの兄弟姉妹や友人たちに、男性用・女性用コンドームの使い方を教えてあげてください。

HIV と AIDS と共に生きている人への差別に反対するよう、教会・学校・職場で話して下さい。

学校長に、若者のための AIDS 啓発ワークショップを行うよう頼んでください。

地域にある HIV 陽性の女性たちの会とコンタクトを取り、一緒にできることを探してみてください。

## 他国の活動紹介 ボツワナ:ピアカウンセリング

ボツワナ YWCA は、若者に HIV 感染予防のスキルを備えさせる活動をしています。PACT—Peer Approach to Counseling by Teens(10 代の若者たちによるピア手法カウンセリング)という名称のカウンセリングプログラムを通して、1990 年以降 2 万人以上の若者たちを訓練し、同世代の若者に HIV と AIDS に関するアドバイスや情報、サポートを提供できるようにしてきました。

最初の研修プログラムで参加した若者たちは、自尊感情・自己管理・価値や目標の設定について見つめなおし、HIV と AIDS 関連や一連の性と生殖に関する健康問題についての知識・情報を得ます。さらに参加者は、同世代の若者たちに行動を良い方向へ変えるよう促す力を養成す

るために、チーム形成力・カウンセリング手法・自信・問題解決力やコミュニケーションスキルを身につけます。男性や男の子たちには、ジェンダー不公正をなくしていくための要の役割があることから、男子・女子同数の若者たちをピア・カウンセラーとして訓練します。

PACT の卒業生たちは、自分の地域や学校で、自分たちが受けた研修課程を実践しながら、身につけた知識やスキルを人々へ伝えていくのです。月例会合が開かれ、そこで活動を評価したり、課題を述べたり、社会を巻き込む手法やプロジェクト推進スキルなどを身につける卒業研修を受けたりもします。PACT はナミビア・ジンバブエ・ケニアなど、ほかの国にも同様のプログラムを広げていくモデルとして貢献しています。国連は、このプログラムにより、ボツワナの若者たちに流行していた HIV 感染が減少したことを高く評価しています。

## 世界の HIV と AIDS 関連最新情報

### もっと詳しく知りたい

- 国連エイズ合同計画(UNAIDS) [www.unaids.org](http://www.unaids.org) または各国 UNAIDS 支局事務所
- 国連人口基金(UNFPA) [www.unfpa.org](http://www.unfpa.org) または各国 UNFPA 支局事務所
- HIV および AIDS と共に生きる女性の国際コミュニティー [www.icw.org](http://www.icw.org) または各国同組織連絡先
- 国連女性開発基金(UNIFEM)のジェンダーと HIV&AIDS  
[www.genderandaids.org](http://www.genderandaids.org) または各国 UNIFEM 支局事務所
- 国連児童基金(UNICEF) [www.unicef.org](http://www.unicef.org)
- アムネスティ・インターナショナル [www.Amnesty.org](http://www.Amnesty.org)
- 世界エイズデー・キャンペーン <http://www.worldaidscampaign.org/en>
- 世界 YWCA [www.worldywca.org](http://www.worldywca.org)
- HIV と AIDS 対策開発と啓発のためのナショナル・エイズ・トラスト  
[www.areyouhivprejudiced.org](http://www.areyouhivprejudiced.org) または各国の HIV と AIDS 担当の政府機関
- AIDS.ORG [www.aids.org](http://www.aids.org) または地域の保健センター
- The Body [www.thebody.com](http://www.thebody.com). または、学校の生物の先生や保健の先生
- Staying Alive [www.staying-alive.org](http://www.staying-alive.org) または地域の HIV 相談および検査センター

### 参考・抜粋:

『もしも誰にもうちあけなかったら』(2007、日本 YWCA)

“If I Kept It to Myself” (2006, World YWCA)

“Empowering Young Women to Lead Change” (2006, World YWCA)

世界エイズ・デー ワークショップ・マニュアル  
HIVとAIDSを知って、行動をおこそう

---

翻訳・校正協力 俵恭子・福嶋由里子

2008年11月発行

発行 日本YWCA

編集 日本YWCA 国際コミュニケーション・チーム

〒106-0008 東京都新宿区三栄町6番地12 2階

TEL:03-5367-1872 FAX:03-5367-1873

E-mail:office-japan@ywca.or.jp

---