

沖縄のHIV陽性のみなさまへ

ぽーと・ぷらす (沖縄・陽性者ミーティング) かわら版



次回 (第40回) は、2021年4月17日 (土)

14時~16時30分を予定しています。

◆ぽーと・ぷらすって何？

「こういうとき、ほかのポジティブの人はどうしているんだろう…」
「ほかの陽性の人と話がしてみたい」

そのような声を受けて、2010年から3カ月に1回のペースで当ミーティングがおこなわれています。参加人数は平均5名と話しやすく、初参加のかたも含めてお互いを認め合う雰囲気があります。もちろん、1度だけの参加でも、聞いているだけでも大丈夫です。今後も、**毎回を新たな始まりとして、【他の当事者と安心して居られるような場】**を継続していく予定です。



◆前回 (2020. 7. 18) の参加者からのメッセージ (抜粋)

- ・ 知らない誰かと、心の重荷を開放し合えると、気持ちが楽になりますよ。
- ・ 一度は勇気を出して参加し、その後にまた考えたらいいと思います。
- ・ 気軽に、参加してください (お茶会感覚で)。
- ・ 何でもべらべら話すと、すっきりするよ。
- ・ コロナで大変な時期だからこそ悩んでいることがあれば勇気をもって出席してほしい。

あなたのペースでどうぞ。



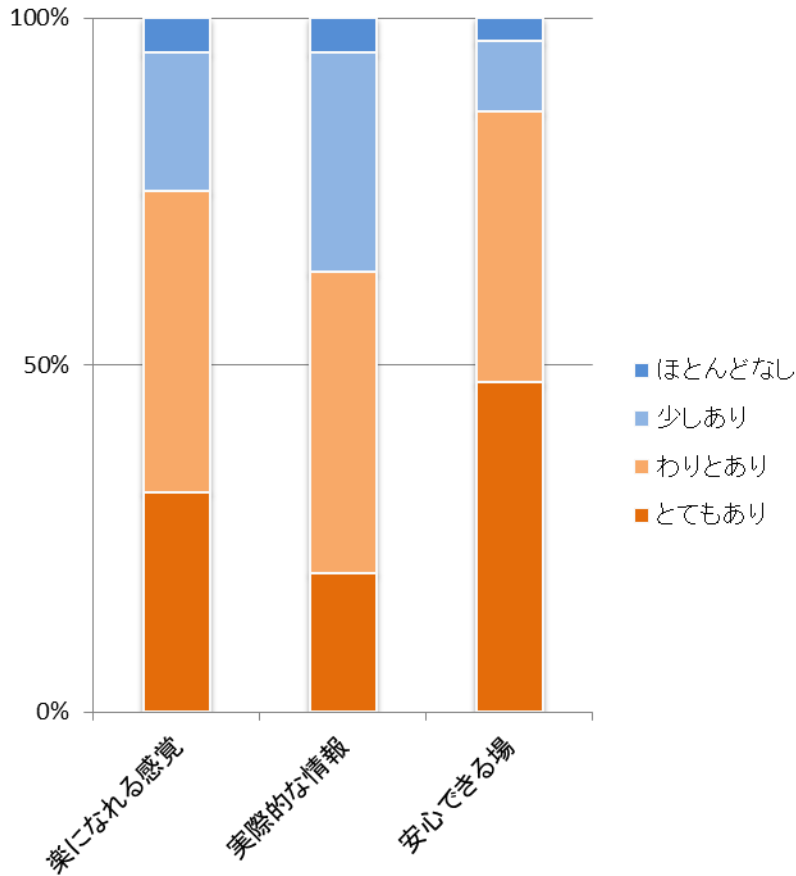
会場の一例

参加対象は、沖縄県内のHIV/エイズ診療拠点病院を受診しているHIV陽性の人であり、セクシュアリティや感染経路は問いません。申し込み方法を含めた詳しい「ご案内」は、**受診時に診療チームからお受け取りください。**

沖縄県公認心理師協会HIVワーキンググループ

ぽーと・ぷらす 参加者アンケートの結果（抜粋）

1. 参加することで得られそうな3項目 （第1～10回 のべ60名分の累計）



好意的な評価（オレンジ系の部分）が過半数を占めており、特に「安心できる場」を得られたと感じておられる参加者が多いです。

2. 前回（2020. 7. 18）の参加者の声 （参加者から了承を得て掲載しています）

自由意見 今回	<ul style="list-style-type: none"> ・今の起きている内容が話せてよかったと思う（コロナetc）。 ・日常生活を送る上でのプライバシーに対する考え方や気にするポイントが、それぞれ大きく差があるなどおもった。 ・不安だったことを話せて安心しました。情報もあり助かりました。 ・対面（リアル）でミーティングが久しぶりで緊張してたりドキドキを感じたりしてました。zoom（オンライン）では感じられない、配慮を感じられました。 ・他の人の意見をもっとききたかった（自分たちだけがしゃべっている気がして）。
日常に戻って していきたい事	<ul style="list-style-type: none"> ・コロナ対策。予防。＼オンライン（zoom）ミーティングを活用してつながりを増やしてゆく。＼変わらない生活。＼健康管理・維持。＼今は、自分の身の回りのことをやるだけで精一杯。健康に気をつけて日常生活が送れるようにしたい。＼仕事以外ではzoomは使った事がないが、自宅でもチャレンジしてみるかも。
自由意見 次回以降	<ul style="list-style-type: none"> ・HIVとマインドフルネスの話が聞きたい。チェックイン、チェックアウト、瞑想体験コーナーがあればいいな。 ・もしかすると、離島の方など、zoomを試験的に試すことで参加できる可能性もあるのかも、と思っています。40回記念は盛大に！ ・今回もそうですが、明るく笑顔にもなれたので、楽に感じることもありました。

この場には、メンバー同士の「オンラインでは感じられない配慮」がありますね。

