

「恋愛の数だけHIVを語ろう」

H25年度世界エイズデーキャンペーンテーマ

「世界エイズデー」は世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に1988年に策定され、毎年12月1日を中心にエイズに関する啓発活動が世界的に行われています。

エイズは誰でも感染する可能性のある身近な問題です。長野県内の届出事例の特徴としては、

- 最近では日本人が約7割を占めていること。その日本人の年齢層は20歳代から中高年層まで幅広いこと
- HIVの感染（20歳代）には気付かないまま、エイズの発症後（40・50歳代）に発見されるケースが多いこと
- 感染原因の約8割は「異性間の性的接触」であること

また、全国と比較すると平成19年から増加傾向となっています。



平成25年度啓発ポスター

HIV感染は正しい知識を持ち、行動することで防ぐことができます

検査のすすめチェック！～1コでも✓がついたら、検査に行こう～

- コンドームを使わないセックス（性行為）をしたことがある
- コンドームは途中からしか使わない
- カレシ・カノジョは以前に別の人と付き合っていた（かも?）
- 自分は以前に別の人と付き合ってきた
- 気になる症状があるけど、放っておいた

※検査についての詳細は各保健所で匿名にて相談いただけます。



聞いたことありますか？ “友だち地獄”～「空気を読む」世代のサバイバル～

夏頃、このような題の研修会へ参加してきました。「誰からも傷つけられたくないし、傷つけたくもない。そういう繊細な「優しさ」が、今の若い世代の生きづらさを生んでいる。」と講演してくれた土井 隆義先生は同題の著書の中でも話していました。「浮かない」ように「周囲の空気」を読む世代。エイズも、恋愛も、語り合える関係を築いていきたいものです。疾病予防にも含まれる内容ですが、こころの健康にも大きく関わってくる内容です。様々な年代、ライフステージの課題も背負いつつ、疾病から自分を守るためにもこころの健康は大変重要なものとなってきます。

次回は……

今回の保健ニュースでは、『健康たてしな21(第2次)』3つの柱の最後、「社会生活を営むために必要な機能の維持と向上」についてお話します。これは、子どもからお年寄りまで生涯を通じ、こころの健康を支える社会作りを目指すための柱となります。年末年始いつもより、プラス10分家族、友人、ペットと向き合ってみてはいかがでしょうか。いつもは語れなかった「実はさ…」が出てくるかもしれません。こころは身近な安心できる場所があると元気でいられるのかもしれませんがね。

さて、今年も残すところ今月のみとなりました。体調が変化しやすい時期でもあります。

『手洗い・うがい』、今すぐ無料で！誰でも！簡単に出来る健康の素!! 是非お試しください。