


ともに生きるために

HIV / AIDS



 東京都

目 次

①	今、HIV/エイズは…	2
②	HIV/エイズについて	3
③	どうやって感染するの?…感染経路は3つだけ	5
④	どうすれば予防できるの?	6
⑤	性行為による感染を防ぐには?	7
⑥	HIV/エイズの相談と検査は?	9
⑦	もし HIV に感染していたら	11
⑧	社会で活躍する HIV 陽性者	12
⑨	ともに生きるために	13
⑩	東京都内の保健所等における HIV 検査・相談	15
⑪	東京都や団体等での電話相談	17
⑫	情報サイト・情報スペース等	18



レッドリボンとは

レッドリボンは、あなたがエイズに関して偏見をもっていない、エイズと共に生きる人々を差別しないというメッセージです。

このレッドリボンの意味を知り、レッドリボンを身につけることによって、エイズのことをみんなで考えましょう。

1 今、HIV/エイズは…

世界では

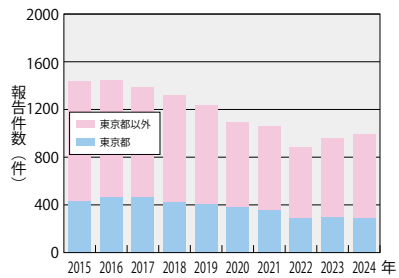
HIVとともに生きている人が4,080万人、新たにHIVに感染した人が年間130万人、エイズに関連する疾病により死亡した人が年間63万人います。
(2024年末時点、推計値、UNAIDS「ファクトシート2025」)



(1981年アメリカで初めてエイズ患者が報告されました。)

日本では

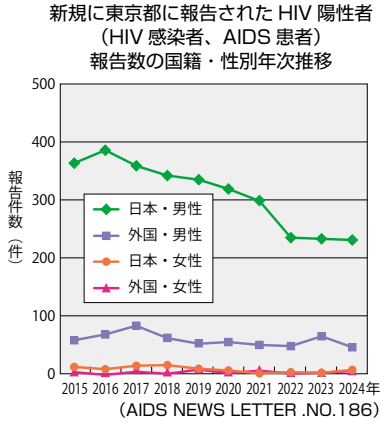
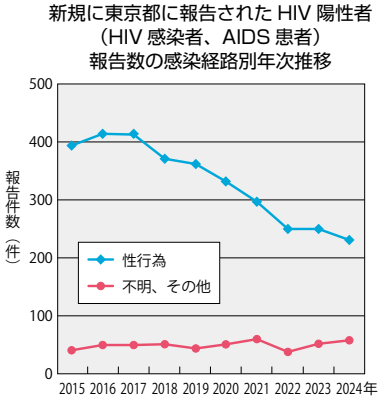
2024年に新たに報告された数は994件で東京都(289人)が約29.1%を占めています。
累積 HIV陽性者(AIDS患者・HIV感染者) 報告数36,375人
(2024年末時点、厚生労働省エイズ動向委員会)



- ・ HIV 陽性者: HIV に感染している人 (エイズ発症の有無を問いません。)
- ・ HIV 感染者: HIV に感染し、エイズを発症していない人

感染経路・国籍の動向 (東京都)

- 性行為による感染が多くの割合を占めています。
- 日本国籍男性の報告が多くの割合を占めています。



(AIDS NEWS LETTER .NO.186)

② HIV/エイズについて

HIV/エイズ (AIDS) とは

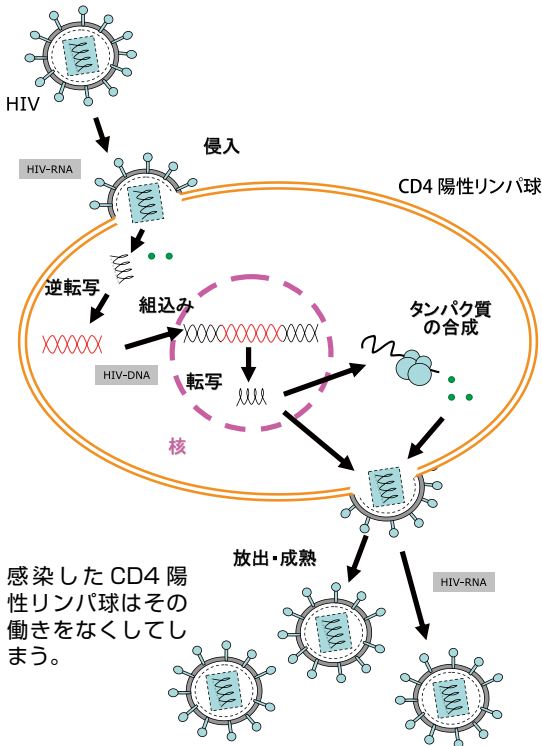
HIVはウイルス名

Human Immunodeficiency Virus (ヒト免疫不全ウイルス)

エイズ (AIDS) は HIV に感染することでおこる病気

Acquired Immunodeficiency Syndrome (後天性免疫不全症候群)

〈HIVはヒトのCD4陽性リンパ球を使って増えていく〉

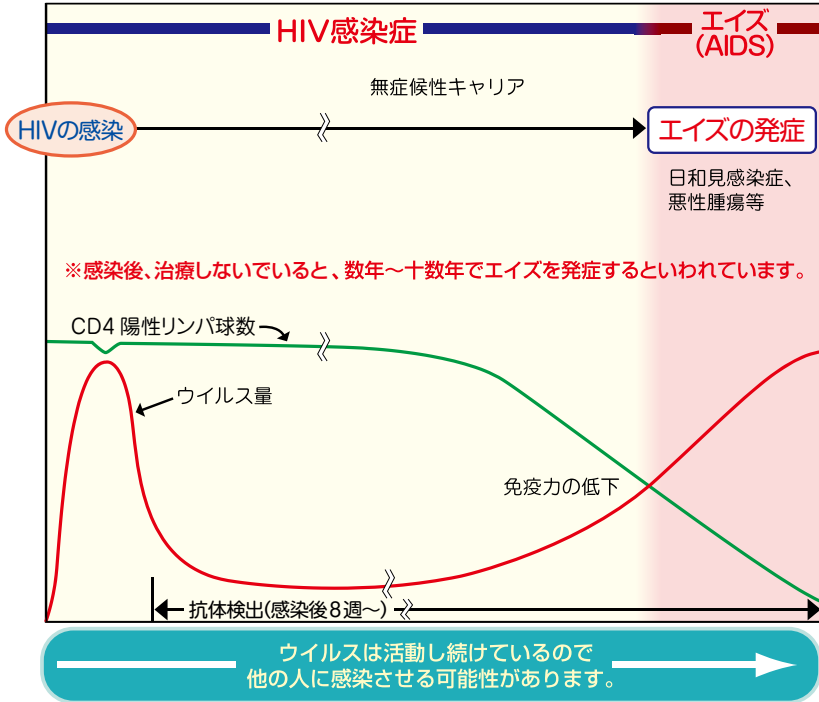


私たちの体には、ウイルスや細菌、カビなどの病原体から体を守る「免疫」という仕組みがあります。HIVは、主に人間の免疫力の中心的な役割を果たすCD4陽性リンパ球に感染し、これを破壊します。その結果、**日和見感染症**が引き起こされます。

感染したCD4陽性リンパ球はその働きをなくしてしまふ。

CD4陽性リンパ球：血液中の白血球のひとつヘルパーT細胞と呼ばれ、免疫システムの司令塔的役割を果たします。

HIVに感染してからの経過（未治療の場合）



HIVの感染 と エイズの発症 は違います。

HIVの感染 とは 体の中に HIV（ヒト免疫不全ウイルス）が存在している状態をいいます。自覚症状がほとんどないので、本人が気づくことは困難です。

エイズの発症 とは HIV 感染により免疫力が低下し、**日和見感染症**や悪性腫瘍の症状が現れることです。（エイズの指標疾患としてカンジダ症、ニューモシスティス肺炎等、23種類が定められています。）

ひよりみ 日和見感染症って？

体の免疫力が低下していると、健康な時には体の中に入っても病気を起こさないような弱い病原体が病気を引き起こすことがあります。このような病気を日和見感染症といいます。エイズ以外にも体の弱った高齢者や抗がん剤の投与等で免疫力が低下している人にも起こります。

3 どうやって感染するの？…感染経路は3つだけ

HIVは、感染している人の血液、精液、膣分泌液、母乳に主に含まれ、粘膜や傷口を通して人の体に入り、感染を引き起こします。

<p>性行為による感染 (もっとも多い)</p>	<p>性器や肛門、口や舌を使った性行為による感染</p>
<p>母子感染</p>	<p>感染している母親から胎盤、産道、母乳を介して赤ちゃんに感染</p>
<p>血液感染</p>	<p>麻薬や覚せい剤を、感染者と同じ注射器で回し打ちすることなどで感染</p>

- HIVは、唾液や尿からは感染しません。
- HIVの感染力は非常に弱いものです。熱や消毒にも弱く、人の体の中に入らなければ生きていけません。
- 家庭や学校、職場での日常生活では感染しません。

こうしたことでは感染しません

せき・くしゃみ、同じ鍋をつつく、コップの回し飲み、ハグや軽いキス
 涙、汗、握手、トイレ・風呂やプールの利用
 理容・美容院の利用
 蚊などの昆虫、ネコやイヌなどのペットを介して



同じ鍋をつつく



せき・くしゃみ



トイレ



風呂やプール



蚊

4 どうすれば予防できるの？

性行為による感染の予防
無防備な性行為を避ける（⇒詳しくはP7へ）

母親から赤ちゃんへの感染の予防
妊娠前、または妊娠中のできるだけ早い時期に感染の有無を確認し、出産前から適切な医療を受けることにより、赤ちゃんへの感染確率を低くすることができます（1%以下）。

血液感染の予防
・注射の回し打ちはもちろん、麻薬、覚せい剤などの薬物を使用しない
・血液がつく可能性があるカミソリ、歯ブラシ、ピアスなどを共用しない
・血液が皮膚や衣服などについたときは、流水でよく洗い流す
※血液には、HIVに限らずいろいろな病原体が含まれている可能性があります

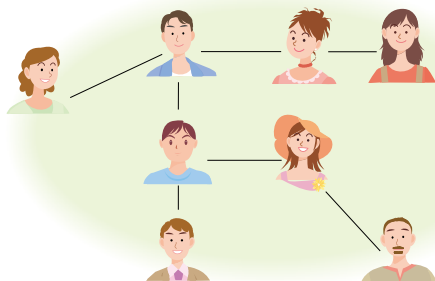
Q&A

- Q オーラルセックス（口腔性交）で感染する可能性はありますか？
A 口腔内でも口内炎などで粘膜に傷があると、感染の可能性があります。
- Q 一度だけの性行為で感染することがありますか？
A 1回の性行為で感染する確率は、0.1～1%程度とされていますが、1回の性行為で感染した人もいます。HIVの感染を防ぐためには、コンドームを正しく使いましょう。
- Q HIV陽性者を治療している医療機関に、診察を受けに行っても感染しませんか？
A 感染しません。院内の感染予防対策は適正に行われています。診察室が同じでも感染しません。
- Q 学校、保育園、幼稚園では感染しませんか？
A 日常生活では、感染しません。HIV陽性者がけが等で出血した時には、感染を考慮した対応が必要となります。

5 性行為による感染を防ぐには？

HIVの感染予防には、コンドームを正しく使うことが有効です。

- ノーセックス (NO SEX) …セックスをしない
セックスをしないことも予防のための大事な選択肢のひとつです。
- セーフセックス (SAFE SEX) …安全なセックス
今は特定の相手しかいなくても、過去に他の人と性行為があれば過去のパートナーからの感染の可能性があります。二人とも感染がないことを確かめておくことが大事です。
- セーファーセックス (SAFER SEX) …より安全なセックス
コンドームを正しく使うことが有効です。



HIVに感染しても自覚症状がない場合もあるため、過去のパートナーからの感染も考えられます。この中の誰かがHIVに感染していて無防備なセックスをした場合、この図の中の全員がHIVに感染する可能性があります。

性行為って何？

HIVが感染する可能性がある性行為は次のような行為を言います。

- 膣性交
- 口腔性交 (オーラルセックス) フェラチオ・クニニリングス
- 肛門性交 (アナルセックス)

<治療と予防に関する新たな考え方：「T as P」「U=U」>

- T as P (ティー・アズ・ピー、Treatment as Prevention)
「予防としての治療」という意味です。
「HIVの治療を適切に行えば、他の人への感染を減らすこともできる」ということが証明されています。
- U=U (ユー・イコール・ユー、Undetectable=Untransmittable)
「(ウイルスが) 検出されなければ感染させない」という意味です。
「HIVの治療を受けて、血液中のウイルスが継続的に検出されなくなれば、性行為でも他の人へ感染させることはない」ということが証明されています。
ただし、コンドームの使用は、他の性感染症を防ぐためにも有効です。

コンドームの正しい使い方

男性用

- ①コンドームを傷つけないように取り出す。
 ②精液溜まりを軽くつまみ空気を抜く。
 ③勃起したらすぐに、ペニスにかぶせる。
 ④射精後はペニスが小さくなる前に抜き、ティッシュなどに包んで捨てる。



PrEP (プレップ)、PEP (ペップ) って何?

PrEP (曝露前予防内服、Pre-Exposure Prophylaxis) :

セックスする前から抗 HIV 薬を服用し、HIV に感染するリスクを低下させる予防策のことです。毎日継続して服用する方法を「デイリー PrEP」、セックスの前後に定期的に服用する方法を「オンデマンド PrEP」といいます。PrEP を行うには、定期的な HIV 検査等が重要です。

PEP (曝露後予防内服、Post-Exposure Prophylaxis) :

HIV に感染したかもしれない行為の後に抗 HIV 薬を服用し、HIV に感染するリスクを低下させる予防策のことです。

Q&A

Q ビルを飲んでいれば HIV に感染しませんか？

A ビルはあくまでも避妊薬で、HIV の感染を防ぐ薬ではありません。HIV の感染を防ぐためにはコンドームの正しい使用が必要です。

Q 性行為で感染するのは、HIV だけですか？

A HIV 以外にも、性行為で感染する性感染症があります。他の性感染症 (STI) に感染していると、性器や泌尿器などの粘膜に炎症が生じて HIV に感染する可能性が高くなりますので、性感染症の予防も重要です。

★主な性感染症 (STI)

クラミジア感染症、淋菌感染症、梅毒、性器ヘルペスウイルス感染症
 尖圭コンジローマ、トリコモナス症、性器カンジダ症、毛じらみ症
 A 型肝炎、B 型肝炎、アメーバ赤痢など

※性感染症の予防にはコンドームが有効ですが、性行為以外でも感染することがあるので、コンドームの使用だけでは十分に予防できない性感染症もあります (梅毒、性器ヘルペスウイルス感染症、尖圭コンジローマ、トリコモナス症、毛じらみ症、アメーバ赤痢など)

詳しくは以下のサイト (東京都性感染症ナビ) をチェック。

<https://www.hokeniryō1.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/>

6 HIV/ エイズの相談と検査は？

不安があったら、相談と検査を

保健所（P15、16 参照）や東京都 HIV/ エイズ電話相談（P18 参照）では、「感染しているのではないか」といった不安や、「正しい予防方法が知りたい」など、さまざまな相談に応じています。プライバシーは守られます。匿名で相談ができますので、気になることがあれば、相談してください。

HIV に感染しても、症状がほとんどないこともあり、感染しているかどうかは検査を受けなければわかりません。気になることがあれば必ず HIV 検査を受けましょう。

HIV 感染を早い時期に知ることは自分にとって大切なことです。

- ・ 健康管理と早期に治療を開始することでエイズの発症を抑えることができます。
- ・ 心血管疾患、慢性腎臓病などの長期合併症を防ぐために、運動療法や食事療法、禁煙などの生活習慣の改善を行うことができます。

不安でもやもやしているより、検査に行っただけよかった。自分が感染していたらどうしようかと思うと不安で、HIV のことをなるべく考えないようにしていた。やっぱり、結果がわかった今のほうがずっと気持ちが楽になった。

…検査を受けた人の声から

Q&A

- Q 本人の知らない間に HIV 検査をすることはありますか？
 A HIV 検査は本人の同意に基づくことが原則です。

検査について

匿名・無料の HIV 検査は、「保健所」、「東京都新宿東口検査・相談室」及び「東京都多摩地域検査・相談室」で受けられます。検査所によって検査日が異なったり、事前予約が必要な場合があります。事前に電話などで確認してから受けてください。(P15、16 参照)

また、医療機関で受けることもできます(実名・有料)。

・検査方法

採血をして HIV に対する抗体の有無などにより HIV に感染しているかどうかを調べます。

通常検査では、結果は1～2週間後にわかります。

即日検査とは、陰性の結果がその日のうちにわかる検査法です。ただし、陽性又は判定保留(陰性か陽性か結果が出ない)の場合は確認検査を行い、結果は1～2週間後にわかります。

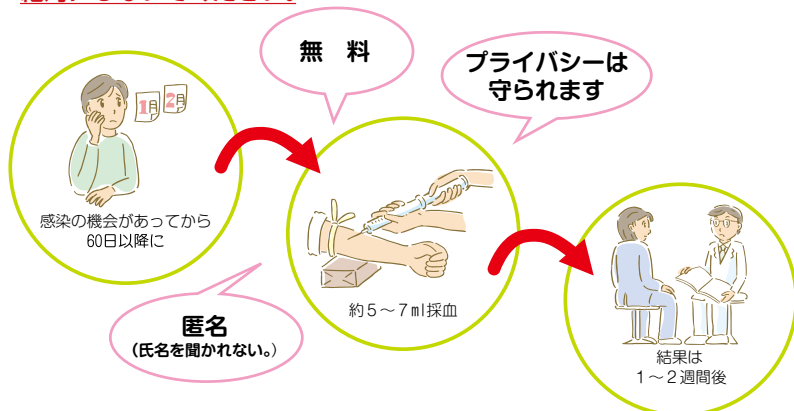
・検査を受けるタイミング

検査方法の違いなどによりタイミングが異なります。通常検査は感染の機会から60日以上、即日検査は90日以上経ってから受けることが望ましいです。

上記の期間を経過せずに検査した場合は、正確な結果が出ないこともあるため期間を経過した上で再度検査することが必要です。

※「保健所」、「東京都新宿東口検査・相談室」及び「東京都多摩地域検査・相談室」では、結果の証明書・診断書等は発行していません。

輸血を必要とする方への感染を防ぐため、HIV 検査を目的とする献血は絶対にしないでください。

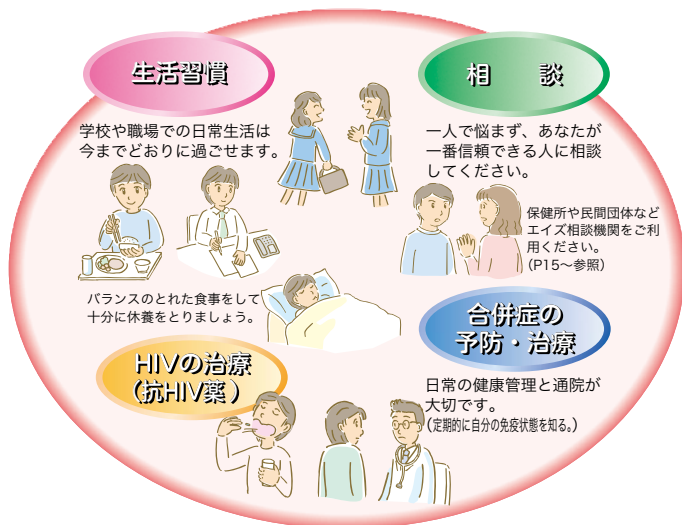


※通常検査の例です。

7 もし HIV に感染していたら

まず、告知を受けた施設で相談しましょう。

保健所や医療機関で、相談・カウンセリングを受けることができます。



治療方法は進歩しています…

早期発見と早期治療がとても重要です。

- 完全に治す薬はまだ開発されていませんが、複数の薬を組み合わせて継続的に服用することで、エイズの発症を抑えながら、感染する前とほぼ同じように生活することができます。
- 薬の進歩により、1日1回の内服が多くなっています。さらに、ウイルスがすでに十分抑制されていることが条件ですが、1～2か月に1回の注射による治療もあります。

Q&A

Q 家族が HIV 検査で陽性と言われました。どうすればよいのでしょうか？

A ご本人をはじめ、ご家族やパートナーなど周りの人にとってのもつらくショックなことだと思います。でもご本人をもっとも理解できるのは、家族やパートナーです。主治医や保健所なども相談に乗っているほか、NPO・NGO などが実施している相談窓口もあります。(→ P15～参照)
必要に応じてご利用ください。

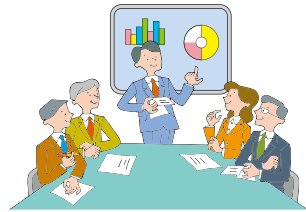
8 社会で活躍する HIV 陽性者

HIV に感染していても、治療をしながら、感染する前とほぼ同じように生活することができます。

しかし、多くの HIV 陽性者は、HIV / エイズに対する根強い誤解や偏見への不安から、必要がある場合でも HIV に感染していることを職場に告げられずにいます。

HIV / エイズについての正しい理解に基づいた、職場での少しの配慮があれば、働きやすくなる HIV 陽性者がたくさんいます。

HIV 陽性者が働きやすい職場は、例えば病気や障がいを持つ人など、全ての人にとっても働きやすい職場と言えます。



あなたの職場はいかがですか？

本人が HIV に感染していることを周りに告げていない場合は、他の病気の場合と同様、本人の同意を得ずに他の人に話してはいけません。

HIV 陽性者のプライバシー、人権を尊重しましょう。



Q&A

Q 同僚に HIV 陽性者がいます。何かできることはありますか。

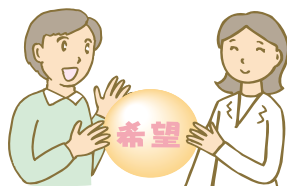
A HIV は日常生活の中では感染しません。また、HIV 陽性者の多くは、定期的に通院しており、病状はコントロールされています。本人からの申し出がない限り、特別な対応は必要ありませんが、他の病気と同様に、プライバシーを守ることや定期通院への理解をしめすことが、本人への大きな支援になります。

9 ともに生きるために

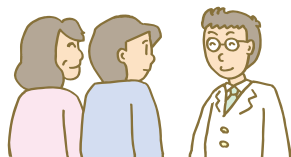
HIV / エイズを身近な問題として考え、正しく理解しましょう。私たち一人ひとりの中の、そして社会の中の根強い誤解や偏見をなくしましょう。

HIV 陽性者の声に耳を傾けましょう

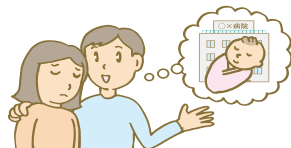
HIV 検査を受けてみたら陽性と分かった。初めはショックで何も考えられなかった。今思うと、「エイズ＝死」という先入観があったからかもしれない。陽性と説明を受けたときに紹介してもらった病院を、何日か考えたあとでようやく受診した。受診してみたら、治療のことだけでなく、精神的な不安や経済的なことまでカウンセラーなどからサポートしてもらえた。これからの生活についてじっくり考え、希望が持てるようになった。



入院した自分を心配して母親が病名を尋ねてきた。それまで隠していた HIV に感染していることやどうして感染したのかを、母親に初めて告白した。母親は最初ショックを受け、混乱していたが、主治医やソーシャルワーカーから説明を受けたりカウンセリングを続けるうちに、HIV について理解してくれるようになった。今ではさまざまな面で助けてもらっている。



好きになった女性が HIV 陽性だった。彼女と結婚しようと決めていたけれど、妊娠や出産はできないと思っていた。でも、パートナーや生まれてくる子供への感染リスクを下げて妊娠・出産する方法があると病院から聞いて希望が持てるようになった。



Q&A

Q HIV 陽性者に対し、私たちができることは何ですか？

A あなた自身、そして、家庭、学校、職場での正しい理解が必要です。

HIV 陽性者は、決して特別な存在ではありません。しかし、差別・偏見が存在することは、HIV 陽性者が生活していく上で大きな障害になってしまいます。

みんなで取り組みましょう

東京都は、すべての都民が HIV 感染の有無にかかわらず、ともに暮らしていける社会の実現を目指し、3つの目標を定め施策を実施しています。

目標1 エイズ及び HIV 感染に対する理解の促進

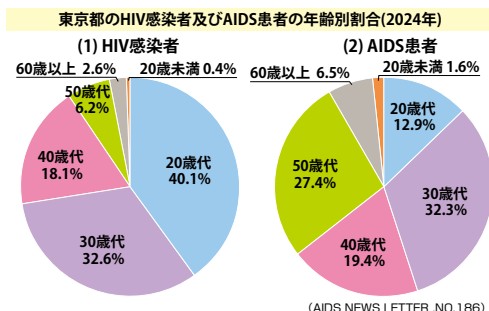
感染者の基本的な人権を確保し、感染者の社会参加を促進します。

一人ひとりがエイズ及び HIV 感染に対する正しい知識を持ち、学校や職場、地域などにおいて差別・偏見をなくすことが必要です。

目標2 感染拡大の防止

HIV の早期診断、早期治療に適切につながるよう、利便性に配慮した検査・相談体制を整備し、新規感染の減少とエイズ発症の抑制を図ります。

一人ひとりが自らの健康の問題として意識し、予防や検査を受けるといった行動につなげていくことが必要です。



目標3 HIV 陽性者の支援

感染者が適切かつ必要な医療・福祉サービスを身近で円滑に受けられるよう、医療体制の確保や医療・介護従事者の HIV・エイズに対する理解促進等に、感染者が地域で安心して生活できる環境づくりを促進します。

Q&A

Q HIV/ エイズの勉強をしたいのですがどうしたら正しい情報を得ることができますか？

A 例えば、家族や友人など、身近な人と話すことから始めましょう。保健所では、普及啓発のために健康教育などを行っており、パンフレットも無料で配布しています。また、都保健所や各種団体ではエイズ・ピア・エデュケーションといって、若い世代の人たちが同世代の人に HIV の感染予防やいのちの大切さを伝える活動も行われています。

10 東京都内の保健所等におけるHIV検査・相談

保健所等では、匿名・無料でHIV検査・相談を実施しています。
詳細は、保健所ホームページを確認、またはお問合せください。

○特別区

(令和8年4月1日現在)

地区名	保健所名	住所	電話番号
千代田区	千代田保健所	千代田区九段北 1-2-14	03-5211-8173
中央区	中央区保健所	中央区明石町 12-1	03-3541-5930
港区	みなと保健所	港区三田 1-4-10	03-6400-0081
新宿区	新宿区保健所 (検査会場： 東新宿保健センター)	新宿区新宿 7-26-4 東新宿保健センター 2階	予約電話 03-5273-3859
文京区	文京保健所	文京区春日 1-16-21 文京シビックセンター 3階	03-5803-1836
台東区	台東保健所	台東区東上野 4-22-8	予約電話 03-3843-5751
墨田区	墨田区保健所 (検査会場：すみだ保健子育て 総合センター)	墨田区横川 5-7-4 すみだ保健子育て総合センター1階	03-5608-6191
江東区	江東区保健所 (検査会場：城東保健相談所)	江東区大島 3-1-3 城東保健相談所 1階	03-3647-5879 (検査会場： 03-3637-6521)
品川区	品川保健センター 荏原保健センター	品川区北品川 3-11-22 品川区西五反田 6-6-6	03-3474-2225 03-5487-1314
目黒区	目黒区保健所	目黒区上目黒 2-19-15 目黒区総合庁舎 3階	03-5722-9896
大田区	大田区保健所 (検査会場：蒲田地域庁舎)	大田区蒲田本町 2-1-1 蒲田地域庁舎 2階	03-4446-2643
世田谷区	世田谷保健所 (検査会場：世田谷保健福祉 センター健康づくり課分室)	世田谷区若林 4-22-13 世田谷合同庁舎 1階	03-5432-2441
渋谷区	渋谷区保健所	渋谷区宇田川町 5-6 渋谷区子育てネウボラ 5階	03-3463-2416
中野区	中野区保健所	中野区中野 2-17-4	03-3382-6500
杉並区	杉並保健所	杉並区荻窪 5-20-1	03-3391-1025
豊島区	池袋保健所 (令和8年5月より) 豊島区保健所	豊島区東池袋 4-42-16 豊島区南池袋 2-1-1	予約電話 03-3987-4244
北区	北区保健所	北区東十条 2-7-3	03-3919-3102
荒川区	荒川区保健所	荒川区荒川 2-11-1	予約電話 03-3805-9467
板橋区	板橋区保健所	板橋区大山東町 32-15	03-3579-2321
練馬区	練馬区保健所 (検査会場：豊玉保健相談所)	練馬区豊玉北 5-15-19 豊玉保健相談所 2階	03-5984-4671 (検査会場： 03-3992-1188)
足立区	足立保健所 (検査会場：中央本町地域・ 保健総合支援課)	足立区中央本町 1-5-3	03-3880-5351
葛飾区	葛飾区保健所	葛飾区青戸 4-15-14	03-3602-1331
江戸川区	江戸川保健所	江戸川区中央 4-24-19	03-5661-2476

○多摩・島しょ地域

地区名	保健所名	住所	電話番号
多摩	多摩立川保健所	立川市柴崎町 2-21-19	042-524-5171
	多摩府中保健所	府中市宮西町 1-26-1	042-362-2334
	多摩小平保健所	小平市花小金井 1-31-24	042-450-3111
八王子市	八王子市保健所	八王子市明神町 3-19-2 東京たま未来メッセ 庁舎・会議室棟 4・5 階	042-645-5195
町田市	町田市保健所	町田市中町 2-13-3	042-722-0626
島しょ	島しょ保健所大島出張所	大島町元町字馬の背 275-4	04992-2-1436
	島しょ保健所三宅出張所	三宅村伊豆 1004	04994-2-0181
	島しょ保健所八丈出張所	八丈町三根 1950-2	04996-2-1291
	島しょ保健所小笠原出張所	小笠原村父島字清瀬	04998-2-2951

◆東京都新宿東口検査・相談室（祝日を除く毎日）【予約制】

HIV 検査と梅毒検査を匿名・無料で実施

- **予約方法** 電話 050-3801-5309（東京都HIV等検査予約センター）
または Web 予約（東京都 HIV 等検査予約サイト）
- **開室時間** 月～金曜日 15:00～20:00
土曜日・日曜日 13:00～17:00
※毎週水曜日は、女性のための検査日です。
- **住所** 新宿区歌舞伎町 2-46-3 SIL 新宿ビル 2 階
西武新宿線「西武新宿駅」徒歩 1 分、JR 山手線「新大久保駅」徒歩 5 分、
都営大江戸線「新宿西口駅」D3 出口から徒歩 7 分、
JR「新宿」駅東口から徒歩 10 分

※感染の機会から 60 日以上経過してから受けましょう。

◆東京都多摩地域検査・相談室（祝日を除く土・日曜日）【予約制】

HIV 即日検査と梅毒即日検査を匿名・無料で実施

- **予約方法** 電話 050-3801-5309（東京都HIV等検査予約センター）
または Web 予約（東京都 HIV 等検査予約サイト）
※ X(@tamachiikikensa) でも随時情報提供しています。
- **問い合わせ先** 090-2537-2906
(祝日除く) 平日 9:30～17:00 土・日曜日 9:30～15:00
- **住所** 立川市柴崎町 2-21-19 東京都立川福祉保健庁舎内 2 階
JR「立川駅」南口から徒歩約 9 分、多摩モノレール 立川南駅から徒歩 7 分、
多摩モノレール柴崎体育館駅から徒歩 9 分

※感染の機会から 90 日以上経過してから受けましょう。

◆Web 予約 東京都 HIV 等検査予約サイト

上記の検査・相談室、多摩立川、多摩府中、多摩小平保健所の予約ができます。
<https://yoyaku.metro.tokyo.lg.jp/appt/register>

◆電話予約 東京都 HIV 等検査予約センター

上記の検査・相談室、多摩立川、多摩府中、多摩小平保健所の予約ができます。
電話番号 050-3801-5309
受付時間 10:00～20:00（年末年始除く）

◆東京都内の HIV 検査・相談情報

東京都 HIV 検査情報 Web
<https://tokyo-kensa.metro.tokyo.lg.jp>



11 東京都や団体等での電話相談

東京都 HIV/ エイズ電話相談	匿名で「感染しているのではないか」といった不安や「正しい予防方法が知りたい」など、さまざまな相談ができます。	電話：03-3227-3335 月～金 12：00～21：00 土・日・祝 14：00～17：00
-------------------------	--	---

公益財団法人エイズ予防財団 https://www.jfap.or.jp/ (エイズ予防情報ネット https://api-net.jfap.or.jp/)	0120-177-812 (携帯電話からは、03-5259-1815) 月～金 (祝日除く) 10:00～13:00 14:00～17:00
--	---

特定非営利活動法人 びけいす東京 https://www.ptokyo.org	ゲイによるゲイのための HIV/ エイズ電話相談 陽性者と確認検査待ちの 人・その周囲の人 (厚生労働省委託事業)	03-5386-1575 土 19:00～21:00 0120-02-8341(フリーダイヤル) 月～土(祝日除く) 13:00～19:00 木 15:00～18:00 陽性の相談員が対応
特定非営利活動法人 アカー https://www.occu.or.jp/	LGBT 法律相談 (HIV陽性者・LGBT向け)	03-3380-2269 火・水・木 (祝日を除く) 20:00～22:00 03-3383-5556(予約制) 月～金(祝日を除く) 12:00～18:00
東京いのちの電話 http://www.indt.jp/		03-3264-4343 24時間
特定非営利活動法人東京多摩いのちの電話 http://www.tamainochi.com/		042-327-4343 毎日 10:00～21:00 毎月第3金・土は24時間
特定非営利活動法人東京英語 いのちの電話 (Tokyo English Life Line) https://tell.jp.com/	・チャット、電話相談 (英 語、無料) ・面談形式のカウンセリ ングサービス (英語 / 日本語、有料)	チャット、電話相談： 0800-300-8355 月～木 9:00～23:00 金～日 9:00～翌2:00 ※電話とチャットで時間帯が異なります。詳細はソーシャ ルメディアをご覧ください 面談(対面および遠隔)カウンセリングサービス (予約制)： 03-4550-1146(日本語) 03-4550-1147(英語)
社会福祉法人はばたき福祉事業団 (薬害HIV被害者の救済とHIV血友病相談事業を行う団体) http://www.habatakifukushi.jp/		03-5228-1239 月～金(祝日除く) 10:00～16:00
特定非営利活動法人AMDA 国際医療情報センター https://www.amdamedicalcenter.com/		電話による医療情報提供 03-6233-9266(8か国語対応。曜日は要確認) 平日(祝日を除く) 10:00～16:00
東京法務局人権擁護部 http://www.moj.go.jp/JINKEN/		人権相談ダイヤル(全国共通) 0570-003-110
東京法務局八王子支局		
東京法務局府中支局		
東京法務局西多摩支局		
弁護士会新宿総合法律相談センター (JR 新宿・西武新宿) https://www.horitsu-sodan.jp/		面接有料相談の予約番号 03-6205-9531 (30分 5,000円税別)

12 情報サイト・情報スペース等

情報提供サイト

- ◇ 東京都保健医療局「エイズについて」
<https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/info/aids/aids>
- ◇ 東京都性感染症ナビ
<https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/>
- ◇ HIVマップ ～すぐに役立つHIV(エイズ)の情報サイト～
<https://www.hiv-map.net/>
- ◇ HIV 検査・相談マップ
<https://www.hivkensa.com/>
※令和8年4月以降 URL 変更予定



情報スペース

- ◇ community center akta (アクタ)
新宿2丁目にあるHIV／エイズをはじめとした性感染症の情報センター、フリースペース。検査・相談・支援の情報やセーフターセックスのガイド、ドラッグやメンタルヘルスのこと、HIV陽性者の手記集やセクシュアリティの情報も入手できます。どなたでも気軽にご利用ください。
電話：03-3226-8998 FAX：03-6380-0575
開館：15：00～21：00（月曜日、火曜日、水曜日、年末年始を除く）
<http://www.akta.jp/> office@akta.jp

- 発行／令和8年3月発行
- 編集・発行／東京都保健医療局感染症対策部防疫課
エイズ対策担当
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話 03-5320-4487
- 印刷番号 (7) 184
- デザイン・印刷／シンソー印刷株式会社

ともに生きるために HIV / AIDS

リサイクル適性[®]
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

250

古紙パルプ配合率60%再生紙を使用しています。