

# エイズのはなし 指導の手引き



# 手引きの活用方法

わが国の新規 HIV・エイズ報告数は年間約 1,400 人で、2017 年 12 月末時点での累積数は 28,000 人に上っています。

大阪市では平成 22 年に初めて年間報告数が 200 件を超えて以降、増加傾向にはないものの、高止まりの状態です。

近年の医療の進歩により HIV 感染症はコントロール可能な病となり、通院しながら社会生活を営むことができるようになってきました。しかし、現状においては正しい情報が十分に浸透しているとは言えず、HIV 陽性者への偏見・差別が根強く残っています。

そこで、HIV・エイズに関する正しい知識の啓発を行うことにより、HIV 感染予防行動がとれるようにするとともに、HIV・エイズに対する偏見・差別をなくすことを目的に冊子「エイズのはなし」を作成しました。

この手引きは、性に関する適切な意思決定や行動選択にかかる能力について形成過程にある中学生への授業を実施する際の指導のポイントをまとめています。授業の参考にご使用ください。

- ・指導の際は、各学校の現状に応じて内容を調整してください。
- ・男女間のセックスが前提で話をしないような注意が必要です。
- ・さらに詳しい内容は『資料編』をご参照ください。

## 冊子の見方

学習目標

冊子のイラスト

## 指導内容

冊子・手引きに関するお問い合わせ  
大阪市保健所 感染症対策課  
電話：06-6647-0656

# エイズってどんな病気？

- HIV とエイズの違いについて理解する  
(HIV=エイズではない)

**HIV感染症とエイズの違い**

エイズとは、日本語で「後天性免疫不全症候群」といって、HIVに感染した結果、からだの免疫力(抵抗力)が落ちてさまざまな病気を発症するようになることです。

**HIV=エイズじゃないよ!**

つまり、エイズは病気の名前で HIVはウイルスの名前なんだ!

**H** ヒト human  
**I** 免疫不全 immunodeficiency  
**V** ウイルス virus

**A** 後天性 acquired  
**I** 免疫 immune  
**D** 不全 deficiency  
**S** 症候群 syndrome

- HIV に感染してからの経過を知る

**エイズを発病するまで**

**HIV に感染** すぐにエイズを発病するわけではありません。自覚症状がないので検査をしないと気づきません。

**急性症状** かぜのような症状が出る人もいますが、無症状のこともあります。

**無症状の時期** 自覚症状はありませんが、少しずつ免疫力が弱まっています。そんなに長く症状がないと思ったら、知らない間にパートナーに感染させていることもあるんだね。

**エイズの発病** 免疫力がさらに低下すると、健康であればなんでもない弱い細菌やウイルス・カビに感染したり、悪性腫瘍ができていきます。この状態がエイズです。

数か月～数年

## 治療について

- ▶ HIVに感染した場合でも、早期に発見し、定期的な受診を続け、必要になれば薬を飲むことで、エイズの発病を防いだり遅らせたりすることができます。

- エイズは日本語で「後天性免疫不全症候群」
- AIDS (エイズ)  
Acquired (アクワイヤード)  
後天性・・遺伝ではなく生まれた後で  
Immune (イミューン)  
免疫・・・病気になるのを防ぐ働き (抵抗力)  
Deficiency (デフィシエンシー)  
不全・・・不十分になる  
Syndrome (シンドローム)  
症候群・・色々な病気や症状が出る
- HIV はウイルスの名前  
Human (ヒューマン) ヒト  
Immunodeficiency (イミュノデフィシエンシー) 免疫不全  
Virus (ウイルス) ウイルス
- HIV はウイルスの名前、エイズは病気の名前。
- HIV ウイルス・エイズウイルスとは言わない。

- HIV に感染 自覚症状なし。
- 急性症状 感染後 2～8 週間後に風邪のような症状が出ることもある。無症状のこともある。
- 無症状の時期 自覚症状はないが免疫力は衰えていく。
- エイズの発病 免疫力が低下し、健康であれば病気を発病しない弱い細菌やウイルス・カビに感染したり、悪性腫瘍ができたりする。

- 早期に発見し、必要な時期に薬を飲むことでエイズの発病を防いだり遅らせたりすることができる。
- 薬を決まった時間に決められた量を飲むことで、他者に感染させないぐらい体内のウイルス量を減らすことができる。

# 日本・大阪市の HIV/エイズの状況は？

・日本の感染者数・患者数を知る



- ・平成29年(2017年)は HIV 感染者 992 人、エイズ患者 415 人、合わせて 1,407 人が新たに感染がわかっている。(速報値)
- ・HIV 感染者とは・・・HIV 感染の状態です報告された人
- ・エイズ患者とは・・・エイズを発病してから報告された人
- ・1日に約4人の人が HIV 感染がわかっている計算。

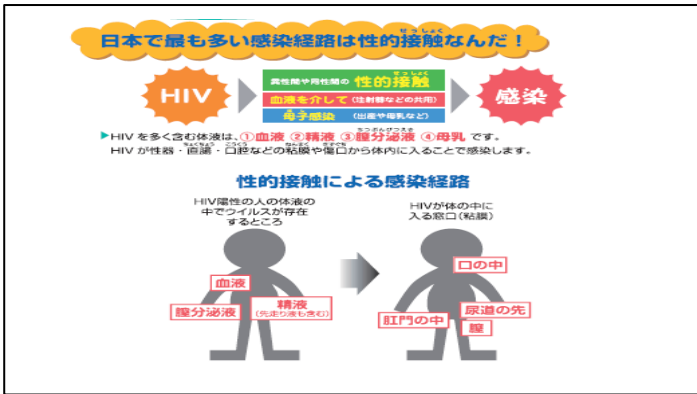
・大阪市の感染者数・患者数を知る



- ・平成29年は HIV 感染者 100 人、エイズ患者 33 人、合わせて 133 人が新たに感染がわかっている。
- ・HIV 感染者の年齢区分は 20 代・30 代に多い。10 代で感染がわかっている人もいます。
- ・エイズ患者は 30～50 代に多い。20～30 代に感染し、感染がわからないまま数年経過し、30～50 代にエイズを発症してから発見されている。
- ・感染がわかってもきちんと薬を飲めば今までとほぼ同じ生活ができる。学校生活や仕事も継続できる。

# HIVの感染経路は？

- ・ 体液とは何をさすかを考えさせる（血液、精液、涙、汗、唾液など）
- ・ HIV を含む体液について知り感染経路を理解する
- ・ 日常生活で感染しないことを知る



- ・ HIV を多く含む体液は①血液②精液（先走り液も含む）③膣分泌液④母乳
- ・ これらが、性器・直腸・口腔などの粘膜や傷口から体内に入ることによって感染する。（皮膚の小さな傷口からは感染しない）
- ・ その他の体液（唾液・汗・涙・尿等）では感染しない。

（唾液・汗・涙・尿等に含まれるウイルスはごく微量で感染させるほどの力を持っていない）

- ・ 感染経路は性的接触・血液を介して（注射器の共有）・母子感染

性的接触・・・日本では1番多い感染経路。（注意：男女間だけではない。LGBT について『資料編』参照）

血液を介して・・・血液が粘膜に触れることで感染。母子感染・・・出産時や授乳で感染。

- ・ コップでの回し飲み・同じ食べ物をつつく・・・唾液では感染しない。（インフルエンザ等は、感染することもあるので説明時注意）
- ・ お風呂やプール・・・汗では感染しない。
- ・ トイレ・・・便座に血液・精液がついていても、空気に触れると HIV の感染力はなくなっている。
- ・ 蚊等の昆虫や動物・・・ウイルスは人の体内でしか生きられない。
- ・ 軽いキス・・・唾液では感染しない。
- ・ 咳・くしゃみ・握手等で感染しない。空気感染もしない。
- ・ HIV は非常に感染力の弱いウイルスなので、普段の生活で感染することはない。
- ・ HIV を1番多く含んでいるのは血液だが、血液が皮膚に付着しても感染しない。  
しかし、血液には他のウイルス等が含まれている可能性があるため、カミソリ・歯ブラシ等、血液のつきやすい物は他人と共用しない。



# 性感染症とは？


・性感染症は中高生の感染者もいるため、身近な病気であることを知る

▶性感染症は性的接触によって感染する病気です。

▶性感染症の原因となる細菌やウイルスは感染している人の精液や陰分泌液、血液などの体液や性器やのど、肛門などの粘膜にあり、これらが他の人の粘膜や皮膚に接触することで感染します。

▶性感染症にかかっているとHIVに感染しやすくなります。

のどから感染することもあるんだね。




## 性感染症ってどんな種類があるの？

▶主な性感染症には次のようなものがあります。

病名	潜伏期間	症状や特徴
クラミジア感染症	1～3週間	男性：約半数が無症状。尿道からの膿、排尿時の痛みなど。 女性：約8割が無症状。多少のおりものの増加。
淋菌感染症	2～10日	男性：尿道からの膿、排尿時の痛みなど。 女性：無症状のことも多い。膿のようなおりもの。
梅毒	約3週間	感染したところに痛みのないしこり。3か月後から全身に赤い斑点。

保健の教科書にも他の性感染症の内容も載っています。確認してみましょう。



- ・性的接触によって感染する病気。  
オーラルセックスでクラミジア感染症・淋菌感染症など性器から喉、喉から性器に感染することもある。
- ・性感染症にかかっていると HIV に感染しやすくなる。

- ・表を説明する。
- ・潜伏期間とは、感染してから症状が出るまでの期間。

### クラミジア感染症

性感染症の中で1番多い。女性は8割が無症状。20代前半の女性に特に多い。

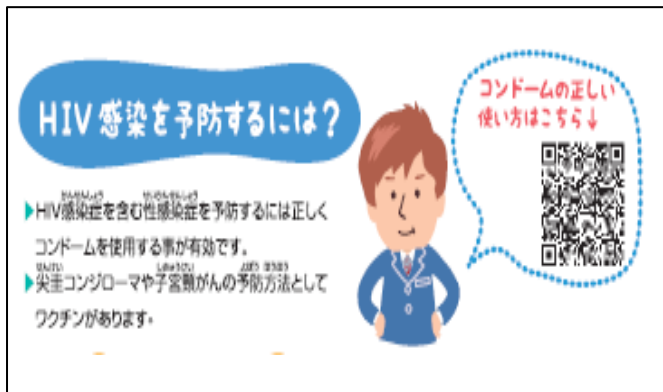
### 淋菌感染症

男性に多い。尿道から白い膿が出る。

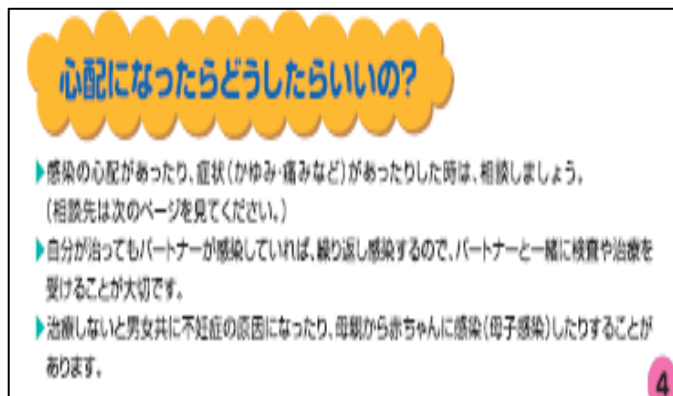
### 梅毒

平成26年から増加し、平成28年に急増。20代女性で特に増えている。女性では10代・20代が68%を占めている。

## HIV 感染症・性感染症の予防方法を理解する



## 心配な時はどうすればよいのかを知る



- ・性的接触がなければ感染しない。
- ・HIV 感染症を含む性感染症を予防するには正しくコンドームを使う。

正しいコンドームの使い方 (P.9 参照)

<http://www.city.osaka.lg.jp/kenko/cmsfiles/content/s/0000352/352620/kondomu28.pdf>

- ・コンドームは挿入前から使用する。オーラルセックスでも使用する。
- ・持ち歩く時はハードケースに入れる。サイズ・使用期限あり。
- ・コンドームだけでは防げない性感染症もある (性器ヘルペス感染症、梅毒など)。
- ・尖圭コンジローマや子宮頸がんの予防方法としてワクチンがある

### 尖圭コンジローマ

性器の周辺にイボ状の小さい潰瘍ができる。痛みはないが放置するとカリフラワー状にイボになる。

原因は性的接触によるヒトパピローマウイルスの感染。

### 子宮頸がん

多くは性的接触でヒトパピローマウイルスに感染することが関連している。

- ・感染の心配があったり、症状 (かゆみ・痛み等) があつたりする時は相談する。
- ・自分が治ってもパートナーが感染していれば、繰り返し感染するので、パートナーと一緒に検査や治療を受けることが大切。
- ・性感染症の多くは治療すれば治る。
- ・治療しないと他の性感染症に感染しやすくなったり、男女ともに不妊症の原因になったりすることもあるので、必ず受診する。
- ・感染すると症状がなくても進行していく。他の人にも感染させる。

P5

悩まないで!相談しよう

相談窓口

いろいろな相談窓口があるから、一人で悩まずに気軽に相談してね。

あなたがいちばんできると思う大人に相談してね。まわりの人に話にくい時は、電話相談もお願いしてね。

◆各区保健福祉センターの保健師によるエイズ相談

区名	電話番号	区名	電話番号	区名	電話番号
北区	06-6313-9988	北区	06-6774-9988	東淀川区	06-6930-9988
東淀川区	06-6682-9988	東淀川区	06-6647-9988	東淀川区	06-6615-9988
東淀川区	06-6484-9988	東淀川区	06-6479-9988	東淀川区	06-6622-9988
東淀川区	06-6486-9988	東淀川区	06-6308-9988	東淀川区	06-6682-9988
東淀川区	06-6287-9988	東淀川区	06-4809-9988	東淀川区	06-2894-9988
東淀川区	06-6532-9988	東淀川区	06-6977-9988	東淀川区	06-4399-9988
東淀川区	06-6976-9988	東淀川区	06-6715-9988	東淀川区	06-4302-9988
東淀川区	06-4394-9988	東淀川区	06-6987-9988	東淀川区	06-6659-9988

◆若い人たちのためのHIVや性感染症等の相談(面接相談)  
 「10代のための健康相談(ティーンズルーム)」  
 日時:毎月第1・3金曜日 16:00~18:00  
 TEL:06-4709-3137  
 場所:chotCAST コミュニティセンター  
 大阪市中央区東心斎橋1-7-30 21心斎橋ビル4階  
 Osaka Metro 御堂筋線「心斎橋」駅、南港線「長堀橋」駅から徒歩

- ・ 秘密は守られる。
- ・ 各区の保健福祉センターで匿名で相談できる。

HIV・性感染症以外の相談もできる相談先↓  
 ◆若い人たちのための HIV や性感染症等の相談(面接相談)

「10代のための健康相談(ティーンズルーム)」  
[http://www.chotcast.com/counsel\\_teen.htm](http://www.chotcast.com/counsel_teen.htm)

P6

誰でも相談できるよ。秘密は守られるから安心。

◆ちょっと聞きにくい「性・からだ」「友人や家族」「彼との関係」「デートDV」のことなどの相談

「クレオ大阪女性総合相談センター」  
 電話相談:06-6770-7730(火~土曜日 10:00~20:30 日・夜 10:00~16:00)  
 無料予約:06-6770-7730(火~土曜日 10:00~20:30 日・夜 10:00~16:00)

「クレオ大阪男性の悩み相談」  
 電話相談:06-6564-1055(毎週金曜日 19:00~21:00 第3日曜日 11:00~17:00)  
 無料予約:06-6770-7729(火~土曜日 10:00~20:30 日・夜 10:00~16:00)

◆親子や兄弟姉妹、カップル(同性・異性)、友達などの関係(好きなんだけどしんどい...など)に関する相談

「いくの学園 ホットライン(相談電話)」  
 TEL:090-9629-4847 毎週水曜日(祝日休) 12:00~17:00

◆LGBTについて、友達にはなかなか言えない...。本人の相談だけでなく、ご家族や友人からの相談も受け付けます。

「大阪市人権啓発・相談センター電話相談」  
 TEL:06-6532-7830 平日(月~金) 9:00~21:00 日・祝 9:00~17:30

「QWRC電話相談」  
 TEL:06-6585-0751 第1日曜日 19:30~22:30

※LGBTって?  
 L(レズビアン) 女性好きな女性  
 G(ゲイ) 男性好きな男性  
 B(バイセクシャル) 女性も男性も含め、または好きになる相手の性別にこだわらない  
 T(トランスジェンダー) 生まれた時に割り当てられた性別に違和感のあるひと  
 性のあり方は多様で、自分と認識する性別や好きになる相手の性別は人それぞれです。

性は多様があります。みんながそのことを認め合えることが大切なんです。

◆ちょっと聞きにくい「性・からだ」「友人や家族」「彼との関係」「デートDV」のことなどの相談  
 「クレオ大阪女性総合相談センター」  
<http://www.creo-osaka.or.jp/soudan/>

「クレオ大阪男性の悩み相談」  
<http://www.creo-osaka.or.jp/soudan/mens.html>

◆親子や兄弟姉妹、カップル(同性・異性)、友達などとの関係(好きなんだけどしんどい...など)に関する相談

「いくの学園 ホットライン(相談電話)」  
<http://www.ikunogakuen.org/activity.html>

◆LGBTについて、友達にはなかなか言えない...。本人の相談だけでなく、ご家族や友人からの相談も受け付けます。

「大阪市人権啓発・相談センター電話相談」  
<http://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000369807.html>  
 「QWRC」

<https://qwrc.jimdo.com/%E9%9B%BB%E8%A9%B1%E7%9B%B8%E8%AB%87-%E7%AC%AC%EF%BC%91%E6%9C%88%E6%9B%9C%E5%A4%9C/>



# HIV感染を予防するには？

- ▶ 感染を防ぐためには、性行為ではコンドームを使用し、相手の体液（精液、膣分泌液、血液）や性器に直接ふれないようにすることが有効です。
- ▶ 他人の血液を素手で触らない、カミソリなど血液のつきやすいものは個人専用にするようにしましょう。

## コンドーム使用のポイント

- 挿入前から使用する。  
射精する前でも、精子や分泌液はペニスから出ます。つまり射精前でもペニスが性器の粘膜に触れていれば、妊娠や性感染症感染の可能性があります。
- オーラルセックス<sup>®</sup>の時も、コンドームを使う。  
※オーラルセックス（口控性交）  
…口または舌を使って相手の性器を刺激する行為
- 2重にして使わない  
2重にするとコンドーム同士がこすれてやぶれやすくなります。
- 低用量ピルで感染症は防げない。  
低用量ピルは避妊効果はありますが、感染症予防に効果はありません

## 保管や扱いに注意しよう

<p><b>圧力や摩擦に弱い</b></p>  <p>財布やバッグに直接入れず、ハードケースを利用する。</p>	<p><b>熱に弱い</b></p>  <p>直射日光に当たるところや、高温になりやすい車内などを避ける。 ※防虫剤と一緒にすることも劣化の原因に</p>
<p><b>尖ったものに弱い</b></p>  <p>あらかじめ爪を切っておく。オーラルセックスの際に使用したときは、挿入前にも着け替える。</p>	<p><b>油に弱い</b></p>  <p>ベビーオイルやクリームは使用せず、水溶性のローションを使う。口紅やグロスも落とそう。</p>

## コンドームの正しい使いかた

- 

どんな種類のものを使うか決める。  
※使用期限やサイズなどを確認する
- 

包みの端にコンドームを寄せ、完全に袋を破ってから中身を取り出す。傷つけないように開ける。
- 

裏表を確認する。  
コンドームのふちをほどける方向にさわってみる。
- 

精液だまりをつまんで、空気を抜く。
- 

そのまま爪で傷つけないよう根元までかぶせる。ぼつきしてから装着する。
- 

根元に余った皮にもかぶせるため、いったんコンドームごと上に包皮を引っ張り上げ、皮が伸びたところでコンドームを根元までかぶせる。
- 

射精したらすぐにコンドームの端を押さえ、ペニスを抜く（時間がたつとペニスが縮み、コンドームの中に残っている精液が漏れ出てしまう）。
- 

精液が外にこぼれないよう、コンドームの端を結び、ティッシュに包んでゴミ箱へ。



# 【HIV検査実績について(曜日別)】

## 30年度

実施施設	項目	月	火	水	木	金	土	日	合計・平均
北区	実施日数	43		51		54			148
	受検者数	905		1,455		1,418			3,778
	一日平均	21.0		28.5		26.3			25.5
	陽性者数	4		5		4			13
	陽性率	0.44%		0.34%		0.28%			0.34%
中央区	実施日数		50	51	49	11			161
	受検者数		668	551	539	244			2,002
	一日平均		13.4	10.8	11.0	22.2			12.4
	陽性者数		1	0	0	0			1
	陽性率		0.15%	0.00%	0.00%	0.00%			0.05%
淀川区	実施日数	42	50						92
	受検者数	543	522						1,065
	一日平均	12.9	10.4						11.6
	陽性者数	0	2						2
	陽性率	0.00%	0.38%						0.19%
3区小計	実施日数	85	100	102	49	65			401
	受検者数	1,448	1,190	2,006	539	1,662			6,845
	一日平均	17.0	11.9	19.7	11.0	25.6			17.1
	陽性者数	4	3	5	0	4			16
	陽性率	0.28%	0.25%	0.25%	0.00%	0.24%			0.23%
CC	実施日数		49	4	48		49	50	200
	受検者数		1,180	175	956		2,385	2,538	7,234
	一日平均		24.1	43.8	19.9		48.7	50.8	36.2
	陽性者数		6	1	2		6	12	27
	陽性率		0.51%	0.57%	0.21%		0.25%	0.47%	0.37%
dista	実施日数					1	3	2	6
	受検者数					29	124	56	209
	一日平均					29.0	41.3	28.0	34.8
	陽性者数					0	1	0	1
	陽性率					0.00%	0.81%	0.00%	0.48%
その他イベント	実施日数			1			1		2
	受検者数			14			40		54
	一日平均			14.0			40.0		27.0
	陽性者数			0			0		0
	陽性率			0.00%			0.00%		0.00%
合計	実施日数	85	149	107	97	66	53	52	609
	受検者数	1,448	2,370	2,195	1,495	1,691	2,549	2,594	14,342
	一日平均	17.0	15.9	20.5	15.4	25.6	48.1	49.9	23.6
	陽性者数	4	9	6	2	4	7	12	44
	陽性率	0.28%	0.38%	0.27%	0.13%	0.24%	0.27%	0.46%	0.31%

# 【HIV検査実績について(曜日別)】

## 29年度

実施施設	項目	月	火	水	木	金	土	日	合計・平均
北区	実施日数	46	51	49	50	48			244
	受検者数	528	493	844	475	624			2,964
	一日平均	11.5	9.7	17.2	9.5	13.0			12.1
	陽性者数	7	1	3	3	3			17
	陽性率	1.33%	0.20%	0.36%	0.63%	0.48%			0.57%
中央区	実施日数		51	49	50	10			160
	受検者数		396	394	332	190			1,312
	一日平均		7.8	8.0	6.6	19.0			8.2
	陽性者数		1	0	1	1			3
	陽性率		0.25%	0.00%	0.30%	0.53%			0.23%
淀川区	実施日数	46	51						97
	受検者数	484	360						844
	一日平均	10.5	7.1						8.7
	陽性者数	1	0						1
	陽性率	0.21%	0.00%						0.12%
3区小計	実施日数	92	153	98	100	58			501
	受検者数	1,012	1,249	1,238	807	814			5,120
	一日平均	11.0	8.2	12.6	8.1	14.0			10.2
	陽性者数	8	2	3	4	4			21
	陽性率	0.79%	0.16%	0.24%	0.50%	0.49%			0.41%
CC	実施日数		50		49		49	48	196
	受検者数		1,176		1,051		2,384	2,308	6,919
	一日平均		23.5		21.4		48.7	48.1	35.3
	陽性者数		6		4		16	13	39
	陽性率		0.51%		0.38%		0.67%	0.56%	0.56%
dista イベント	実施日数					1	3	2	6
	受検者数					25	100	87	212
	一日平均					25.0	33.3	43.5	35.3
	陽性者数					0	0	2	2
	陽性率					0.00%	0.00%	2.30%	0.94%
その他 イベント	実施日数	1				2			3
	受検者数	21				23			44
	一日平均	21.0				11.5			14.7
	陽性者数	0				0			0
	陽性率	0.00%				0.00%			0.00%
合計	実施日数	93	203	98	149	61	52	50	706
	受検者数	1,033	2,425	1,238	1,858	862	2,484	2,395	12,295
	一日平均	11.1	11.9	12.6	12.5	14.1	47.8	47.9	17.4
	陽性者数	8	8	3	8	4	16	15	62
	陽性率	0.77%	0.33%	0.24%	0.43%	0.46%	0.64%	0.63%	0.50%

平成30年 後天性免疫不全症候群 発生届出医療機関別割合(大阪市・大阪府)

大阪府

届出医療機関種別		HIV・エイズ 届出医療機関割合	
HIV	保健所/保健センター	19 件	( 12.1 %)
	委託検査場	22 件	( 14.0 %)
	診療所	17 件	( 10.8 %)
	病院(拠点病院以外)	27 件	( 17.2 %)
	エイズ拠点病院	31 件	( 19.8 %)
エイズ	診療所	1 件	( 0.6 %)
	病院(拠点病院以外)	17 件	( 10.8 %)
	エイズ拠点病院	23 件	( 14.7 %)
合計		157 件	( 100.0 %)

※診断年月日を基準に集計。(大阪市含む)

大阪市

届出医療機関種別		HIV・エイズ 届出医療機関割合	
HIV	保健所/保健センター	13 件	( 10.6 %)
	委託検査場	22 件	( 17.9 %)
	診療所	15 件	( 12.2 %)
	病院(拠点病院以外)	18 件	( 14.6 %)
	エイズ拠点病院	27 件	( 21.9 %)
エイズ	診療所	1 件	( 0.8 %)
	病院(拠点病院以外)	5 件	( 4.1 %)
	エイズ拠点病院	22 件	( 17.9 %)
合計		123 件	( 100.0 %)

※診断年月日を基準に集計。

HIV届出数(エイズを除く)95件のうち、保健所・保健福祉センター及び委託検査場の占める割合は36.8%

大阪市届出医療機関割合 年次推移(平成26年～平成30年)

