

ギャンブル等依存症とは

■ギャンブル等依存症とは

- ・ギャンブル等依存症とは、ギャンブル等にのめり込んでしまうことで、日常生活や社会生活に支障が生じ、やめないといけないと頭でわかっているにもかかわらず、どうしてもギャンブル等をやめられず続けてしまう状態になることです。
- ・自分の意志ではコントロールできず、「嘘」や「借金」をしても続けてしまいます。
「ギャンブル等を続けるための資金を何とか手に入れようとして借金をする。」
「ギャンブル等をしていることを隠すために嘘をつく、約束を破る、不誠実になる。」
- ・「借金を繰り返す」、「家庭不和」、「自殺」、「うつ病の発症」など様々な問題を引き起こし、家族や周囲の人を巻き込む場合も少なくありません。
- ・ギャンブル等依存症は、本人が病気である認識を持ちにくいことから、誰もがなり得る可能性があること、適切な医療や支援が必要な病気であることなど、多くの方に正しい理解と関心を持っていただき、早期支援や予防をしていくことが大切です。
※ギャンブル等：法律の定めるところにより行われる公営競技、ぱちんこ屋に係る遊技その他の射幸行為。

■ギャンブル等依存症の現状

- ・近年、競馬・競輪・競艇・オートレース等公営競技の投票券（馬券・車券・舟券等）のネット購入は増加傾向です。
- ・当事者の方が最も多く行っているのはパチンコ・パチスロです。

■「引き金」＝ギャンブル等への渴望を引き起こすきっかけのことをいいます。

【引き金】給料日、仕事の後、コンビニ、ATMの機械、CMなど

- ・「引き金」があり、ギャンブル等をする」ということを何度も繰り返すと、あなたの脳は「引き金」と「ギャンブル等」をすぐに結び付けてしまいます。たった一つの「引き金」によって、あなたはギャンブル等へとかかり立てられてしまうようになります。
引き金→思考→渴望→再開というサイクルはなかなか断ち切ることができないものです。

■「回復」には強い意志だけでなく、多くの支援者と関わるのが大切です。

- ・「もうギャンブル等はやらない！」「借金をしてまでギャンブル等はやらない！」と強い意志を持つことは大切なことですが、本人の強い意志だけでは抜け出すことが難しく、回復には**病院への通院**のほか、借金への対応やGAなどの**自助グループへの参加**など、多くの支援者と関わるのが重要です。
- ・まず、勇気を出して相談機関につながるものが「回復」の第一歩です。

■あなたの「引き金」や「対処の仕方」を、いっしょにさがしてみませんか？

- ・これまでも、「ギャンブル等をやめよう、減らそう！」と、何度も決意され努力を繰り返してきたのではないのでしょうか？
しかし、ギャンブル等の行為を**コントロールすることはとても難しく**、うまくいかなかった経験もあると思います。

精神保健福祉センターでは、ギャンブル等依存からの回復をめざして、相談支援及び専門的な回復プログラムを行っています。
相談支援及び回復プログラムを行いながら、一緒に考えていきませんか？
まずは、ご本人やご家族からのお電話をお待ちしています。

岐阜県精神保健福祉センター電話 058-231-9724