

やめられない!? もしかして…

# ギャンブル依存症 かもしれませ

特定の行為を「やめたくても やめられない」状態を依存症と言います。習慣的に依存行為を繰り返していくうちに進行していく病気です。これにより、日常生活や社会生活に支障が生じることがあります。

この度、ご本人や家族などからの相談をお聞きする「ギャンブル問題相談窓口」を開設しました。また同じ悩みを持つ家族会による専門相談もはじまります。まずは、右記までお気軽にご相談ください。

## ギャンブルとは

結果が偶然に左右されるゲームや競技などに対してお金を賭ける行為のこと。パチンコや競馬、宝くじ、最近ではオンラインゲームのガチャなども含まれます。

適度に楽しむ娯楽として親しまれています



ちょっとした息抜きに小遣いの範囲で



時々、楽しみで買ってるわ



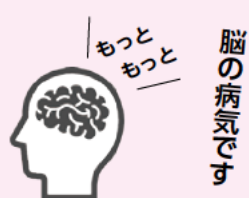
課金ガチャもギャンブルの一種です



## 依存症とは

日常生活に支障が生じている状態

特定の物や行為に対して、やめたくてもやめられない状態のことをいいます。性格や意志の問題ではなく、誰もがふとしたことから陥る可能性がある病気です。



例えば、こんな依存症があります

### 物への依存

違法薬物 アルコール 市販薬 など

繰り返すことで、以前と同じ量では満足できなくなり、次第に使う量が増え、やがて使い続けなければ気が済まなくなり、自分でもコントロールできなくなってしまう症状。



### 行為への依存

ギャンブル スマホ(インターネット) 買い物 ゲーム など

特定の行為に必要な以上に熱中し、のめり込んでしまう症状。スマホを手放せず、昼夜逆転するなど生活に支障が生じている



## 国の動き

2018年に「ギャンブル等依存症対策基本法」を施行。医療提供体制の整備、相談支援、民間団体活動支援などを規定しています。

依存症の理解を深めよう 回復を応援し、受け入れる社会へ

厚生労働省 ホームページ



## ギャンブル依存症の現状

ギャンブル依存症に関する全国住民調査(令和2年度)※1から

① 過去1年にギャンブルをしたことがある

男性 45%

女性 23%

② ギャンブル依存が疑われる人の割合

全体 2.2% 男性 3.7% 女性 0.7%

調査の概要 調査年/2020年 調査対象/無作為抽出された一般住民(18~74歳) 17955人(うち有効回答率45.8%)

明石市内では6700人の依存者がいると推定されます※2

最近は、違法なオンラインカジノにはまる人も増えています



※1 出典/松下幸生, 新田千枝, 遠山明海: 令和2年度 依存症に関する調査研究事業「ギャンブル障害およびギャンブル関連問題の実態調査」, 2021年  
※2 令和4年8月1日現在の人口から算出

## ギャンブル問題相談窓口を開設しました

お気軽にご相談ください!

ギャンブル問題相談窓口(市民相談室内)  
(平日/午前9時~午後5時)

TEL 918-5002 FAX 918-5102

soudan@city.akashi.lg.jp

「ギャンブル問題 専門相談」をスタート

毎月第2木曜日(祝日を除く)

9/8 木曜日

全国ギャンブル依存症家族の会のメンバーが相談員として話をお聞きます。

日時/9月8日(木)午後1時~4時(相談1組60分以内)

場所/市民相談室 対象/ご本人やご家族など ※事前に左記までご予約ください

同じ悩みを持つ経験者がお話を聞きます



### 医師から

#### 回復を応援し受け入れる社会へ

「ギャンブルをやめられない」、「ギャンブルを優先してしまう」それはギャンブル障害かも知れません。ギャンブル障害はギャンブルに関してだけ脳が反応しやすくなる病気です。病気にかかる事責任は本人にはありません。病気なので意地や根性、約束や罰などでは治らない代わりに治療法があります。体調が悪い時に内科に行くように「ギャンブル障害かも?」と思ったら病院や行政の相談窓口や自助グループに行ってみてください。



つねおか としお 常岡 俊昭さん

昭和大学付属岡山病院に勤務。専門は、臨床・社会精神医学、依存症など。医療と自助グループの連携プログラムを開発し、多くの当事者を自助グループに繋ぐ。

### 当事者・支援者から

#### 家族の皆さんへ 一人で悩まず相談にいらしてください

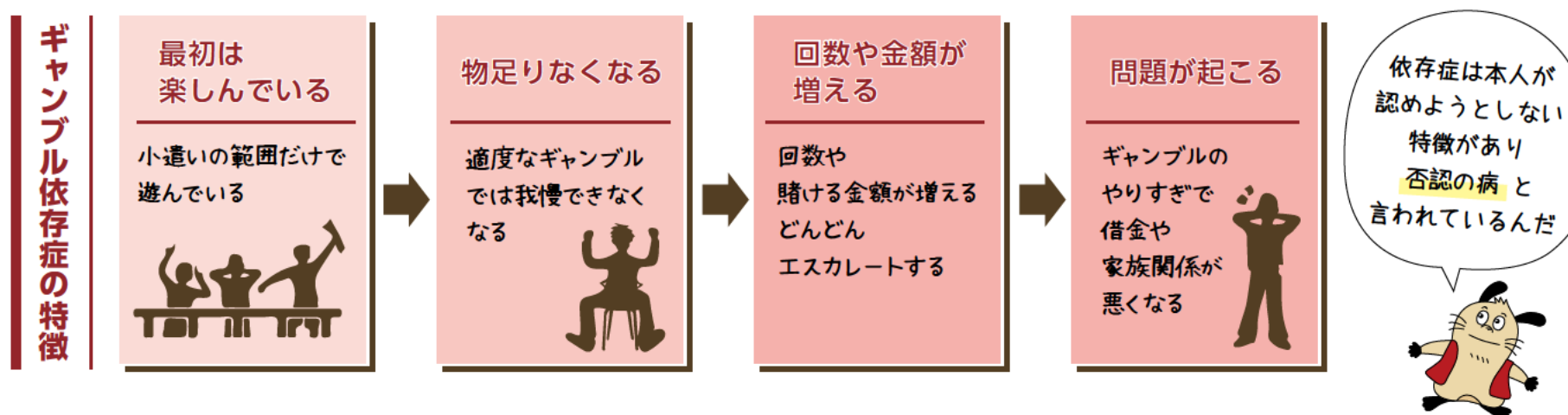
ギャンブル依存症は誰でも罹患する可能性がある病気です。けれども誤解や偏見も強く、ギャンブル問題を抱えていると「みっともない。誰にも言えない」「育て方が悪かった」「甘えている」など、当事者の方もご家族も自分を責めてしまいます。ギャンブル問題は、多重債務、家庭不和、うつ、犯罪、自殺念慮など多岐にわたり、家庭の中で抱え込むには荷が重すぎます。どうか一人で悩まず相談にいらしてください。解決策はあります。



たなか のりこ 田中 紀子さん

公益社団法人「ギャンブル依存症問題を考える会」代表理事。祖父、父、夫や自身もギャンブル依存症に悩んだ経験を持つ。

## 最初は、ほんの息抜きだったはずが、繰り返すことによって依存症になり、悪循環が始まります



### 本人だけでなく家族や周りの人を巻き込むことも

#### 健康の問題

- 睡眠や食事がおろそかになる
- 身体や心の病気になる
- 性格が変化する



#### 生活の問題

- 仕事/学校を休みがちになる
- 周囲から敬遠される
- 借金が重なる



### 依存症による影響

#### 対人関係の問題

- 友人や知人が離れ、孤立する



#### 家族の問題

- 家族関係が悪くなる
- 家族の体調が悪くなる
- 暴言、暴力が起こりやすい



## 心当たりありませんか

### ご本人に

- 予算や時間の制限を決めない、決めても守れない
- 勝ったときに「次のギャンブルに使う」と考える
- ギャンブルしたことを誰かに隠す
- 負けたとき、ギャンブルで取り返そうと思う

### 家族に

- 家族にギャンブル依存者がいるが、知られたいないので我慢して生活している
- 借金の肩代わりをしたことがある

まずは、上記相談窓口へお電話ください

誰もがなる可能性がありま

依存症と向き合える社会へ