

家族や周囲の人へ

依存症は本人を苦しめるだけでなく、周囲の人々を巻き込みます。特に、一番身近な家族への影響は大きく、家族は慢性的なストレス状態におかれることもあります。

周りの方のこんなことで困っていませんか？

- お金を無心し、借りることができないと
暴言・暴力をふるったり、自殺をほめかす
- 仕事や学校を遅刻したり、休んだりする
- 睡眠や食事がおろそかになる
- ギャンブル等をしていることを隠したり、
嘘をつく
- 借金などの後始末をさせようとする
- 本人はギャンブル等の問題を認めようとしない

家族だけで抱え込んでいませんか？

- ◇ 家族などが相談機関や自助グループを
利用することも、本人の回復に役立ちます。
- ◇ 暴力など危険を感じた時はその場から離れ、
相談機関につながりましょう。

家族自身の健康や生活も大切です

- ◇ 家族自身もストレスにさらされています。
- ◇ 本人をサポートするためにも、家族自身の
健康や生活を大切にしましょう。



ギャンブル等について こんなことはありませんか？

- 高揚感を得るためにギャンブル等に使う金額が増える。
- ギャンブル等をやめたり、やめようとする
落ち着かない。いらいらする。
- ギャンブル等をやめようとしたり、減らそうと
しても、うまくいかない。
- ギャンブル等のことばかり考えてしまう。
- いやな気分有的时候にギャンブル等をする
ことが多い。
- ギャンブル等で負けると、それを取り戻す
ために深追いつする。
- ギャンブル等にのめりこんでいることを
隠すために、嘘をつく。
- ギャンブル等のために大事な人間関係、
仕事、教育の機会などをダメに
してしまう。またはダメにし
そうになる。
- ギャンブル等によって破たんした
経済状況を免れるために他人の
お金をあてにする。

(DSM-5 精神疾患の分類と診断の手引きより改変)

安心して相談できる場所があります。
ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

おおさか
依存症ポータルサイト



大阪府こころの健康総合センター

〒558-0056 大阪市住吉区万代東 3-1-46

TEL : 06-6691-2811(代) FAX : 06-6691-2814

HP : <http://kokoro-osaka.jp/>



ギャンブル等の問題で 困っている人のために



大阪府こころの健康総合センター

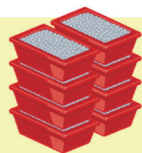
ギャンブル等とは

ギャンブル等とは、結果が偶然に左右されるゲームや競技に対して金銭を賭ける行為のことです。



ギャンブル等の種類

- パチンコ、パチスロ
- 競馬 □ 競輪
- オートレース
- モーターボート競走
- 宝くじ、ナンバーズ、サッカーくじ
- 賭け麻雀、賭け将棋
- スポーツ（野球等）賭博
- インターネット賭博
- カード（花札・バカラ等）賭博
- 合法または非合法のカジノ
- 証券の信用取引（FX）
- 先物取引市場への投資 など



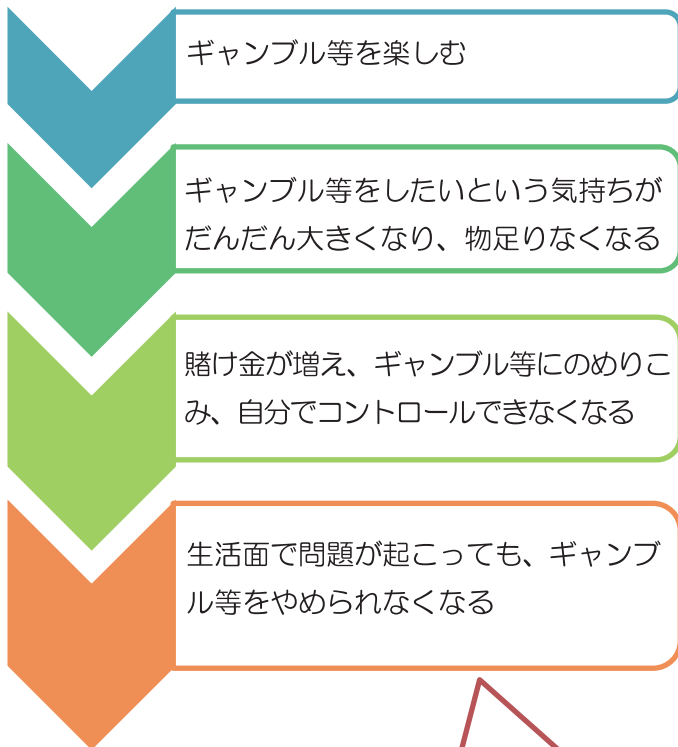
ギャンブル等依存症とは



ギャンブル等依存症とは、ギャンブル等にのめりこむことにより、日常生活や社会生活に支障が生じている状態のことです。

「本人の意志」や「性格」は関係なく、誰でも依存症になる可能性があります。

ギャンブル等依存症へのプロセス



例えば…

- 嘘をついてまわりの人との関係が悪化する
- 仕事や学校を休む
- 借金をしたり、お金の工面をするために手段を選ばなくなる

ギャンブル等依存症は治るの？

様々な助けや理解により、ギャンブル等に頼らない生き方をしていくことができます。

ギャンブル等依存症は、回復が十分可能です。

回復の助けとなる機関

精神科医療機関

精神療法などにより、治療を行っています。
依存症の専門医療機関では、専門のプログラムなどを行っています。



相談機関

精神保健福祉センターや保健所などで、本人や家族などの相談にのっています。個別相談のほかに、グループでのプログラムを行っているところもあります。

自助グループ

同じ問題を抱えた人と自発的につながり、その結びつきのなかで問題の解決に取り組む集まりのことです。

回復施設

依存症に関する相談を受けたり、日中活動や居場所の提供、ミーティングなどを行ったりするリハビリ施設です。

借金の問題について

ギャンブル等依存症に関する相談の多くで、本人の借金が問題となります。

借金の問題は、必ず解決できます。

借金が発覚した際は、周囲の人は肩代わりはせずに、多重債務相談窓口や法律の専門家に相談するようにしましょう。