

しょうらい

こ

将来、ギャンブルにのめり込まないために



ギャンブルってなに？



いっばんてき 一般的にギャンブルとは、物やお金などを賭ける行為です。日本では、競馬・競艇等の公営競技や

遊技であるパチンコなどがこれにあたります。

ギャンブルでは勝ち続けることもあれば、負けることもあります。ギャンブルでの「勝ち」は偶然によるので予測できません。

短期間なら勝つこともありますが、長く続ければ、使ったお金と同等額が手元に残ることはありません。

ギャンブルとの付き合い方

ギャンブルは、生活に問題が生じないように金額と時間の限度を決めて、その範囲内で楽しむ

ギャンブル等依存症にならないために



いぞんしょう Q1: 依存症ってなんですか？



特定の物質（アルコールや薬物など）や行為を「やめたくても、やめられない」状態をいぞんしょう
「依存症」といい、本人や家族が苦痛を感じたり、生活に困りごとが生じたりすることがあります。依存する対象のひとつに、ギャンブルがあります。



げんいん Q2: 原因はなんですか？

原因は、まだはっきりとしたことはわかっていません。不安や緊張を和らげたり嫌なことを忘れたりするために、ギャンブルを繰り返すうちに、脳の回路が変化して、自分の意志でコントロールすることがとても難しくなってしまうという説もあります。





Q3:ギャンブルにのめり込むとどんな問題が起こるの？

こ か お もと さいご か きんうしな ほか
ギャンブルにのめり込み、勝ちを追い求めて、最後には掛け金を失います。また、他のことがおろそかになります。

あくえいきょうれい
～悪影響の例～

- すいみん しょくじ けんこう がい うそ かぞく かんけい あっか
・睡眠や食事がおろそかになり健康を害する、嘘について家族との関係が悪化する、
- かく しゃっきん
隠れて借金する



ひと Q4:なりやすい人はいるのですか？

だれ かのうせい こんじょう いし よわ
誰でもなる可能性があります。「根性がない」とか「意志が弱い」からではありません。



なお Q5:治るのでしょうか？

かせ なお かた さまざま たす りかい
風邪やケガのような治り方をするものではありませんが、様々な助けや理解により「ギャンブル
たよ い かた かいふく かのう
などに頼らない生き方」をしていくことができます。回復することは可能です。



こ
ギャンブルにのめり込まない
しょうじき じぶん きも
ためには、正直に自分の気持
い ばしょ
ちを言える場所があることや
こりつ たいせつ
孤立しないことが大切です。



しんらい こうてき そうだんまどぐち 信頼できる公的な相談窓口

でんわそうだん おおさかし・さかいしいがい す かた
●こころの電話相談（大阪市・堺市以外にお住まいの方）
TEL：06-6607-8814 FAX：06-6691-2814
げつようび きんようび しゅくじつ、ねんまつねんしのぞ
月曜日～金曜日（祝日、年末年始除く）9:30～17:00

なや でんわそうだん おおさかし す かた
●こころの悩み電話相談（大阪市にお住まいの方）
TEL：06-6923-0936 FAX：06-6922-8526
げつようび きんようび しゅくじつ、ねんまつねんしのぞ
月曜日～金曜日（祝日、年末年始除く）9:30～17:00

でんわそうだん さかいし す かた
●こころの電話相談（堺市にお住まいの方）
TEL：072-243-5500 FAX：072-241-0005
げつようび きんようび しゅくじつ、ねんまつねんしのぞ
月曜日～金曜日（祝日、年末年始除く）
9:00～12:30・13:30～17:00

くわ し ひと もっと詳しく知りたい人のために

こうせいろどうしょう いそんしょう
厚生労働省 依存症



くりはまいりょう
久里浜医療センター
いそんしょう
ギャンブル依存症 はじめに



こうこうせい けいば・きょうていなど

高校生は、競馬・競艇等やパチンコをすることができません

けいば・きょうていなど にじゅっさいみまんきんし

じゅうはっさいみまんきんし

競馬・競艇等 … 20歳未満禁止 パチンコ … 18歳未満禁止