



はじめに

パチンコなどギャンブルによって借金を増やしてしまう。あるいは何回注意してもギャンブルを止めようとしないう、家族のことをかえりみない。ギャンブルのことで生活や仕事に支障が生じている、ギャンブルをやめたくてもやめられない。

ご自分やご家族についてこのような悩みはありませんか？もしかしたら「ギャンブル依存症」の問題があるかもしれません。「ギャンブル依存症」は回復できるといわれています。

本人や家族が苦しんでいるのであれば、それは改善が必要な状態です。

一人で問題を抱え込まず、一緒に正しい知識や対応方法を知りましょう。

ギャンブルの種類について

- 宝くじ（サッカーくじも含む）やナンバース
- 金を賭けたゴルフ、ビリヤード、ダーツ等の試合
- パチンコやスロットマシン等
- 賭け麻雀、賭け将棋
- 競馬、競輪、競艇、オートレース
- 花札、ポーカーなどカードを使った賭博
- 証券、債券または先物取引市場への投資
- 野球賭博などスポーツにお金を賭ける賭博
- 合法または非合法のカジノ
- サイコロ賭博（丁半賭博など）

ご自分やご家族のギャンブルのことで問題を抱えていませんか？

ギャンブルをすることで、一時的にストレスが発散されることもありますが、ほどほどにできなくなると、その代償として自分の健康な身体や心が損なわれます。

また、だんだんとギャンブルを第一に考えるようになり、他のことがおろそかになってしまいます。

そして、社会生活をしていく上で優先しなければいけない色々な活動を選択することができなくなっていくます。



ギャンブルをするきっかけは人によって様々です。

お金が欲しくて

暇な時間があるって

ストレスがたまって

居場所がなくて

寂しくて

孤独感が募って

友達に誘われて

会社の付き合いで

遊び感覚で

刺激を求めて

❓ どのように進行するのでしょうか？



✔ あなたの場合はどうですか？

ギャンブルに関する10の質問

5項目以上当てはまる人は要注意！！

自己診断
チェックリスト

- ギャンブルのことを考えて仕事が手につかなくなることがある。
- 自由なお金があると、まず第一にギャンブルのことが頭に浮かぶ。
- ギャンブルに行けないことでイライラしたり、怒りっぽくなることがある。
- 一文無しになるまでギャンブルをし続けることがある。
- ギャンブルを減らそう、やめようと努力してみたが、結局ダメだった。
- 家族に嘘を言って、ギャンブルをやるのがしばしばある。
- ギャンブル場に、知り合いや友人はいない方はよい。
- 20万円以上の借金を5回以上したことがある、あるいは総額50万円以上の借金をしたことがあるのにギャンブルを続けている。
- 支払予定の金を流用したり、財産を勝手に換金してギャンブルに当て込んだことがある。
- 家族に泣かれたり、固く約束させられたりしたことが二度以上ある。