

# ギャンブル等依存症を予防するために知ってほしいこと

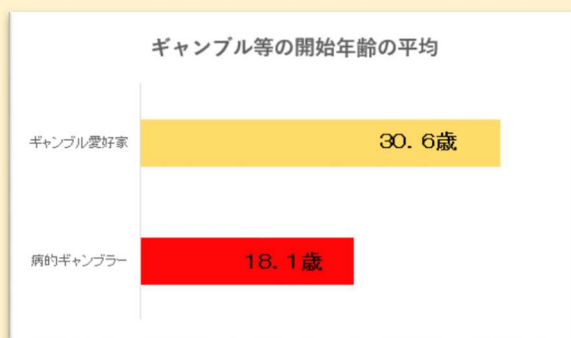
ギャンブル等依存症とは、ギャンブル等に没頭することで快感が得られたり、不快な気分から逃れることができ、それが習慣化するうちにコントロールができなくなった状態です。

ギャンブル等依存症により、日常生活や社会生活に支障を生じることがあります。借金の問題だけでなく、うつ病の発症などの健康問題、さらに自殺などの社会問題を引き起こすことがあります。

## 学生の皆さまへ

### 1) 10代でのギャンブル開始はリスクが高まる！

ギャンブル等依存症に陥るリスクの一つに、「始めた年齢が若い」ということがあります。研究結果\*<sup>1</sup>でも、お小遣いの範囲でできるギャンブル等愛好家と、ギャンブル等依存症になってしまった人とは、開始年齢に大きな開きがあることがわかっています。



\* 1 病的ギャンブラーとギャンブル愛好家とを峻別するものは何か：LINE アプリ・セルフスクリーニングテストを用いた病的ギャンブラーの臨床的特徴に関する研究  
田中紀子、松本俊彦、森田展彰、木村智和（日本アルコール・薬物医学会雑誌第54巻1号）

### 2) ギャンブル等ができる年齢は決まっている！

遊戯	ぱちんこ パチスロ	18歳以上 (但し、高校生は不可)
公営競技	競馬 ポートレース 競輪、オートレース	20歳以上
くじ	宝くじ	年齢制限なし
	toto	19歳以上

ギャンブル等には、それぞれ年齢制限が法律で定められています。インターネットでのギャンブルも同様です。少ない賭け金で大金を手にすることがあっても、公営競技等の主催者側も収益を確保する必要があるため、ギャンブル等で勝ち続けることは困難です。

### 3) お金の貸し借りは絶対にダメ！

もし、友人や恋人等からギャンブル等が原因でお金を貸して欲しいと言われても絶対に断りましょう。借りたお金が返せなくなって学校に来られなくなったり、お金が返らずに生活費に困ったりするなど金銭トラブルに発展する可能性があります。

ギャンブル等にのめり込むことで、誰でもギャンブル等依存症になるリスクはあります。不安な場合は、まずは、家族や周りの人に相談しましょう。



✓ check!!

福岡県では、ギャンブル等依存症を予防するための啓発動画を作成しました。

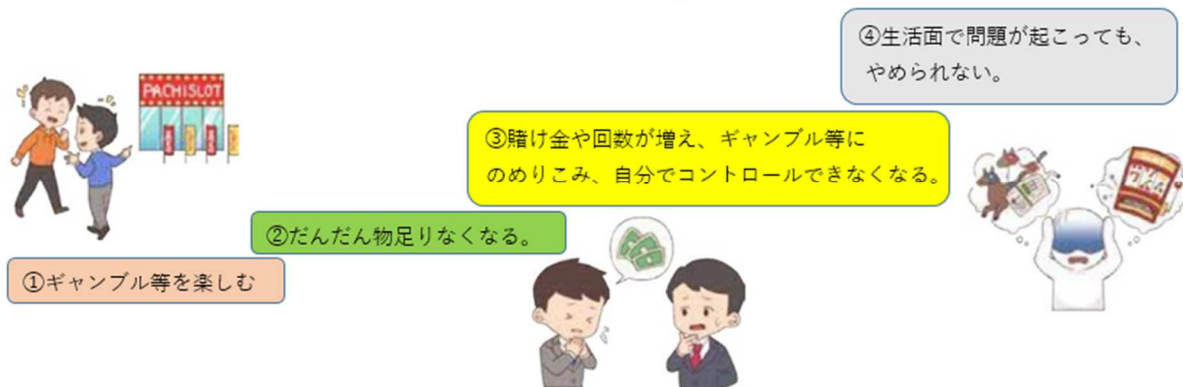


裏面も check!

## ご家族の方へ

### 1) ギャンブル等にのめり込んでしまうと、自分の意思ではやめたくてもやめられない！

【ギャンブル等にのめり込むことにより問題化するプロセス】



人間の脳には、美味しいものを食べる、試験に合格するなどによって快感や幸せを感じる機能があります。ギャンブル等を行うことにより脳内で神経伝達物質が分泌されると、快感・多幸感が得られます。この感覚を脳が「報酬（ごほうび）」と認識すると、その報酬（ごほうび）を求める回路が脳内にできあがります。

しかし、その行為が繰り返されると次第に快感・喜びを感じにくくなります。そのため、以前と同じ快感を得ようとして、行動がエスカレートしていきます。また、脳の思考や創造性を担う機能が低下し、自分の意思でコントロールすることが困難になります。

特に、子どもはその機能が十分に発達していないため、のめり込む危険性が高いといわれています。

### 2) ギャンブル等依存症は家族の対応が重要です！

ギャンブル等依存症になると、患者の家族は借金の肩代わりなど、手助けをついしたくなりますが、本人の問題を家族が肩代わりしていたのでは、本人はいつまで経っても病気の自覚が持てません。本人が病気を自覚し、治療や支援につなぐチャンスを逃し、病気が進行していきます。家族に必要なのは、ギャンブル問題への適切な対処方法を学ぶことです。

下記の相談窓口は、依存症の相談のほかに当事者・家族向けにプログラムを行っているところもあります。家族だけで抱え込まず、まずは気軽に相談をしてください。

#### 相談窓口

福岡県精神保健福祉センター	092-582-7500
北九州市立精神保健福祉センター	093-522-8729
福岡市精神保健福祉センター	092-737-8829



依存症相談拠点のご案内

