

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？

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、長く続けられれば、使ったお金と同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金額と時間の限度を決めて、その範囲内で楽しむことです。

ギャンブル等依存症にならないために



いそんしょう

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「依存症」といい、本人や家族が苦痛を感じたり、生活に困るこ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いするために、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？

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。～悪影響の例～
 ・睡眠や食事がおろそかになり健康を害する、嘘をついて家族との関係が悪化する、隠れて借金をする



Q4: なりやすい人はいるのですか？

誰でもなる可能性がありますが、「根拠がない」とか「悪志が強い」からではありません。



Q5: 治るのでしょうか？

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。



ギャンブルにのめり込まないためには、正直に自分の気持ちを書ける場所があることや孤立しないことが大切です。

もっと詳しく知りたい人のために

- こころの電話相談 (大阪府・堺市以外にお住まいの方)
TEL: 06-6607-8814 FAX: 06-6691-2814
月曜日～金曜日 (祝日、年末年始除く) 9:30～17:00
- こころの電話相談 (大阪府にお住まいの方)
TEL: 06-6923-0936 FAX: 06-6922-8526
月曜日～金曜日 (祝日、年末年始除く) 9:30～17:00
- 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
月曜日～金曜日 (祝日、年末年始除く) 9:00～12:30・13:30～17:00

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

競馬・競艇等 … 20歳未満禁止
パチンコ … 18歳未満禁止

大阪府・大阪市IR推進局 電話番号06-6510-8258
FAX番号06-6510-8259
URL: <http://www.oref.orc.kobe.lg.jp/susho/>