

家族も抱えこまないで

- 相談機関にヘルプを出しましょう。
- ギャンブル依存症について、正しい知識、本人への適切な対応方法について学びましょう。
- 家族自身の人生の充実も考えていきましょう。

相談窓口

面接相談（予約制）

精神保健福祉センターは、ご本人、ご家族が安心して相談できる場所です。

【対象】

ギャンブル依存症（傾向）をかかえる方、もしくは、そのご家族
※詳しくはお電話でお問い合わせ下さい。



こころのほっとライン

こころの健康に関する電話相談専用の窓口です。匿名で相談することができます

053-457-2195

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分から午後4時まで



浜松市精神保健福祉センター

お問い合わせ・お申し込み先

053-457-2709

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前8時30分から午後5時15分まで

ホームページ

浜松市精神保健福祉センター

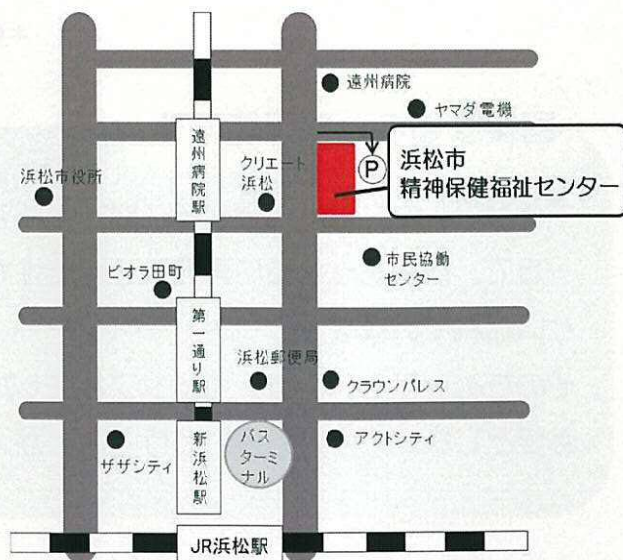
検索



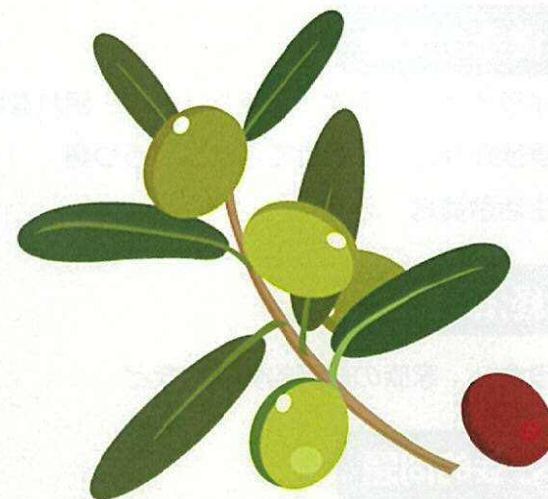
所在地

〒430-0929

浜松市中区中央一丁目12-1
県浜松総合庁舎4階



ギャンブルの問題でお悩みの方へ



浜松市精神保健福祉センター

ギャンブル依存症とは

精神的な不調、経済的・社会的状況、
更には家族関係の悪化など、日常生活で
様々な問題が生じているにも関わらず、
自力ではギャンブルをやめることができ
ない状態をいいます。

ギャンブル依存が生み出す問題

健康の問題

イライラ 不安 落ち込み 眠れない
食欲がない やせてきた うつ病
生活習慣病 など

経済的問題

借金 家族の経済的負担 など

社会的問題

退学 失業 転職を繰り返す
対人トラブル 犯罪 など

家庭の問題

家庭不和 家庭崩壊
家族の心身の不調 など

ギャンブル依存症チェック

以下の中で、いくつあてはまるでしょうか？

- 1 ギャンブルに関連することはばかり考える
- 2 高揚感を得るために、かけ金の額が増える
- 3 減らしたりやめる努力をするがうまくいかない
- 4 やめたり回数を減らそうとすると、落ち着かなくなったりイライラする
- 5 嫌な気分の解消にギャンブルをすることが多い
- 6 ギャンブルで損した分を、ギャンブルで取り戻そうとする
- 7 のめりこみを隠すために、周りの人に嘘をつく
- 8 ギャンブルのために大切な人間関係や仕事を失いそうになる、あるいは失う
- 9 ギャンブルにより苦しくなった経済状況から抜け出すために、他人のお金をあてにする



*軽度：4～5項目 中等度：6～7項目 重度：8～9項目

回復することが可能です

ギャンブル依存症は回復する（問題なく社会生活を送る）ことは可能です。
一方で、何かあった時に再発する可能性もあり、自力で回復することは難しい
といわれています。

そのため、正しい知識、ギャンブルをしたくなった時の対処法、ギャンブルを
必要としない生き方を身に付けることが大切です。