

三重県内の ギャンブル等依存症に関する 相談・医療機関

名称	電話
精神保健福祉センター	三重県こころの健康センター 専門電話相談 毎週水曜日 13:00~16:00 059-253-7826
保健所	桑名保健所 0594-24-3620
	四日市市保健所 059-352-0596
	鈴鹿保健所 059-382-8673
	津保健所 059-223-5057
	松阪保健所 0598-50-0532
	伊勢保健所 0596-27-5148
	伊賀保健所 0595-24-8076
	尾鷲保健所 0597-23-3428
	熊野保健所 0597-89-6115
ギャンブル等依存症治療拠点機関	三重県立こころの医療センター(津市) 059-235-2125
	国立病院機構 榊原病院(津市) 059-252-0211
ギャンブル等依存症専門医療機関	松阪厚生病院(松阪市) 0598-29-1311
	南勢病院(松阪市) 0598-29-1721
民間回復支援機関	NPO法人 三重ダルク 059-222-7510

こころのケアガイドブック▶

<https://www.pref.mie.lg.jp/KOKOROC/HP/36648031909.htm>
(最新情報を掲載しています。)



こんなことはありませんか？

ギャンブル等依存症の 簡易チェック

☑ ギャンブル等で負けた時、負けた分を取り戻すために、またギャンブル等をしたことがある。



☑ 自分にギャンブル等の問題があると思ったことがあるか、その問題を人から指摘されたことがある。



☑ お金の使い方について、同居していた人と口論になった原因が、主に自分のギャンブル等だったことがある。



☑ 誰かからお金を借りたのに、ギャンブル等のために返せなくなったことがある。



☑ ギャンブル等のためか、ギャンブル等による借金を返すために、下記のいずれかからお金を借りたことがある。
(家計、サラ金・闇金、銀行・ローン会社)



上記の質問で
当てはまる方は、
ギャンブル
問題について、

2項目
以上

支援が必要な
可能性があります。

参考 「日本語版SOGS短縮版」を一部改変
厚生労働省科学研究費補助金障害保健福祉総合研究事業
「いわゆるギャンブル依存症の実態と地域ケアの促進」

令和5年1月発行

三重県



ギャンブルの 問題で困って いませんか

三重県こころの健康センター



ギャンブル等依存症とは

ギャンブル等依存症とは？

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、特定の行為を繰り返しているうちに、行動をコントロールする機能が低下し、自分の意思ではやめられない状態になってしまいます。この状態を「依存症」といいます。

ギャンブル等依存症は、ギャンブル等にのめり込み、わかっているのにやめられない「病気」です。「意志が弱い」「努力が足りない」ためにギャンブル等依存症になるわけではありません。

ギャンブル等依存症の特徴

借金 借金をしてでもギャンブルを続ける

深追い 負けた分をギャンブルで取り返そうとする

嘘 ギャンブルをしたこと、借金を隠すために嘘をつく

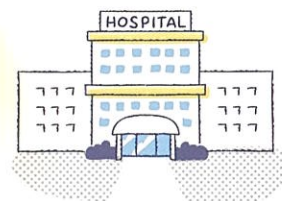
ギャンブル等依存症からの回復のために

ギャンブル等依存症から回復することは可能です。ギャンブルに振り回されない生活のために、以下の方法が大切です。

- 本人、家族だけで抱え込まず、相談できる場所（行政・医療機関・回復施設・自助グループなど）を利用する。
- ギャンブルがあなたの人生に、どんな影響を与えてきたかを振り返る。
- 健康、借金、生活、人間関係などの問題を考える。
- ギャンブル行動の再発の兆候に注目し、ギャンブルをしたくなくてもせすに過ごせる方法を見つけ、実行する。

支援機関

専門医療機関



依存症の専門治療を行うことができます。

公的な相談機関



三重県こころの健康センター（精神保健福祉センター）、保健所などで、電話・面談による個別相談ができます。

民間回復支援機関

自助グループ



依存症本人または家族同士が体験を共有しながら、回復に向けて支え合っていくグループです。仲間の存在が回復を支えます。

ご家族や身近な方へ

依存症は本人が気づきにくい病気です

依存症であることを本人が認めなくても、支援機関への相談を勧めてください。家族が同行することも有効です。

家族だけで解決するのは難しい病気です。借金や嘘などの問題を感じたら、支援機関に相談しましょう。

家族からの相談もできます

治療には家族や友人の支えが重要です

家族が正しい対応法を学ぶことは、本人の回復を助けるうえで重要です。例えば、家族が金銭の提供や借金の肩代わりをすると、多くの場合問題が深刻化します。

依存症による問題で、家族も疲弊しがちです。家族向けの自助グループもあります。

家族自身への支援も重要です

