



～ご家族のギャンブル問題で悩む方へ～

令和3年度 依存症家族教室のご案内

ギャンブル・ゲーム・買い物など

ギャンブルやネットゲーム等を行っているうちに、**やめたくてもやめられない「依存症」という病気**を発症する可能性があります。依存症になると、本人が「やめたい」と思ってもやめられずに、仕事や学業、家族よりもギャンブルやネットを優先していくようになります。本人が学業不振、失職、借金などの金銭トラブルや家族への暴力、自殺未遂などの問題を起こし、その尻拭いのために家族が振り回されていくことがあります。

依存症は家族を巻き込む病気です。巻き込まれた家族は本人のために何とかしようと一生懸命ですが、依存症という病気を知らずに対応すると逆効果になることがあります。まずは**家族が依存症について理解することが、本人の依存症からの回復の第一歩**となります。精神保健福祉センターでは家族教室を開いていますので1人で悩まずにご相談ください。※家族教室の参加は事前予約は不要です。新型コロナウイルス感染症対策として、予定が変更となる場合がございます。開催状況に関しましてはお問い合わせください。

依存症って？

やめたくてもやめられない脳の病気。
薬物やアルコールだけでなく、ギャンブルなどでも依存症になることがある。
□ギャンブルする時には予算や時間の制限を守れない、決めても守れない
□ギャンブルに勝った時に「次のギャンブルに使おう」と考える
□ギャンブルしたことを誰かに隠す
□ギャンブルに負けた時にすぐに取り返したいと思う
(ギャンブル依存症問題を考える会作成自己診断ツール「LOST」より。)

本人の依存症を悪化させてしまう家族の対応

- 叱責や注意を繰り返す。
- 依存症が病気であることを認めず、本人の人格や意思の問題にする。
- ギャンブルをしないように監視する。
- 本人の借金を肩代わりする。
- 本人の起こしたトラブルを家族が尻拭いして解決しようとする。

第4月曜日 13:30～15:00 茨城県精神保健福祉センター

4月26日	依存症という病気	10月25日	依存症という病気
5月24日	家族の安全	11月22日	多重債務への対応 ～消費生活センターのお話～
6月28日	本人の行動を知る	12月27日	コミュニケーションを変えてみる
7月26日	全国ギャンブル依存症家族の会・茨城のメッセージ	1月24日	ギャマノンのメッセージ
8月23日	家族のセルフケア	2月28日	家族のセルフケア
9月27日	GAのメッセージ	3月28日	依存症に合併しやすいところの病気とその対応

問い合わせ：精神保健福祉センター 水戸市笠原町993-2
TEL029-243-2870

