

身近な人のギャンブルの問題が 気になる方へ

身近な人のこんなことで
悩んでいませんか？

- ☐ 業務中、説明がなく
長時間離席することがある
- ☐ ギャンブルの話題が多い
- ☐ 仕事中うわの空であったり、
遅刻や欠勤が増えている
- ☐ お金を貸してと頼んでくる
- ☐ ギャンブルによる借金がある

これらはギャンブル等依存症のサインです

依存症は、本人の努力だけでは回復が難しい病気のため、周囲の人の理解とサポートがとても大切です。まずは正しい知識を知り、ご自身が気になっていることを専門機関に話してみてください。



ご自身のギャンブルの問題で 困っている方へ

LOST
(ギャンブル等依存症チェックリスト)

- ☐ ギャンブルをするときに予算や時間を決めなかったり、決めても守れなかったりすることがありますか
- ☐ ギャンブルに勝ったときに、「次のギャンブルに使う」と考えたことがありますか
- ☐ ギャンブルをしたことを誰かに隠したことがありますか
- ☐ ギャンブルに負けたときに、すぐに取り返したいと思うことがありますか

2つ以上あてはまる場合は
ギャンブル等依存症の可能性があります。

出典：ギャンブル依存症自己診断ツール「LOST」
田中紀子、松本俊彦、森田展彰、木村智和、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

ギャンブル等依存症のスクリーニングテスト

ご自身の状態についてより詳しく知りたい方は、下記でスクリーニングテストができます。



PGSI

[独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター](#)

相談してください

ギャンブルはあなたのしんどさを楽ししてくれたかもしれませんが、
健康や生活、人間関係に影響を受けていませんか？

依存症は適切に対処することで、回復できる病気です。
支援機関では、回復のためにできることを一緒に考えます。

詳しく知りたいときは、下記のホームページからご覧ください



依存症に関する基礎知識や、兵庫県内の依存症相談窓口は、「ひょうご依存症ポータルサイト」で情報発信しています。

[ひょうご依存症ポータルサイト](#)

