

5月14日～5月20日

ギャンブル等依存症問題啓発週間

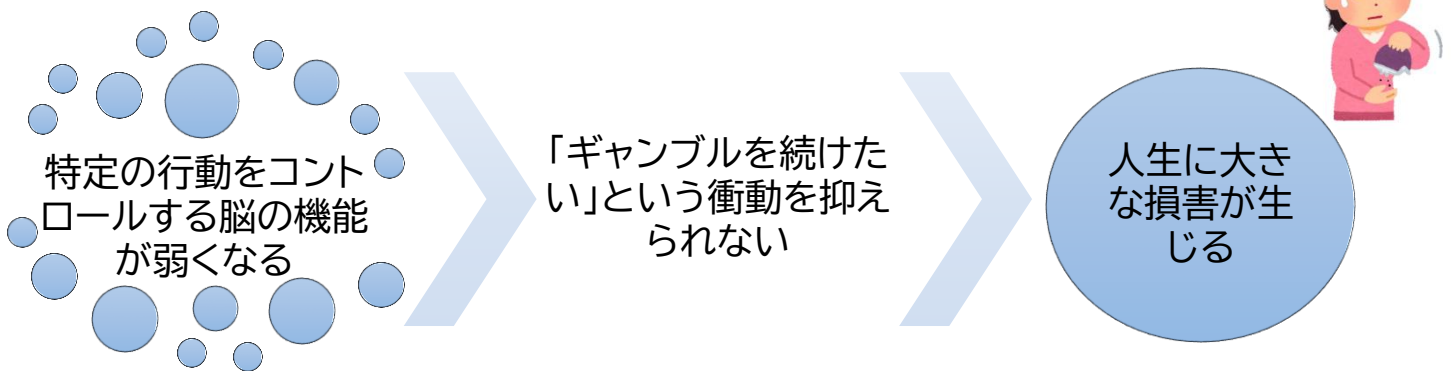
「ギャンブルをやめたくてもやめられない」それは依存症かもしれません。
まずは、ギャンブル等依存症を知ることから始めてみませんか。

＜ギャンブルとは＞

金銭や品物などを賭けて勝負を争う遊戯（例：競馬、競輪、パチンコ、スロット、宝くじなど）

＜ギャンブル依存症とは＞

特定の行動をコントロールする脳の機能が弱くなり、人生に大きな損害が生じるにも関わらず、「ギャンブルを続けたい」という衝動が抑えられない病気です。



ギャンブルを断つことで時間をかけて
脳の機能はゆっくりと回復していくと言われています。



断つことを続けるためには・・・

正直に自分の気持ちを言える場所があることや、孤立しないことが大切です。
自助グループや専門医療機関の力を借りながら回復に向かう方法があります。

＜まずは相談しましょう＞

依存症は誰でも陥る可能性のある病気であり、決して恥ずかしいものではありません。本人や家族だけで抱え込まないで、早めに専門の機関に相談しましょう。



依存症対策全国センター

長野市保健所健康課
電話 226-9961 FAX 226-9982

