



帚木蓬生
「ギャンブル依存とたたかう」
2004年発行 190ページ 新潮選書 1000円＋税



渋谷昌三
「ギャンブルの魔力～なぜはまるのか、どうつきあえばいいか」
2006年発行 200ページ ゴマブックス 1300円＋税

ギャンブラーズ・アノニマス (GA) 20の質問

ギャンブラーズ・アノニマスは、ギャンブルに問題を持っている人に20の質問をする。以下の質問は同団体のサイトにある。（＊7つ以上当てはまる人は、依存症の可能性が極めて高いという。あなたはどうか？）

1. ギャンブルのために仕事や学業がおろそかになることがありましたか？
2. ギャンブルのために家族が不幸になることがありましたか？
3. ギャンブルのためにあなたの評判が悪くなることがありましたか？
4. ギャンブルをした後で自責の念を感じることがありましたか？
5. 借金を払うためのお金を工面するためや、お金に困っている時に何とかしようとしてギャンブルをすることがありましたか？
6. ギャンブルのために意欲や能率が落ちることがありましたか？
7. 負けた後で、すぐにまたやって、負けを取り戻さなければと思うことがありましたか？
8. 勝った後で、すぐにまたやって、もっと勝ちたいという強い欲求を感じることがありましたか？
9. ギャンブルの資金を作るために借金をすることがありましたか？
11. ギャンブルの資金を作るために、自分のものや家族のものを売ることがありましたか？
12. 正常な支払いのために「ギャンブルの元手」を使うのを渋ることがありましたか？
13. ギャンブルのために家族の幸せをかえりみないようになることがありましたか？
14. 予定していたよりも長くギャンブルをしてしまうことがありましたか？
15. 悩みやトラブルから逃げようとしてギャンブルをすることがありましたか？
16. ギャンブルの資金を工面するために法律に触れることをしたとか、しようと思えることがありましたか？
17. ギャンブルのために不眠になることがありましたか？
18. 口論や失望や欲求不満のためにギャンブルをしたいという衝動にかられたことがありましたか？
19. 良いことがあると2～3時間ギャンブルをして祝おうという欲求がおきることがありましたか？
20. ギャンブルが原因で自殺しようと思えることがありましたか？

ギャンブル依存症者救済のための団体

＊パチンコ中毒110番
homepage1.nifty.com/monizukaofc/pachi110ban.htm
メール VYR01104@nifty.ne.jp

＊ギャンブラーズ・アノニマス
www001.upp.so-net.ne.jp/ga-japan/
メール gajapan@rj9.so-net.ne.jp
〒242-0029 大和市上草柳2-13-2 弥生荘10号室
「GA日本インフォメーションセンター」宛
FAXのみ対応 046-263-3781

＊ギヤマンノン
gam-anon.jp
メール info@gam-anon.jp

＊ティーンチャレンジ・ジャパン（木崎智之ディレクター）
www.teenchallengejapan.com
メール info@teenchallengejapan.com
〒193-0834 東京都八王子市東浅川町558-7-103 Tel & Fax: 042-668-3306
携帯: 090-4835-0956

【お断り】 本稿にある団体や書籍で、「フォーカス・オン・ザ・ファミリー」と「ティーンチャレンジ・ジャパン」以外は、クリスチャンではなく聖書を教えているわけでもなく、FFJが協力している所でもありません。これらの情報は、ギャンブル依存症者と家族友人に役に立つものとしてのみ紹介しています。（編集部）

りたい。

「ギャンブル依存とたたかう」の著者帚木蓬生氏は、実際に依存症者を治療している精神科の医師、また作家である。同書には、パチンコにはまって、サラ金や実家から借金を重ね、家族の説得も効果なく、ついに離婚届けに判を押すに至った主婦の鬼気迫る告白

と回復への長く苦しい道のりが紹介されている。

「日本の為政者は、百五十万いる認知症高齢者への対策に必死だが、それ以上多いギャンブル依存者には一顧だにしない。現状が続けば、日本はギャンブルによってこわれていくにちがいない」これが、ギャンブル依存症者の

治療に苦心している医師の実感だ。

ギャンブル依存の当事者が相談できる無料相談機関として、パチンコ中毒110番（有料）や、ギャンブラーズ・アノニマス（匿名のギャンブラーたち）がある。当事者の家族・友人のために活動しているのは、ギヤマンノンである。

アルコール中毒者たちの自立支援組織と同じく、12ステップを使う。

クリスチャンによる依存症一般の相談機関として、ティーンチャレンジ・ジャパンが最近始まった。それぞれウェブサイトがあるので、ご参照ください。

（前島常郎）

だれでもはまりうる！
用心に越したことはない

「ギャンブルの魔力」には、字面だけを読むとアブナイ勧めもある。

「ギャンブルも若い時に経験して、免疫をつくっておくことは、あとになってはまる危険を予防する」という意味ではいいことだ。ギャンブルとはこういうものだとかわかっていれば、のめり込むこともなくなるし、たとえ、若い時に痛

い思いをしても、あとになれば、いい経験をしたと思えるはずである」

「免疫をつくる」という口実で足を踏み入れ、実際には「免疫」で終らず、「泥沼にはまって出られない」という結果になる事もあるだろう。だから、こういう警告もある。

「もし、自分が熱中しやすく、コントロールの効かないタイプだと思ったら、なるべくギャンブルに近づかないようにするのが、ギャンブルでひどい目に会わないための、せめてもの予防策といえる」

生まれつきのめり込みやすいタイプがあり、遺伝するらしい。育ちや環境もあるだろう。親兄弟や親戚に、ギャンブルで失敗した人がいるなら、気をつけたほうがよさそうだ。友達の影響もあなどれない。「思い違いをしてはいけません。友だちが悪ければ、良い習慣がそこなわれます」（コリント第一15章33節）

依存症の治療に有効な12ステップ

帚木医師は、ギャンブル中毒者

をアルコール依存症のように精神疾患として治療し効果を上げている。それには大きく分けて三段階がある。

第一は、導入期である。

アルコール問題と同じで、依存症者は問題を認めない。当事者が金銭的精神的に底をついて、「自分はギャンブルに対して無力だ、助けてほしい」と思った時に、第一歩が始まる。患者に「自分はやはり病気なんだ」と観念させるのに、「病的賭博」という呼び方が有効なことを、帚木氏は見いだした。アルコール依存症患者と同じ開放病棟で入院治療をする。

第二は、離脱期だ。

薬物依存症者のように、ギャンブルをやめた依存症者にはイライラ、不眠、過敏、手の震えなどの禁断症状が出るが、それも1ヶ月ほどすれば、やがて治まる。

第三は、学習期である。

ギャンブルを止めるのは第一歩に過ぎない。その後、患者は自分を振り返り、新しい生活をどう建て上げて行くかを学ばなければならぬ。ミーティング、フリー・トーキング、ビデオ学習、講義、体力を付けるための作業や、2キロから10キロの行軍などで、患者

の一日は忙しい。また、病院の外にあるGA（ギャンブラーズ・アノニマス）という自助グループに出席して12ステップを学ぶ。帚木医師は言う。

「12ステップは平たく考えれば、すべて人間らしい行動を司っている前頭葉の鍛錬です。ギャンブル依存というプログラムは脳の奥深く刻み込まれており、これはもう外科手術でも取り除くことは不可能で、薬でも壊せません。この癖のような病果が頭をもたげてくるのを防ぐのが、前頭葉といえます」

治療とは、ギャンブル漬けになっってしまった頭脳を、もう一度人間らしい脳に作り変える作業だ。この12ステップは、アルコール、薬物などの依存症からの回復に有効であることが実証されて来た。ギャンブル依存はあなどれない病気だが、治療の道筋に乗るなら、必ず回復に向かえる。

「ギャンブルの魔力」の著者渋谷昌三氏は心理学者で、目白大学の人間社会学部教授である。ギャンブル中毒者を治療している訳ではない。本書を読んだ当事者、または家族に役立ったのかどうか知