



静岡県精神保健福祉センター

〒422-8031 静岡市駿河区有明町2-20 静岡総合庁舎 別館4階

TEL:054-286-9245 FAX:054-286-9249

<https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/shogaifukushi/seishinhoken/1004161/1033830.html>

【目次】

- ・ 巻頭挨拶……………1P
- ・ ギャンブル等依存症 ……2P
- ・ 依存症問題で困ったときの相談先……………3P
- ・ 令和8年度研修計画……………4P

【巻頭挨拶】

静岡県精神保健福祉センター 参事 清水雅夫

本年4月から精神保健福祉センター参事になりました清水雅夫と申します。
どうぞよろしくお願いいたします。

さて、国から示された精神保健福祉センター運営要領では、地域精神保健福祉におけるセンターの役割として、地域の精神保健福祉における活動推進の中核的な機能を備えなければならないこと、また、住民の精神的健康の保持増進、精神障害の予防、適切な精神医療の推進、地域生活支援の促進、自立と社会経済活動への参加の促進のための援助等を行うものとしています。

さらに、令和4年に施行された「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援する法律等の一部を改正する法律」により、精神障害者のみならず精神保健に課題を抱える者も対象とされ、これらの者の心身の状態に応じた適切な支援の包括的な確保を旨として、行わなければならないことが、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律第46条に規定されたところです。

本県の精神保健福祉関連の統計では、自殺死亡者数(令和6年)は527人、精神保健福祉センターにおける依存相談件数(令和7年)は延べ203件、ひきこもり状態にある方(内閣府「こども・若者の意識と生活に関する調査(令和4年度)」による推計)は約4.1万人となっています。

このような中、相談業務では、こころの電話相談、依存相談(アルコール・薬物・ギャンブル等)、リカバリーミーティング、ひきこもり相談、すみれ相談(身近な人を自死で亡くされた方を対象とする。)、自死遺族のつどいを実施するなど、幅広く精神保健福祉に関する相談支援を行っています。

また、メンタルヘルスの正しい理解を広げ、身近な人の心の不調に早く気付いて、適切な支援につなげられるよう、心のサポーター及びゲートキーパーの養成に力を入れているところです。

今後も、メンタルヘルス、精神疾患及び精神障害についての正しい知識、相談支援等の社会資源及び権利擁護等に関しての普及啓発を行うとともに、適切な支援につなげていけるよう、市町、各健康福祉センター(保健所)、当事者団体、関係団体・機関等と連携し、取組を進めていきたいと考えておりますので、皆様の御支援と御協力をお願い申し上げます。



ギャンブル等依存症

1

ギャンブル等依存症とは

依存症とは、特定の物質や行為をやめたくてもやめられない状態になることで、進行していく病気です。ギャンブルにおいては、その人の人生に大きな損害が生じるに関わらず、ギャンブルを続けたいという衝動が抑えられなくなります。また、近年はオンラインギャンブルによる依存症も大きな問題になっています。

依存症かも？ ～簡単チェックツール～

Limitless（制限なし）

予算や時間の制限を決めない、決めても守れない

Once Again（もう一度）

ギャンブルに勝ったときに次のギャンブルに使おうと考える

Secret（隠す）

ギャンブルをしたことを誰かに隠す

Take Money Back（取り返す）

ギャンブルに負けた時、すぐに取り返したいと思う

参考：<https://www.scga.jp/news/press-181122/>
(ギャンブル依存症問題を考える会)

**2つ以上で
ギャンブル依存症
の可能性**

オンラインギャンブルの特徴

- * スマートフォン等で、いつでも、どこでも簡単にアクセスできるため、借金額が大きくなる傾向がある。
- * 手軽さから、若年層が増加している。
- * 知らないうちに違法賭博を行うリスクが高まる。

2

適切な支援と回復

ギャンブル等依存症は、正しい知識を持ち、適切な対応を取ることが、回復につながります。

理解する

ギャンブル等依存症は、御本人の意志の弱さや性格の問題ではありません。御本人を責めたり、よかれと思って説得することで、関係が悪化し、御本人はますますギャンブルにのめり込む可能性があります。御本人も御家族も、まずはギャンブル等依存症について正しい知識を身につけましょう。

借金の肩代わりをしない

御家族が金銭的な尻拭いをすることで、御本人はギャンブルの問題を自覚できず、すぐにギャンブルを再開し、借金を繰り返してしまうことがあります。御本人が行動の責任を持つことが、回復につながります。借金に関しては、御本人が法律家等の専門相談を利用するという選択肢があります。

専門機関につながる

御家族だけで抱え込むと悪循環に陥りがちです。同じ悩みを持つ人が集まる家族会や自助グループにつながることで、回復を後押しします。

おひとりで抱え込まず、まずは御相談ください

3

相談機関について

依存症の回復には、孤立を避け、人と「つながる」ことが大切です。
県内の自助グループおよび家族会をご紹介します。

GA (ギャンブラーズ・ アノニマス)	・ギャンブル依存症に悩む当事者が回復を目指して集まる自助グループ。 ・三島市、沼津市、静岡市、磐田市で定期的にミーティングが開催されている。
ギャマノン	・ギャンブルの問題の影響を受けた家族や友人のための自助グループ。 ・静岡市で定期的にミーティングが開催されている。
NPO法人 全国ギャンブル依 存症家族の会	・ギャンブル依存症の家族の集まり。 ・静岡市で、家族の会と当事者会が定期的に開催されている。



静岡県精神保健福祉センターのホームページには、
自助グループや医療機関のホームページへのリンクを掲載しております。
左記QRコードから御確認ください。

法テラス	・国が設立した法的トラブル解決の総合案内所。 ・法テラス静岡、法テラス沼津支部、法テラス浜松支部、法テラス下田法律事務所の4か所。 ・法テラスコールセンター 0570-078374
-------------	--

4

当センターの依存症への取組

依存相談

会場：静岡総合庁舎

日時：3回/月 原則第1・3木曜日

第2月曜日

午後1時～午後4時

(詳細はホームページを御覧ください)

対象：アルコール・薬物・ギャンブルなどの依存症について

内容：依存症治療機関に従事する相談員による個別相談

リカバリーミーティング

会場：静岡総合庁舎

日時：2回/月 原則第2・4木曜日

午後1時30分～午後3時30分

(詳細はホームページを御覧ください)

対象：依存症に関する問題を抱えている方

内容：プログラムを活用した、集団ミーティング

予約につきましては、4Pに記載されている当センター電話番号へお願いいたします。

【静岡県精神保健福祉センター令和8年度研修計画】

令和8年10月以降
の研修予定

研修名		対象	目的	日程及び会場
自殺対策	第2回自死遺族と支援者のためのつどい	自死遺族、行政職員、医療機関職員等	自死遺族が安心して分かち合い、心身のセルフケアを学びながら支援者と共に理解と支援の輪を広げる。	未定
依存症	依存症問題に悩む家族のための講演会	依存症の問題を抱える家族、当事者、依存症に関わる支援者及びその他興味がある方	依存症の問題を抱える当事者の家族等の一般県民に正しい知識を普及し、早期に、各相談窓口、医療機関、自助グループ等の必要な専門機関につながる。	令和8年10月23（金） 静岡総合庁舎本館7階第8会議室
ひきこもり	第2回ひきこもり支援従事者養成研修	行政職員、医療・教育・警察関係職員等	生きづらさを抱える人を理解し、地域全体で支え合い、より良い支援を行う視点を学ぶ。	令和8年11月10（火） 静岡総合庁舎本館7階第8会議室
	ひきこもり啓発イベント	一般県民、ひきこもり支援に携わる機関の職員、児童相談所職員、教育関係者等	お笑いを通じた緊張緩和、映像を通じた当事者・家族の葛藤理解、多角的なパネルディスカッション、県が有するひきこもり支援メニューを分かりやすく紹介する参加型イベントを実施し、孤立防止と地域共生社会の実現を図る。	令和8年12月14（月） 静岡県男女共同参画センター「あざれあ」大会議室
こころの緊急支援活動研修		学校関係者、行政機関専門職職員、県警関係者等	学校現場や関係機関等の職員が、学校等における危機発生時に児童生徒等のこころのケアを実践できるよう、こころの緊急支援活動等に関する基礎的な知識を習得する。	未定
研修内容については、各研修の開催通知にて確認をお願いします。				

静岡県精神保健福祉センターでは、メンタルヘルスに関する御相談を受け付けています。詳細は、当センターのホームページを御覧ください。



TEL:054-286-9245

※土日、祝日を除く 平日8:30~17:00

