

# ギャンブル等依存症特別相談会

こんなことで悩んでいませんか？

ギャンブルがやめられない

ギャンブルをしないと  
落ち着かず  
イライラする

家族やパートナーが  
ギャンブル依存症  
かもしれない

周囲に相談できず  
どうしたらよいか  
わからない

ギャンブル等依存症は、適切な治療と支援により、回復できる病気です。  
5月14日～20日にギャンブル等依存症問題啓発週間を皮切りに、  
都では5月から7月にかけて対面相談会を実施します。  
専門相談員と一緒に、回復への糸口を見つけませんか？



ご相談内容にあった専門の相談員が対応します

個人の秘密は  
守ります

ギャンブルのやめ方や治療方法など 全般的な相談がしたい	➔	(総合)精神保健福祉センター
ギャンブル依存症から回復した 当事者の方に相談したい	➔	(一社)東京グレイス・ロード 依存症地域活動支援センターK-GAP
家族としてどう対応したらよいか 相談したい	➔	(公社)ギャンブル依存症問題を考える会 NPO法人全国ギャンブル依存症家族の会

<b>5/16(土), 17(日), 7/11(土)</b>	相談時間	平日 14:00～19:00 土日祝 10:00～17:00 ※1組あたりのご相談時間は約1時間です
浜松町(大門) 会場 ビジョンセンターグランデ 東京浜松町 JR線 浜松町駅 徒歩4分 都営地下鉄 大門駅 徒歩1分	対象	本人・ご家族の方など 会場の都合上、1組あたり2名までと させていただきます。
<b>6/24(水)</b>	申込方法	下記二次元コードから福祉局ホームページ にアクセスし、専用フォームからお申込み ください。
虎ノ門会場 ビジョンセンター虎ノ門 溜池山王 東京メトロ銀座線 虎ノ門駅 徒歩5分 溜池山王駅 徒歩3分		
<b>6/9(火), 7/20(月・祝)</b>		
八王子会場 東京たま未来メッセ (東京都立多摩産業交流センター) JR線 八王子駅 徒歩5分 京王線 八王子駅 徒歩2分		



← 詳細はこちら  
※定員に達した時点で受付終了  
とさせていただきます。

×切 各開催日前日

本相談会に関するお問い合わせ 受託者 株式会社シバムジーク gamble-sodan@shibamusik.com

※上記の内容は、諸事情により変更となる場合がございます。  
最新の情報は、二次元コードのリンク先にてご確認ください。

## 依存症とは？

依存症とは、アルコール、薬物、ギャンブルなど特定のものをやめたくてもやめられず、  
社会生活にまで支障をきたす状態のことです。依存性のあるものを繰り返すことにより  
脳のブレーキにあたる部分が壊れ、欲求をコントロールできなくなってしまう病気です。  
※世界保健機関(WHO)は「精神に作用する化学物質の摂取や、快感・高揚感を伴う行為を繰り返し  
行った結果、さらに刺激を求める抑えがたい渴望が起こり、その刺激を追求する行為が第一優先  
となり、刺激がないと精神的・身体的に不快感を引き起こす状態」と定義しています。



回復への第一歩は、誰かとつながることから。  
とうきょう依存症ポータルサイト



## 常設の相談窓口

東京都では、この相談会に関わらず、ギャンブル等依存症に関するご相談を受け付けています。  
お住まいの地域を担当する相談機関へ、まずはご連絡ください。  
(相談することで警察に通報することはありません) ※相談無料

### 東京都立精神保健福祉センター

こころの電話相談 03-3844-2212

受付時間 月～金曜日(年末年始・祝日を除く) 9時～17時

担当地域 千代田区、中央区、文京区、台東区、墨田区、江東区、豊島区、北区、荒川区、  
板橋区、足立区、葛飾区、江戸川区、島しょ地域



### 東京都立中部総合精神保健福祉センター

こころの電話相談 03-3302-7711

受付時間 月～金曜日(年末年始・祝日を除く) 9時～17時

担当地域 港区、新宿区、品川区、目黒区、大田区、世田谷区、渋谷区、中野区、杉並区、  
練馬区



### 東京都立多摩総合精神保健福祉センター

こころの電話相談 042-371-5560

受付時間 月～金曜日(年末年始・祝日を除く) 9時～17時

担当地域 多摩地域



全地域共通でLINE相談も受け付けています  
こころのLINE相談 毎日17時～22時(最終受付21時30分)



各センターでは、「東京都依存症相談拠点」として、本人向けプログラム・  
家族講座等も実施しています。詳細は各ホームページをご確認ください。

