

5月14日(火)～20日(月)はギャンブル等依存症問題啓発週間です

ギャンブル依存症とは

人生に大きな損害が生じるにもかかわらず、ギャンブルを続けたいという衝動が抑えられない状態です。勝ちを追い求めて貯金を使い果たしてしまったり、その行為を人に隠したりしてしまいます。借金が膨らんで、盗みや詐欺行為に手を染めてしまうこともあります。

ギャンブル依存症は、適切な治療と支援により回復が十分可能です。

本人にできること

ギャンブルを完全にやめましょう。

「パチンコはやめるけど、他はやる。」
というのは、興奮から依存症が再燃する可能性が高く、危険です。

専門家に相談しましょう。

弁護士や司法書士などの専門家に相談し、借金を整理することは、ギャンブル依存症からの回復に重要です。

治療を受けましょう。

「認知行動療法」が治療の中心となります。医師と患者数名で話し合いを行い、自分の考え方や行動パターンを見直し、少しずつ修正していく治療です。健康保険が適用されます。

家族にできること

借金の肩代わりはしない。

借金の肩代わりは、家族・生活に深刻な影響を及ぼすだけでなく、ギャンブル問題の後始末となり、借金の繰り返しに繋がります。

本人の立ち直りの機会を奪ってしまうため、家族が借金の問題に直接かかわることのないようにしましょう。

そのうえで、「繰り返さないために治療が必要なこと」を伝えます。

大切なことは、本人が「自分の問題」として向き合うこと。

本人の言い訳や言い分には距離を取りましょう。本人が「借金はギャンブルが原因で起きている。」
「それを返済しなければならない」という事実と向き合うことが大切です。

相談窓口はこちら

| 相談窓口 | 内容 | 相談日時 | 電話番号 |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------|
| 坂町消費生活相談窓口 | 訪問販売商品などの契約に関することや、多重債務などに関する業者とのトラブル等に対し、問題解決のための情報提供やあっせん等を行います。 | 毎週木曜日 (祝日、年末年始を除く) 9時～16時 | ☎820-1535 |
| 広島県生活センター(消費生活相談) | 商品・サービス・不動産などに関するトラブル、不当・架空請求・多重債務問題などについて対応します。 | 月～金曜日 (祝日、年末年始を除く) 9時～17時 | ☎223-6111 |
| 法テラス広島 | 収入や資産が一定基準以下の方を対象に無料法律相談を行っています。 | 毎週火曜日・木曜日 13時30分～16時50分 | ☎0570-078352 |
| 消費者ホットライン | どこに相談してよいか分からない時に電話してください。最寄りの消費生活センターなどにつながります。また、最寄りの相談窓口が休みの場合は、国民生活センターにつながるなど、原則毎日ご利用できます。 | 毎日 10時～16時 (年末年始を除く) | 188 ※局番なし |

問合せ 役場保険健康課 ☎820-1504

保険健康だより

◎申込み・問合せ 保健センター ☎885-3131

| 講座名 | とき | ところ | 内容 |
|---------------------------|-----------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 筋力アップ教室 | 5月7日(火) 9時30分～11時30分 | 横浜ふれあいセンター | 持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ) |
| | 5月7日(火) 13時～15時 | 町民センター | |
| | 5月24日(金) 13時30分～15時30分 | 小屋浦ふれあいセンター | |
| 100万歩歩いて元気になる会 | 5月9日(木) 9時30分～11時30分 | 町民センター | 持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具、体操マット 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ) |
| | 5月23日(木) 9時30分～15時30分 | | |
| 3B体操(体験会) 要申込 初級コース | 5月17日(金) 9時30分～11時30分 | 横浜ふれあいセンター | 持参物 タオル、バスタオルまたは、体操マット、お茶 申込締切 開催日の3日前(要申込) |
| さかっぴひろば(育児相談) | 5月17日(金) 13時15分～13時55分受付 | 保健センター | 内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 9～12か月の赤ちゃん |
| | 5月31日(金) 13時15分～13時40分受付 | 小屋浦ふれあいセンター | 内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 0～12か月の赤ちゃん |
| 乳児健診 | 5月15日(水) 午後 個別にお知らせします | 町民センター | 令和5年12月14日～令和6年2月15日生まれの子 |
| 2歳児歯科相談 | 5月20日(月) 午後 個別にお知らせします | Sunstar Hall | 令和4年1月1日～2月20日生まれの子 |
| 3歳児健診 | 5月29日(水) 午後 個別にお知らせします | Sunstar Hall | 令和2年11月1日～12月8日生まれの子 |
| ごっくん教室 要申込 | 5月27日(月) 10時～11時30分 | 保健センター | 離乳食講習会 令和6年1月生まれの子 |
| もぐもぐ教室 要申込 | 5月24日(金) 10時～11時30分 | 保健センター | 離乳食講習会 令和5年10月生まれの子 |
| こども教室 要申込 | 5月16日(木) 9時30分～12時 | 保健センター | こどもの発達や関わり方について、専門のコーディネーターが、遊びを通じてアドバイスします。 |
| ひよこ教室 要申込 | 5月13日(月) 10時～11時30分 | 保健センター | 内容 ベビーマッサージ 対象 令和6年1月～3月生まれの子 申込開始 5月1日(水)10時～ |
| 母親学級 要申込 | 5月14日(火) 10時～11時30分 | 保健センター | 内容 沐浴実習 持参物 手拭きのタオル |
| | 5月22日(水) 10時～11時30分 | | 内容 丈夫な歯を作ろう 妊娠中の栄養について *終了後、なかよしハウスで交流会あり |
| | 5月28日(火) 10時～11時30分 | | 内容 安産体操・呼吸法 持参物 運動ができる服装 |

※筋力アップ教室、100万歩歩いて元気になる会、3B体操(体験会)は運動ができる服装、靴で参加してください。