

東京都における ギャンブル等依存症への取組

東京都福祉保健局障害者施策推進部

依存症について①

1 依存症とは

特定の何かに心を奪われ、「やめたくても、やめられない」状態になること

- 人が依存する対象は様々であり、代表的なものに、アルコール・薬物・ギャンブル等がある
- このような特定の物質や行為・過程に対して、やめたくても、やめられないほどほどにできない状態をいわゆる依存症という

(厚生労働省HPより)

2 依存症の種類

依存症の種類は大きく分けて「物質への依存」と「プロセスへの依存」の2種類

(物質への依存)

- アルコールや薬物といった精神に依存する物質を原因とする依存症状のこと
- 依存性のある物質の摂取を繰り返すことによって、以前と同じ量や回数では満足できなくなり、次第に使う量や回数が増えていき、使い続けなければ気が済まなくなり、自分でもコントロールができなくなる

(プロセスへの依存)

- 物質ではなく特定の行為や過程に必要以上に熱中し、のめりこんでしまう症状のこと

(厚生労働省HPより)

ギャンブル等依存症はプロセスへの依存（行動嗜癖）に該当

依存症について②

3 依存症の問題点

依存対象のことを大事にしすぎることで、自分や家族の生活に不都合が生じる

- 飲酒や薬物使用、ギャンブルなどの行為を繰り返すことによって脳の状態が変化し、自分で自分の欲求をコントロールできなくなる
- だんだんと飲酒や薬物使用、ギャンブルなどの行為を第一に考えるようになってしまい、他のことがおろそかになり、社会生活をしていく上で優先しなければいけない色々な活動を選択することができなくなっていく
- その結果、自分や家族の健全な社会生活に悪影響を及ぼす可能性がある

(悪影響の例)

- ◆ 睡眠や食事がおろそかになり、本人の健康を害す
- ◆ 嘘をついて家族との関係を悪化させる
- ◆ 仕事や学校を休みがちになり、続かなくなる
- ◆ 隠れて借金をしたり、お金を工面するために手段を択ばなくなる

ギャンブル等依存症について

1 概要

「ギャンブル等依存症」とは、ギャンブル等（法律で定めるところにより行われる公営競技、ぱちんこ屋に係る遊技その他の射幸行為をいう。）にのめり込むことにより日常生活又は社会生活に支障が生じている状態をいう。

(ギャンブル等依存症対策基本法 第二条)

- ギャンブル等依存症とは、その人の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態をいう
(※1970年代後半にWHOにおいて「病的賭博」という名称で正式に病気として認められた)

(ギャンブル等依存症の主な症状)

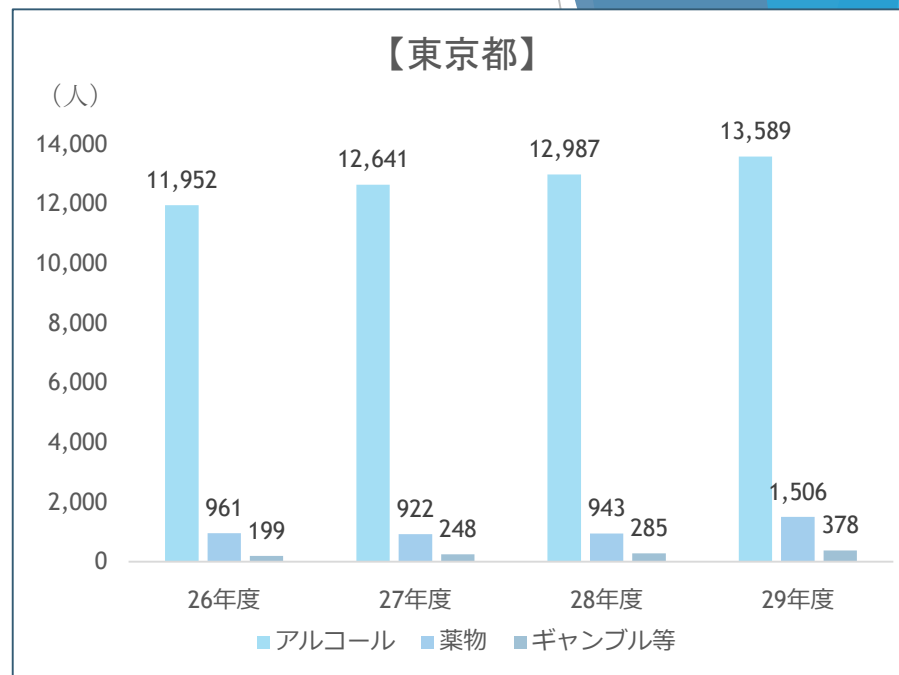
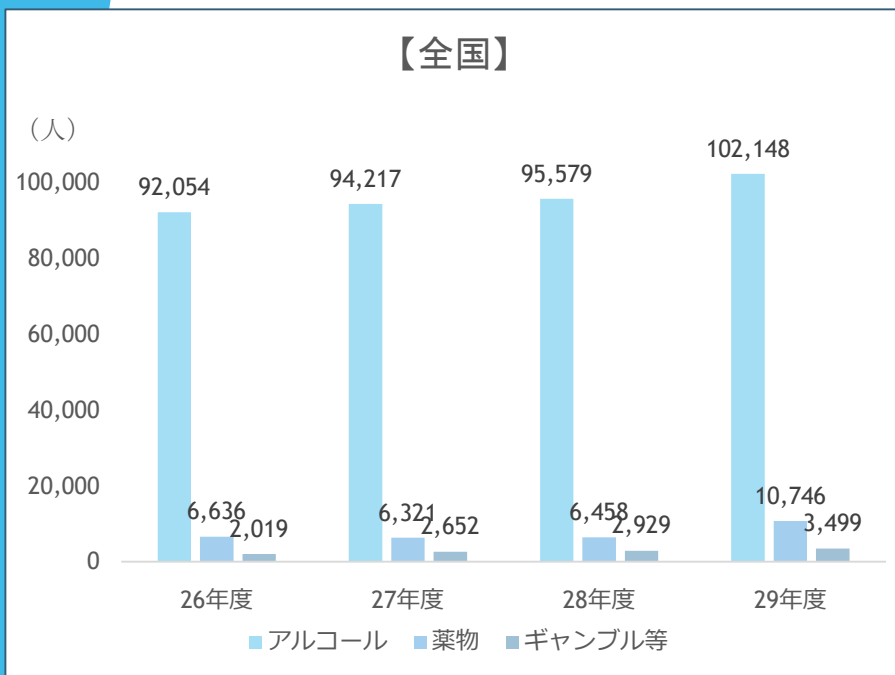
- ◆ ギャンブルにのめり込む
- ◆ ギャンブルをしないと落ち着かない
- ◆ ギャンブルを減らそう、やめようとしてもうまくいかない
- ◆ 興奮を求めて掛金が増えていく
- ◆ 負けたお金をギャンブルで取り返そうとする
- ◆ ギャンブルのことで嘘をついたり借金したりする

- ギャンブルをする人は誰でもギャンブル等依存症になり得る
- ギャンブルがなかなかやめられないのは、脳内の報酬系等の機能異常が原因と考えられる
- ギャンブル等依存症の方々は負けが続いても最終的には勝てる確信している等、ギャンブルに対する考え方が偏っていることが多い
- このような考え方の偏りを見直したり、日常生活を変えたりすることでギャンブルをしたい気持ちを低減させる等、効果的な対処法を身につける認知行動療法が有効とされているほか、自助グループのミーティングに参加することも回復の助けになる

(久里浜医療センターHPより)

依存症患者数の推移について

依存症の外来患者数（1回以上）の推移



区分		26年度	27年度	28年度	29年度
全国	アルコール	92,054	94,217	95,579	102,148
	薬物	6,636	6,321	6,458	10,746
	ギャンブル等	2,019	2,652	2,929	3,499
東京都	アルコール	11,952	12,641	12,987	13,589
	薬物	961	922	943	1,506
	ギャンブル等	199	248	285	378

近年の国の動向について

アルコール

- 「アルコール健康障害対策基本法」成立（平成25年12月）
- 「アルコール健康障害対策推進基本計画」策定（平成28年5月）
 - ◆アルコール健康障害対策の総合的かつ計画的な推進
 - ◆法では、都道府県に対して「都道府県アルコール健康障害対策推進計画」の策定の努力義務を規定

薬物

- 「第五次薬物乱用防止五か年戦略」策定（平成30年8月）
 - ◆「薬物乱用者に対する適切な治療と効果的な社会復帰支援による再乱用防止」などの5つの目標を設定
- 「再犯の防止等の推進に関する法律」成立（平成28年12月）
- 「再犯防止推進計画」策定（平成29年12月）
 - ◆再犯の防止等に関する施策を総合的かつ計画的に推進
 - ◆法では、都道府県等に対して地方再犯防止推進計画の策定の努力義務を規定

ギャンブル等

- 「ギャンブル等依存症対策基本法」成立（平成30年7月）
- 「ギャンブル等依存症対策推進基本計画」策定（平成31年4月）
 - ◆ギャンブル等依存症対策の総合的かつ計画的な推進
 - ◆法では、都道府県に対して「都道府県ギャンブル等依存症対策推進計画」の策定の努力義務を規定

その他

- 依存症対策全国拠点機関において相談・治療等における指導者養成のほか、地域における依存症の支援体制の整備等を推進

都における依存症対策について①

1 依存症相談拠点

- 依存症対策総合支援事業実施要綱（平成29年6月13日障発0613第2号）に基づき、平成31年4月より、都立（総合）精神保健福祉センターを東京都における「依存症相談拠点」として設定

相談機関名	電話番号	電話以外の問い合わせ
中部総合精神保健福祉センター ところの電話相談 月曜日から金曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時から午後5時まで	03-3302-7711	面接相談は必要に応じて実施（予約制）
多摩総合精神保健福祉センター ところの電話相談 月曜日から金曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時から午後5時まで	042-371-5560	面接相談は必要に応じて実施（予約制）
精神保健福祉センター ところの電話相談 月曜日から金曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時から午後5時まで	03-3844-2212	面接相談は必要に応じて実施（予約制）

2 相談拠点での取組

項目	概要
依存症専門相談支援事業	専門相談員による本人・家族等を対象とした相談（電話・面接）
依存症者の家族支援事業	家族講座の実施
依存症の治療・回復支援事業	本人向け回復支援プログラム等を実施
普及啓発・情報提供事業	ホームページ、リーフレット等による情報発信
依存症支援者研修事業	保健所、医療機関関係者等を対象とした研修の実施
連携会議運営事業	関係機関による連携会議の開催

都における依存症対策について②

(1) 相談・回復支援の取組

① 精神保健福祉相談

- ・ ころの健康等に関する本人や家族等からの相談を実施
- ・ 相談は電話のほか、必要に応じて面接も実施

② 依存症家族教室

- ・ 家族が依存症についての正しい知識を学び、依存症者本人への適切な対応を獲得すること、家族自身が回復することを目標に実施

③ 回復支援プログラム

- ・ 依存症の当事者を対象に認知行動療法に基づいた回復支援プログラムを実施

【家族教室プログラム】

【TAMARPP（再発予防プログラム）】

1 依存症とは	本人や家族の状態をどのように理解すればよいのでしょうか？ 依存症という病気とは？
2 依存症と医療の役割	アルコール・薬物などの摂取によって身体や脳に何が起きるのでしょうか？ ギャンブルの場合は？ 病院での治療とは？ 依存症治療に携わる医師からお話を聞きます。
3 依存症と借金の問題	依存症とお金の問題について考えます。 家族はどう捉え、対応したらよいのでしょうか。専門家にお話を聞きます。
4 家族の対応	あなたとご本人との関係を振り返り、依存症が家族に及ぼす影響、適切なコミュニケーションについて考えます。
5 回復とは	毎回、回復者や自助グループのゲストを招き、メッセージを届けていただきます。 (断酒会・ダルク・ナラノン・ギヤマノン・マック他)
6 精神科医師によるQ & A	ご家族からの質問に添って、精神科医師から解説・回答をいただきます。

TAMARPP とは？

テキストを使った、アルコールや薬物、ギャンブル等をやめ続けるためのプログラム（再発予防プログラム）です。

このプログラムは、下記の全8回コースで、どの回からでも参加できます。

1. アルコールや薬物、ギャンブル等が脳に与える影響
2. 思考停止法
3. 回復の地図 - 回復期によく起きる問題とその解決法
4. 自助グループと12ステップ
5. 思考・感情・行動
6. 再使用を防ぐために - その1
7. 再使用を防ぐために - その2
8. 強くなるより賢くなるよう など

このプログラムでは主に次のようなことをめざします。

- (1) 再発の危険信号について学び、その合図に自分で気づけるようにする。
- (2) 「使いたい」気持ちが出てきたとき、どうしたら良いか、具体的な方法を身につける。
- (3) アルコールや薬物、ギャンブル等が入りこまない自分なりの過ごし方を計画しやってみる。
- (4) 回復の道のり全体を理解し、これからやってくる様々な問題と、その助けとなるものについて学ぶ。

都における依存症対策について③

(2) 普及啓発の取組

①リーフレットの作成・配布

(ギャンブル等依存症～その理解と回復のために～)

- ・ギャンブル等依存症に関する普及啓発を目的としたリーフレットを作成・配布
(※令和元年度改訂を実施)
- ・関係機関等へ配布するほか、HPにも掲載し、広く情報を発信

(都立(総合)精神保健福祉センターHPより)

②依存症対策普及啓発フォーラム

○都内在住・在勤・在学の方を対象に依存症対策普及啓発フォーラムを開催(令和元年11月13日)

○実施内容

・基調講演

◆女性の回復に必要な3つの条件

～女性の生き方を応援するには～

◆都民に知ってほしいアルコールと依存症についての知識

◆薬物依存からの回復を支えるために

～私たちにできること～

◆ギャンブル等依存症への集団療法 C-GAPの試み

・トークセッション



令和元年 東京府依存症対策普及啓発フォーラム

あなたに伝えたい、
依存症のこと 参加無料

令和元年 **11月13日** 水
13:00～16:40 (開場 12:30)

星陵会館 ホール 東京都千代田区永田町2-16-2
東京メトロ有楽町線永田駅西口より徒歩3分

400名(要申込・抽選・10月16日(水)締切)
依存症に関心のある都内在住・在勤・在学の方なら、ごなたでもお申し込みいただけます

第1部 基調講演 12:00～
女性の回復に必要な3つの条件～女性の生き方を応援するには～... 聖心ヘルスケアグループ精神医学研究所 副所長 後藤 恵 氏
都民に知ってほしいアルコールと依存症についての知識... 成徳厚生病院 副院長 松岡 洋一 氏
薬物依存からの回復を支えるために～私たちにできること～... アバリクリニック 院長 肥田 明日香 氏
ギャンブル等依存症への集団療法 C-GAPの試み... 中部総合精神保健福祉センター 副所長 菅原 誠

第2部 トークセッション～回復支援の現場から～
AA日本 常任理事 梶 長、東京ダルク ダルクホーム施設長 幸田 美 氏 ほか

専用ホームページ・FAX・E-mail・住居はがき(1人1枚)のいずれかでお申込みください。
フォーラム運営事務局 株式会社イーワークス (仮称) 東京府
〒111-0052 東京都台東区根岸1-5-6 DKK 根岸ビル 3F
FAX: 03-5835-0296 E-mail: icon@d-wks.net <https://www.d-wks.net/tokyo191113/>

申込方法
申込先
お問い合わせ

申込方法について... 上記フォーラム運営事務局 TEL: 03-5835-0388
会場について... 東京都千代田区永田町2-16-2 星陵会館 TEL: 03-3302-7702

東京都福祉保健局

ギャンブル等依存症対策推進計画の策定について①

基本理念（案）

- ギャンブル等依存症の発症、進行及び再発の各段階に応じた適切な措置と関係者の円滑な日常生活及び社会生活への支援
- 多重債務、貧困、虐待、自殺、犯罪等の問題の関連問題に関する施策との有機的な連携への配慮

（計画の主な構成（案））

主な項目	概要
計画の基本的な考え方等	○ 本計画の基本理念や、多機関の連携・協力 等
現状・これまでの取組等	○ 都内におけるギャンブル等依存症の状況 等
関係事業者の取組	○ 関係事業者（公営競技・ぱちんこ）における普及啓発の取組 等
相談・治療・回復支援	○ 医療機関や行政機関、民間団体等の取組や連携 等
予防教育・普及啓発	○ 関係機関における普及啓発、教育等における取組 等
依存症対策の基盤整備	○ 地域における連携協力体制の構築 等
多重債務問題等への取組	○ 違法に行われるギャンブル等の取締り 等
進捗管理	○ P D C Aサイクルによる計画的な不断の取組の推進 等

※上記の方向性をベースに、本委員会での検討状況等を踏まえながら、計画の取りまとめを行っていく

ギャンブル等依存症対策推進計画の策定について②

- 令和2年度は2回の開催を予定
- 第2回（令和3年2月頃）は関係者の取組事例等の発表を実施
- 第3回以降は令和3年度の実施を予定し、引き続き関係者の取組事例等の発表のほか、計画（案）等の検討を行い、令和3年度中の計画策定を目指す（計画策定までに本委員会を概ね5回程度の開催を予定）

○開催時期・議題（案）

開催時期	主な議題（案）
第1回 (R2. 11月27日)	○東京都におけるギャンブル等依存症の現状等について ○今後のスケジュール（案）について 等
第2回 (R3. 2月頃)	○関係者の取組事例発表・意見交換 等
第3回～第5回 (R3. 4月以降)	○関係者の取組事例発表 ○計画（案）の検討について 等

※会議の開催時期等については、新型コロナウイルス感染症の状況等も踏まえ検討していく

東京都における依存症対策の取組①



【計画】

アルコール

○ 「東京都アルコール健康障害対策推進計画」策定（平成31年3月）

（計画期間：2019年度～2023年度【福祉保健局障害者施策推進部精神保健医療課】）

基本理念

- ◆アルコール健康障害の発生、進行及び再発の各段階に応じた防止対策を適切に実施
- ◆アルコール健康障害を有し、又は有していた者とその家族が日常生活及び社会生活を円滑に営むことができるように支援

取組の方向性

- （1）正しい知識の普及、および不適切な飲酒を防止する社会づくり
- （2）誰もが相談できる相談の場と必要な支援につなげる相談支援体制づくり
- （3）医療における質の向上と連携の促進
- （4）アルコール依存症者が円滑に回復、社会復帰をするための社会づくり

薬物

○ 「東京都薬物乱用対策推進計画」改定（平成31年3月）

（計画期間：2019年度～2023年度【福祉保健局健康安全部薬務課】）

計画の構成

薬物乱用防止対策を進める上での「3つの柱」「9つのプラン」「23のアクション」を設定

- （1）啓発活動の拡大と充実＜3つの柱－1＞
 - ・薬物乱用の危険性・有害性に関する正しい知識等を啓発
- （2）指導・取締りの強化＜3つの柱－2＞
 - ・不正な薬物の流通や医薬品等の不適正な使用を社会から根絶することを目指す
- （3）薬物問題を抱える人への支援＜3つの柱－3＞
 - ・薬物を乱用していた人への社会復帰に向けた回復支援等を実施