

ギャンブル等のことで困っていませんか



ギャンブル等によって、体調不良や、お金の問題、人間関係の悪化などいろいろな問題が起こっていませんか。もしかすると、それはギャンブル等依存症によるものかもしれません。ギャンブル等依存症の可能性について、一度自己チェックし、主治医に相談してみましょう。

○以下の9問のギャンブル等についての質問について、過去12ヶ月のあなたの状況に最もよくあてはまるものにチェックしてください。

参考：ここでは、「ギャンブル等」について、以下の行為を含めてご回答ください。

- ・パチンコ、パチスロ ・競馬 ・競輪 ・モーターボート競走(競艇)
- ・オートレース ・宝くじ、ナンバーズ、サッカーくじ ・賭け麻雀、賭け将棋
- ・スポーツ(野球等) 賭博 ・インターネット賭博 ・カード(花札、バカラ等) 賭博
- ・合法または非合法のカジノ ・証券の信用取引(FX) ・先物取引市場への投資 等

		全くない	ときどき	たいていの場合	ほとんどいつも
1	どのくらいの頻度で、失っても本当に大丈夫な金額以上のお金をかけましたか。	0	1	2	3
2	どのくらいの頻度で、同じだけの興奮の感覚を得るために、それまでよりも多くの金額をギャンブル等に費やさなければなりませんでしたが。	0	1	2	3
3	どのくらいの頻度で、ギャンブル等で負けた金額を取り返そうと、別の日にギャンブル等をしに戻りましたか。	0	1	2	3
4	どのくらいの頻度で、ギャンブル等をするお金を得るために借金をしたり、物を売ったりしましたか。	0	1	2	3
5	どのくらいの頻度で、自分がギャンブル等に関して問題を抱えているかもしれないと感じましたか。	0	1	2	3
6	どのくらいの頻度で、あなたがその通りだと思うかどうかにかかわらず、周囲の人々があなたがギャンブル等をするのを批判したり、あなたがギャンブル等の問題を抱えていると言ってきたりしましたか。	0	1	2	3
7	どのくらいの頻度で、自身のギャンブル等のやり方や、ギャンブル等の結果として起こることについて、悪いとか申し訳ないと感じましたか。	0	1	2	3
8	どのくらいの頻度で、ギャンブル等が健康問題を引き起こしましたか。これにはストレスや不安も含まれます。	0	1	2	3
9	どのくらいの頻度で、ご自身のギャンブル等によって、あなたやご家庭に金銭的問題が引き起こされましたか。	0	1	2	3

出典：ギャンブル等依存症のスクリーニングテスト PGSI (Problem Gambling Severity Index)

いかがでしたか。回答の点数を合計しましょう

合計

点

結果は裏面へ

結果判定

0点	問題なし
1~2点	低リスク
3~7点	中リスク
8~27点	問題ギャンブリング

8点以上の方は、ギャンブル等
のことを見直してみることを
お勧めします。ぜひ、一度
かかりつけ医に相談してみ
てください。