

ギャンブル依存症について不安や悩みのある方、セルフチェックしてみませんか

あなたのギャンブル等との付き合い方は適切でしょうか？

下記のセルフチェックを利用し、ご自身やご家族の今の状態を確認しましょう。

※ギャンブル等とは、違法な賭博だけでなく、法律に基づいて行われている競馬・競輪・ボートレースなどの公営競技や、パチンコ・スロット・宝くじといった、利益を得ることを目的とした行為も含まれます。

※このスクリーニングテストはあくまでも簡易的に判断を行うものです。

正式な診断は医療機関の受診が必要です。

○以下のギャンブル等についての質問について、過去12か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、回答の点数を合計しましょう。

		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、それまでより多くの金額をギャンブル等に費やさなければならませんでしたか。	0	1	2	3
3	どのくらいの頻度で、ギャンブルに負けた金額を取り戻そうと、別の日にギャンブル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	0	1	2	3
5	どのくらいの頻度で、自分がギャンブル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いかどうかに関わらず、周囲の人々があなたが賭け事をすることを批判したり、あなたがギャンブル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)

このテストは、カナダのHarold Wynne博士、Jackie Ferris博士によって開発されたギャンブル問題の自記式スクリーニングテストです。

合計

点

1点以上の方



大津市保健所保健予防課までお気軽にご相談ください（電話番号：077-522-6766）