



ファクトシート

Inspections Harm
Legislation Policy Probity Licensing minimisation

ギャンブル—自分をコントロールできていますか？

ギャンブル中毒に陥ると、人は多くの場合、賭けを止めることができず、最後には多額の金銭を失うこととなります。

ギャンブル中毒は家族や友人との関係にも影響を与えます。

危険信号

ギャンブル中毒に陥っている人には、次のような危険信号が見られます。

- 意図していたよりも多くの金銭や時間をギャンブルに費やす
- ギャンブルの後で家族や友人と言い争う
- 負けを取り戻すためにすぐにギャンブルに戻ろうと切望する
- ギャンブルについて罪悪感を感じたり、後悔したりする
- ギャンブルのために借金をしたり、資産を売ったりする
- ギャンブルのために仕事を休む
- ギャンブルの範囲を隠そうとする

節度を持ってギャンブルをするコツ

節度を持ってギャンブルをする人は、ゲームに翻弄されることはありません。

- お金のためでなく、楽しむためにギャンブルをする
- ストレスや退屈さから逃げるためにギャンブルをしない
- 限度を定めて、それ以上はやらない
- 負けを取り返そうとせず、そのままにして、その場から立ち去る
- 負けても良い範囲内でギャンブルする
- ギャンブルのために借金をしない
- 自分をコントロールし、あなたのサポートが必要な人達のことを考える

自分のギャンブルをコントロールできていますか？

カジノ、地元のパブ、クラブなどで、クイーンズランド州に住む成人の大半が、ロト、ビンゴ、競馬、スポーツ競技、キノ、ゲーム機、他の賭博などのギャンブルをします。ほとんどの人にとって、ギャンブルは手軽に楽しめる娯楽です。しかし人によっては、ギャンブルのコントロールが利かなくなることもあります。そうした人々は、ギャンブルはゲームであり、ゲームとは賭け金より多くの賞金が戻らないように設定されているもの、という事実を見失っているのです。ギャンブルはお金を稼ぐための確実な方法ではありません。

利用可能なサービス

あなた自身や知人がギャンブル関係の問題を抱えているなら、コントロールが利かなくなる前に助けを求めましょう。

ギャンブル・ヘルプ・サービス

- 個別カウンセリング
- カップルや家族関係のカウンセリング
- 財務カウンセリング
- サポートグループ
- ギャンブル施設の自主的回避など、その他のサポート・サービス
- 必要に応じ、その他の各種サポート・サービスに関する情報提供や紹介

最寄のギャンブル・ヘルプ・サービスはこちらでご確認ください。

www.olgr.qld.gov.au

ギャンブル・ヘルプライン

24時間、年中無休 1800 858 858

For further information, please contact the Office of Liquor and Gaming Regulation on 13 13 04 or visit www.olgr.qld.gov.au

