どんなことでも、ご相談ください。

グレイス+ロード

ご連絡先はこちら

055-287-8347

一般社団法人グレイス・ロード 甲斐サポートセンター
〒400-0111 山梨県甲斐市竜王新町 1-1

WEB
https://gracelord.jp/

Facebook
https://www.facebook.com/gracelord.recovery

ギャンブル依存症に お悩みのみなさまへ

グレイス・ロード施設案内

ギャンブル依存症専門の回復施設「グレイス・ロード」は自然豊かな山梨にあります。

ご挨拶

一般社団法人グレイス・ロード
代表　佐々木 広

厚生労働省の 2017 年度調査によると、生涯でギャンブル依存症が疑われる人は推定 320 万人。この数字は成人人口の 3.6% にあたり、28 人に 1 人がギャンブル依存症の疑いがあることを示しています。

昨今、ギャンブル依存症問題が注目されておりますが、日本におけるギャンブル依存症からの回復環境はまだ整っていないのが現状です。

私共「グレイス・ロード」は、ギャンブル依存症に苦しむご家族の趣旨・意向に賛同し当事者の回復支援のお手伝いをさせていただきたく、2014 年にギャンブル依存症専門の回復施設を富士山がそびえる山梨県に開設しました。

私はギャンブル依存症の当事者ではありませんが、多くの方々に支えられながら他の依存症回復施設を運営してきました。

この経験をどうぞ活用ください。
活用していただけることを願っております。

ギャンブル依存症で苦しんでいる当事者のお役に立てれば幸いです
ギャンブル依存症で苦しんでいるご家族のお役に立てれば幸いです。
多くの方々のお役に立てれば喜びです。
回復の一助として「グレイス・ロード」をお使いください。

皆様に育てていただき、社会資源として愛されることを願います。

佐々木 広

グレイス・ロードの沿革

2014 年 12 月　一般社団法人グレイス・ロード 法人設立
2015 年　2 月　グレイス・ロード 甲斐センター 開設（甲斐市富竹新田）
2015 年　5 月　機関紙アメイジング・グレイス 創刊
2017 年　7 月　指定自立訓練（生活訓練）事業所
「グレイス・ロード 甲斐サポートセンター」開設
（山梨県指定事業所番号 1911700613）
2019 年　5 月　甲斐サポートセンターの従たる事業所として
「甲府令和サポートセンター」開設
2019 年 10 月　グレイス・ロード 東京センター 開設
2020 年　7 月　ネット・ゲーム依存症　相談専用ダイヤル 開設

あなたに質問です。>>

直近１年間のギャンブル経験に当てはめて２つ以上に当てはまれば
ギャンブル依存症の危険度が高いです。

この質問は、ギャンブル依存症問題を考える会（代表・田中紀子氏）、国立精神・神経医療研究センターの松本俊彦医師、筑波大学医学医療系の森田展彰准教授らの調査研究で開発されました。

LOST

Limitless
- ☐ ギャンブルをする時には予算や時間の制限を決めない、決めても守れない

Once again
- ☐ ギャンブルで勝った時に「次のギャンブルに使おう」と考える

Secret
- ☐ ギャンブルをしたことを誰かに隠す

Take money back
- ☐ ギャンブルで負けた時にすぐに取り返したいと思う

ギャンブル依存症は「病気」です。

ギャンブル依存症とは「経済的・社会的・精神的な不都合（問題）が生じているにもかかわらず、強迫的に刺激を求め、ギャンブルをやめられない」という病気です。ギャンブルを行うことで、脳内にある「脳内報酬系の部位」から快楽物質が分泌されて依存状態に陥り、快楽に対して鈍感になります。より刺激の強いギャンブルでしか快楽を得ることが出来なくなるので、ギャンブルがエスカレートしていきます。一度発症してしまうと脳の状態は元に戻らず、ギャンブルを適度に楽しむことができなくなります。たとえ長い期間ギャンブルをやめていても、再びギャンブルをしてしまうとコントロールが効かなくなり、やめる前よりひどい状態になることがあります。

ギャンブル依存症が引き起こす問題

- 嘘をついてまでギャンブルをする
- 返済の見込みがないのに繰り返し借金をする
- 金銭感覚の欠如
- 窃盗、横領、詐欺、恐喝などの犯罪行為
- 自分の不都合を認めず正当化する

家族や友人、大切な人を巻き込み、自分自身も見失います。助けを求めることもできず、現実逃避のためにもっとギャンブルをしてしまうという悪循環に陥ってしまいます。

ギャンブル依存症から回復することは可能です。

これまで「意志が弱い」「モラル・道徳的な規範の欠如」など、当事者の資質や自己責任の問題とみなされてきましたが、そうではありません。ギャンブル依存症は WHO が認定する「病的賭博」という病気であり、様々な要因によって誰もがなりうる病気です。病気であるため、治療せずにそのまま放置し続ければ、症状は徐々に悪化していきます。しかし、自分が病気であることを認め、内面を見つめ続ける治療プログラムに取り組むことで、ギャンブルをしない生活を送ることが出来るようになります。私たちはこれを『回復』と呼んでいます。

６つの回復

1. 自立した生活
2. 健康的な身体
3. 社会の信用
4. 人としての生き方
5. 豊かな心
6. 家族との関係性

この６つの回復がグレイス・ロードの考える「回復」です。様々な回復プログラムを行うことで 新しい生き方を身につけていきます。

グレイス・ロードは、ギャンブル依存症専門の回復施設です。

私たちが
考える回復

健康的なこころ・
からだ・社会生活を
取り戻すための
「回復プログラム」と、
安心できる「居場所」を
提供し、依存症からの
回復と社会復帰を
サポートします。

グレイス・ロードのスタッフは全員が当事者。

当事者活動（ピアサポート）とは、当事者が当事者を手助けする仕組みです。グレイス・ロードのスタッフは全員が当事者であり、自分の体験をもとに利用者の相談に応じ（ピアカウンセリング）、問題を解決できるよう支えていきます。スタッフのアドバイスは、常に「提案」のスタイルをとります。これは、当事者自らが考え行動する力をつけるためです。自立することを促し、ギャンブルに依存しない生活の基礎作りを目指します。

語り合い、分かち合うことで自分を見つめ直す。

依存症から回復するためには、ミーティングが有効であることが世界的に認められています。ミーティングは、「自分自身の経験や悩みを正直に話すこと」と「他の当事者の話に耳を傾けること」を目的としています。過去や現在の自分について正直に話し、当事者同士の助け合い・分かち合いを行います。これらの実践により安心感や信頼感を育み、自分の居場所であると思えるようになります。グレイス・ロードは、そんな「居場所」を提供します。

地域に根差した交流活動で学ぶ人とのつながり。

ボランティア活動などのプログラムを通して、地域との交流を深めることにより、社会との関係づくりを学び、人間的成長を促します。また交流活動を通じて、依存症者の特徴の一つでもある自尊心の低さを改善し、正しい自尊感情を育てていきます。また、「地域生活アドバイザー」という教育指導職を設けて、利用者が地域と良好な関係を築くための教育と、利用者が安心して回復プログラムに取り組むための環境整備を行います。

事業内容

1 回復プログラムの提供

グループミーティング(分かち合い)を柱とした回復プログラムを提供します。

・日中は週間スケジュールに沿った回復プログラムを実施
・夜間は自助グループに参加

これらの実施により、GA(自助グループ)の 12 ステッププログラムを習得することを目的とし社会的自立を目指します。また、社会復帰後も回復プログラムを継続できるよう、自助グループへの参加を習慣づけます。

2 サポート事業

プログラム修了者にアフターサポートを提供します。

・夜間緊急連絡・再発予防プログラム・自立者 OB 会の開催
・休日のグレイス・ロードプログラム参加　など

生活困窮者に対して受け入れができるように対応しています。

3 相談事業

ギャンブル依存症でお困りの方の相談に対応します。

ギャンブル依存症でお困りの本人やそのご家族の方が、直接施設に来所し、スタッフと相談できます。また、施設内の見学等も可能です。
直接施設にお越しいただくことが難しい方は、電話またはメールでもご相談に対応いたします。

4 関係機関との連携活動

様々な機関と連携してサポートします。

医療機関と連携し、利用者の診察及びアセスメントに対応しています。また、法律事務所とも連携し、利用者の借金問題・各種法律相談にも対応しています。さらに関係機関（行政機関・司法機関・教育機関など）と連携し講演会や勉強会・研修会などの予防啓発活動を行っています。
（連携する団体・機関については P15 をご覧ください）

グレイス・ロードの

回復プログラム

Recovery program

依存症から回復するためには、ミーティングが有効であることが世界的に認められています。
ミーティングは、「自分自身の経験や悩みを正直に話すこと」と「他の当事者の話に耳を傾けること」を目的としています。
グレイス・ロードでは、必ず 1 日 1 回以上各種ミーティングを行い、自助グループ（同じ依存症で苦しんでいる人とミーティングを行う場）に毎日参加することを必須としています。

週間スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
8:30	ハウス清掃		ハウス清掃	近隣清掃	ハウス清掃	セルフケア	
10:00〜11:30	グループミーティング		ボランティア活動	グループミーティング			
11:30〜14:00	昼食・休憩						
14:00〜15:30	ハウスミーティング	スポーツプログラム	グループミーティング	エンパワメントグループ	レクリエーション		
15:30	デイケア清掃				デイケア清掃・洗車		
19:00	自助グループに参加						
24:00 門限							

休日はボランティア作業・地域社会交流プログラム・他団体交流プログラムを優先し、それ以外の日はセルフケア（個々で自分の心や体をケアすること）を行います。各個人の持っている問題に応じた自助グループに毎日参加することを必須とします。

ミーティングで、
話すこと聞くことが回復への第一歩。

回復プログラムの中心はミーティングです。自分の話をすることで過去を振り返り、ありのままの自分自身を理解することができます。

まずは話すこと・聞くこと

グレイス・ロード ミーティング

「言いっぱなし、聞きっぱなし」のルールのもとにミーティングを行います。「自分の過去や問題について正直に話すこと」と「他者の経験や問題に耳を傾けること」を目的とします。その結果、自らの問題の本質に気づき、他者への共感と理解を深める機会となります。

人と語り合い・わかり合う

エンパワメント グループ ミーティング

本人がその時に抱えている問題や悩みについて話をし、他の参加者から質問やフィードバックをされることで、ひとりでは気づけなかった考え方や問題への対処法を学ぶグループワークです。参加者は、相手を尊重しながら質問を考えたり、人の話に耳を傾けることで、他者への理解と人間関係をより深めることができます。

（国立精神・神経医療研究センターでの研究会でスタッフが習得したノウハウを導入しています）

自助グループ への参加

毎日の自助グループ参加を必須とし、習慣づけを行います。甲府市・甲斐市だけでなく、山梨県内外（韮崎市・富士吉田市・長野県松本市・東京都昭島市など）の自助グループにも参加しています。

自助グループとは、
ひとりじゃない。本音を語れる場所。

同じ悩みや困りごとを抱える当事者たちが、それぞれの過去の出来事を分かち合い、共感することで、自らの問題に取り組むグループです。どこかの団体や組織に所属することなく、当事者が主体性をもって運営しています。

自助グループは

社会に出てから 助けになる 大切な居場所

社会復帰をし、新たな人生が始まるあなたは、きっと期待と不安の中で未来へ進むことでしょう。もしかしたら、うまくいかないことや辛いこと、悩みがまた生まれるかもしれません。そんな時に寄り添える場所、それが自助グループです。

たくさんの自助グループがあります

GA（ギャンブラーズ）	…ギャンブル
KA（クレプトマニア）	…窃盗癖（万引き、家庭内窃盗など）
VA（バイオレンス）	…暴力（言葉、行動、性的）
NA（ナルコティクス）	…薬物
AA（アルコホーリクス）	…アルコール
OLGA（オンラインゲーム）	…オンラインゲーム、ネット依存
GAM-ANON（ギャマノン）	…ギャンブル依存症当事者の家族、友人

このほかにも様々な自助グループが世界中で活動しています。

どんなプログラムがある？

スポーツ

運動をすることは、脳や身体に素晴らしい影響を与えます。ソフトボールやフットサルなど様々なスポーツを通して心と身体の健康を作ります。

地域交流

お祭りや運動会などに参加して地域の人たちと交流を深めています。様々な年代の人たちと接することで、人とのつながりを再確認できる活動です。

ボランティア活動

農作業や駅前清掃などの活動を通じて自尊心を育みます。山梨ならではの農業ボランティアは自然と接することで心が豊かになっていきます。

レクリエーション

キャンプ・海水浴・映画鑑賞・温泉など、屋内外の様々なレクリエーションを体験することで、ギャンブル以外の楽しみと趣味を見つけます。

ハウス清掃・近隣清掃

生活空間を綺麗にすることで整理整頓・衛生保持の習慣付けを行います。また、施設の近隣地域を清掃し、周辺地域の環境美化にも務めます。

調理実習プログラム

自立生活に向けたトレーニングを行うプログラム。自分たちでメニューを考え、材料を調達し、調理します。出来上がった料理は皆で美味しくいただきます。

講師を招いたプログラム　ソーシャルスキルトレーニング

社会の中で生きていく上で大切なスキルを身につける訓練

コミュニケーション

講師｜セラピスト　中雄 丈斗 氏

「問題行動の改善」のプログラム

- ■ アンガー・マネジメント
  怒りや不安の感情コントロール
- ■ アサーティブ・トレーニング
  相手を尊重した人間関係構築スキル
- ■ ソーシャルスキル・トレーニング
  対人関係や集団行動の問題解決スキル

セルフレギュレーション

講師｜臨床心理士・公認心理師
稲永 澄子 氏

「感情の調整」のプログラム

自分の心の状態を知る方法や、気持ちを落ち着かせる方法などについて、体を使いながら学びます。

＼ 回復をサポート ／

こんな施設があります

デイケア施設

日中のプログラムを受けるためデイケア施設に通所します。デイケア施設「グレイス・ロード甲斐サポートセンター」は、障害者総合支援法に基づく障害者福祉サービス事業所として運営しています。

指定自立訓練（生活訓練）事業（デイケア事業）山梨県指定事業所番号：1911700613

甲斐サポートセンター

〒400-0111 山梨県甲斐市竜王新町 1-1

甲府令和サポートセンター

〒400-0857 山梨県甲府市幸町 9-23 山梨回復支援センタービル 1F

ナイトケア施設

山梨県甲府市と甲斐市の4ヶ所にあり、利用者が自炊・掃除・洗濯など、日常生活を送る空間です。デイケアプログラムのない日は、各ナイトケアハウスのプログラムを実施します。

クラブハウス

クラブハウスは利用者が自由に利用でき、ギャンブル以外の楽しみを見つけることができる多目的スペースです。(トレーニング、卓球、ビリヤードなどの各種設備が充実)

グレイス・ロードの広がる活動

就労者専用プログラム

第 2 ステージの就労者専用プログラムです。就労者だけで集まり、グループミーティング、エンパワメントグループミーティング、シェアミーティングを行います。また、個別で社会復帰に向けた具体的なセルフプランニングを実施することで、現実に即した自立計画を立てていきます。また、この就労者専用プログラムは再発予防の一環として、社会復帰した当事者が自由に参加できます。

就労継続支援 B 型事業所 e - アバウト

社会復帰に向けたステップアップの一つとして、農業や軽作業などの就労訓練を行っています。

グレイス・ロード 東京センター

お問合せ 03-5937-3816

西新宿にあるギャンブル依存症回復施設です。ご本人・ご家族など、ギャンブル依存症でお困りの方へ、ギャンブル依存症からの回復プログラムの提供、相談事業のほか、予防啓発活動などを行っております。

ネット・ゲーム依存症の相談事業

相談専用ダイヤル 080-8149-0940

2018 年 6 月ＷＨＯ(世界保健機関) がＩＣＤ-11(国際疾病分類第 11 版) に「ゲーム障害」を追加しました。2019 年 5 月のＷＨＯ総会で正式に承認され 2022 年 1 月から発効されます。グレイス・ロードでは、社会問題になっているネット依存・ゲーム依存でお困りのかた向けに、相談を受け付けています。

利用期間

利用者の回復プログラムの進捗状況には個人差があります。
利用開始時に当事者の状況を把握したうえで、
回復プログラムを提供します。

入所から退所までのプロセス

施設入所 クリーン一日目

毎日欠かさず自助グループに参加

▼

第一ステージ

ギャンブルを止めて日常生活を取り戻す

過去の自分を振り返る、自分の問題を見つめる、
社会復帰後も自助グループに通う習慣を身につける

▼

第一ステージ修了

▼

家族との面談・調整

▼

第二ステージ

就労プログラム

自立・社会復帰に向けた就労訓練

復 職

職場・家族との調整
家族のもとへ戻る

▼

退所（自立・社会復帰）

施設利用費

利用初月費用

¥180,000（初月費用 ¥20,000 含む）

翌月以降毎月

¥160,000

内 訳

入寮初月費用	¥20,000
家　　賃	¥40,000
ナイトケア提供費	¥36,000
送迎提供費	¥30,000
食事提供費	¥9,000
生　活　費	¥39,000
衛　生　費	¥6,000

- 生活費は¥1,300×30日。入院時においては、病院の定める金額となります。
- 医療機関を受診の場合は、施設が一旦立て替え、後日の請求となります。
- 自己都合による中途退寮・規則違反による強制退寮の場合は、利用料の精算・返金の対象外となります。
- 生活保護受給者は、その範囲内で利用（入所）可能です。（本人ならびに福祉事務所と相談のうえ）
- 夏期・冬期プログラムの費用を別途ご負担いただく場合があります。

関係機関との連携

借金問題や他の法律問題への対応

法律事務所と連携し、利用者の借金・自己破産・債務整理などの法律相談に対応しています。関係機関と連携し、講演会や勉強会・研修会などの予防啓発活動を行っています。

◆ 小野法律事務所
小野 正毅 弁護士　山梨県甲府市中央 1－12－30

◆ 丸山公夫法律事務所
柴山 聡 弁護士　山梨県甲府市中央 1－8－6

医療連携

◆ 公益財団法人 住吉偕成会住吉病院（精神科）
大河原 昌夫 副院長　山梨県甲府市住吉 4－10－32

◆ くぬぎクリニック（精神科･心療内科）
輿石 郁生 院長　山梨県甲府市北口 1－1－8

ギャンブル依存症回復施設

◆ グラフ・ながさき　長崎県長崎市魚の町 7－24 眼鏡橋ビル 2F

◆ 一般社団法人 656 COBYPLAN　佐賀県佐賀市鍋島 3－2－4

ギャンブル依存症問題啓発活動団体

◆ 公益社団法人　ギャンブル依存症問題を考える会
東京都中央区新川 1 丁目 21 番 5 号 茅場町タワー 105 号室

◆ NPO 法人　全国ギャンブル依存症家族の会

ギャンブル依存症と重複障害

ギャンブル依存症は、発達障害・うつ病・不安障害などの精神疾患と重複している場合があります。その場合、ギャンブルが止まったとしても併発している精神疾患を治療しないままではギャンブル依存症が再発してしまうか、他の依存症を発症する可能性が高くなります。グレイス・ロードでは、利用者の必要に応じて提携している医療機関で、併発している精神疾患を治療し、障害と付き合って生きていくプログラムを提供しています。

NPO 法人
全国ギャンブル依存症
「家族の会」

ギャンブル依存症者の周囲には、問題に巻き込まれ苦しんでいる家族がいます。「全国ギャンブル依存症家族の会」は、同じ問題を抱える家族同士が支え合い、解決策を見出す場です。ギャンブル問題に巻き込まれた家族が「あたりまえの日常」を取り戻すには時間がかかります。まずは一人で悩まず同じ問題で苦しんでいる人と出会い、正しい知識を身につけることが大切です。精神的に孤立してしまうと、途中であきらめてしまうこともあるかもしれません。いつでも相談できる場が必要です。家族の会の参加者は全員、ギャンブル依存症の問題で悩んでいる家族です。似たような境遇の人の話を聞いたり、相談したりしながら、問題解決に向けて一緒に進んでいきましょう。

詳しくは全国ギャンブル依存症家族の会のホームページでご確認ください。

https://gdfam.org/