

令和8年3月
第14号

ハピネス ぴあhappiness通信

なごやかに新たに加わった
ピアサポーターさんです!

ギャンブル依存症との闘い



こんにちは。はじめまして。

新しくピアサポーターになりました西川と申します。

今でもまだ精神状態は不安定で、気分の上がり下がりがありますが何とか生きております。

僕が、今でもうつ、双極性感情障がいⅡ型になって失敗したな、悪戦苦闘しているなあと思っていることは、ギャンブルに依存していることです。

とはいえギャンブルを悪者にするつもりはございません。ギャンブルのおかげで、勝った時などは人に優しくなれました。宝くじも買っておりますが親切心からなのです(僕が嘘つきかはその時わかります)。

始まりは18歳の時、東京の大井競馬場で売店をしていた叔母のところに遊びに行ったついでに分からないのに馬券を買いました。それが偶然大当たり。

東京に行く前の所持金より増えて帰ってきました。頭の中で何かが弾けたような気がしました。それは、その後の人生を狂わせる甘い罠だったのかもしれないです。

その後、競馬はやっておりましたが生活に影響のない程度で続けておりました。

そんな時、忘れられないパワハラ事件がありました。「業務命令」で強制的に人事異動させられたのです。仕事に行けないどころか後に退職してしまいました。今まで関わってきた人達を見返してやりたいという気持ちでいっぱいでした。お金が手に入ると増やしたい一心で全額投資しておりました。

かと言って、そんなに話がうまく運ぶ訳はなく、ついには消費者金融に手を出してしまいました。50万・100万のうちはまだ何とかできると思っていたのですが、それを返そうと新たな借入をしてしまい案の定ゼロに、とうとう自己破産をするまでに追い込まれてしまいました。

金がない、このままでは生活できません。親、兄弟、親戚、友達など、生活のためにあらゆる縁を頼り、頭を下げて金を借り歩きました。連絡できるところには片っ端から連絡してお金を貸してくれと頼み込みました。

結果、みんな僕から去っていきました。何のために生きてきたのか、僕の生まれてからの日々は無くなってしまったようでした。独りになりました。



カウンセラーの勧めから、心を入れ替えようとGA(ギャンブラーズアノニマス)にも通いました。ギャンブル依存症の自助会で、参加者を責めたりしないで、言いつぱなし、聞きつぱなしがルールでした。

しかし、僕にはギャンブルをやめることができませんでした。参加者のうち全員がやめているわけではなくスリップ(やってしまった)の近況報告も多々あって、逆に僕の心は動かされました。

ハズレた時は酷く落ち込みますが、的中した時の脳内分泌物質といわれるものが心地よくスリップしてしまいました。

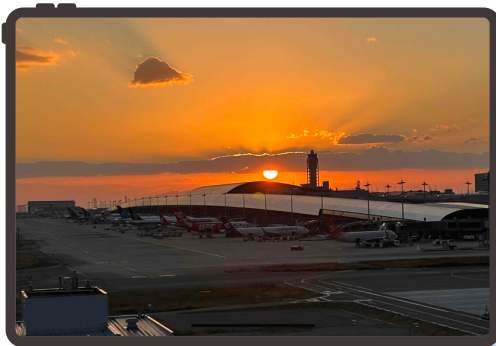
今も反省はしています。でも、パワハラを受けた衝撃をどうしても返したいのです。主治医にも相談しながら続けております。一生懸命働いたものを簡単に無くすようなことだけはやめてくださいと。

主治医の言うことも結局従えていませんが、その言葉を胸に、僕は壊れたブレーキと葛藤しながら競馬を続けております。

ギャンブルが僕に与えたものは借金と孤独だけじゃない。勝った時の心の余裕は一時的にせよ僕を他者に優しくさせた。

そして、今も馬に罪はないと信じています。この葛藤がいつ終わるのか。どこへ向かうのかはまだ分からない。それでも僕は、自分の壊れたブレーキを抱えながら今日を生きています。

「ピアサポーターの とっておきのひとコマ」

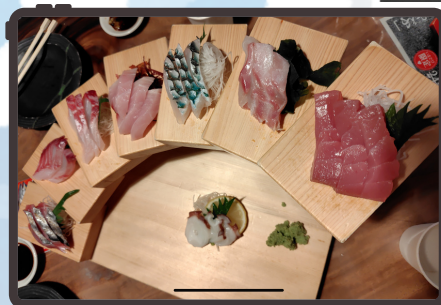


【関西空港の落日】
友人に連れて行ってもらった展望台で
うまく撮れました。



【わが愛すべき日常の食事メニュー】
日々、ここから賞味期限と気分と腹具合
次第で決めています。

【京都亀岡にある
国際禅堂本坊の
御門(山門)】



【石垣島の居酒屋で。】
親睦会でクルマン
(沖縄の県魚)の刺身を
頂きました。

精神科病院からの退院促進を目的にピアサポート活動をしています。

主に入院患者さんや、関係者、地域の方に体験談をお話したりしています。

前回の今年の9月以降は、大学での体験談発表や、病院OTに患者さんと一緒に参加したり、病院デイルームで患者さんと交流としてピアサロンを実施しました。

＊私(やまどん)は、i病院で皆さんとざっくばらんにお話をして個別に相談を受けました。

京都市中部障害者地域生活支援センター「なごやか」

〒604-8845 京都府京都市中京区壬生東高田町1番地20 TEL:075 - 323 - 3203

広報担当：なっちゃん、やまどん、オトコサン、望月さん(もっちゃん)、おさむ、松下薫(洋子ママ)、ホウキ、西川、クロ、植田、田中

