Gracelord Tokyo

グレイス・ロード

／ グレイス・ロードグループ ／

【一般社団法人グレイス・ロード】

■ 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
TEL:055-287-8347　FAX:055-287-8348

■ グレイス・ロード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
TEL:055-236-8377　FAX:055-236-8378

■ ネット・ゲーム相談専用ダイヤル
TEL:055-225-5660

【一般社団法人東北グレイス・ロード】

■ グレイス・ロード岩手サポートセンター
〒028-3602 岩手県紫波郡矢巾町大字藤沢第8地割56番4
TEL:019-613-7651　FAX:019-613-7652

一般社団法人東京グレイス・ロード

■ グレイス・ロード東京センター
〒160-0023 東京都新宿区西新宿8-5-3 アクセス西新宿 9F
TEL:03-5937-3816　FAX:03-5937-3817

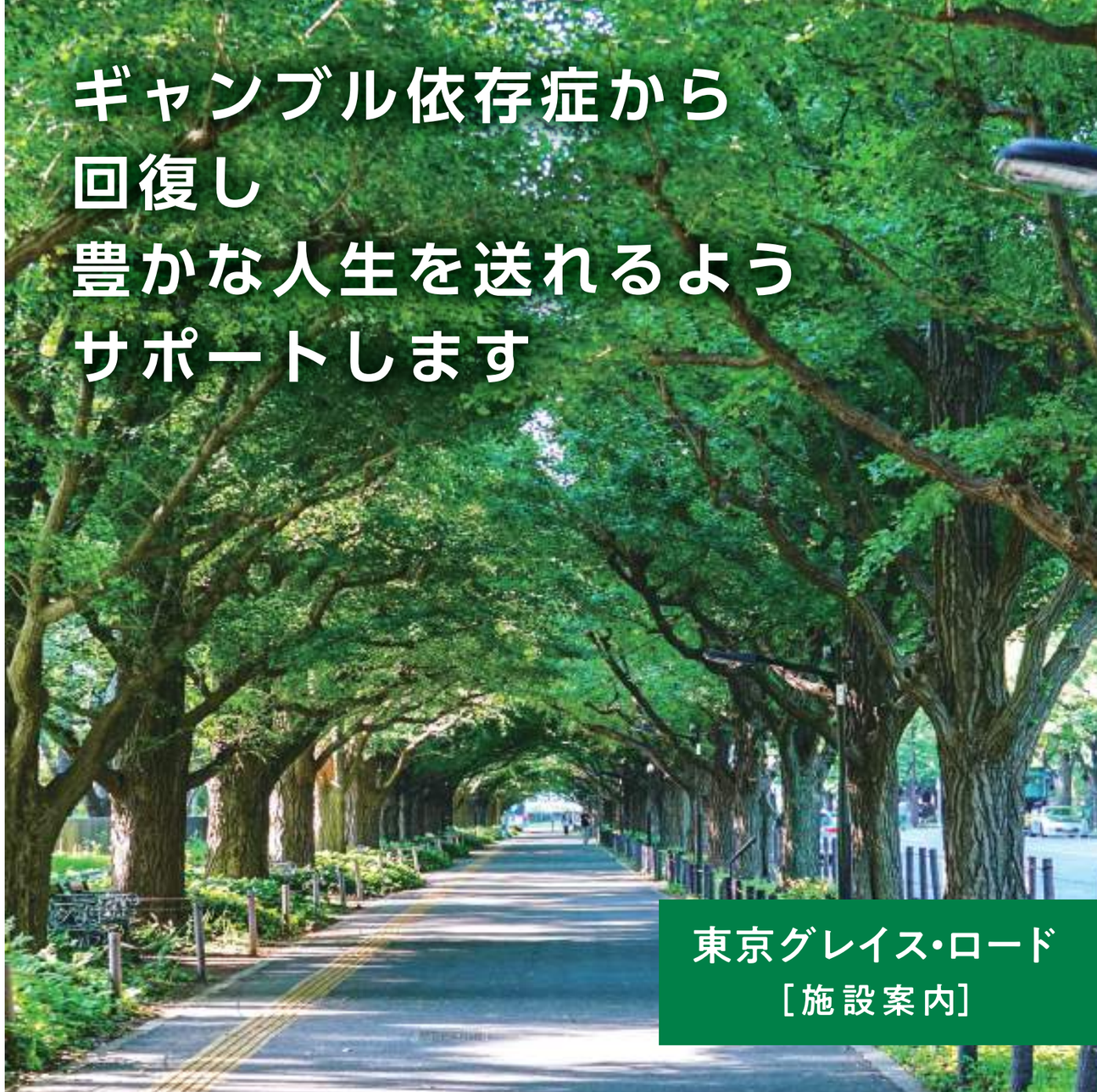
ホームページ

Facebook

ギャンブル依存症で
お困りの方はご相談ください

▼

03-5937-3816



ギャンブル依存症から
回復し
豊かな人生を送れるよう
サポートします

東京グレイス・ロード
［施設案内］

東京グレイス・ロードは
ギャンブル依存症専門の
回復施設です

History
沿 革

2019年 10月　一般社団法人グレイス・ロード「東京センター」 開所
2022年　4 月　一般社団法人東京グレイス・ロード 設立
2023年　9 月　障害者総合支援法に基づく『障害福祉サービス事業所』として東京都から指定
　　指定自立訓練（生活訓練）事業所「グレイス・ロード 東京センター」 開所

Message
ご挨拶

厚生労働省の2017年度調査によると、障害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を疑われ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。

私たちは、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山梨県に開設。2019年には、誰もが相談に訪れやすい東京新宿の地に東京センターを開設、2022年には一般社団法人東京グレイス・ロードを設立しました。

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ほか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「東京グレイス・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。

一般社団法人東京グレイス・ロード 代表



Q

ギャンブル依存症って治せるの？

A

ギャンブル依存症は誰もがなりうる「病気」です

ギャンブル依存症は「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」病気です。これまで「意志が弱い」「倫理観や道徳的な規範意識の欠如」など当事者の資質や自己責任の問題とされてきましたが、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、さまざまな要因によって誰もがなりうる病気です。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できなくなるので、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。

病気なので回復可能です

治療せずにそのまま放置すれば、症状は悪化していきますが、自分が病気であることを認め、内面と向き合う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できるようになります。私たちはこれを『回復』と呼んでいます。

Column

2つ以上当てはまればギャンブル依存症の可能性が高い LOST

- ☐ **Limitless**
  予算や時間の制限を決めない、決めても守れない
- ☐ **Once again**
  勝ったときに、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**
  負けた時にすぐに取り戻したいと思う

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。

Q

どうすれば回復できるの？

A

依存症の回復プログラムを実践します

回復にむけて行うこと

ギャンブルをしない日常生活を構築する

ギャンブルから離れる環境と回復プログラムを提供し、クリーンタイム（ギャンブルをしない期間）を伸ばすと同時に、規則正しい生活習慣を身につけていきます。

新しい生き方を実践する

内面と向き合い、正直な言動を徹底的に実践します。日常のあらゆる場面で回復プログラムを応用できるよう努めます。

安全な「居場所」で回復に専念する

過去や現在の自分について正直に話し、当事者同士が助け合い、分かち合いを行います。そうすることで安心感や信頼感を育み、自分の居場所だと思えるようになります。東京グレイス・ロードは、そんな居場所を提供します。

Column

ギャンブル依存症が引き起こす問題

ギャンブル依存症当事者は、金銭トラブルなどにより人間関係が破綻して孤立します。そして助けを求めることもできず、現実逃避のためにさらにギャンブルをしてしまう、という悪循環に陥ります。その結果家族や友人など周囲の人々は、当事者が引き起こす問題に巻き込まれてしまいます。

- 【借金】返済の見込みがないのに繰り返し借金する
- 【否認】自分に不都合な事実を認めず正当化する
- 【嘘をつく】嘘をついてまでギャンブルをする・借金を隠す
- 【金銭感覚の欠如】収入に見あわない浪費をする・支払いが滞る
- 【犯罪行為】窃盗・横領・詐欺・恐喝など
- 【家庭崩壊】別居・離婚・借金の肩代わり

東京グレイス・ロードの事業内容

回復のために提供すること

東京グレイス・ロードは、ギャンブル依存症専門の回復施設です。
依存症からの回復に最も効果があるとされる
12ステッププログラムに基づく回復プログラムを提供します。
当事者に必要とされる、「ギャンブル依存症からの回復」と「社会復帰」を
当事者スタッフがサポートします。

1 回復プログラムの提供

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への参加を必須とし、グループミーティングを中心とした回復プログラムを提供します。

2 安全な居場所の提供

安全に暮らすナイトケアハウスと、日中回復プログラムを受けるデイケアを提供。回復をめざす仲間同士が共同生活することにより、信頼関係を育み、人間的成長を促します。

3 相談事業

ギャンブル依存症でお困りの方の電話や来所による相談を、当事者スタッフがお受けします。また来所時にデイケア見学をしていただくことも可能です。

TEL:03-5937-3816

4 予防啓発活動

研修会・講演会・フォーラムなどの開催を通じ、地域内外における予防啓発活動に取り組んでいます。

5 サポート事業

プログラム修了者に対して、再発予防プログラム、相談を実施し、休日の回復プログラム参加などのアフターサポートを提供します。

6 関係機関との連携

医療・司法・行政・福祉・教育など、さまざまなジャンルの機関と連携し、当事者にとってより良い回復環境づくりに努めています。

＊連携する機関・団体 ▶P.15

施設紹介

デイケア施設

利用者は、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・ロード東京センター」（新宿区）は障害者総合支援法に基づく指定自立訓練（生活訓練）事業所として運営しています。

東京都指定事業所番号：1310402928





訓練室A

回復プログラムをメインで実施する場所です。また、キッチンとしても利用し、お昼は調理実習プログラムを実施します。



訓練室B

回復プログラムをメインで実施します。



訓練室C

車座でミーティングをしたり休憩することができます。



相談室

スタッフや相談支援専門員との面談を実施します。

ナイトケア施設

2か所あるナイトケアハウスは、利用者が炊事・洗濯・掃除など日常生活を送る居場所です。規則正しい生活を送りながら、協力して住空間を整えます。





Q

どのように回復するの？

A

依存症の回復には ミーティングが有効です

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。ミーティングでは、「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」を実践します。東京グレイス・ロードでは、必ず1日1回以上各種ミーティングを実施し、自助グループ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		ハウス清掃		
10:00〜11:30	グループミーティング	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	エンパワメントミーティング	外部講師プログラム・セミナー参加など	セルフケア
11:30〜14:00	調理実習・昼食・休憩						
14:00〜15:30	ハウスミーティング	レクリエーション	グループミーティング	スポーツプログラム	グループミーティング		
15:30	デイケア清掃						
19:00	自助グループ（GA）参加						
24:00	クローズ（門限）						

Column

社会に出てからの居場所となる

自助グループ（GA）への参加

自助グループとは、同じ問題を抱えた当事者が匿名で参加し、それぞれの過去や問題を分かち合い、仲間同士で支え合いながら自らの問題に向きあう人の集まりです。世界中で毎日開かれており、依存症からの回復には欠かせません。首都圏は数多くのGAグループが存在する恵まれた環境です。東京グレイス・ロードでは、毎日の自助グループ参加を必須とし、社会に出てからも通い続けるための習慣づけを行っています。

東京グレイス・ロードの
プログラム

ギャンブルをしない　新しい生き方の土台を
しっかりと身に　つけていきます





自らと他者を理解する

グループミーティング

「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。「自分の経験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」を実践します。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。

新しい生き方に気づく

エンパワメント
グループミーティング

その時に抱えている問題や悩みについて話をし、他の参加者からの質問・フィードバックによって、ひとりでは気づけなかった新しい考え方や生き方を学ぶグループワークです。（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）

全員で解決策を模索する

ハウスミーティング

利用者・スタッフ全員が集まり、1週間のスケジュールを共有します。またナイトケアハウス内の問題点を出し合い、全員で解決の糸口を見つけます。



外部講師プログラム

セミナーやフォーラム参加で回復について学んだり、ヨガやアロマテラピーで心身のリラックス効果を体験します。



ボランティア

近隣清掃や神社清掃などのボランティア活動を通じて、地域への感謝を行動として実践します。



スポーツプログラム

ソフトボールやフットサルなどのスポーツを通じて心身のの健康を取り戻し、仲間と楽しさを分かち合います。



地域交流

地域のイベントに参加し、さまざまな世代の人たちと交流を深めることで、地域の一員としての自覚を促します。



レクリエーションプログラム

キャンプ・海水浴・映画鑑賞など屋内外でのレクリエーションを体験し、趣味の獲得に役立てます。



調理実習

メニューの考案、材料調達、調理、後片付けまでの一連の作業を体得し、自立に向けて生活スキルを向上させます。



ガイドライン／利用料

利用期間

利用者が自分の問題と向き合い、生き方を修正するには相応の時間を要し、その進捗状況には個人差があります。利用開始時に利用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1日目

毎日欠かさず自助グループに参加

▼

第1ステージ

ギャンブルをや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

自立後も自助グループに通うよう習慣づける

▼

第1ステージ修了

▼

家族との面談・調整

▼

就労プログラム
自立に向けた就労訓練

復 職
職場・家族との調整

▼

退所（自立）

ナイトケアハウス入寮費

利用初月費用	翌月以降毎月
205,000円 （初月費用¥20,000含む）	185,000円

【内 訳】

家賃・共益費	65,000円
光熱水費	20,000円
ナイトケア提供費	40,000円 （日用品費・衛生費・支援費を含む）
生活費	60,000円
入寮初月費用	20,000円（入寮初月のみ）

- 医療費等の立替金は、月末日締めで別途請求致します。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、利用料の精算返金は致しません。
- 生活保護受給者は、その範囲内で利用（入寮）可能です。（本人ならびに福祉事務所と相談の後）
- 生活困窮者については相談に応じます。
- 夏期プログラム・冬期プログラム費を別途徴収する年度あり。
- 第2ステージ（就労）移行時は、生活費の60,000円を利用者本人の収入から負担可能となれば、本人が負担します。
- デイケアセンターは、障害者総合支援法に準じて利用可能です。

連携機関

【提携医療機関】

■ **昭和大学附属烏山病院**
常岡 俊昭 医師
東京都世田谷区北烏山6-11-11

【提携法律事務所】

■ **電車庫通り法律事務所**
青柳 剛史 弁護士
東京都三鷹市上連雀2-2-16 The Pithos 2階

■ **高幡法律事務所**
村橋 悠 弁護士
東京都日野市高幡1-16 アネックス千寿201

■ **髙橋洋平法律事務所**
髙橋 洋平 弁護士
東京都新宿区四谷4-32-8 YKBサニービル301

【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1-21-5 茅場町タワー106号室

一人で悩まず、同じ悩みを抱える人同士でつながりあう

全国ギャンブル依存症「家族の会」にご参加下さい

ギャンブル依存症者の周囲には、ギャンブル問題に巻き込まれて苦しんでいる家族がいます。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。まずはひとりで悩まず、同じ問題で苦しんでいる人と出会い、正しい知識と対応を身につけることが大切です。精神的な孤立は、家族をむしばみかねません。いつでも気兼ねなく相談できる場が必要です。「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。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。同じ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歩んでいきましょう。

詳しくはホームページでご確認ください　https://gdfam.org/ ▶▶▶

【家族会】NPO法人全国ギャンブル依存症家族の会　TEL:090-1404-3327