

2026年 3月次 レポート

ギャンブル依存症 SMSアンケート結果

● 送信数 553 件
● 返信数 39 件
返信率 7.1 %

guide

- ① 質問内容表 (P1)
- ② SMSアンケートの、相談前後数値とその差異 (P2~P4)
- ③ 回答者 対処法・減少理由・年代・性別 (P5)
- ④ Histogram 【 日数・費用・衝動・自信 】 (P6)

① アンケート質問内容

	質問内容
①	サポートコールに相談する前、1週間にギャンブルに参加した 日数 は何日くらいでしたか。
②	本アンケートに回答時、1週間にギャンブルに参加する 日数 は何日くらいですか。
③	サポートコールに相談する前の1ヶ月でギャンブルにかかる 費用 はどのくらいでしたか。
④	本アンケートに回答時、この1ヶ月でギャンブルにかかる 費用 はどのくらいでしたか。
⑤	サポートコールに相談する前は、ギャンブルに参加したくなる 衝動 はどのくらいでしたか。0~10の数値でお答えください。
⑥	本アンケートに回答時、ギャンブルに参加したくなる 衝動 はどのくらいですか。0~10の数値でお答えください。
⑦	サポートコールに相談する前は、ギャンブルに参加しない 自信 はどのくらいでしたか。0~10の数値でお答えください。
⑧	本アンケートに回答時、ギャンブルに参加しない 自信 はどのくらいですか。0~10の数値でお答えください。
⑨	ギャンブル依存症を克服するために、行なった 対処法 はありますか。
⑩	(ギャンブルの頻度や費用が減少した方のみ) 減少した理由 はなんですか。
⑪	その他サポートコールに関するご 意見 があればお聞かせください。

② 相談前後の数値とその差異 (1/4)

全体

《 ギャンブル種別 》

※ 複数回答の場合、相談内容・費用をもとに選択
 ※ ①② 日数の内、相談前後の「毎日」は「7」に変換
 ※ ①② 日数の内、相談前後の「参加していない」は「0」に変換

+要素

-要素

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	パチンコ・スロット	40代	男性	愛知県	本人	7	7	0	500,000	100,000	¥-400,000	8	8	0	3	5	2
2	パチンコ・スロット	30代	男性	北海道	本人	4	1	-3	300,000	10,000	¥-290,000	9	0	-9	0	8	8
3	パチンコ・スロット	20代	男性	長野県	本人	0	0	0	0	0	¥0	1	1	0	5	5	0
4	パチンコ・スロット	50代	男性	北海道	本人	7	7	0	30,000	10,000	¥-20,000	10	5	-5	0	5	5
5	パチンコ・スロット	40代	男性	山梨県	本人	3	3	0	5	5	¥0	5	5	0	5	5	0
6	パチンコ・スロット	40代	男性	山梨県	本人	2	1	-1	6	40,000	¥39,994	5	5	0	5	3	-2
7	パチンコ・スロット	20代	男性	埼玉県	本人	0	0	0	100,000	40,000	¥-60,000	8	5	-3	2	5	3
8	パチンコ・スロット	50代	女性	福岡県	本人	2	1	-1	50,000	50,000	¥0	10	10	0	10	5	-5
9	パチンコ・スロット	20代	男性	愛知県	本人	7	0	-7	150,000	0	¥-150,000	10	5	-5	0	2	2
10	パチンコ・スロット	20代	男性	長野県	本人	7	7	0	10	10	¥0	10	10	0	10	10	0
11	パチンコ・スロット	20代	男性	栃木県	本人	4	5	1	500,000	800,000	¥300,000	8	10	2	9	2	-7
12	パチンコ・スロット	40代	男性	大阪府	本人	0	0	0	0	0	¥0	5	5	0	0	0	0
13	パチンコ・スロット	40代	男性	埼玉県	本人	0	0	0	20,000	0	¥-20,000	10	0	-10	0	10	10
14	パチンコ・スロット	40代	男性	東京都	本人	4	3	-1	10,000	100,000	¥90,000	9	9	0	1	1	0
15	パチンコ・スロット (競輪)	20代	男性	栃木県	本人	7	7	0	100,000	70,000	¥-30,000	5	5	0	5	5	0
16	パチンコ・スロット	20代	女性	大阪府	本人	6	0	-6	200,000	0	¥-200,000	9	3	-6	9	9	0
17	パチンコ・スロット	30代	女性	茨城県	本人	1	1	0	40,000	40,000	¥0	3	3	0	2	3	1
18	パチンコ・スロット	30代	男性	大阪府	本人	0	0	0	1,000,000	0	¥-1,000,000	10	2	-8	0	5	5
19	パチンコ・スロット	30代	男性	山形県	本人	0	0	0	50,000	50,000	¥0	10	10	0	0	1	1
20	パチンコ・スロット	60代	女性	岐阜県	本人	4	4	0	8,000	8,000	¥0	10	10	0	10	10	0
21	パチンコ・スロット	40代	女性	兵庫県	本人	2	1	-1	70,000	20,000	¥-50,000	9	2	-7	0	5	5
22	競馬	40代	男性	岡山県	本人	4	0	-4	50,000	200,000	¥150,000	10	10	0	1	5	4
23	競馬	20代	女性	神奈川県	本人	7	0	-7	50,000	0	¥-50,000	10	0	-10	0	10	10
24	競馬 (パチンコ・スロット)	30代	男性	神奈川県	本人	3	2	-1	300,000	300,000	¥0	8	8	0	3	0	-3
25	競馬 (ポートルース、オートレース)	40代	女性	埼玉県	本人	0	0	0	5,000	2,000	¥-3,000	1	1	0	5	5	0
26	ポートルース (競馬)	20代	男性	三重県	本人	5	1	-4	150,000	20,000	¥-130,000	10	5	-5	2	7	5
27	ポートルース (競馬)	20代	女性	東京都	本人	7	0	-7	800,000	0	¥-800,000	10	0	-10	5	0	-5
28	ポートルース (競馬、競輪)	60代	男性	福岡県	本人	0	0	0	5,000	5,000	¥0	5	5	0	5	5	0
29	ポートルース (パチンコ・スロット)	40代	男性	島根県	本人	5	0	-5	1,000,000	0	¥-1,000,000	9	0	-9	7	10	3
30	ポートルース (競馬、競輪、パチンコ・スロット)	30代	男性	東京都	本人	7	7	0	300,000	300,000	¥0	10	10	0	0	0	0
31	競輪 (株・FX、仮想通貨)	20代	男性	千葉県	本人	7	0	-7	1,000,000	0	¥-1,000,000	8	1	-7	0	10	10
32	競輪	20代	男性	新潟県	本人	6	3	-3	150,000	30,000	¥-120,000	8	3	-5	3	3	0
33	競輪 (競馬、パチンコ・スロット)	60代	男性	東京都	本人	5	5	0	200,000	150,000	¥-50,000	9	9	0	9	9	0
34	オートレース (競馬、競輪、ポートルース)	30代	女性	東京都	本人	7	7	0	40	30	¥-10	10	8	-2	0	1	1
35	株・FX	40代	男性	静岡県	本人	7	0	-7	200,000	0	¥-200,000	9	1	-8	0	2	2
36	ゲーム	30代	男性	埼玉県	本人	7	7	0	150,000	150,000	¥0	10	10	0	0	0	0
37	ゲーム	40代	女性	千葉県	知人	0	0	0	0	0	¥0	0	0	0	0	0	0
38	toto	50代	男性	大阪府	配偶者	5	5	0	100,000	50,000	¥-50,000	0	0	0	5	0	-5
39	その他	20代	男性	愛知県	親	0	0	0	0	0	¥0	0	0	0	0	0	0
3月 平均 (39件)						3.8	2.1	-1.7	¥194,565	¥65,257	¥-129,308	7.4	4.7	-2.7	3.1	4.3	1.2
前月 平均 (27件)						4.2	2.5	-1.7	¥145,376	¥162,634	¥17,258	8.0	5.1	-2.9	2.6	5.5	2.9

② 相談前後の数値とその差異 (2/4)

《 ギャンブル種別 》

※ 複数回答の場合、相談内容・費用をもとに選択

※ ①② 日数の内、相談前後の「毎日」は「7」に変換

※ ①② 日数の内、相談前後の「参加していない」は「0」に変換

+要素

-要素

パチンコ・スロット

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	パチンコ・スロット	40代	男性	愛知県	本人	7	7	0	500,000	100,000	¥-400,000	8	8	0	3	5	2
2	パチンコ・スロット	30代	男性	北海道	本人	4	1	-3	300,000	10,000	¥-290,000	9	0	-9	0	8	8
3	パチンコ・スロット	20代	男性	長野県	本人	0	0	0	0	0	¥0	1	1	0	5	5	0
4	パチンコ・スロット	50代	男性	北海道	本人	7	7	0	30,000	10,000	¥-20,000	10	5	-5	0	5	5
5	パチンコ・スロット	40代	男性	山梨県	本人	3	3	0	5	5	¥0	5	5	0	5	5	0
6	パチンコ・スロット	40代	男性	山梨県	本人	2	1	-1	6	40,000	¥39,994	5	5	0	5	3	-2
7	パチンコ・スロット	20代	男性	埼玉県	本人	0	0	0	100,000	40,000	¥-60,000	8	5	-3	2	5	3
8	パチンコ・スロット	50代	女性	福岡県	本人	2	1	-1	50,000	50,000	¥0	10	10	0	10	5	-5
9	パチンコ・スロット	20代	男性	愛知県	本人	7	0	-7	150,000	0	¥-150,000	10	5	-5	0	2	2
10	パチンコ・スロット	20代	男性	長野県	本人	7	7	0	10	10	¥0	10	10	0	10	10	0
11	パチンコ・スロット	20代	男性	栃木県	本人	4	5	1	500,000	800,000	¥300,000	8	10	2	9	2	-7
12	パチンコ・スロット	40代	男性	大阪府	本人	0	0	0	0	0	¥0	5	5	0	0	0	0
13	パチンコ・スロット	40代	男性	埼玉県	本人	0	0	0	20,000	0	¥-20,000	10	0	-10	0	10	10
14	パチンコ・スロット	40代	男性	東京都	本人	4	3	-1	10,000	100,000	¥90,000	9	9	0	1	1	0
15	パチンコ・スロット (競輪)	20代	男性	栃木県	本人	7	7	0	100,000	70,000	¥-30,000	5	5	0	5	5	0
16	パチンコ・スロット	20代	女性	大阪府	本人	6	0	-6	200,000	0	¥-200,000	9	3	-6	9	9	0
17	パチンコ・スロット	30代	女性	茨城県	本人	1	1	0	40,000	40,000	¥0	3	3	0	2	3	1
18	パチンコ・スロット	30代	男性	大阪府	本人	0	0	0	1,000,000	0	¥-1,000,000	10	2	-8	0	5	5
19	パチンコ・スロット	30代	男性	山形県	本人	0	0	0	50,000	50,000	¥0	10	10	0	0	1	1
20	パチンコ・スロット	60代	女性	岐阜県	本人	4	4	0	8,000	8,000	¥0	10	10	0	10	10	0
21	パチンコ・スロット	40代	女性	兵庫県	本人	2	1	-1	70,000	20,000	¥-50,000	9	2	-7	0	5	5
3月 平均 (21件)						3.1	2.2	-0.9	¥148,953	¥63,715	¥-85,238	7.8	5.3	-2.5	3.6	4.9	1.3
前月 平均 (18件)						3.5	2.7	-0.8	¥70,834	¥48,945	¥-21,889	7.7	5.4	-2.3	2.7	5.0	2.3

② 相談前後の数値とその差異 (3/4)

《 ギャンブル種別 》

※ 複数回答の場合、相談内容・費用をもとに選択

※ ①② 日数の内、相談前後の「毎日」は「7」に変換

※ ①② 日数の内、相談前後の「参加していない」は「0」に変換

+要素

-要素

競馬

ポートレース

競輪

(公営競技)

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	競馬	40代	男性	岡山県	本人	4	0	-4	50,000	200,000	¥150,000	10	10	0	1	5	4
2	競馬	20代	女性	神奈川県	本人	7	0	-7	50,000	0	¥-50,000	10	0	-10	0	10	10
3	競馬 (パチンコ・スロット)	30代	男性	神奈川県	本人	3	2	-1	300,000	300,000	¥0	8	8	0	3	0	-3
4	競馬 (ポートレース、オートレース)	40代	女性	埼玉県	本人	0	0	0	5,000	2,000	¥-3,000	1	1	0	5	5	0
5	ポートレース (競馬)	20代	男性	三重県	本人	5	1	-4	150,000	20,000	¥-130,000	10	5	-5	2	7	5
6	ポートレース (競馬)	20代	女性	東京都	本人	7	0	-7	800,000	0	¥-800,000	10	0	-10	5	0	-5
7	ポートレース (競馬、競輪)	60代	男性	福岡県	本人	0	0	0	5,000	5,000	¥0	5	5	0	5	5	0
8	ポートレース (パチンコ・スロット)	40代	男性	島根県	本人	5	0	-5	1,000,000	0	¥-1,000,000	9	0	-9	7	10	3
9	ポートレース (競馬、競輪、パチ・スロ)	30代	男性	東京都	本人	7	7	0	300,000	300,000	¥0	10	10	0	0	0	0
10	競輪 (株・FX、仮想通貨)	20代	男性	千葉県	本人	7	0	-7	1,000,000	0	¥-1,000,000	8	1	-7	0	10	10
11	競輪	20代	男性	新潟県	本人	6	3	-3	150,000	30,000	¥-120,000	8	3	-5	3	3	0
12	競輪 (競馬、パチンコ・スロット)	60代	男性	東京都	本人	5	5	0	200,000	150,000	¥-50,000	9	9	0	9	9	0
13	オートレース (競馬、競輪、ポートレース)	30代	女性	東京都	本人	7	7	0	40	30	¥-10	10	8	-2	0	1	1
3月 平均 (13件)						4.8	1.9	-2.9	¥308,464	¥77,463	¥-231,001	8.3	4.6	-3.7	3.0	5.0	2.0
前月 平均 (6件)						5.1	0.8	-4.3	¥83,356	¥1,684	¥-81,672	7.8	3.1	-4.7	3.3	8.1	4.8

株・FX

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	株・FX	40代	男性	静岡県	本人	7	0	-7	200,000	0	¥-200,000	9	1	-8	0	2	2
3月 平均 (1件)						7.0	0.0	-7.0	¥200,000	¥0	¥-200,000	9.0	1.0	-8.0	0.0	2.0	2.0
前月 平均 (1件)						7.0	7.0	0.0	¥2,000,000	¥3,000,000	¥1,000,000	10.0	8.0	-2.0	3.0	4.0	1.0

② 相談前後の数値とその差異 (4/4)

《 ギャンブル種別 》

※ 複数回答の場合、相談内容・費用をもとに選択

※ ①② 日数の内、相談前後の「毎日」は「7」に変換

※ ①② 日数の内、相談前後の「参加していない」は「0」に変換

+要素

-要素

ゲーム

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	ゲーム	30代	男性	埼玉県	本人	7	7	0	150,000	150,000	¥0	10	10	0	0	0	0
2	ゲーム	40代	女性	千葉県	知人	0	0	0	0	0	¥0	0	0	0	0	0	0
3月 平均 (2件)						3.5	3.5	0.0	¥75,000	¥75,000	¥0	5.0	5.0	0.0	0.0	0.0	0.0

宝くじ・toto

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	toto	50代	男性	大阪府	配偶者	5	5	0	100,000	50,000	¥-50,000	0	0	0	5	0	-5
3月 平均 (1件)						5.0	5.0	0.0	¥100,000	¥50,000	¥-50,000	0.0	0.0	0.0	5.0	0.0	-5.0

その他

No.	ギャンブル種	対象者			回答者 (相談者)	①② 日数			③④ 費用			⑤⑥ 衝動			⑦⑧ 自信		
		年代	性別	居住地		相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異	相談前	相談後	差異
1	その他	20代	男性	愛知県	親	0	0	0	0	0	¥0	0	0	0	0	0	0
3月 平均 (1件)						0.0	0.0	0.0	¥0	¥0	¥0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
前月 平均 (1件)						7.0	7.0	0.0	¥50,000	¥500,000	¥450,000	10.0	10.0	0.0	0.0	0.0	0.0

③ 回答者 対処法・減少理由・年代・性別

⑨ ギャンブル依存症を克服するために、行なった対処法

対処法	前月件数	%	3月件数	%
生活習慣の見直し	5	18.5	14	35.9
趣味や好きな事 など	5	18.5	13	33.3
絵を描く・文章を書く など	2	7.4	3	7.7
スポーツ・運動 など	3	11.1	12	30.8
医療機関を受診	9	33.3	7	17.9
精神保健福祉センターに相談	4	14.8	4	10.3
自助グループに参加	4	14.8	7	17.9
民間支援団体に相談	0	0.0	0	0.0
収入を得る方法を探す	7	25.9	9	23.1
対人ボランティア など	0	0.0	0	0.0
資格取得・習い事 など	1	3.7	6	15.4
法的機関に相談	2	7.4	3	7.7
特にない	10	37.0	8	20.5
その他	0	0.0	3	7.7

⑩ (ギャンブルの頻度や費用が減少した方のみ) 減少した理由はなんですか。

減少した理由	前月件数	%	3月件数	%
お金がなくなった	15	55.6	22	56.4
仕事等が忙しくなった	2	7.4	4	10.3
家族・友人に協力してもらった	4	14.8	11	28.2
他に楽しみが見つかった	4	14.8	7	17.9
頻度や費用が減少しなかった	4	14.8	1	2.6
特にない	3	11.1	6	15.4
その他	3	11.1	4	10.3

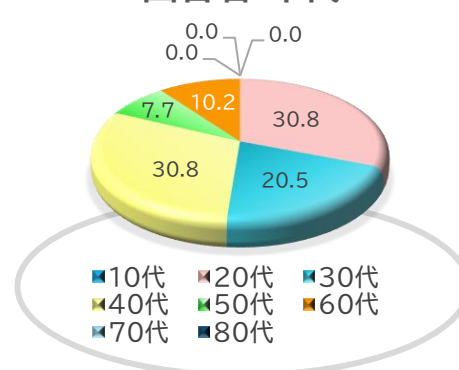
● アンケート 回答者 年代 ●

	前月件数	%	3月件数	%
10代	2	7.4	0	0.0
20代	8	29.6	12	30.8
30代	7	25.9	8	20.5
40代	5	18.5	12	30.8
50代	3	11.1	3	7.6
60代	2	7.4	4	10.2
70代	0	0.0	0	0.0
80代	0	0.0	0	0.0

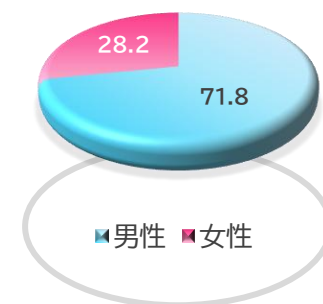
● アンケート 回答者 性別 ●

	前月件数	%	3月件数	%
男性	23	85.2	28	71.8
女性	4	14.8	11	28.2

回答者 年代



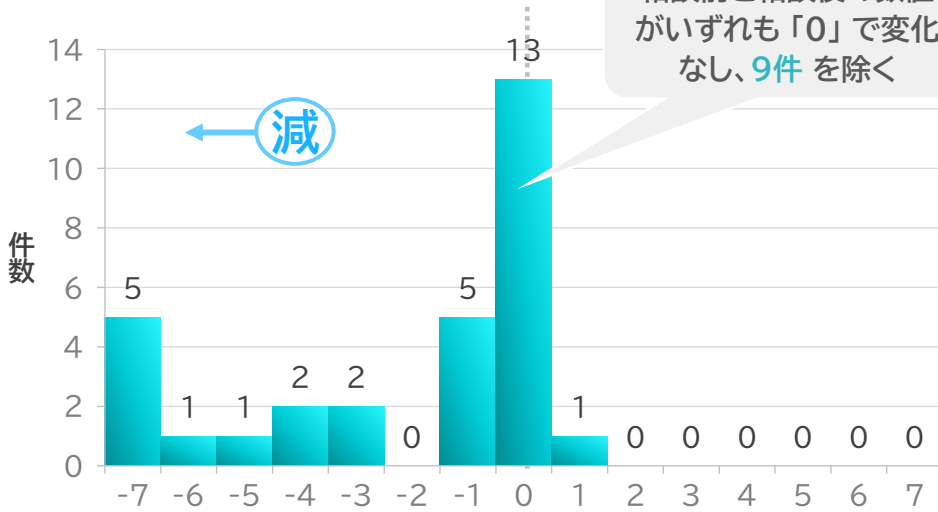
回答者 性別



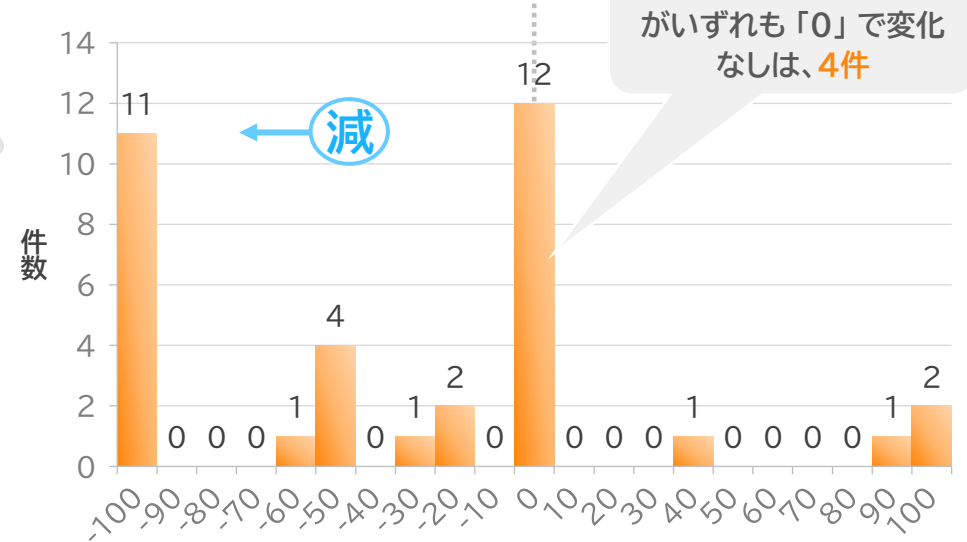
④ Histogram

下記の4グラフは、相談前後の差異の分布を表したものです。
 相談前後で変化が見られなかった「0」を中心として作成しています。
 (例) 日数グラフで相談前に6日、相談後に3日ギャンブルに行った場合、差異は「3」となります。

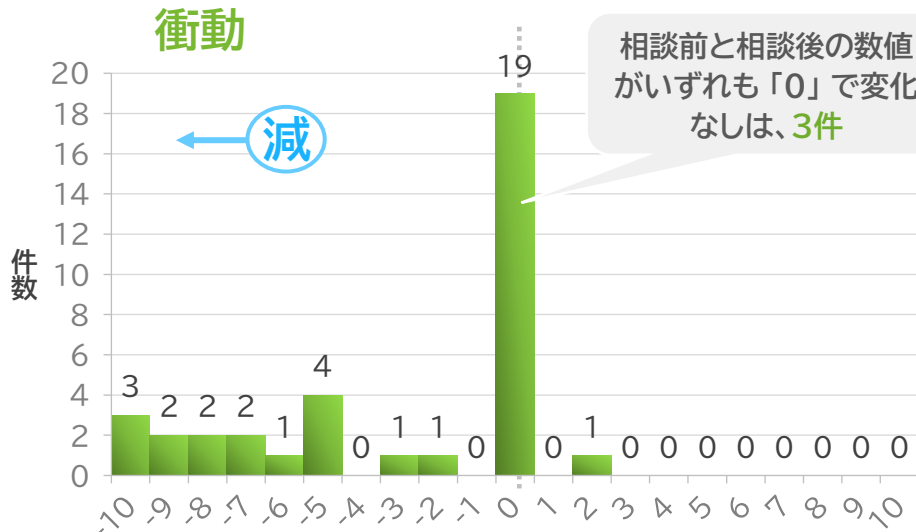
日数



費用 (千円)



衝動



自信

