

話してみませんか？

やめたくてもやめられないこと

やめたくてもやめられないものはありませんか？
日常生活に困りごとが生じていませんか？
家族や友達に心配だと感じる人はいませんか？



あなたのこと、あなたの大切な人のことを話してみませんか。

ゲーム依存

ちょっと息抜きにと始めたつもりが、ゲームに夢中になり過ぎて、勉強やバイトなど、やるべきことが後回しになっていませんか？

- ゲーム以外のことに興味がなくなってきた
- 寝る時間、勉強の時間を削ってしまう
- 自分で払えないぐらいに課金が増えてきた
- ゲームのことを注意されるとイライラするなど



薬物依存

違法薬物や処方薬・市販薬、カフェインがやめられなくなっていますか？

- やめようと思っても、また使ってしまう
- 効き目が切れるとしんどくて、また使ってしまう
- 使用しないと、吐き気や頭痛、イライラしてしまう など



ギャンブル依存

パチンコ、競馬、オンラインカジノなどにのめりこんでいませんか？

- 負けると、ギャンブルで取り返そうと思ってしまう
- ギャンブルのために、お金を借りてしまう
- ギャンブルができないとイライラするなど



アルコール依存

お酒の量や頻度が増えていますか？

- 飲まないと落ち着かない
- 飲まないと寝られない
- 『もう一杯』を繰り返してしまう
- 身体的な悪影響が出ている
- 精神的な症状(イライラ、不眠など)がある
- 仕事や人間関係のトラブルを起こしてしまう
- 借金や暴力などの社会的な問題を起こしてしまう など



依存症は自分の意志や行動をコントロールできなくなる病気です。また依存性のある物質の使用や行動を続けることで、誰でもなる可能性があります。もし、身近な人が依存症かもしれないと気づいたら、専門機関に相談し、本人が早めに適切な治療を受けられるよう支援してあげることが大切です。



あなたのこと、あなたの大切な人のことを聞かせてください。

*相談された方のプライバシーは守られます。

お知らせ

2026年度学生定期健康診断について

日 時：2026年4月4日(土)
受 付：箕面キャンパス 5号館

*受付時間などの詳細はAポータル「学生定期健康診断のお知らせ」を確認してください。