

日本高中的保健指導內容，納入關於賭博成癮之事項

駐大阪辦事處派駐人員

日本高中的新學習指導要領之中，保健體育的指導事項納入了有關精神疾病的內容。文部科學省(教育部)於4月5日發表了為教師製作的關於被視為精神疾病的賭博及遊戲等成癮症相關指導參考資料。裡面詳細解說了自成癮症的造成原理、學校與家庭中的應對、至專業的諮詢機構與醫療機關的有效利用等等事項。

2018年3月發表的高中學習指導要領中的保健指導內容新納入了精神疾病的相關事項，在指導要領的解說中記載了有關酒精、藥物等物質成癮症之外，賭博等行為如變成習慣，將對日常生活造成負面影響之內容。

因此，在指導參考資料中以圖解方式說明了會產生賭博或遊戲等等的成癮行為的腦內機制以及可能會對日常生活造成的影響。

對於可能造成成癮行為的生活壓力，解說中列舉出學校及家庭對於壓力應該採取的對應方法、養成正確的生活習慣、教師及家長、朋友適時地傾聽的重要性等等相關的啟發資料。

另外，因成癮行為與其他成癮症一樣難以靠自己的力量停止，資料中也提及如情況嚴重的話需到保健所或是精神保健福祉中心等諮詢機構諮詢或是接受專業醫生的診斷及治療。

該資料可在文部科學省網站上確認。

資料來源：2019年4月9日，教育新聞

https://www.kyobun.co.jp/news/20190409_03/