

【ギャンブル依存と遺伝の関係性における調査】

年収が高い程、ギャンブルにハマりやすい傾向

専門家が解説！「ギャンブルに依存する可能性の高い人」

「見えない病」とも言われるギャンブル依存症。厚生労働省によると、生涯でギャンブル依存症が疑われる状態になったことのある人は約320万人にのぼるそうです。

そこで、『親子の法則 人生の悩みが消える「親捨て」のススメ』の著者で、富とお金のメンタルトレーナー 三凜 さとしは、20歳以上80歳未満の男女全国2,791人を対象に「ギャンブル依存と遺伝の関係性」について調査いたしました。



■ 調査概要

調査期間：2024年4月1日

調査手法：インターネット調査

調査対象：20歳以上80歳未満の男女全国

有効回答者数：2,791人（男性：1,374人、女性：1,417人）

調査機関：Freeasy

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「[合同会社serendipity 調べ](#)」とご明記ください。

■ 調査結果サマリー

- ・年収が高い程、ギャンブルにハマりやすい傾向。600万～1,000万円未満は半数がハマった経験あり
- ・ハマるギャンブル 1位「パチンコ・パチスロ」、2位「宝くじ」、3位「競馬」
- ・自身ギャンブル依存は身内のギャンブル依存と関連性あり

本リリースに関するお問い合わせ先

合同会社serendipity 担当：砂田

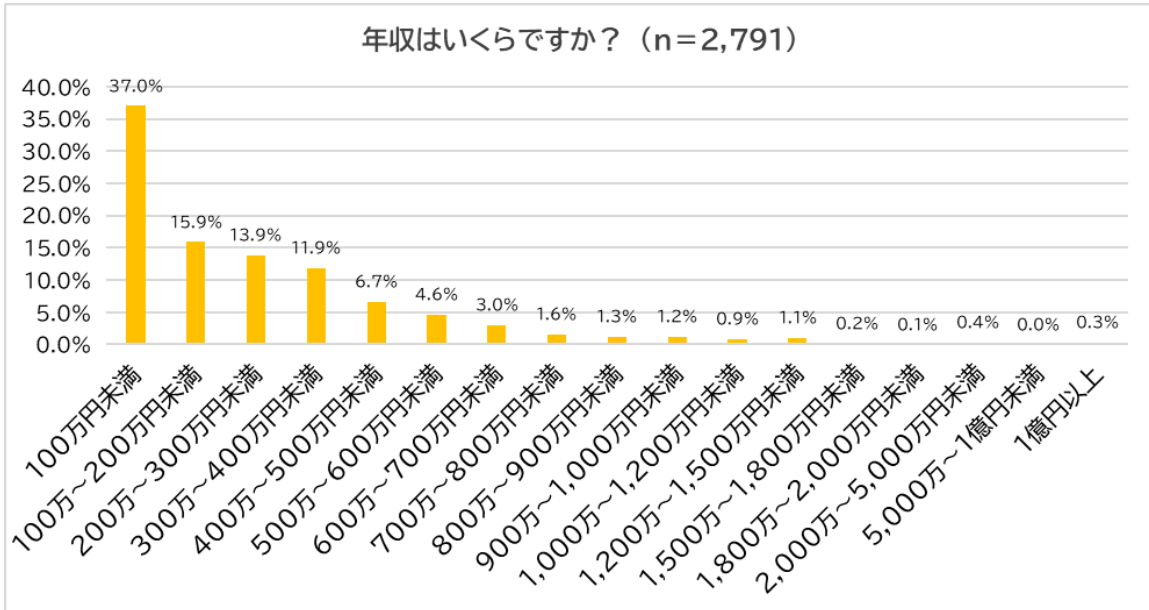
E-mail：info@serendipityllc.co.jp TEL：090-3970-0183



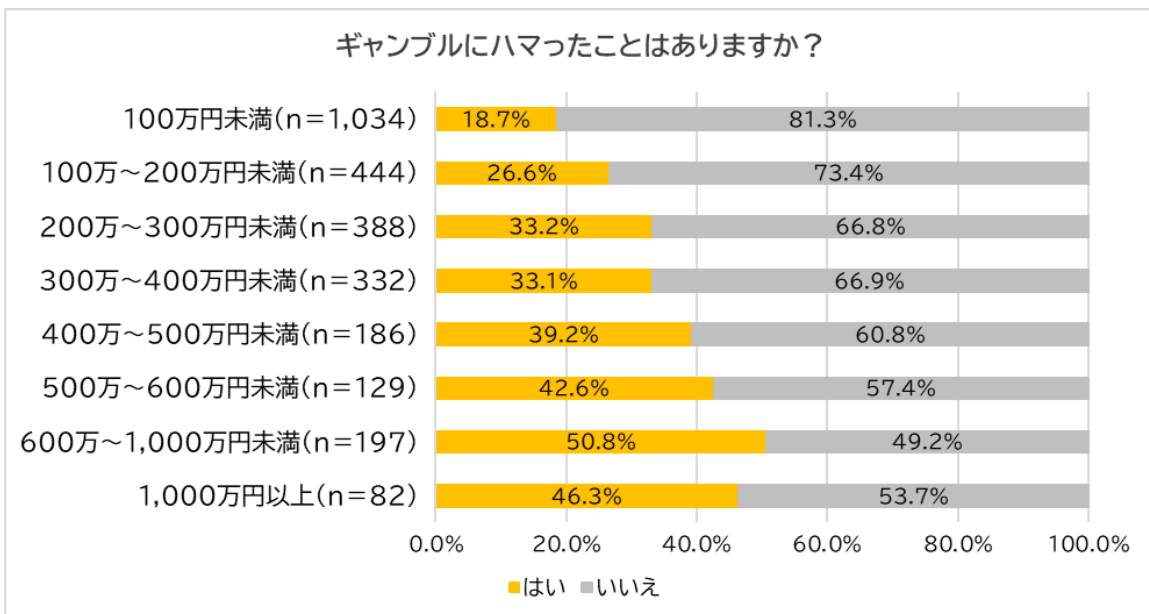
NEWS RELEASE

■ 調査結果

まず、「年収」を尋ねました。4割弱（37.0%）が「100万円未満」と回答し最多となり、「100万～200万円未満」（15.9%）、「200万～300万円未満」（13.9%）、「300万～400万円未満」（11.9%）、「400万～500万円未満」（6.7%）と続きました。

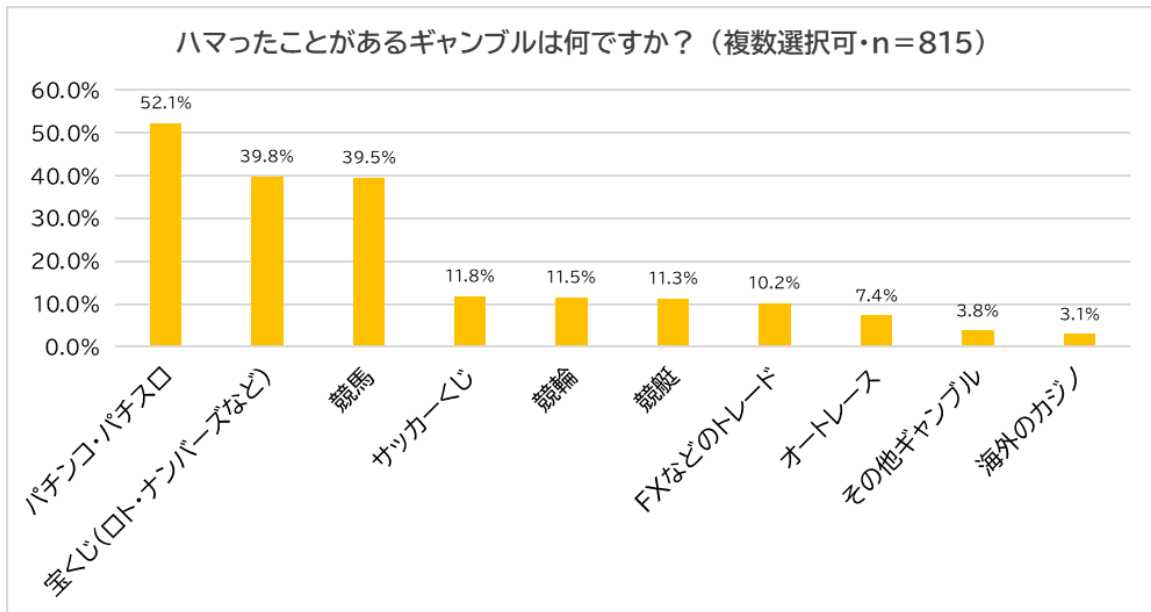


年収別に「ギャンブルにハマったことはあるか？」尋ねたところ、「600万～1,000万円未満」の半数（50.8%）が「はい」と回答し最多。以下、「1,000万円以上」（46.3%）、「500万～600万円未満」（42.6%）となり、年収が多い程ハマりやすい傾向にあることがわかりました。



ギャンブルにハマったことがあると回答した815人に「ハマったことがあるギャンブルは何か？」尋ねたところ、半数超（52.1%）が「パチンコ・パチスロ」で最多、「宝くじ（ロト・ナンバーズなど）」（39.8）、「競馬」（39.5%）なども4割おり、目立ちました。

本リリースに関するお問い合わせ先
 合同会社serendipity 担当：砂田
 E-mail : info@serendipityllc.co.jp TEL : 090-3970-0183

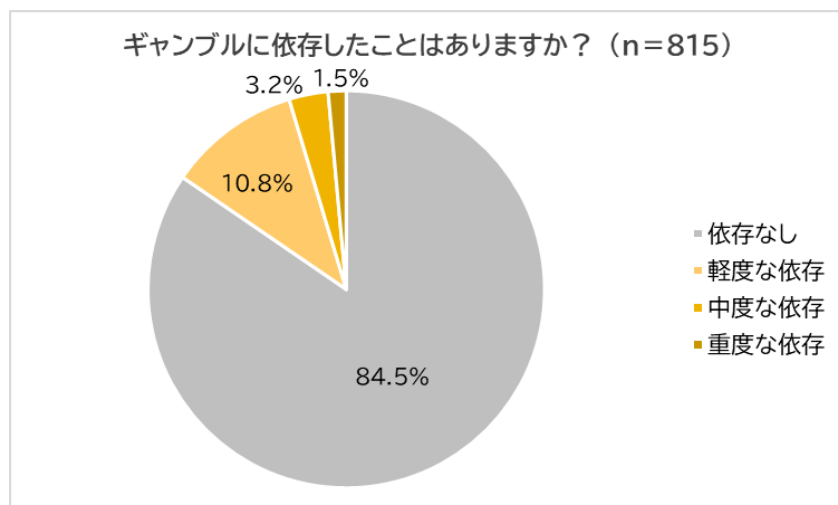


続いて、「これらのギャンブルに依存したことはあるか？」尋ねました。（※1）多くが「依存なし」と回答したものの、「軽度な依存」は1割（10.8%）、「中度な依存」（3.2%）、「重度な依存」（1.5%）もわずかにいました。

（※1）この設問は「DSM-5によるギャンブル障害の診断基準」（<http://www.chugaiigaku.jp/upfile/browse/browse1768.pdf>）を使用。DSM-5は、国際的に広く用いられている米国精神医学会の診断・統計マニュアル。

- ①興奮を得たいがために、掛け金の額を増やし賭博をする欲求。
- ②賭博をするのを中断したり、または中止したりすると落ち着かなくなる。またはいらだつ。
- ③賭博をするのを制限する、減らす、または中止したりするなどの努力を繰り返し成功しなかったことがある。
- ④しばしば賭博に心を奪われている（例：過去の賭博体験を再体験すること、ハンディをつけること、または次の賭けの計画を立てること、賭博をするための金銭を得る方法を考えること、を絶えず考えている）。
- ⑤苦痛の気分（例：無気力、罪悪感、不安、抑うつ）のときに、賭博をすることが多い。
- ⑥賭博で金をすった後、別の日にそれを取り戻しに帰ってくる人が多い。
- ⑦賭博へののめり込みを隠すために、嘘をつく。
- ⑧賭博のために、重要な人間関係、仕事、教育、または職業上の機会を危険にさらし、または失ったことがある。
- ⑨賭博によって引き起こされた絶望的な経済状態を免れるために、他人に金を出してくれるよう頼む。

（3つ以下：依存なし、4～5つ：軽度な依存、6～7つ：中度な依存、8～9つ：重度な依存）



本リリースに関するお問い合わせ先

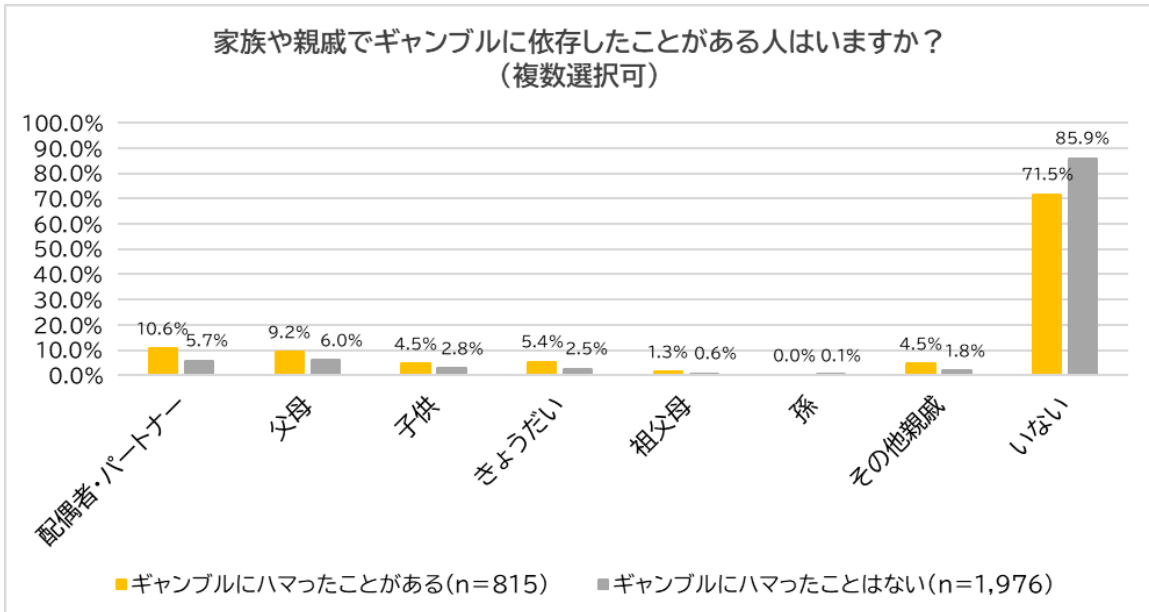
合同会社serendipity 担当：砂田

E-mail : info@serendipityllc.co.jp TEL : 090-3970-0183



NEWS RELEASE

最後に、ギャンブルにハマったことがある815人とハマったことはない1,976人それぞれに「家族や親戚でギャンブルに依存したことがある人はいるか？」尋ねました。共に「いない」（ハマったことがある：71.5%、ハマったことはない：85.9%）が最多となりましたが、「配偶者・パートナー」（ハマったことがある：10.6%、ハマったことはない：5.7%）、「父母」（ハマったことがある：9.2%、ハマったことはない：6.0%）「きょうだい」（ハマったことがある：5.4%、ハマったことはない：2.5%）、「祖父母」（ハマったことがある：1.3%、ハマったことはない：0.6%）、「その他親戚」（ハマったことがある：4.5%、ハマったことはない：1.8%）はハマったことがある人はない人よりも多い結果となりました。これにより、自身のギャンブル依存は、家族や親戚など身内の依存と関連性があることがわかります。



■「ギャンブルに依存する可能性の高い人」とは？

最近、ドジャースの大谷翔平選手の元通訳・水原一平氏のギャンブル依存問題が世間を騒がせています。そこで、どんな人がギャンブルに依存する可能性が高いのかを調査し、考察しました。ギャンブル等依存症とは、ギャンブル等にのめり込んでコントロールができなくなる精神疾患の一つで、人口の3.6%がとされています。

学術的にギャンブル依存症は、近年、遺伝の関係性が指摘されています。アメリカのミズーリ大学の研究によると、家系にギャンブル依存症患者がいる場合、19.0%がギャンブル依存症予備軍。いない場合の発症率は5.0%なので、家族歴はギャンブル依存症を4倍にする、という結果が出ています。

今回の調査では、ギャンブルに依存したことがある人のうち、28.5%が家族もギャンブルに依存したことがあると答えたのに対して、ギャンブルに依存したことがない人の家族のギャンブル依存率は14.1%でした。このことから、ミズーリ大学の研究を裏付ける結果が出ました。

ギャンブルに依存する方の年収に関しては、100万～200万円が最も低く、そこから年収が上がっていくにつれて依存する確率も上がっていきます。しかも、軽い依存を含めると、年収600万～1,000万未満と比較的裕福な層では32.0%、1,000万円以上では31.6%が現在・過去含めて依存した経験があると答えています。つまり、三人に一人は依存経験があったということになり、これはかなり高い水準ではないでしょうか。

年収が高い人の方がハマる傾向があるということは、次のような原因が考えられます。

本リリースに関するお問い合わせ先
合同会社serendipity 担当：砂田
E-mail : info@serendipityllc.co.jp TEL : 090-3970-0183



NEWS RELEASE

- ・そもそもギャンブルに使えるだけの経済的余裕がある
- ・責任あるポジションからくるストレスやプレッシャーを解消するため
- ・報酬感の追求 高収入を得ることに成功した人は、報酬感を追求する傾向がある。結果、ギャンブルでリスクを取るスリルと成功した時の報酬感にハマる。

実は私も昔、FXなど「トレード」という名の投機（ギャンブル）にハマってしまい、大きな損失を出してしまった過去があります。にもかかわらず、そこから抜け出せたのは、仕事含め打ち込めるものや没頭できるものが他に見つかったからということと、大切な仲間や家族ができたなど人間関係が充実したことが大きかったです。「遺伝だから」と個人的な経験則で言えば、遺伝以外に何かギャンブル依存になる要因があるとすれば、ストレスの多い生活、ギスギスした人間関係や孤独、そしてギャンブル以外に趣味や没頭できるものがないことだと思います。

水原一平さんに関しても、遺伝が原因である可能性と、ストレスやプレッシャーの多い環境に長期間身を置き続けているということがギャンブル依存に繋がった可能性が高いと言えます。しかし、ギャンブル依存症には特効薬はないと言われていて、認知行動療法、モチベーション向上インタビュー、薬物療法、家族療法、生活スキルトレーニングなど、さまざまな治療法は開発されていますがどれも絶対ではありません。また、ギャンブルを止められるきっかけも人それぞれで千差万別なのです。

但し、依存症治療において絶対的に必要なものが一点あると言われていています。それは「自覚」です。

今回の調査でも、おそらく本当は依存しているのに「自分はまだ依存していない」と思いたいために、「依存なし」と回答した人もいるのではないかと推測しています。

しかし、自覚がなければ自分の行動を改めることもできませんし、専門機関で治療が必要かどうか正しい判断もできません。

そういう意味では、水原さんは騒動が発覚する直前にドジャースの選手たちの前で、自分は依存症なんだと告白しているようなので、十分に自覚されていることかとお見受けします。

大谷選手関連のこと、しかも被害総額がかなり巨額ということもあり、水原さんに対しては世の中からの批判の声も当然多い状況ではありますが、遺伝が大きな要因だということも最近では解明されてきているので、ご本人には適切な治療を受けることに専念していただきたいです。

また、今同じようにギャンブルに依存してしまっている人も、軽度な場合は、以前の私のように、ギャンブル以外で集中したり没頭できたりするものを見つけ、人生を充実させられるよう今日から意識して生活していただきたいです。重度な場合は、すぐにでも専門機関にご相談していただきたいと思います。

遺伝が原因の多くを占めるということは、ギャンブル依存症も他の多くの遺伝性疾患と同じように恥ずかしいものではなく、仕方のないものです。

水原さんの事件をきっかけに、日本でも依存症への偏見がなくなり、治療して社会復帰する人が増えれば、日本社会全体にとってもプラスになります。今回の調査を通して、まずは一人一人が依存症について正しい認識を持つことが大切なんだと改めて認識することとなりました。

■三凛 さとし（さんりん さとし）プロフィール

富とお金のメンタルトレーナー。親子関係心理学の専門家。立命館大学、米NY州立大学卒業。

大学卒業後、一部上場企業に就職するも3年で退職。夢を追い渡米したものの、数百万円の借金を抱えてしまい、不法労働で日々食い繋ぐ極貧生活を送っていた時、本場アメリカのメンタルトレーニングに出会い、自身のお金に関する問題はメンタル起因であることを解明。

本リリースに関するお問い合わせ先
合同会社serendipity 担当：砂田
E-mail : info@serendipityllc.co.jp TEL : 090-3970-0183



NEWS RELEASE

一念発起し起業後、自分自身にメンタルトレーニングを施すことで、わずか3年でFIREし、お金の自由・時間の自由・場所の自由・心身の健康・良好な人間関係の、「人生の五大自由」を達成する。その経験をもとにはじめたYouTubeチャンネルの登録者は27万人。各SNSの総フォロワーは45万人を超え、講座受講生は述べ15万人以上にのぼる。

また、2022年3月には、親子関係について真の問題解決法を綴った初の著書『親子の法則 人生の悩みが消える「親捨て」のススメ』（KADOKAWA）を出版。1年で発行部数6万部を超えるベストセラーとなる。

公式サイト：<http://sanrinsatoshi.com/>



■会社概要

商号：合同会社serendipity

所在地：東京都渋谷区神宮前6-23-4 桑野ビル2階

代表者：代表社員 砂田 諭史

設立：2017年6月

事業内容：コンサルティング、ネットサービス、広告宣伝

本リリースに関するお問い合わせ先

合同会社serendipity 担当：砂田

E-mail : info@serendipityllc.co.jp TEL : 090-3970-0183