

こころの広場からのお知らせ

(2021年6月7日)

こころの耳（厚生労働省）の「こころの病・克服体験記」より、抜粋したものです。画像などアレンジしています。

私とパチンコ依存症

(みるく 30歳 女性 フリーター 未婚)

パチンコのパワー

私は20代の時、「パチンコ依存症」になりました。真面目な優等生だった私が、いつのまにかパチンコにハマリ、人生が大きく変わりました。自分がなぜ、こんなことになったのか、今でもよく分かりません。



ただ、最初にパチンコをした日のことはハッキリと覚えています。私の親はとても厳しい人でした。なので、会社の友だちに連れられ、初めてパチンコ屋に入った時、「親に知れたら怒られるだろうな」と思いました。が、その日、ビギナーズラックで大当たり。私は自分の力でスゴイことをやり遂げたような気がしました。

「こんな楽しい世界があったのか」という感じです。しかし、その頃はまだ一人でパチンコをする勇氣はなく、パチンコに行くことはしばらくありませんでした。

その1年後、私は年下の男性と結婚し、実家を出ました。親は、年下の夫との結婚に反対でした。親の反対を押し切って結婚した新婚生活ですが、理想と現実の違いには失望することばかり…。夫は仕事で忙しく、私と一緒にいる時間はあまりありません。夫は入社したてで給料が安く、生活はいつもギリギリでした。私もパートで稼ぎましたが、生活費だけで精一杯で余裕がありません。そんな生活の中、私は一人でパチンコをするようになりました。パチンコで大当たりを出して、少ない生活費を増やそうと思ったのです。パチンコをしている時は、将来への希望がみなぎり、元気になります。退屈な生活の中、あの頃の私の唯一のエネルギー源は「パチンコ」だった気がします。

現金を持たせないで！

私は、夫とのすれ違い生活や金欠の不満を、すべてパチンコで解消していました。その頃は、街でパチンコ屋の音楽が聞こえてくると、吸い込まれるように店内へ入ってしまいました。現金を持っ

ていると全部パチンコに使ってしまうので、現金は少ししか持たないようにしていましたが、私のパート先は個人商店なので、給料は口座振込ではなく、給料袋で手渡されます。私は、給料日は真っ直ぐ帰宅するように普段は気をつけていましたが、ある日、どうしても我慢ができず、パチンコ屋に入ってしまった。パチンコに夢中になり気づいた時には、給料袋は空っぽでした。



夫にバレないようにするため、私はOL時代に作ったクレジットカードでキャッシングをし、パチンコで使った給料を補いました。しかしその後、キャッシングの便利さを覚えた私は、ちょこちょこ同じようにお金を借りてしまい、そしてついに自分のカードだけでなく、夫のクレジットカードに手を出してしまいました。最初、夫は私に何も言わなかったのですが、私はバレてないだろうと思っていました。しかし夫はカードの明細を見て気づいていて、秘かに悩んでいたようです。でも、借金の原因がパチンコだということは、夫は知りませんでした。夫は、真面目な私がパチンコをするなんて想像もできなかつたろうと思います。夫と私はお互いに困っていたにも関わらず、この問題について話し合うことはしませんでした。そうしている間に、私の借金はどんどん膨れ上がってしまいました。

借金の果ての離婚

最初、夫は自分の給料が安いから、私が借金したのだと思っていたようです。だから夫は、私の高金利の借金を返すため、会社から低金利でお金を借り、借金の借り替えをしていたようです。しかし、いつまでたっても減らない借金に、夫の上司が心配して「奥さんと話し合いなさい」とアドバイスしたということです。夫は私に「すべて話してくれ」と言い、私はパチンコのことも含め、結婚生活への不満をすべて話しました。しかしその結果、夫に「離婚したい」と言われてしまいました。夫が言うには、私は「反省していない」ようです。確かにその頃、私は思考が麻痺し、ボーっとしてすべてを人まかせにしていました。それが夫には反省していないように見えたのかもしれません。



結局、私は離婚して実家に戻りました。その後、自己破産手続をして借金は無くなりましたが、私はヒマができると何をしてよいかわからず、イライラしました。そんなある日、友人に心療内科を紹介され、通ってみることにしました。イライラを抑える薬をもらって、カウンセリングを受けるうち、私は自分自身のことをたくさん考えるようになりました。それまでは、自分自身のことを考えるのは面倒臭い気がして、後回しにしていました。今は、「自分自身が大事」と思えるようになり、毎日きちんと「今を生きる」のが自分の目標です。パチンコをやらなくても、楽しいことはいっぱいあるということが最近分かりました。これからは、自分が本当は何をしたいのか、きちんと考えて生きていこうと思います。