

依存症・アディクション

依存症は、近年では物質（アルコール、薬物など）の依存だけでなく、行動（ギャンブル、ネット、ゲームなど）の嗜癖を含んだ「アディクション」という言葉が使われるようになっていきます。

国内には生涯にアルコールやギャンブルの依存症を疑われる状態になった人がそれぞれ100万人以上いるとの推計があるほか、子どものネット・ゲーム依存も問題となっており、誰もがなりうる身近な病気です。



依存症とそのケア

書 名	著 者	出版社	出版年月	請求記号
溺れる脳：人はなぜ依存症になるのか	M. クーハー著 船田正彦監訳	東京化学同人	2014. 1	493. 15/カ
よくわかる依存症：ゲーム、ネット、ギャンブル、薬物、アルコール	榎本稔著	主婦の友社	2020. 6	493. 74/エノ
「依存症」から立ち直るための本	大阪府立病院機構 大阪精神医療センター編	幻冬舎メディアコンサルティング	2019. 12	493. 74/材
アルコール・薬物・ギャンブル・ゲームの依存ケアサポート：保健・医療・福祉のために	樋口進監修	講談社	2023. 9	493. 74/ヒク
人はなぜハマるのか	広中直行著	岩波書店	2001. 7	493. 74/ヒロ
依存症のすべて：「やめられない気持ち」はどこから来る？	廣中直行著	講談社	2013. 9	493. 74/ヒロ
アディクション・サイコロジー：依存・嗜癖問題からみた人間の本質	廣中直行著	誠信書房	2023. 3	493. 74/ヒロ
依存症がわかる本：防ぐ、回復を促すためにできること	松本俊彦監修	講談社	2021. 6	493. 74/マツ

スマホ・ネット・ゲーム依存

書 名	著 者	出版社	出版年月	請求記号
スマホが学力を破壊する	川島隆太著	集英社	2018. 3	080/シ1/924
インターネット・ゲーム依存症：ネトゲからスマホまで	岡田尊司著	文藝春秋	2014. 12	080/フ1/995
スマホはどこまで脳を壊すか	榊浩平著 川島隆太監修	朝日新聞出版	2023. 2	081. 06/アサ/897
ドラッグと分断社会アメリカ：神経科学者が語る「依存」の構造	カール・ハート著 寺町朋子訳	早川書房	2017. 1	368. 8/ハト
ネット依存の恐怖：ひきこもり・キレる人間をつくるインターネットの落とし穴	牟田武生著	教育出版	2004. 2	371. 4/ムタ
Q&Aでわかる子どものネット依存とゲーム障害	樋口進著	少年写真新聞社	2019. 10	374. 93/ヒク
僕らはそれに抵抗できない：「依存症ビジネス」のつくられかた	アダム・オルタ著 上原裕美子訳	ダイヤモンド社	2019. 7	493. 74/オル
ネット依存症	樋口進著	PHP研究所	2013. 12	493. 74/ヒク
ネット依存・ゲーム依存がよくわかる本：イラスト版	樋口進監修	講談社	2018. 6	493. 74/ヒク
スマホ断ち：30日でスマホ依存から抜け出す方法	キャサリン・プライス[著] 笹田もと子訳	KADOKAWA	2024. 1	493. 74/ワ
ゲーム障害再考：嗜癖か、発達障害か、それとも大人のいらだちか	佐久間寛之編 松本俊彦編	日本評論社	2023. 6	493. 93/サク
子どもたちはインターネットやゲームの世界で何をしているんだろう？：児童精神科医からみた子どもたちの「居場所」	関正樹著	金子書房	2023. 8	493. 93/サキ
ゲーム依存からわが子を守る本：正しい理解と予防・克服の方法	花田照久監修 八木眞彦監修	大和出版	2019. 11	493. 93/ハナ
ネット依存症から子どもを救う本：「うちの子って大丈夫？」と思ったら読む本	樋口進監修	法研	2014. 4	493. 93/ヒク
ゲーム・スマホ依存から子どもを守る本	樋口進著	法研	2020. 11	493. 93/ヒク
心が壊れる「ゲーム依存」からどう立ち直るのか	樋口進監修	ミネルヴァ書房	2023. 12	493. 93/ヒク
子どものネット・ゲーム依存問題解決ガイド：専門家が親に教える	森山沙耶著	Gakken	2023. 8	493. 93/サキ
ゲーム・ネットの世界から離れられない子どもたち：子どもが社会から孤立しないために	吉川徹著	合同出版	2021. 2	493. 93/ヨシ

その他の依存

書 名	著 者	出版社	出版年月	請求記号
ギャンブル依存：日本人はなぜ、その沼にはまり込むのか	染谷一著	平凡社	2023.7	080/ハ1/1033
万引き依存症	斉藤章佳著	イースト・プレス	2018.9	368.6/サ1
ギャンブルの何が問題なのか?：国際比較から見る公共政策アプローチ	ハッパ・スルクソン著 トマス・F.ハッパ著	福村出版	2021.8	368.63/スル
つながりから考える薬物依存症：安心して失敗を語れる絆・居場所づくり	岩室紳也著 松本俊彦著	大修館書店	2018.8	368.8/イワ
ペイン・キラー：アメリカ全土を中毒の渦に突き落とす、悪魔の処方薬	バリ・マイヤー著 三木直子訳	晶文社	2023.1	368.81/マイ
アディクション・スタディーズ：薬物依存症を捉えなおす13章	松本俊彦編	日本評論社	2020.7	368.81/マツ
DOPE SICK：アメリカを蝕むオピオイド危機	バス・メイヤー著 神保哲生訳・解説	光文社	2020.2	368.81/メイ
お母さんのためのアルコール依存症回復ガイドブック	ローズマリー・ウォナー著 今村扶美監訳	金剛出版	2019.1	493.15/ワナ
処方薬依存症の理解と対処法	ロッド・コルビン著 水澤都加佐監訳	星和書店	2019.9	493.15/コル
ハームリダクション実践ガイド：薬物とアルコールのある暮らし	ハット・デニング著 ジニー・リトル著	金剛出版	2022.8	493.15/デニ
ハームリダクションアプローチ：やめさせようとしないう依存症治療の実践	成瀬暢也著	中外医学社	2019.6	493.15/ナル
今すぐ始めるアルコール依存症治療：問題飲酒の害を減らし、回復するために	樋口進著	法研	2019.6	493.15/ヒク
はじめての減酒治療	樋口進編著	金芳堂	2023.7	493.15/ヒク
ギャンブル依存と生きる：家族、支援者と生きづらさを乗り越えるために 増補新版	稲村厚著	彩流社	2022.6	493.74/イハ
クレプトマニア・万引き嗜癖からの回復：“ただで失敬”してしまう人たちの理解と再犯防止エクササイズ	テレンス・ダリル・シムソン著 奥田宏監訳	星和書店	2019.7	493.74/シム
窃盗症：その理解と支援	竹村道夫編集 吉岡隆編集	中央法規出版	2018.5	493.74/タケ
家族のためのギャンブル問題完全対応マニュアル	田中紀子著	ASK	2021.7	493.74/タナ
ギャンブル依存症から抜け出す本：イラスト版	樋口進監修	講談社	2019.1	493.74/ヒク
ギャンブル障害STEP-G回復支援マニュアル	樋口進著 松下幸生著	法研	2021.5	493.74/ヒク
ウルトラ図解ギャンブル依存：病気を正しく理解して、?や借金 の繰り返しをストップ	樋口進監修	法研	2023.11	493.74/ヒク
ギャンブル依存症からの生還：回復者12人の記録	ビッグイシュー基金編集	ビッグイシュー基金	2016.8	493.74/ヒツ/2016
依存症と人類：われわれはアルコール・薬物と共存できるのか	カール・エリック・フィッシャー [著] 松本俊彦監訳	みすず書房	2023.4	493.74/フィ
やってみたくなるアディクション診療・支援ガイド：アルコール・薬物・ギャンブルからゲーム依存まで	松本俊彦編集 佐久間寛之編集	文光堂	2021.9	493.74/マツ
万引きがやめられない：クレプトマニア<窃盗症>の理解と治療	吉田精次著	金剛出版	2020.4	493.74/ヨシ

インターネット情報

- ・ 知ることからはじめよう こころの情報サイト [国立精神・神経医療研究センター]
<https://kokoro.ncnp.go.jp/>
- ・ 依存症対策全国センター [依存症対策全国センター]
<https://www.ncasa-japan.jp/>
- ・ 依存症の理解を深めよう。回復を応援し受け入れる社会へ [厚生労働省]
<https://izonsho.mhlw.go.jp/>
- ・ 依存症スクリーニングテスト一覧 [国立病院機構久里浜医療センター]
<https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/>
- ・ 依存症問題 [静岡県精神保健福祉センター]
<https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/shogaifukushi/seishinhoken/1004161/1033831.html>

調べる・考える・解決する

静岡県立中央図書館
Shizuoka Prefectural Central Library