

(第5報)

デート代はいくら？誰が払う？デート頻度・連絡手段は？ | 婚外恋愛経験ありの既婚男女 350 人調査で迫るデートの実態その 1【婚外恋愛に関する実態調査 第5報】

今回は「婚外恋愛の経験者」を対象を絞った本調査の報告第3弾です。「婚外カップルの会う頻度」や「2人のデート代の合計」「デート代の支払いはどうしているか?」「連絡頻度や手段」など婚外恋愛当事者の付き合い方の実態に踏み込んだ調査になります。

「結婚後の新たな生き方」を提案する既婚者向けメディアやネットサービスの展開、システム開発を行うレゾンデートル株式会社（東京都新宿区）は、現代の夫婦関係のあり方、婚外交渉や異性関係に対する価値観の多様性を把握し、今後のサービス開発に向けた市場動向を探るため、既婚者を対象に様々なテーマで大規模なアンケート調査を実施中。今回は「婚外恋愛に関する実態調査」の第5報です。

<過去の報告>

⇒第1報：既婚者の22.5%に「婚外恋愛」の経験あり etc.

⇒第2報：「婚外恋愛」に地域差あり etc.

⇒第3報：婚外恋愛の「出会いの場」は職場が42%、アプリが15% etc.

⇒第4報：婚外恋愛で「体の関係あり」は何割？妻や夫への罪悪感はある？ etc.

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/104522 ※第4報以外

<https://healmate.jp/survey/> ※第4報含む詳細結果

今回の第5報では「婚外恋愛経験あり」の既婚男女350人（30～59歳）に「婚外パートナーと会う頻度」「2人の1回のデート代の合計」「デート代の支払い方」「婚外パートナーとの連絡頻度・手段」を尋ねた結果を分析します。

<結果のポイント>

- ・婚外パートナーと会う頻度は「月1回未満」が最多。特に女性では5割以上！
 - 男性は、月1回未満34.2%、月1回程度27.0%、月2～3回が27.0%
 - 女性は、月1回未満53.0%、月1回程度14.1%、月2～3回が15.2%
 - 女性の方が会う頻度が少ない傾向が明らかに
- ・婚外デートの1回のデート代（2人分）の合計は5,000円～1万円程度が最多で約3割
 - 1万円～2万円程度が23.0%、2万円～3万円程度が16.5%と続く
 - 5,000円未満は約2割、3万円以上が約1割
 - 男性の世帯年収によりデート代に大きな差。年収700万円未満は1万円以内が7割以上
- ・婚外デートの費用は「男性がほぼ支払う」が5割弱。割り勘は2割に満たない
 - 「男性がほぼ支払う」は44.3%、「男性が多めに支払う」が23.7%、「割り勘」は17.1%

→男性の世帯年収により傾向に大きな差。年収 400 万円未満は割り勘が 3 割強

・婚外パートナーとの連絡頻度は数日に 1 回が最多で約 3 割。毎日も 2 割強

→「毎日頻繁に」が 14.1%、「毎日数回」が 16.2%。一方で 4 人に 1 人が「月に 1 回未満」

→連絡手段は「LINE」が 57.7%と最多。次いで「Eメール」(28.3%)、「電話」(18.0%)

<調査概要>

- ・調査タイトル：婚外恋愛に関する実態調査 第 5 報
- ・調査期間：2023 年 7 月 26 日～28 日
- ・調査対象者：婚外恋愛経験のある 30～59 歳の既婚男女 350 人（男性 152 人、女性 198 人）
- ・調査方法：インターネット
- ・エリア：全国
- ・調査機関：レゾンデートル株式会社 (<https://raisondetre-inc.co.jp/>)
- ・調査報告の掲載：<https://healmate.jp/survey/>

◆調査対象者について

2023 年 6 月 30 日～7 月 7 日に実施したスクリーニング調査で全国 30～59 歳の既婚男女 2,000 人（男性 500 人・女性 1,500 人）¹に「婚外恋愛²の経験の有無」を尋ねたところ、約 2 割の人が「経験あり」と回答しました。人数にすると 406 人（男性 165 人・女性 241 人）になります。本調査は、この 406 人から抽出した婚外恋愛経験者 350 人を対象としたものです。

	男性（152 人）	女性（198 人）
30 代	46 人（30.3%）	79 人（39.9%）
40 代	58 人（38.2%）	68 人（34.3%）
50 代	48 人（31.6%）	51 人（25.8%）

地域別では「新潟県」「島根県」「熊本県」に回答者がいない以外は全都道府県に分散しており、地域的な偏りもみられていません。

◆婚外パートナーと会う頻度（デートの頻度）

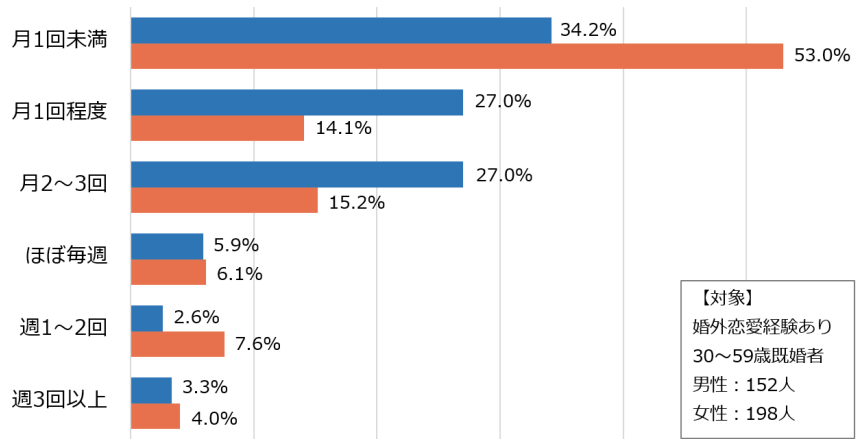
婚外恋愛の場合、「人目を避ける必要がある」「配偶者に分からないように時間を作る必要がある」「子育て

¹ 初回は男女同数の 1,000 人を対象に行ったが、女性の婚外恋愛経験者を想定数確保できなかったため、女性のみ 1,000 人に追加調査を行った。

² 婚外恋愛を「婚姻関係にあるパートナー（妻・夫など）以外との恋愛関係をいい、体の関係の有無は問わない。不倫・セカンドパートナーも含む」と定義したうえでの調査。

てなどで時間が作れない」などの理由で、相手と頻繁に会いにくい傾向にあると予想されますが、実態はどうでしょうか。結果は次の通りとなりました。

婚外パートナーと会う頻度



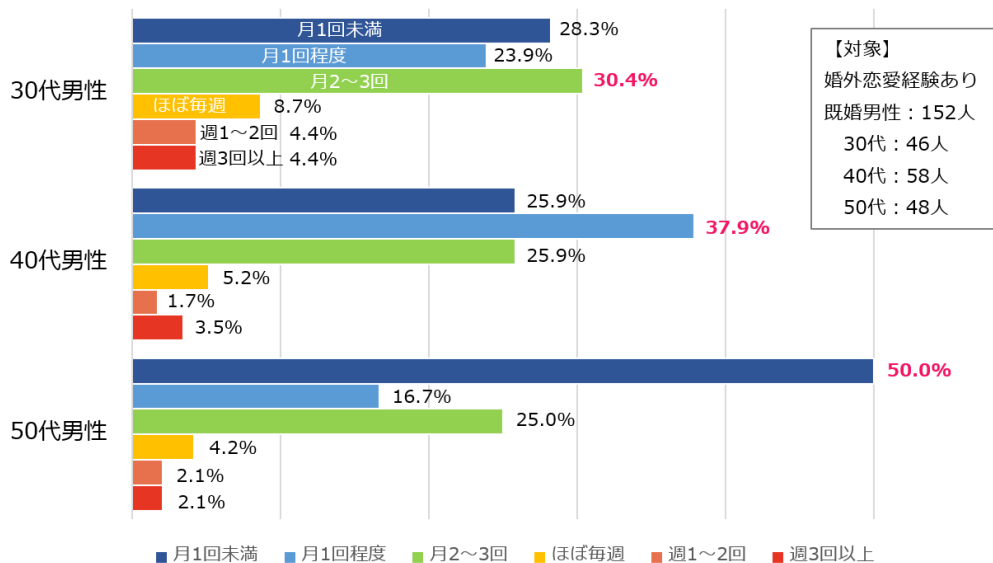
(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデール株式会社)

第3報の結果で「婚外恋愛の出会いの場は職場が4割以上」と判明したため、「実際は頻繁に会っている男女も多いのでは」とも予想しましたが、結果は「月1回かそれ以下」が大半を占め、あまり頻繁には会えていない実態が明らかになりました。

注目されるのは男女差です。「月1回未満」は男性34.2%なのに対し、女性は53.0%と半数を超えます。やはり子育て期間中の女性も多いなかで「女性の方が時間を作りにくい」傾向が見て取れます。

●【男性・年代別】婚外彼女と会う頻度

【男性・年代別】婚外彼女と会う頻度

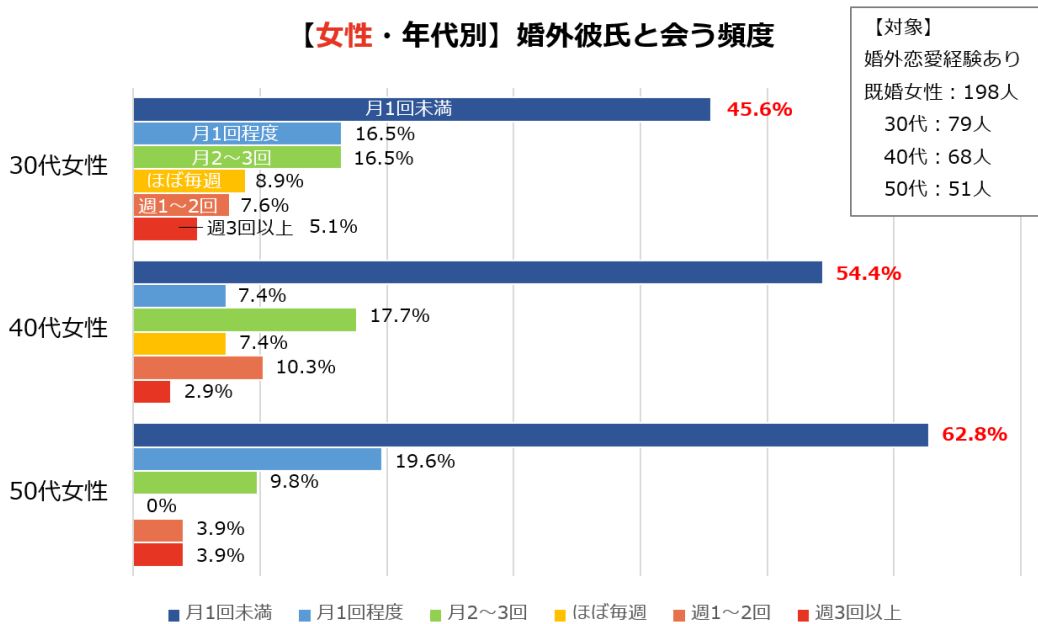


(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデール株式会社)

30代男性は「月2~3回」が最多で30.4%、40代男性では「月1回程度」が最多で37.9%、50代男性になると「月1回未満」が最多になり50.0%となっています。年代による違いが興味深いです。

30代男性はまだ恋愛にも肉体的にもアグレッシブな傾向にあり、年齢を重ねるにつれて次第に衰えていくということかもしれません。また、1人と長期の恋愛関係にある高年齢男性の場合は、「相手との関係が安定する」こともあるでしょう。

●【女性・年代別】婚外彼氏と会う頻度



(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデール株式会社)

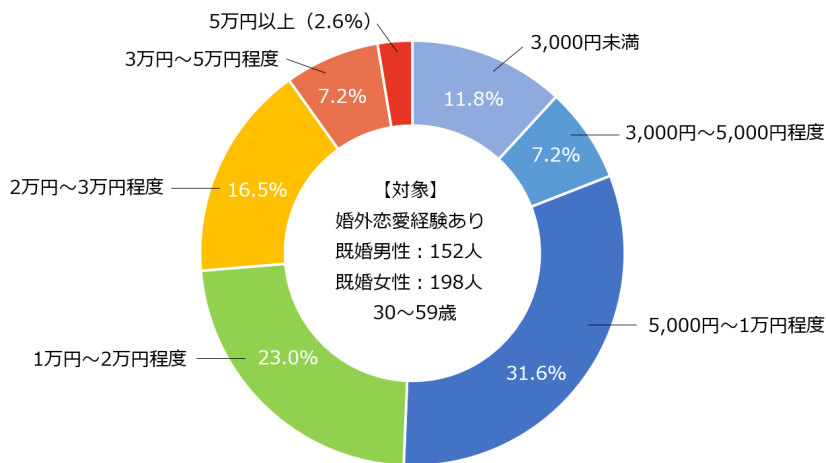
一方、女性の場合は30代のうちから「月1回未満」が最多で半数近くに上り(45.6%)、40代で54.4%、50代で62.8%と年齢を重ねるにつれて顕著に増えていきます。

50代女性の場合は、子育てが一段落した人も多いと予想されますから、「時間が取れない」という理由のほかに、「女性はあまり頻繁に会わなくてよいと思っている」という心の内が見て取れるかもしれません。実際、育児・家事・仕事で時間を取られ、友人付き合いも多い女性からは、「婚外恋愛は月1回くらいで十分」との声も聞かれます。

◆婚外恋愛のデート費用

婚外恋愛のカップルは、1回のデートにどのくらいの費用を使うのでしょうか。調査対象の30代~50代は、生活費だけでなく子どもや住居費(家のローン・家賃)にたくさんのお金がかかる年代です。年収による差も大きいですが、独身時代と違ってあまり自由にお金を使えない人が多いと推測されます。

2人の1回のデート代は合計どれくらい？



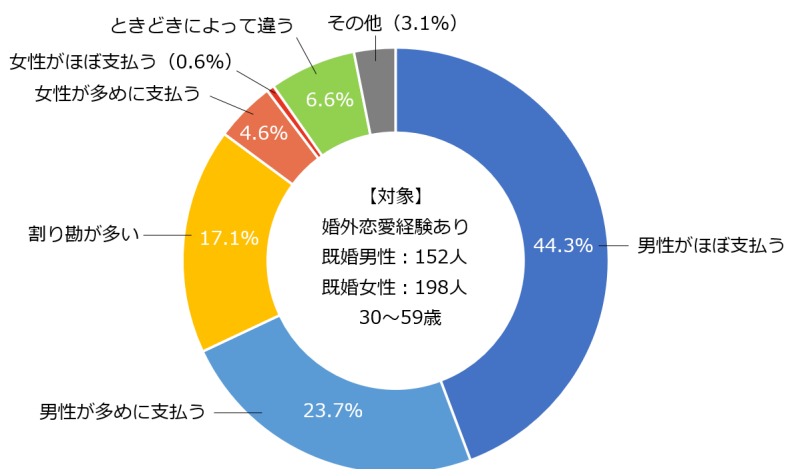
(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデートル株式会社)

調査の結果、1万円以内が半数以上（50.6%）との結果になりました。2人分の合計金額であることにご注意ください。独身時代よりもかなり費用は抑えられるようです。「自由に使えるお金が少ない」という理由以外にも、あまり時間が確保できないために「短時間デートが中心」「昼間に会うケースも多い」などの理由もあるでしょう。

◆婚外恋愛のデート費用の支払い

1回のデートに使う費用はあまり多くない傾向が見て取れましたが、支払いについてはどのようにしているのでしょうか。

2人のデート代はどう払う？



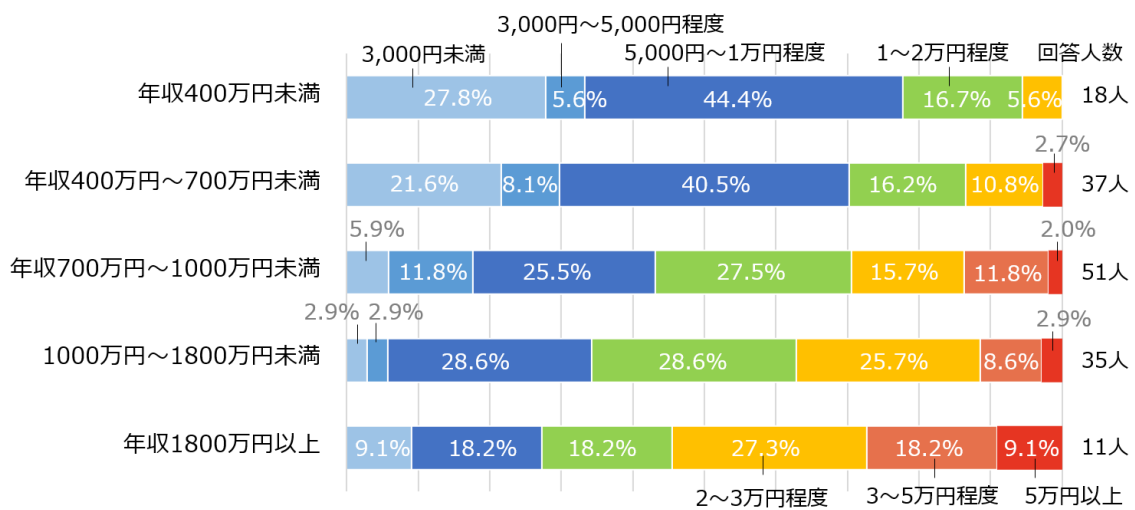
(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデートル株式会社)

こちらは「男性がほぼ支払う」が44.3%と約半数を占め、「男性が多めに支払う」(23.7%)を加えると、大半のケースで男性が多く負担していることが分かります。「令和の時代は割り勘が基本」などのデート代論争がSNSで繰り広げられていますが、割り勘は圧倒的に少なく、やはり男性が支払うケースが多いようです。また、「年下彼氏」「女性上位の関係」も流行していますが、女性が支払うケースは非常に少ないことが分かります。

◆婚外恋愛のデート費用と支払いを年収別にみると

同じ既婚者といっても経済状況は様々です。世帯年収によって1回のデート費用や支払いに違いが生じるかについても分析してみました。なお、前述の通り「男性が多く支払っている」傾向が分かったため、男性のみの結果です。

【男性・世帯年収別】2人のデート代の合計 ※対象：婚外恋愛経験あり既婚男性152人・30～59歳



(「婚外恋愛に関する実態調査【本調査】 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンデートル株式会社)

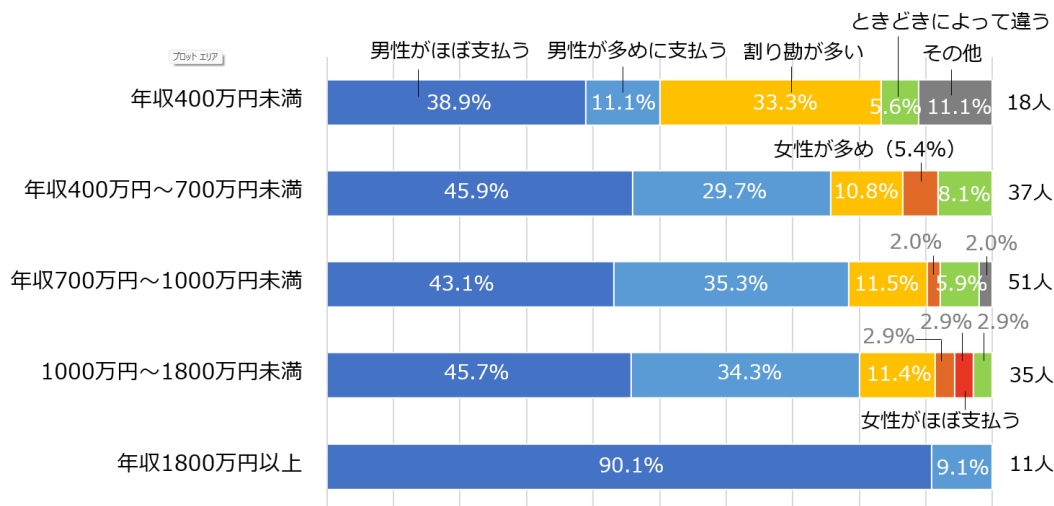
男性自身の年収ではなく世帯年収ではありますが、年収によって大きな差が生じました。

年収400万円未満の男性は3,000円未満が約3割、年収400万円～700万円未満では約2割で、1万円以内がいずれも7割を超えるのに対し、年収700万円を超えると1万円以上が半数を超え、年収1000～1800万円の男性は約4割が2万円以上、年収1800万円以上では約3割が3万円以上になっています。

なお、子どもの有無によりデート費用に違いがないかも分析しましたが、大きな違いは見られませんでした(調査対象の既婚男性のうち130人が子どもあり、22人が子どもなし)。「子どもなし」の男性の方がお金をかける予想もしましたが、むしろ「子どもなし」の男性の18.2%(4人)が3000円未満で、5万円以上は0%(0人)と、「子どもあり」の男性よりも抑制傾向がみられました。

続いて、デート代の支払いについては次の結果になりました。

【男性・年収別】デート代をどう支払うか ※対象：婚外恋愛経験あり既婚男性152人・30～59歳



(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンドール株式会社)

こちらでも世帯年収による違いが出ていますが、デート代ほどではありません。年収400万円未満では「割り勘」、年収1800万円以上では「男性がほぼ支払う」の割合が顕著に大きくなっていますが、年収400万円～1800万円未満では大きな差が見られません。年収にかかわらず「男性が大きく負担するもの」という意識が強く働いている傾向が見て取れます。

なお、デート代の支払いに関しては子どもの有無によって傾向に多少の違いが見られました。「子どもあり」の男性の方が「子どもなし」の男性よりも、「男性がほぼ支払う」の割合が多く、「割り勘」が少ない傾向が見られました。

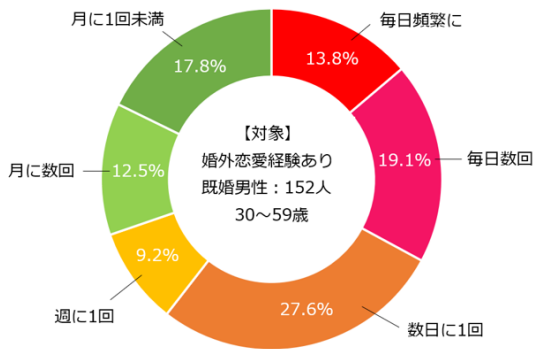
	男性がほぼ	男性が多め	割り勘	女性が多め	女性がほぼ	ときどきで	その他
子ども有	50.0%	28.5%	11.5%	23.1%	0.8%	5.4%	1.5%
子ども無	31.8%	31.8%	22.7%	4.5%	0.0%	4.5%	4.5%

◆婚外パートナーとの連絡頻度・連絡手段

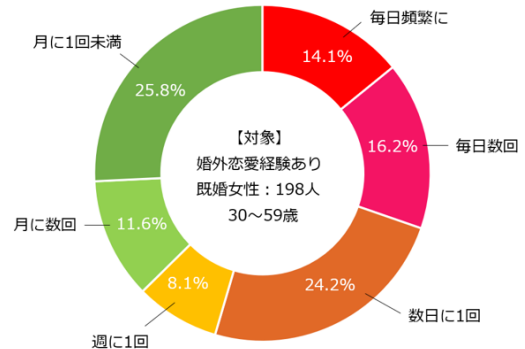
●婚外パートナーとの連絡頻度

婚外恋愛で困ることの一つに、日常の連絡があるでしょう。配偶者に見つからない・怪しまれないように工夫したり、お互い忙しいなかでどれほど連絡すればよいか悩んだりしがちです。そこで婚外恋愛経験者に「実際の連絡頻度」を尋ねてみました。

【男性】 婚外彼女との連絡頻度



【女性】 婚外彼氏との連絡頻度



(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンドール株式会社) (「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンドール株式会社)

婚外恋愛の注意ポイントとして「連絡頻度を少なくする」が上げられることもありますが、実際のところ男女とも3割以上が毎日連絡を取っているようです。ただし、週1回未満が約4割を占めるなど、連絡を抑制している男女が多い様子が見て取れます。「月に数回」「月に1回未満」などは「会う約束をする際に連絡する程度」でしょうか。

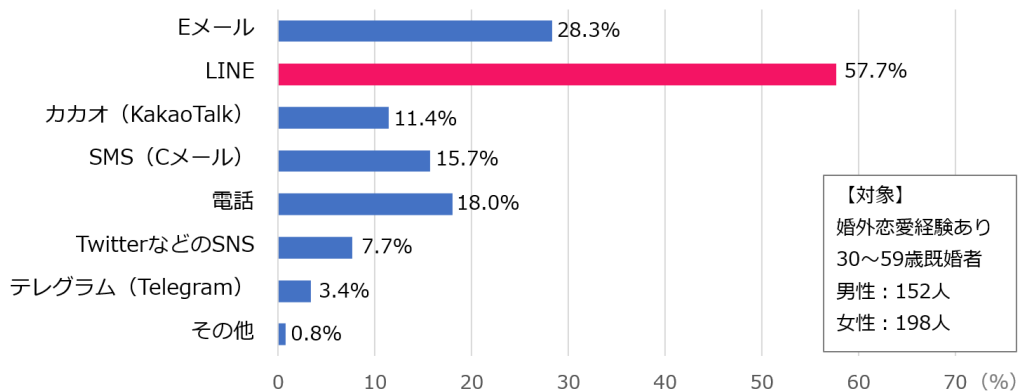
男女に大きな差はないものの、女性の方が「月に1回未満」が多く4人に1人にも上ることが注目されます。前述の「会う頻度」との関連もありそうです。

なお、「会う頻度」同様に30代では連絡頻度が高く、年齢が上がるにつれて低くなる傾向がみられます。50代男女で最も多いのは「月に1回未満」(男性31.3%、女性33.3%)です。

「会う頻度」と同様の男女差も見られ、30代男性は「毎日頻繁に」「毎日数回」を合わせると5割以上と頻繁に連絡を取りがちですが、30代女性は数日に1回が最も多く3割近くになります。女性の方が連絡頻度は低い傾向にあり、40代女性で「月に1回未満」が約3割で最も多くなり、50代になるとさらにその傾向が進みます。

●婚外パートナーとの連絡手段

婚外パートナーとの連絡手段 (複数回答)



(「婚外恋愛に関する実態調査 [本調査] 対象：婚外恋愛経験ありの男女350人 ©レゾンドール株式会社)

連絡手段も悩むところですが、LINE の割合が圧倒的に高く 5 割を超えています。続いて E メール(28.3%)、電話 (18.0%)、SMS/C メール (15.7%) という順になっています。秘匿性の強い連絡アプリのテレグラム (Telegram) を使う人も多いとの予想でしたが、実際は 3.4%に止まりました。

©レゾンデートル株式会社 (<https://raisondetre-inc.co.jp/>)

◆今後の調査予定

今回の報告は、婚外恋愛経験者を対象とした【本調査】の結果分析の第3弾です。次回の第4弾では、「性的関係の有無や実態」「配偶者に疑われたことはあるか／バレたことはあるか」などを解明します。

婚外恋愛に関する調査終了後は、セックスレス、ロマンチック・ラブ・イデオロギー、セカンドパートナー、既婚者の異性関係など、「現代の夫婦関係の形」「既婚者の新たな生き方・ライフスタイル」をテーマとした調査を実施していく予定です。

今後も私どもの調査について注目していただければ幸いです。

2023年10月2日配信

◎調査内容・本リリースに関するお問い合わせ

今回の調査内容やデータの詳細に関するお問い合わせ、報道関係の皆様取材依頼やお問い合わせは下記までお願い申し上げます。

レゾンデートル株式会社 (<https://raisondetre-inc.co.jp/>)

〒160-0022 東京都新宿区新宿 4-3-15 レイフラット新宿 B 棟 3F

問い合わせアドレス : info@healmate.jp

担当：浦野