

2024・2023 年調査

レスを解消したいと思ってる？性欲はどうしてる？

——レス当事者 635 人アンケートからみえた夫婦間レスの実態

「夫婦のセックスレスに関する実態調査」の第5報

レゾンドール株式会社（東京都新宿区）は 2023 年 10～12 月、20～50 代の既婚者男女 4,000 人を対象にセックスレスの実態に関するアンケート調査を行いました。現時点で日本最大規模かつ最新のセックスレス調査です（2023 年 12 月現在）。今回は 4,000 人から絞った「レス当事者」635 人へのアンケート結果の第 5 弾を報告します！

セックスレスはもはや日本の社会問題です。セックスレス夫婦の割合は年々増加しており、多くの調査では 5～6 割に達するとの結果が出ています。

レゾンドール株式会社（東京都新宿区）は 2023 年 10～12 月、過去に様々な機関が行ったセックスレス調査を大きく上回る、既婚者男女 4,000 人を対象とした夫婦のセックスレス調査を行いました（調査名「夫婦のセックスレスに関する実態調査」）。日本最大規模かつ最新の夫婦間セックスレス調査になります（2024 年 1 月現在）。

[第 1 報](#)では、20 代～50 代既婚者の **68.2%が配偶者とセックスレス傾向**にあり、このうち **43.9%が完全なセックスレス状態（完全レス）**と報告しました。[第 2 報](#)では結婚 3 年未満の新婚夫婦でさえ 5 割以上がセックスレス傾向であること、[第 3 報](#)では対象を「レス当事者」に絞り、6 割以上が 1 年以上レス、約 4 割が 5 年以上レスであること、[第 4 報](#)では「妊娠・出産」が最大のきっかけであり（25%）、女性の性欲減退が大きな原因であることなどが判明しました。

今回の第 5 報も第 3・4 報と同様に「レス当事者」を対象とした調査です。第 1 報の回答者 4,000 人のうち「完全レス」と回答した人の中から無作為に 635 人を抽出し、「レスを解消したいと思うか？」「性欲はあるか？」「性欲をどのように解消しているか？」などを尋ねました。**特にレス当事者の性欲に焦点をあてた調査は前例がない**ものです。

どうぞ最後までご覧ください。



<結果のポイント>

- **男性（夫）はセックスレスを解消したいと思うが、女性（妻）はそう思っていない**
 - 男性の約 6 割は妻とのセックスレスを解消したいと思っている
 - 女性の約 7 割は夫とのセックスレスを解消したいと思っていない
- **セックスレスを解消したい理由は男女とも「夫婦の絆を深めたいから」が最多**
 - 「性欲を解消したいから」は男性 28.4%に対して女性は 18.6%と 10 ポイントの差
 - 「夫婦はセックスするのが自然だから」の回答結果に 40 代男女間の大きな齟齬あり
- **レス男性の 85%は「性欲あり」と回答するも、レス女性の 56%は「性欲なし」**
 - 男性は 20 代～50 代で「性欲あり」の割合にほぼ変化なし
 - 女性は 40 代以降、「性欲あり」の割合が激減
- **レス男性の性欲解消法は「自慰」が約 8 割で最大、レス女性は「他の事で発散」が最大で約 5 割**
 - レス女性の 4 割強は「自慰・セルフプレジャー」と回答
 - レス男性は 50 代になっても 7 割以上が「自慰」で性欲を解消している

<調査概要>

- ・ 調査タイトル：夫婦のセックスレスに関する実態調査 第 5 報
- ・ 調査期間：2023 年 10 月 30 日～12 月 18 日
- ・ 調査対象者：20～59 歳の既婚男女 635 人（男性 320 人、女性 315 人）
※第 1 報の回答者 4,000 人のうち「完全レス」と回答した人の中から無作為に 635 人を抽出。
- ・ 調査方法：インターネット（セルフ型アンケートツール [Freeasy](#) を利用）
- ・ 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/>
- ・ 本報告の発表日：2024 年 2 月 24 日

<調査対象者について>

下表の通り男女、年齢層ともに均等なサンプルになっています。

	男性 (320 人)	女性 (315 人)
20 代	80 人 (25.0%)	75 人 (23.8%) ※
30 代	80 人 (25.0%)	80 人 (25.4%)
40 代	80 人 (25.0%)	80 人 (25.4%)
50 代	80 人 (25.0%)	80 人 (25.4%)

※第 1 報に回答した 20 代女性 500 人のうち「完全レス」と答えた人が少なく 80 人を確保できなかった。

回答者は鳥取県・島根県・大分県を除く全都道府県に分布しており地域的な偏りはありません。東京都（95 人）、愛知県（62 人）、神奈川県（53 人）、大阪府（50 人）、埼玉県（44 人）、千葉県（37 人）、福岡県（28 人）、北海道（24 人）など、概ね人口分布にも沿っています。

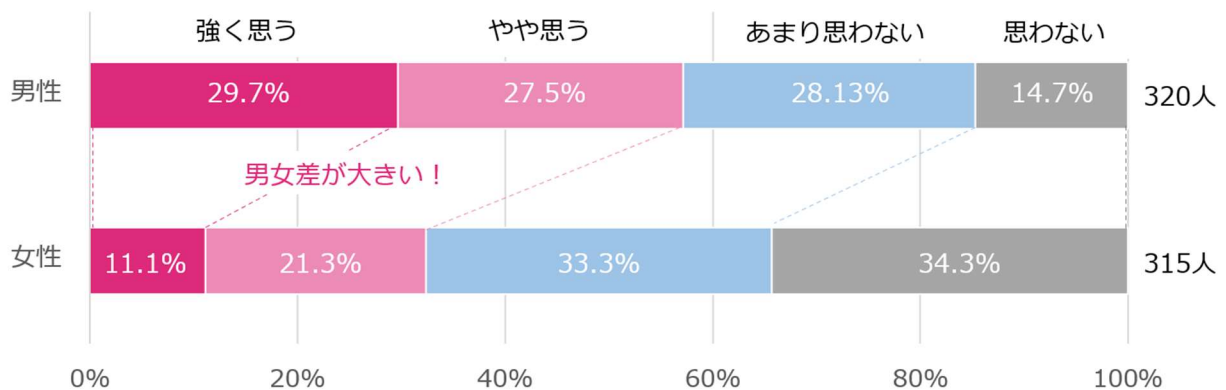
子どもの有無は、子ども有が 474 人（74.6%）、子ども無が 161 人（25.4%）でした。

1 夫妻のセックスレス、解消したいと思ってる？

[第1報](#)では、既婚者の約7割が配偶者とセックスレス（※1）傾向であり、そのうち4割以上が完全なセックスレス状態と判明しました。では、レス当事者は果たして夫婦間のセックスレスを解消したいと考えているのでしょうか？ レス当事者の既婚男女635人に尋ねてみました。

夫婦のセックスレスを解消したいと思うか？

※対象者：レス当事者の既婚男女635人：20～59歳



（「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社）

すると、興味深い結果となりました。レス男性の57.2%が「妻とのセックスレスを解消したい」と思っているのに対し、レス女性では32.4%しか「夫とのセックスレスを解消したい」と思っておらず、67.6%の女性は「解消したいと思っていない」という結果になったのです。

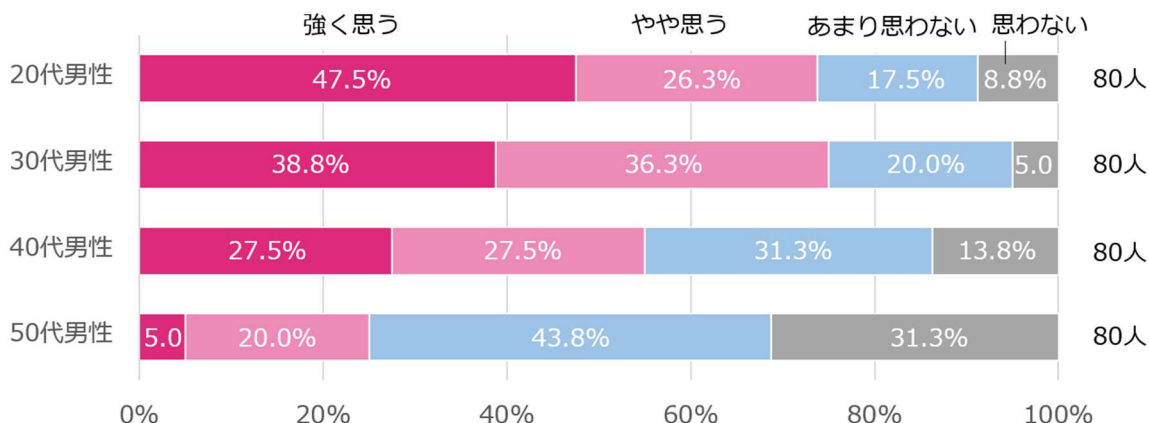
しかもレス男性では「強く思う」という回答が29.7%もあるのに対し、女性では11.1%しかありません。一方、「思わない」は男性が14.7%なのに対して、レス女性は34.3%もあります。この結果は明らかに、レス女性の多くは「夫とセックスしたくない」と思っていることを示しているでしょう。[第4報](#)の「セックスレスの大きな原因は女性の性欲減退」を裏付ける結果です。しかし、これだけ男女間の齟齬が大きくて夫婦関係は大丈夫なのかと心配になります。

次に年齢層により差があるかをみていきましょう。男性は40代で妻とセックスレスを解消したいと思う割合が大きく減ります（とはいえ5割を大きく超えます）。50代になるとさらに大きく減り、25%となるのです。「強く思う」が5%と急減するところからみて、「諦めた」という印象を受けます。

※1 本調査におけるセックスレスの定義は、「本人がセックスレスととらえている」という主観的なものです（[第1報](#)参照）。実態との乖離を生じさせないため、日本性科学会の定義（1994年）である「（挿入と伴わない性的コンタクトも含む）性的接触が1か月以上ないカップル」には沿っておりません。

【男性・年代別】夫婦のセックスレスを解消したいと思うか？

※対象者：レス当事者の既婚男性 320人：20～59歳



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社)

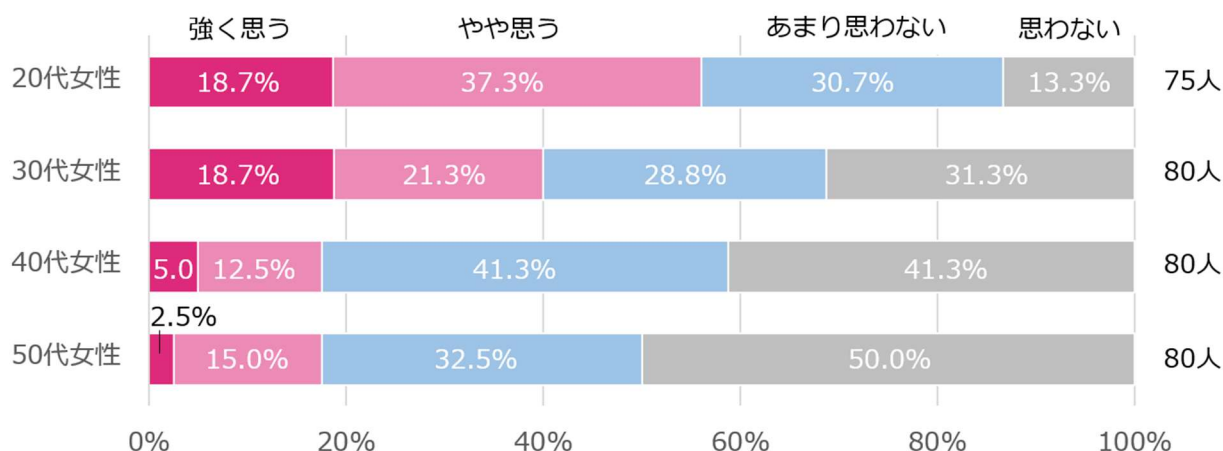
2023年7月に行った「[婚外恋愛に関する実態調査 \(第1報\)](#)」では、40代男性の婚外恋愛(※2)の経験率が4割近くに上るなど、顕著に高くなっていました。「妻とのレスを解消したい」と思う割合が40代男性で大きく減るのに関連があるかもしれません。婚外恋愛だけでなく、パパ活等に積極的なのも40代の男性です。

※2 婚外恋愛とは、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。

続いて女性をみていきます。

【女性・年代別】夫婦のセックスレスを解消したいと思うか？

※対象者：レス当事者の既婚女性 315人：20～59歳



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社)

女性で「夫とのレスを解消したい」と思う割合が5割を超えるのは20代のみです（56.0%）。その後、30代で大きく減り、40代以降はさらに激減して17.5%までになります。

第4報の結果どおり、「妊娠・出産」が夫婦間セックスレスの大きなきっかけになっていますから、育児に追われて疲れ果ててセックスどころではなくなりつつも「解消したほうがよい」と考えているのが20代、次いで30代であり、その後はレス期間が長くなるにつれて性欲も減退し、40代になると「解消したいと思わなくなる」という流れが想像できます。

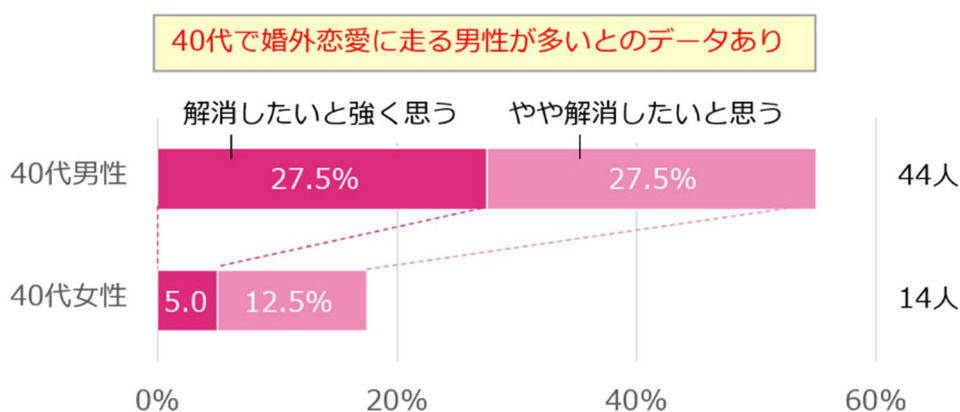
一方、「[婚外恋愛に関する実態調査（第1報）](#)」で最も婚外恋愛に最も積極的な年代は30代です（経験割合18.8%、20代は未調査）。女性の婚外恋愛の動機は「心の繋がり」「精神的な満足」が大部分を占めるため（[同調査 第4報](#)）、夫に恋愛感情がなくなるのも大きな要因かもしれません。

■夫婦間セックスレスの「40代問題」

先ほどから「40代」という言葉が何度も出てきました。20代・30代における夫側・妻側のセックスレスに対する意識は40代で急激に変化し、解決が難しくなるほど齟齬が大きくなるのです。

【再掲】夫婦レスを解消したいと思う40代の男女差

※対象者：レス当事者の40代既婚男女160人



（「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデール株式会社」）

前出のデータの再掲ですが、40代のレス男性の55.0%が「妻とのレスを解消したい」とまだ思っているのに対して、レス女性側は17.5%しか思わなくなっています。やはりセックスレスも早めの解決が必要で、少なくとも30代のうちに夫婦間で向き合う必要があります。

男女別・年齢層別のデータを表1にまとめました。

表 1 配偶者とのセックスレスを解消したいと思う？（レス当事者の男女）

年代	性別	強く思う	やや思う	あまり思わない	思わない
全体	男性 (320人)	95人 (29.7%)	88人 (27.5%)	90人 (28.1%)	47人 (14.7%)
	女性 (315人)	35人 (11.1%)	67人 (21.3%)	105人 (33.3%)	108人 (34.3%)
20代	男性 (80人)	38人 (47.5%)	21人 (26.3%)	14人 (17.5%)	7人 (8.8%)
	女性 (75人)	14人 (18.7%)	28人 (37.3%)	23人 (30.7%)	10人 (13.3%)
30代	男性 (80人)	31人 (38.8%)	29人 (36.3%)	16人 (20.0%)	4人 (5.0%)
	女性 (80人)	15人 (18.8%)	17人 (21.3%)	23人 (28.8%)	25人 (31.3%)
40代	男性 (80人)	22人 (27.5%)	22人 (27.5%)	25人 (31.3%)	11人 (13.8%)
	女性 (80人)	4人 (5.0%)	10人 (12.5%)	33人 (41.3%)	33人 (41.3%)
50代	男性 (80人)	4人 (5.0%)	16人 (20.0%)	35人 (43.8%)	25人 (31.3%)
	女性 (80人)	2人 (2.5%)	12人 (15.0%)	26人 (32.5%)	40人 (50.0%)

2 夫婦間セックスレスを解消したいと思う理由

調査対象のレス当事者 635 人のうち、男性の 57.2%、女性の 32.4%が「夫婦間レスを解消したい」と思っていることが判明しました。では、これらの人々はなぜ解消したいと思っているのか、その理由を尋ねてみました。

すると、理由については男女間で大きな違いはなく、

「夫婦の絆を深めたいから」（男性：56.8%、女性 48.0%）

「夫婦はセックスするのが自然だから」（男性：42.6%、女性：31.4%）

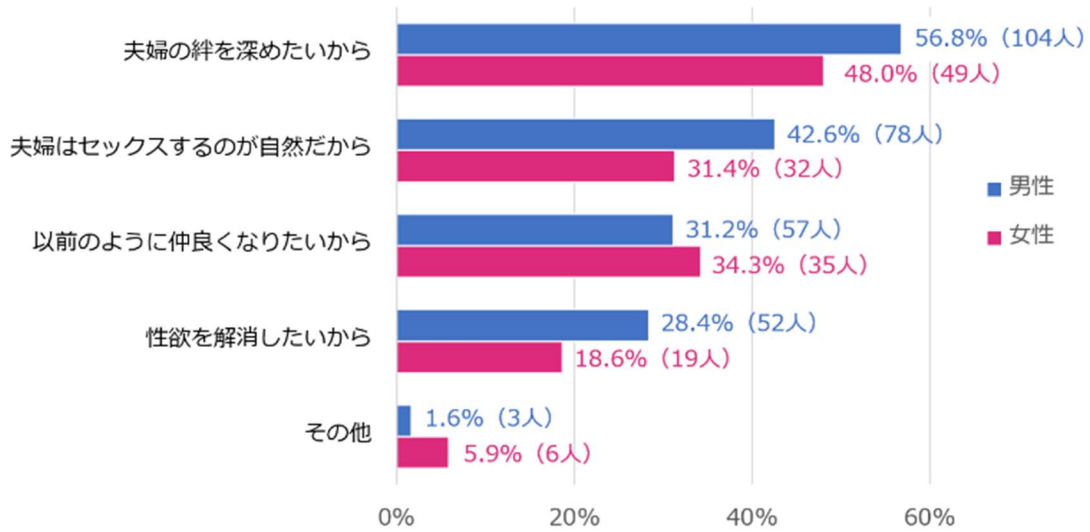
「以前のように仲良くなりたいたいから」（男性：31.2%、女性：34.3%）

などが主要な理由でした。

ただし、「性欲を解消したいから」という理由については男女で多少の齟齬がみられます。

なぜセックスレスを解消したいと思うか【複数回答】

※対象者：レスを解消したいと回答した既婚男性183人・既婚女性 102人：20～59歳

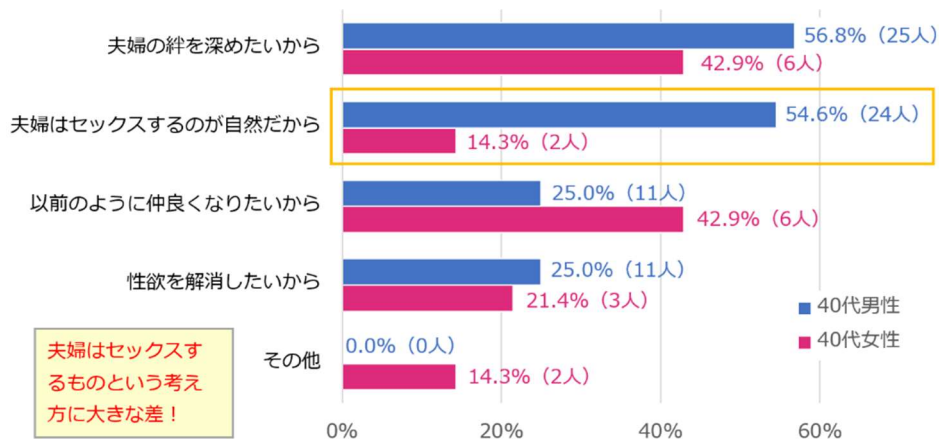


(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデール株式会社)

年代別にみても大きな違いはありませんでしたが、また40代に大きな男女間の意識の相違がありました。全体でも多少の違いがみられた「夫婦はセックスするのが自然だから」という理由についてです。

【40代限定】なぜセックスレスを解消したいと思うか【複数回答】

※対象者：レスを解消したいと回答した40代既婚男性44人・40代既婚女性 14人



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデール株式会社)

驚くべきことに40代では男女で40ポイントもの差がついています。

男性は半数以上が「夫婦はセックスするのが自然」と考えているのに対し、女性は14%しか同じ回答していません。男性が「夫婦なんだからセックスすべき」と思っているのに女性はそう思っていない現状を示しています。男性が不満を募らせる状況もあるでしょう。やはり、30代までがレス解消のターニングポイントに

なりそうです。

「以前のように仲良くなりたいから」にも大きな男女差が見られる点も、男女間の認識の相違や夫婦関係の冷却化が想像されます。

男女別・年齢層別のデータを表2にまとめました。

表2 なぜセックスレスを解消したいと思うか？（解消したいと答えたレス男女、複数回答）

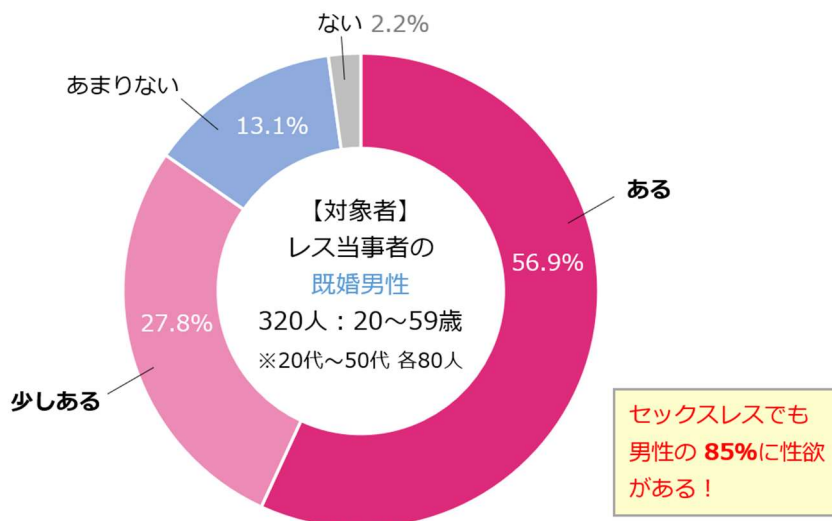
年代	性別	夫婦の絆を深めた いから	夫婦はセックスする のが自然だから	以前のように仲良 くなりたから	性欲を解消した いから	その他
全体	男性 (183人)	104人 (56.8%)	78人 (42.6%)	57人 (31.2%)	52人 (28.4%)	3人 (1.6%)
	女性 (102人)	49人 (48.0%)	32人 (31.4%)	35人 (34.3%)	19人 (18.6%)	6人 (5.9%)
20代	男性 (59人)	34人 (57.6%)	27人 (45.8%)	21人 (35.6%)	20人 (33.9%)	2人 (3.4%)
	女性 (42人)	21人 (50.0%)	15人 (35.7%)	14人 (33.3%)	7人 (16.7%)	3人 (7.1%)
30代	男性 (60人)	38人 (63.3%)	22人 (36.7%)	18人 (30.0%)	15人 (25.0%)	1人 (1.7%)
	女性 (32人)	15人 (46.9%)	12人 (37.5%)	12人 (37.5%)	7人 (21.9%)	0人 (0%)
40代	男性 (44人)	25人 (56.8%)	24人 (54.6%)	11人 (25.0%)	11人 (25.0%)	0人 (0%)
	女性 (14人)	6人 (42.9%)	2人 (14.3%)	6人 (42.9%)	3人 (21.4%)	2人 (14.3%)
50代	男性 (20人)	7人 (35.0%)	5人 (25.0%)	7人 (35.0%)	6人 (30.0%)	0人 (0%)
	女性 (14人)	7人 (50.0%)	3人 (21.4%)	3人 (21.4%)	2人 (14.3%)	1人 (7.1%)

3 スレ当事者に性欲はあるか？

第3報で夫婦のセックスレスは長期にわたることが判明しています。1年以上セックスなしが64.1%、5年以上が37.0%にも上るのです。そこで疑問に思うのはセックスレス当事者の性欲です。

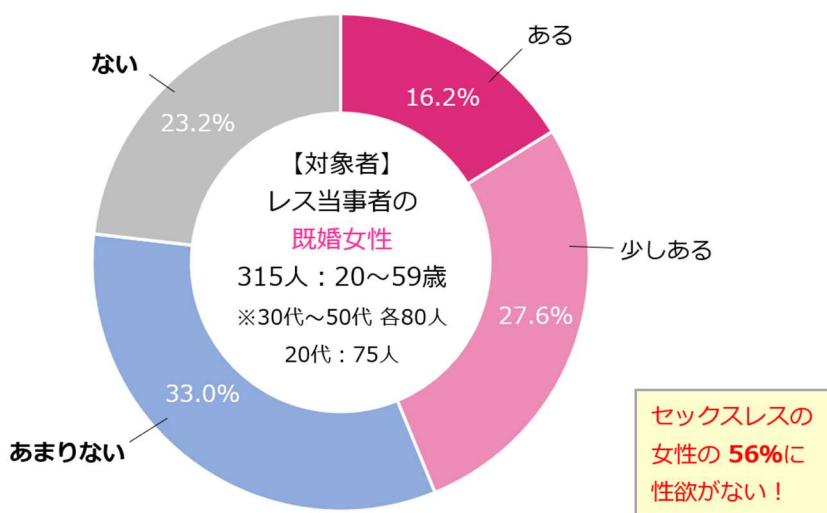
果たして、セックスレス当事者はどの程度、性欲を感じているのでしょうか。男女それぞれに尋ねてみました。

【レス男性】性欲はありますか？



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社)

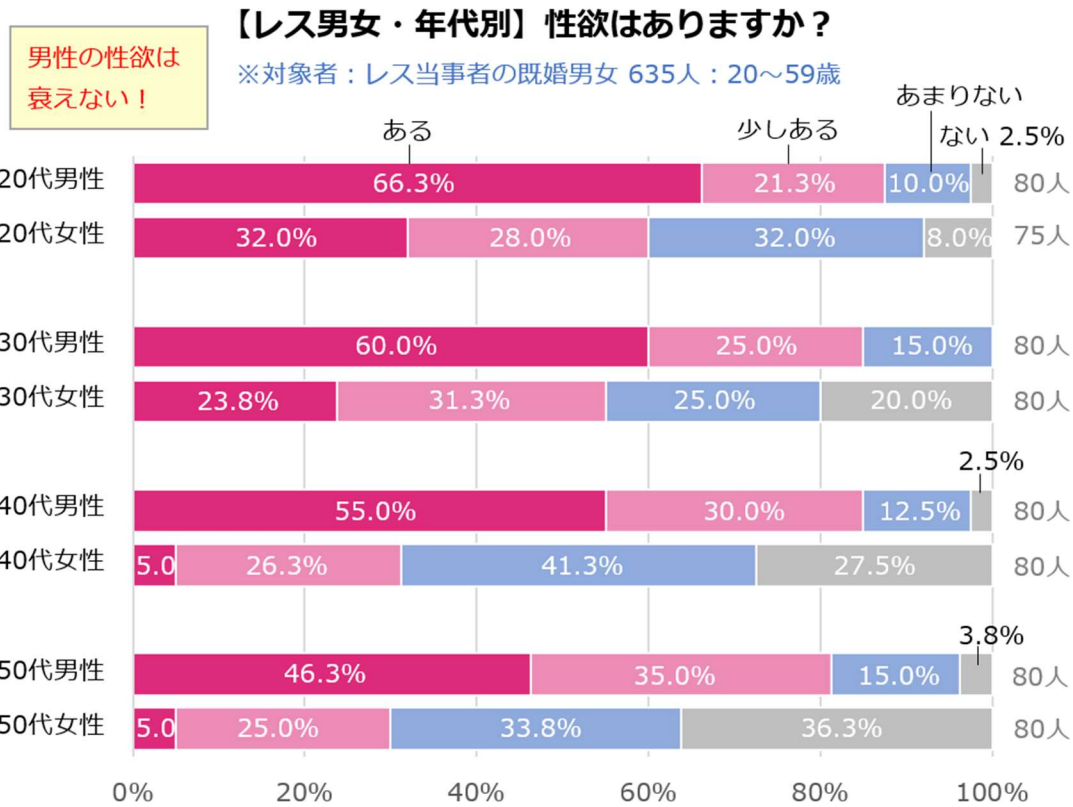
【レス女性】性欲はありますか？



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社)

男女で明らかな差がみられました。[第4報](#)の通り「セックスレスの最大の原因は女性の性欲減退」になりますが、この結果でも裏付けられました。男性の約 85%は「性欲がある」と回答しているのに対し、女性は約 44%にとどまります。濃いピンク色の部分を比較すれば、**男女の熱量の違いも明らか**でしょう。

男性は50代を含むにもかかわらず約85%が「ある」「少しある」と回答し、しかも約57%が明快に「ある」と回答とするのは少々驚きです。男性の性欲は強いことがうかがえますが、どう解消しているのか気になるところです。しかし性欲の解消に進む前に、性欲の有無の回答結果について男女別・年代別に比較してみましょう。



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデートル株式会社)

驚くべきことに、男性は20代も50代も「性欲あり」の割合がほとんど変わりません(20代:87.6%→50代:81.3%)。また、濃いピンクの部分の割合にも大きな差はなく驚かされます。男性というイキモノの性欲の強さがかがいがい知れるでしょう。

一方、女性は40代を超えると大きく性欲が一気に減退し、40代・50代にほぼ変化がないことも特徴の一つです。このような男女間の相違をみると、性欲に関する限り「夫婦がセックスレスになるのは当然の結果」といえるかもしれません。

では、「性欲がある」と答えた回答者は、性欲をどのように解消しているのでしょうか。特に男性がその有り余る性欲をどのように解消しているかが気になります。次の項目で見ていきましょう。

「性欲の有無」についての男女別・年齢層別のデータを表3にまとめました。

表3 性欲はある？（レス当事者の男女）

年代	性別	ある	少しある	あまりない	ない
全体	男性 (320人)	182人 (56.9%)	89人 (27.8%)	42人 (13.1%)	7人 (2.2%)
	女性 (315人)	51人 (16.2%)	87人 (27.6%)	104人 (33.0%)	73人 (23.2%)
20代	男性 (80人)	53人 (66.3%)	17人 (21.3%)	8人 (10.0%)	2人 (2.5%)
	女性 (75人)	24人 (32.0%)	21人 (28.0%)	24人 (32.0%)	6人 (8.0%)
30代	男性 (80人)	48人 (60.0%)	20人 (25.0%)	12人 (15.0%)	0人 (0%)
	女性 (80人)	19人 (23.8%)	25人 (31.3%)	20人 (25.0%)	16人 (20.0%)
40代	男性 (80人)	44人 (55.0%)	24人 (30.0%)	10人 (12.5%)	2人 (2.5%)
	女性 (80人)	4人 (5.0%)	21人 (26.3%)	33人 (41.3%)	22人 (27.5%)
50代	男性 (80人)	37人 (46.3%)	28人 (35.0%)	12人 (15.0%)	3人 (3.8%)
	女性 (80人)	4人 (5%)	20人 (25.0%)	27人 (33.8%)	29人 (36.3%)

4 スレ当事者は性欲をどのように解消している？

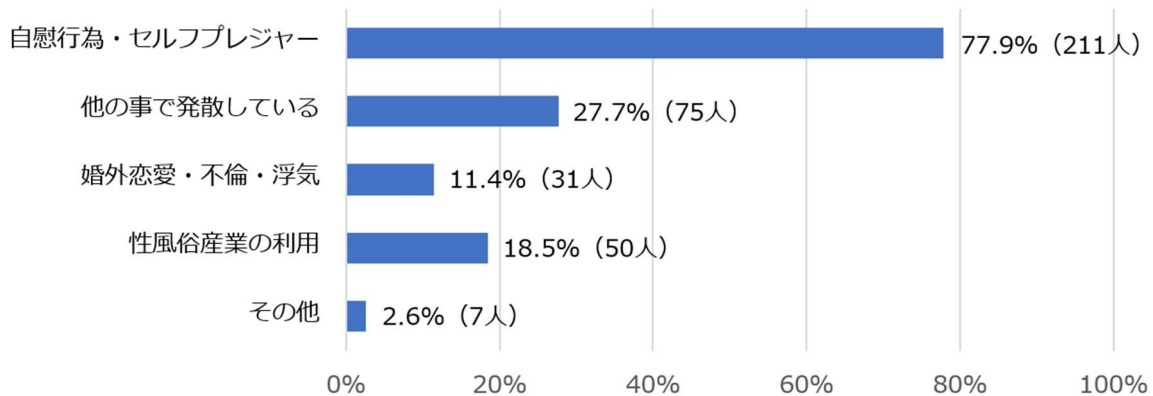
レス男性の約85%、レス女性の約44%に「性欲がある」ことが判明しました。では、彼ら彼女らはその性欲をどのように解消しているのでしょうか。

過去にアダルトグッズメーカーやグラビア雑誌などがユーザーや読者などを対象に行ったアンケートがあります。しかしこれらは対象の属性がきわめて限られた調査ばかりです。今回のようにいわゆる一般の既婚者を対象に行った調査で、**セックスレス当事者に性欲の解消方法を尋ねるのは、たぶん初めてのことだ**と思われる。

結果は次のようになりました。まずは男性から――。

【レス男性】性欲をどう解消している？【複数回答】

※対象者：性欲ありと回答したレスの既婚男性 271人：20～59歳



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデール株式会社)

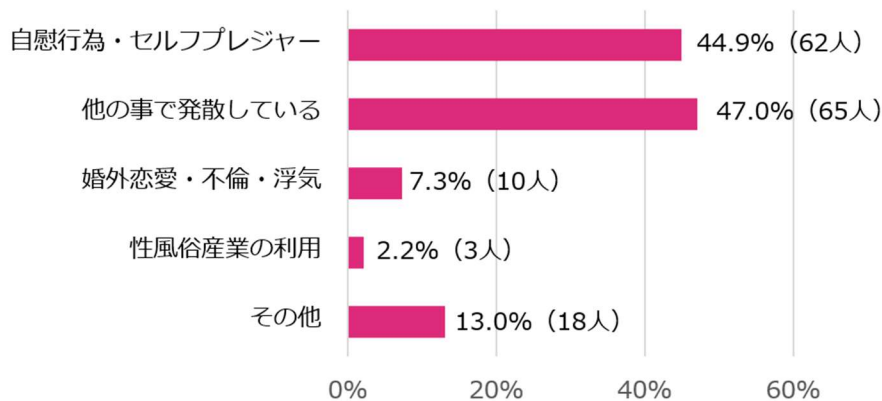
レス男性の性欲解消法は、**自慰行為・セルフプレジャーが約8割**で最多という、驚きの結果になりました。婚外恋愛・不倫・浮気や性風俗産業という回答はもう少し高い結果を予想していましたが、セックスレス当事者の男性は「家の外」での活動も少ないようです。

なお、セルフプレジャーとは「自分を愉しませる行為」といい、自慰やマスターベーション・オナニーなどと同じ意味です。主に女性の自慰を表す言葉として、近年よく使われています。

「[婚外恋愛に関する実態調査 \(第7報\)](#)」によると、**婚外恋愛の経験者に夫婦間のセックスレスは少なく**、配偶者とそれなりの頻度でセックスしている様子が見て取れました。そのことから、セックスレス当事者の男性は異性を求める活動が不活発な傾向にある、逆にいえば**異性関係が不活発な男性がセックスレスになりやすい**といえるかもしれません。続いて女性はどうかと――。

【レス女性】性欲をどう解消している？【複数回答】

※対象者：性欲ありと回答したレスの既婚女性 138人：20～59歳



(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデール株式会社)

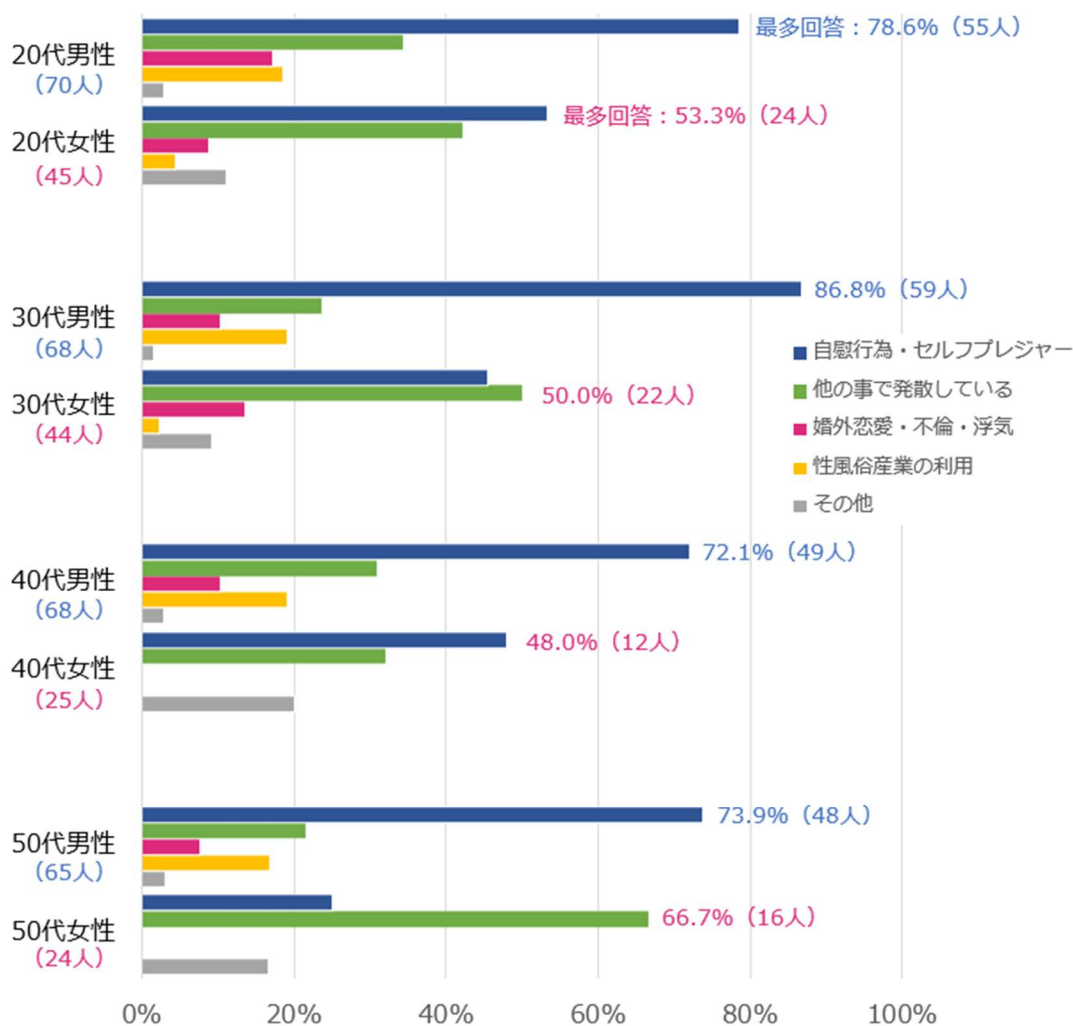
女性の場合、自慰行為・セルフプレジャーは4割強で、予想よりもやや多い結果でした。女性のセルフプレジャー・ブームが反映されているかもしれませんが。ただし男性に比べればまだ割合は少なく、「他の事で発散している」との回答が5割弱で最多の結果です。運動や仕事、趣味、あるいは推し活動などで代償しているということでしょうか。

同じく「[婚外恋愛に関する実態調査\(第7報\)](#)」によると、既婚女性のうち婚外恋愛経験者の割合は16.1%です。レス男性と同様にレス女性も、既婚者全体と比較して婚外恋愛・不倫・浮気に進む割合は少ない傾向が見て取れます。もともと男女関係や性に消極的なタイプの女性が多いのかもしれませんが。レスによって女性としての自信や意識を失ってしまっているという理由も考えられます。

続いて、年齢層別にみてみましょう。

【レス男女・年代別】 性欲をどう解消？ [複数回答]

※対象者：性欲ありと回答したレスの既婚男性271・既婚女性：138人：20～59歳



年代別の各項目の詳しい結果は表を参照ください。

(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデータ株式会社)

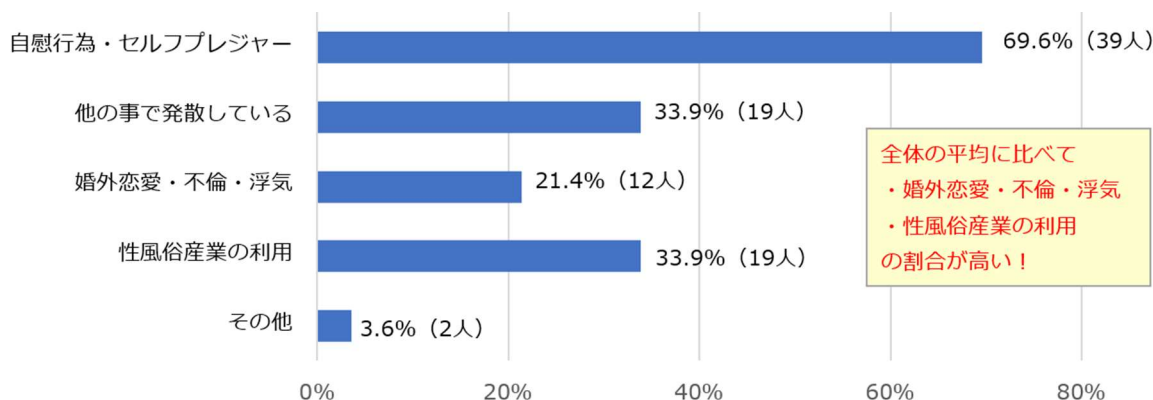
レス男性は50代になっても7割以上が自慰行為・セルフプレジャーで性欲を発散しているとの結果になりました。先ほどの「性欲あり」の割合と同様、20代と50代に大きな差がなく、こちらも少々驚きの結果です。男性は年齢にかかわらず性欲があり、自慰行為・セルフプレジャーが最大の解消法になっている実態が判明しました。

一方、女性は「自慰行為・セルフプレジャー」が5割を超えるのは20代女性のみで、30代と50代は「他の事で発散」が最多の回答になります。興味深いのは40代でもう一度、「自慰行為・セルフプレジャー」が最多の回答になるところでしょう。また、30代で婚外恋愛・不倫・浮気がやや上昇する点も注目されます。

続いて、世帯年収1000万円以上のレス男性の回答結果をピックアップしてみました。

年収1000万円以上のレス男性は性欲をどう発散している？ [複数回答]

※対象者：性欲ありと回答した世帯年収1000万円以上の既婚レス男性56人：20～59歳



年収1000～1500万円：36人、年収1500～2000万円：10人、年収2000万円以上：10人

(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンデータ株式会社)

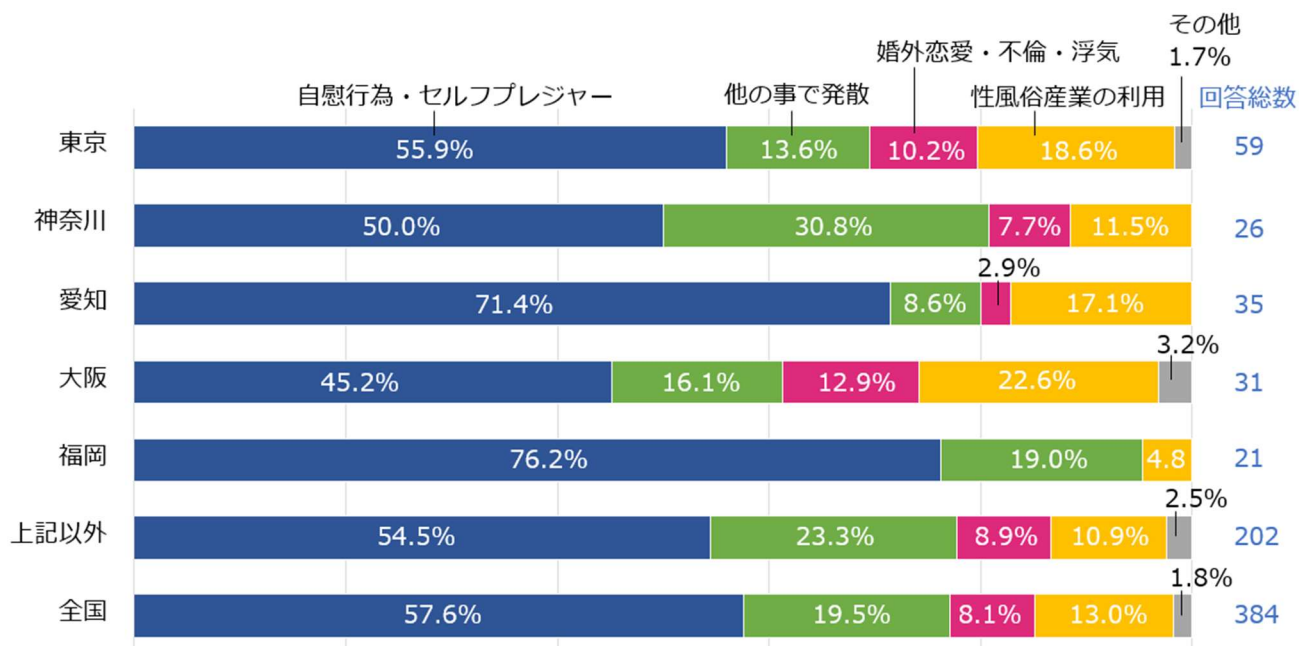
予想通りの結果ではありますが、世帯年収1000万円以上のレス男性では「婚外恋愛・不倫・浮気」「性風俗産業の利用」の割合がレス男性全体の結果よりもずっと高い結果となりました。レス男性の性欲の発散についても収入による格差が大きいようです。

最後に、都道府県による違いも分析してみました。東京都、神奈川県、愛知県、大阪府、福岡県などの大都市圏とそれ以外の道府県では、レス男性の行動パターンが異なるという予想からです。

全体のサンプル数が少ないため、5都府県とそれ以外の道府県との比較としました。また、比較のために人数ではなく回答総数に対する割合という形にしました。他の「性欲の発散」のグラフと異なりますので、ご注意ください。

男性の性欲の発散方法に大都市圏とそれ以外で違いはある？【複数回答】

※対象者：性欲ありと回答したレスの既婚男性 271人：20～59歳



※比較のために回答者数ではなく回答総数に対する各回答の割合を示した。

(「夫婦のセックスレスに関する実態調査：当事者の既婚男女635人 ©レゾンドートル株式会社)

回答者数は、東京都 (47 人)、神奈川県 (24 人)、愛知県 (31 人)、大阪府 (29 人)、福岡県 (19 人)、それ以外 (170 人) です。選ばれた選択肢の総数 (回答総数) はグラフ右欄に示した数字になります。

サンプル数が少ないために参考までとなりますが、東京都と大阪府で「婚外恋愛・不倫・浮気」の割合がやや高いこと、そして特筆すべきは東京都・愛知県・大阪府で「性風俗産業の利用」が非常に高いことが分かります。『[婚外恋愛に関する実態調査 \(第 2 報\)](#)』で婚外恋愛の経験者割合が断トツに多かった福岡県 (45.2%) は、レス男性に限ってはゼロという結果になりました。2 極化が激しいのかもしれませんが。

「性欲の発散」に関する男女別・年齢層別のデータを表 4 にまとめました。

表 4 性欲をどのように解消しているか？ (性欲ありのレス男女、複数回答)

年代	性別	自慰行為・セルフプレジャー	他の事で発散	婚外恋愛・不倫・浮気	性風俗産業の利用	その他
全体	男性 (271 人)	211 人 (77.9%)	75 人 (27.7%)	31 人 (11.4%)	50 人 (18.5%)	7 人 (2.6%)
	女性 (138 人)	62 人 (44.9%)	65 人 (47.1%)	10 人 (7.3%)	3 人 (2.2%)	18 人 (13.0%)
20 代	男性	55 人	24 人	12 人	13 人	2 人

	(70人)	(78.6%)	(34.3%)	(17.1%)	(18.6%)	(2.9%)
	女性 (45人)	24人 (53.3%)	19人 (42.2%)	4人 (8.9%)	2人 (4.4%)	5人 (11.1%)
30代	男性 (68人)	59人 (86.8%)	16人 (23.5%)	7人 (10.3%)	13人 (19.1%)	1人 (1.5%)
	女性 (44人)	20人 (45.5%)	22人 (50.0%)	6人 (13.6%)	1人 (2.3%)	4人 (9.1%)
40代	男性 (68人)	49人 (72.1%)	21人 (30.9%)	7人 (10.3%)	13人 (19.1%)	2人 (2.9%)
	女性 (25人)	12人 (48.0%)	8人 (32.0%)	0人 (0%)	0人 (0%)	5人 (20.0%)
50代	男性 (65人)	48人 (73.9%)	14人 (21.5%)	5人 (7.7%)	11人 (16.9%)	2人 (3.1%)
	女性 (24人)	6人 (25.0%)	16人 (66.7%)	0人 (0%)	0人 (0%)	4人 (16.7%)

4 まとめ

今回はセックスレス調査の第5回目の報告です。既婚者全体を対象にした第1回・第2回と異なり、第3回と同様、対象を「レス当事者」に限定したものになります。今回は「当事者が夫婦のセックスレスを解消したいと思っているか」という心理に加え、なかなか脚光を浴びないレス当事者の性欲について深掘りしました。

その結果、浮かび上がったのは、「**レス男性の性欲の行き場がない**」という実態でした。**レス男性の多くは「妻とのセックスレスを解消したい」と思っており、50代になっても20代と変わらず8割以上の男性が「性欲がある」と回答しています。**しかしレス女性は「夫とのセックスレスと解消したい」とはあまり思っておらず、大きな齟齬が生じていました。

しかし、性風俗産業が隆盛し、近年は婚外恋愛や不倫行為も活発化しているにもかかわらず、レス男性の多くは性風俗産業の利用や婚外恋愛・不倫・浮気などは行わず、自慰行為・セルフプレジャーを主要な発散方法としていることが判明したのです。こちらは少々意外な結果でした。**レス男性の多くは、性的欲求不満を抱えたまま人生を過ごしているという実態**のようです。

これが夫婦関係にどのような影響を及ぼすのか、次の第6報でご紹介します。

- ⇒ 「夫婦間のセックスレスに関する実態調査」第1回の報告（既婚者の7割がレス傾向）は[こちら](#)。
- ⇒ 「夫婦間のセックスレスに関する実態調査」第2回の報告（新婚の5割がレスほか）は[こちら](#)。
- ⇒ 「夫婦間のセックスレスに関する実態調査」第3回の報告（長期レスの当事者が多い）は[こちら](#)。
- ⇒ 「夫婦間のセックスレスに関する実態調査」第4回の報告（レスの原因ときっかけ）は[こちら](#)。

◎調査の目的

私どもレゾンデートル株式会社（東京都新宿区）は、「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を行うシステム開発です。現代の夫婦関係のあり方や多様性を把握し、今後のサービス開発に向けた市場動向を探るため、今回の調査を企画しました。

◎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