

2024・2023 年調査

妻・夫と最後にしたのはいつ？どちらが拒否？

——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3報

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、[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）**にあると報告しました。

今回の第3報では、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、「配偶者と最後にセックスしたのはいつか？」「夫・妻のどちら側が拒否しているのか？」を尋ねた結果を報告します。

分析すると、多くのセックスレス夫婦で、**レス期間が長期にわたること**、**30代がターニングポイントになること**、**妻側の拒否が多数に上ること**などが判明しました。年代別・テーマ別など様々な視点から詳細に分析していますから、どうぞ最後までご覧ください。

<結果のポイント>

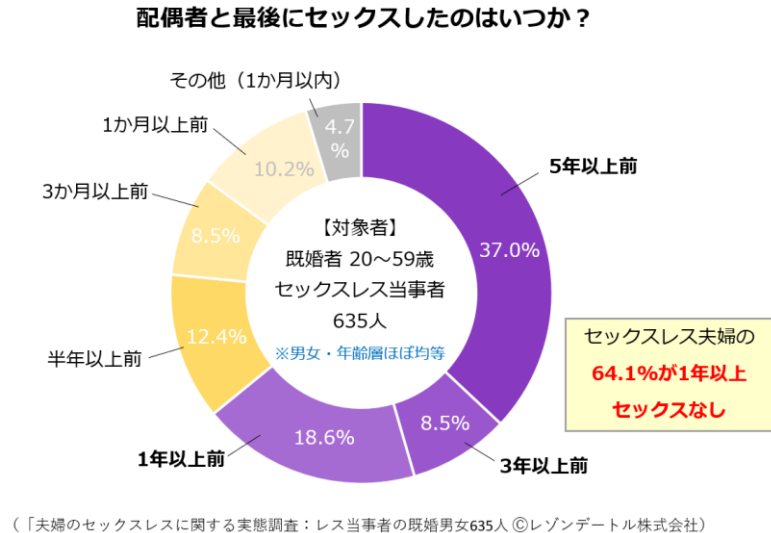
- レス夫婦の64.1%が「1年以上セックスなし」、「5年以上なし」は37.0%
- 30代→40代で「5年以上なし」が急拡大
- 「妻が拒否」の割合は高いが、最も多い回答は「どちらでもない」
- 女性は年齢層に関わらず約3割が夫とのセックスを拒否

<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3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：2023年12月27日

1 レス当事者が最後に夫・妻とセックスしたのはいつ？

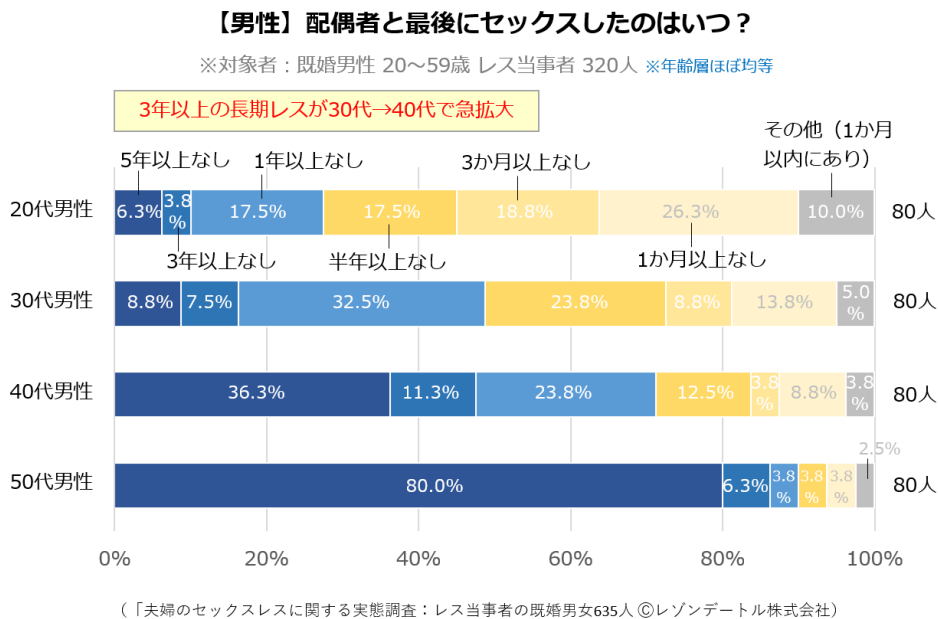
第2報では結婚3年未満ですでに51.8%がセックスレス傾向（完全レス+ややレス）という衝撃的な結果を紹介しました。今回の第3報以降は「完全レス」の人に限定した調査の結果になります。「完全レス」の人は、いつから夫・妻とセックスしていないのでしょうか？ 尋ねたところ、次の結果となりました。



「完全レス」の人の64.1%が配偶者と1年以上セックスしておらず、うち37.0%は5年以上していないことが分かりました。長期間のレス(長期レス)が大半を占めるという結果です。

■男性・年齢層別：いつからレスか

男性の結果を年代別にみてみましょう。すると、年齢層により大きな違いがあることが分かりました。

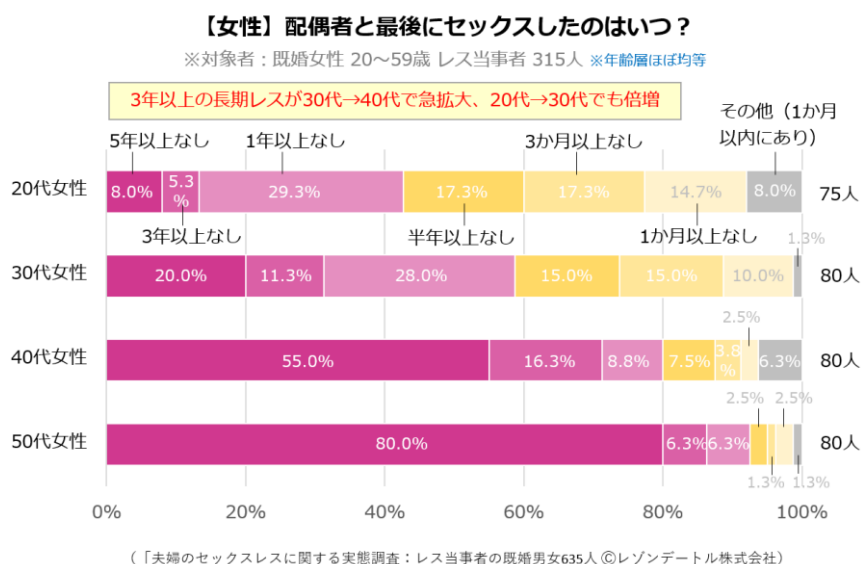


20代→30代→40代→50代と年齢層が上がるにつれて1年以上の長期レスの割合（青帯全体）が27.6%→48.8%→71.4%→90.1%と、約20%ずつ上昇していくのは興味深いところです。半年以上なし～その他の層が20%ずつ長期レスに加わっていくというイメージになるでしょうか。

また、長期レスの内訳も各年齢層で大きく異なるのが興味深いところです。特に30代→40代での「5年以上なし」の割合の急拡大が注目でしょう（後述）。また、40代→50代の「5年以上なし」の倍増も注目されます。50代男性のレスのほとんどは固定した長期レスと言えそうです。

■女性・年齢層別：いつからレスか

次に、女性の結果を年代別にみてみましょう。



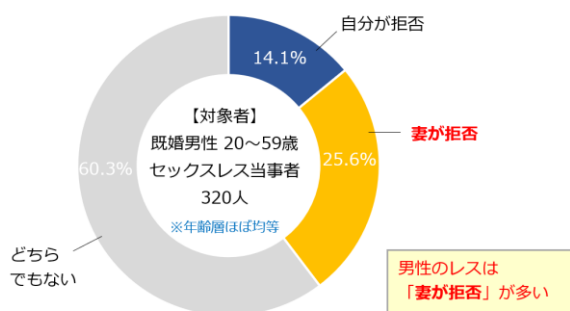
20代→30代→40代→50代と年齢層が上がるにつれて1年以上の長期レスの割合（ピンク帯全体）が42.6%→59.3%→80.1%→92.6%と、男性と同様に漸増していきます。20代～40代は男性よりも長期レスの割合が10%高くなっているのが興味深いところです。

各年齢層における長期レスの内訳も男性と似た傾向を示します。男性同様に30代→40代での「5年以上なし」の割合の急拡大が特に注目です（後述）。特に女性の場合は40代で5割以上が「5年以上なし」となっていて、すでに40代からレス当事者の半数以上が固定した長期レス状態にあると言えそうです。

2 夫と妻のどちらが拒否しているのか

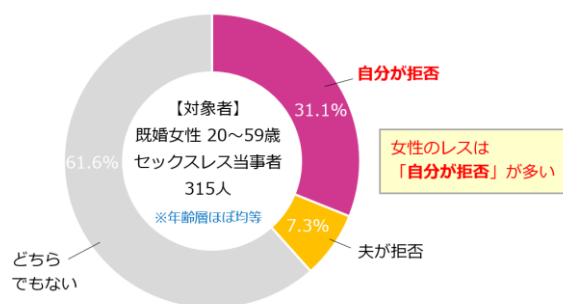
夫婦間のセックスレスのイメージは「一方はしたいと思っているが片方が応じない」というものでしょう。家事や育児などで疲れた妻が夫の求めに応じないイメージがありますが、実際はどうでしょうか。男性・女性別に「どちらが拒否しているのか」を聞いてみました。すると意外な結果が…。

【男性】どちらがセックスを拒否している？



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

【女性】どちらがセックスを拒否している？



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

男性側・女性側ともに「夫よりも妻が拒否している」という認識で、そこは予想通りでした。しかし予想と大きく異なり、最も多い回答は「どちらでもない」だったのです。男女ともに60%以上を占めています。

つまり、どちらかが明確に拒否をした訳ではなく自然にセックスレスになっているという状態が大半のようです。性に対して淡泊になっている（草食化傾向）、代替手段が多くある（婚外パートナー・アダルトコンテンツ・性産業）、性について夫婦で話し合える関係にない（関係性の浅薄化、繊細性、衝突を避ける傾向など）などの理由が考えられますが、今後の調査課題になります。

3 まとめ

今回の調査は、対象を「レス当事者」に限定したものになります。レス当事者の多くが1年以上レスの続く「長期レス」であること、レスは夫・妻のどちらかが拒否するよりも「何となく自然に発生している」ことが分かりました。次回はいよいよ「セックスレスの原因」を深掘りします。

◎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、報道関係の皆様への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