

20～40代男女の約半数(46.3%)が「セックスレス」
きっかけは「性欲の低下」が最も多く全体の3割強
男女別では男性2割強に対し、女性は5割弱が性欲低下を実感
セックス時使用したED治療薬、3割強が医療機関以外で入手

ED治療専門病院の浜松町第一クリニック（東京都港区）(<http://www.hamai-cl.jp/>)は、2013年9月19日～23日、関東在住の20～40代男女671人を対象に、「秋の夜長の性生活調査～セックスレス」（インターネット調査）を実施しました。

この調査によると、男女全体の約半数（46.3%）が、自身の性生活について「セックスレス」だと認識していることが分かりました。また、特定のパートナーとのセックス頻度については、「月2～3回以下」と回答する人が最も多く、全体の30.9%。また「以前はしていたが現在はしていない」という回答が、全体の2割以上を占めています（22.1%）。一方、「ほぼ毎日」という絶倫派は、男性では全体の2.8%、女性では0.7%に過ぎず、最高値は男性30歳代の5.1%でした。

そして、「セックスレスになったきっかけ」として最も多かったのが「性欲がなくなった」（33.8%）という回答。しかし、この回答を男女別に見ると「性欲がなくなった男性」は25.0%しかおらず、「女性」は42.1%にも及んでいます。加えて、女性を年代別にみると、30代が最も多く47.2%、40代が44.6%と、30～40代女性の性欲低下が著しいことが明らかになりました。

「現状よりセックスの頻度を増やしたいか」という質問に対しては、全体の約6割（59.8%）が増やしたいと回答していますが、男女を比較するとその差は大きく、「増やしたいと考える男性」が75.7%であるのに対し、「増やしたい女性」は47.4%と半数以下にとどまっています。「増やしたいと思わない理由」としては、「面倒だから」「疲れるから」という回答が多くみられました。中には、「子供がいるのでできない」という住環境が理由のものや、「夫が（セックスに）無関心」「配偶者に性的魅力を感じないから」と言ったものまで挙げられています。

なお、パートナーとのセックスへの感想では、男性は約半数（45.8%）が「気持ちいい」と表現し、女性の場合は約1/3強（35.4%）が「幸せ」と答えています。さらに、女性の21.9%が「セックスは面倒」と回答し、6.6%は「セックスは苦痛」とまでも感じています。

また、これまでのセックス時、「自分や相手が ED 治療薬を服用したことがあるか」の質問に対しては、全体の 5.7%が「使用した」と回答。3 薬剤のうち、バイアグラの使用率が最も高いことも分かりました。ただし、その ED 治療薬の購入先として、「医療機関の受診による入手」は全体の 7 割に満たない 66.7%という結果でした。続いて「インターネットで購入」が 16.7%、「友人・知人から入手」が 13.3%となっています。

【今回の調査結果に関する臨床医からの見解】

浜松町第一クリニック院長 竹越昭彦

日本性科学会では、「病気など、特別な事情がないにもかかわらず、1ヶ月以上性交渉がないカップル」をセックスレスと定義しています。この定義から今回の調査結果をみると、「ほぼ毎日（セックスをしている）」「週 2～3 回以下」「月 2～3 回以下」という回答の合計が 50.7%、「3ヶ月に 2～3 回以下」「半年に 2～3 回以下」「年に 2～3 回以下」「以前はしていたが現在は無い」「一度もない」という回答の合計が 47.7%で、20～40 代男女の約半数はセックスレス状態だということになります。



とはいえ、男女全体の約 6 割（59.8%）、男性に限れば全体の 75.7%が「セックスの頻度を増やしたい」と回答しており、当クリニックにも毎日、若い方から高齢の方まで、多くの方が来院されています。ストレス社会に生きていく上での精神衛生的な観点からも、男女共にもっと積極的に性生活を営まれてはいかがでしょうか。

竹越昭彦（たけこしあきひこ）： 1966 年生まれ。1991 年日本医科大学卒業、日本医科大学付属病院勤務。1993 年～2002 年東戸塚記念病院勤務を経て、2004 年 10 月浜松町第一クリニック開院。日本形成外科学会・日本美容外科学会・日本麻酔科学会会員。

【本件に関するお問い合わせ先】

浜松町第一クリニック 浜松町院

<http://www.hama1-cl.jp/>

担当： 滝本 博之 TEL： 03-5777-3729 FAX： 03-5777-3258

email：ig270086-9436@tbk.t-com.ne.jp

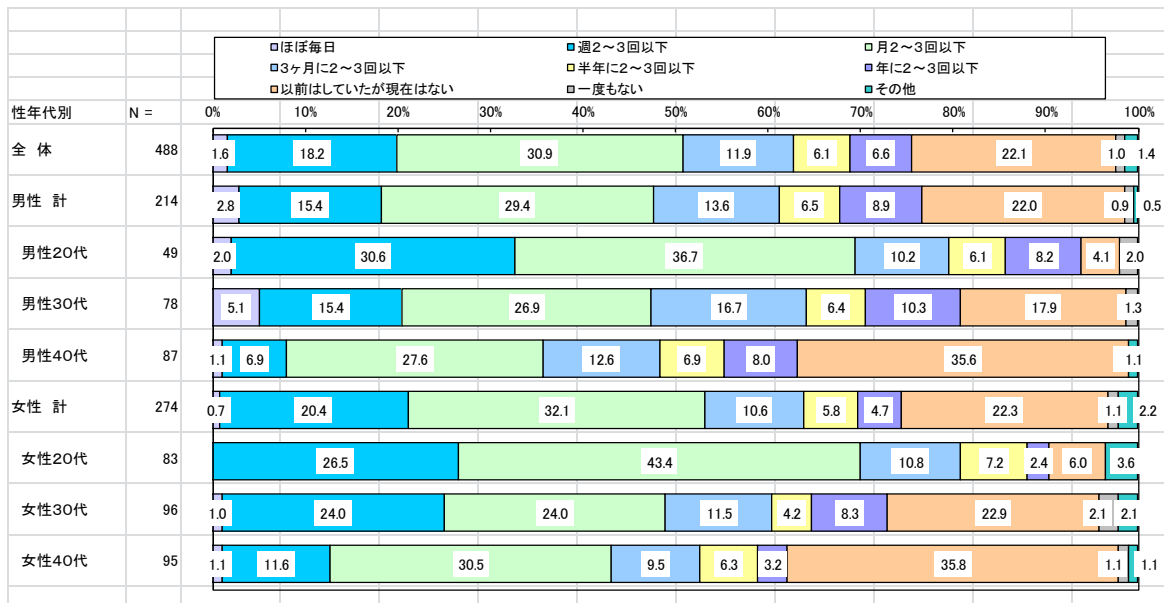
【調査概要】

調査対象：関東圏在住の20～40代男女 671人

調査方法：インターネット調査

調査期間：2013年9月19日(木)～23日(月)

■特定のパートナー（配偶者・恋人）とのセックス頻度を教えてください。

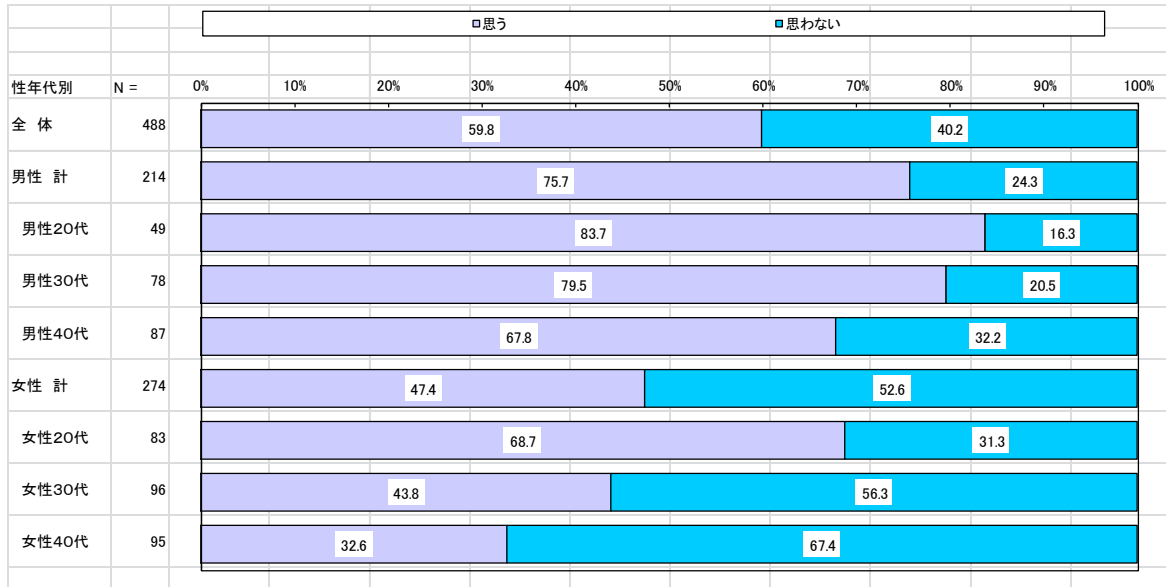


	該当数	ほぼ毎日	週2～3回以下	月2～3回以下	3ヶ月に2～3回以下	半年に2～3回以下	年に2～3回以下	以前はしていたが現在は	一度もない	その他	
全体	488	1.6	18.2	30.9	11.9	6.1	6.6	22.1	1.0	1.4	
性年代別	男性計	214	2.8	15.4	29.4	13.6	6.5	8.9	22.0	0.9	0.5
	男性20代	49	2.0	30.6	36.7	10.2	6.1	8.2	4.1	2.0	0.0
	男性30代	78	5.1	15.4	26.9	16.7	6.4	10.3	17.9	1.3	0.0
	男性40代	87	1.1	6.9	27.6	12.6	6.9	8.0	35.6	0.0	1.1
	女性計	274	0.7	20.4	32.1	10.6	5.8	4.7	22.3	1.1	2.2
	女性20代	83	0.0	26.5	43.4	10.8	7.2	2.4	6.0	0.0	3.6
	女性30代	96	1.0	24.0	24.0	11.5	4.2	8.3	22.9	2.1	2.1
	女性40代	95	1.1	11.6	30.5	9.5	6.3	3.2	35.8	1.1	1.1

●「以前はセックスをしていたが現在はしていない」という、全くセックス行為を行っていない人が、男女全体の2割以上（22.1%）。

●一方「ほぼ毎日」という絶倫派は、男性が全体の2.8%、女性は0.7%であった。

■現状よりパートナー（配偶者・恋人）とのセックスの頻度を増やしたいと思いますか。



		該当数	思う	思わない
全 体		488	59.8	40.2
性年代別	男性 計	214	75.7	24.3
	男性20代	49	83.7	16.3
	男性30代	78	79.5	20.5
	男性40代	87	67.8	32.2
	女性 計	274	47.4	52.6
	女性20代	83	68.7	31.3
	女性30代	96	43.8	56.3
	女性40代	95	32.6	67.4

●全体の約6割（59.8%）が「セックスの頻度を増やしたい」と考えている。

●男女別では、男性は全体の約3/4（75.7%）が増やしたいと思っている一方、女性は半数に満たない（47.4%）ことが分かった。

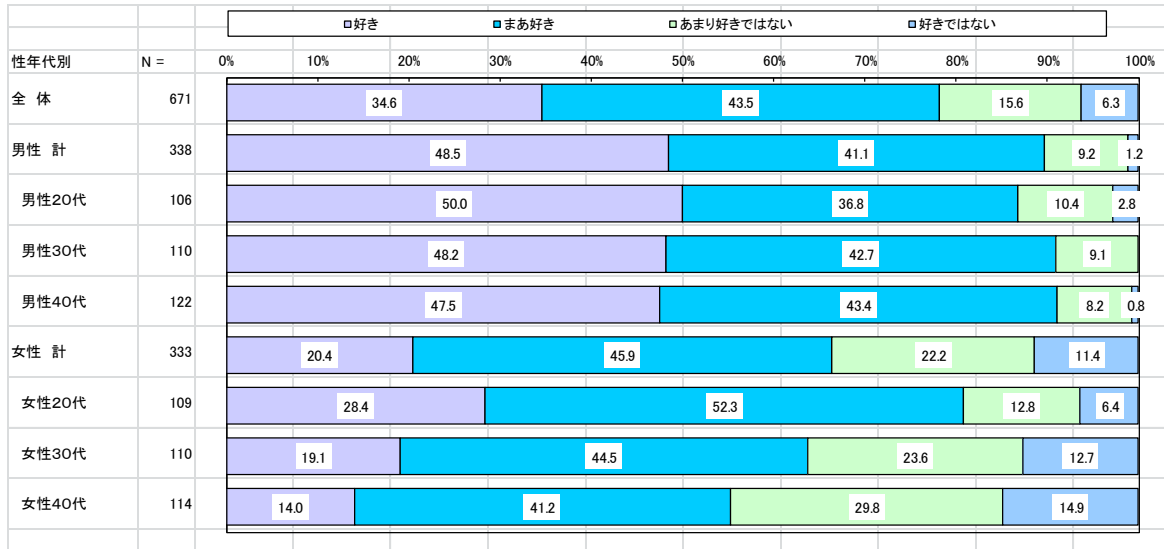
■現在、パートナー（配偶者・恋人）以外にセックスをする相手はいますか。

		該 当 数	浮 気 、 不 倫 相 手	セ ッ ク ス フ レ ン ド	風 俗	そ の 他	い な い
全 体		488	3.7	4.7	5.7	0.2	86.7
性 年 代 別	男性 計	214	3.7	8.9	13.1	0.5	76.2
	男性 20代	49	0.0	10.2	8.2	0.0	81.6
	男性 30代	78	3.8	11.5	12.8	0.0	76.9
	男性 40代	87	5.7	5.7	16.1	1.1	72.4
	女性 計	274	3.6	1.5	0.0	0.0	94.9
	女性 20代	83	1.2	3.6	0.0	0.0	95.2
	女性 30代	96	5.2	0.0	0.0	0.0	94.8
	女性 40代	95	4.2	1.1	0.0	0.0	94.7

●「浮気・不倫相手」や「セックスフレンド」といった、パートナー以外に特定のセックス対象者を持つ人は、男女全体の約1割（8.4%）。男性は12.6%、女性は5.1%。

●男性は全体的に「セックスフレンド」を持つ傾向にあり、女性の場合は「浮気・不倫相手」を持つ人が多い。

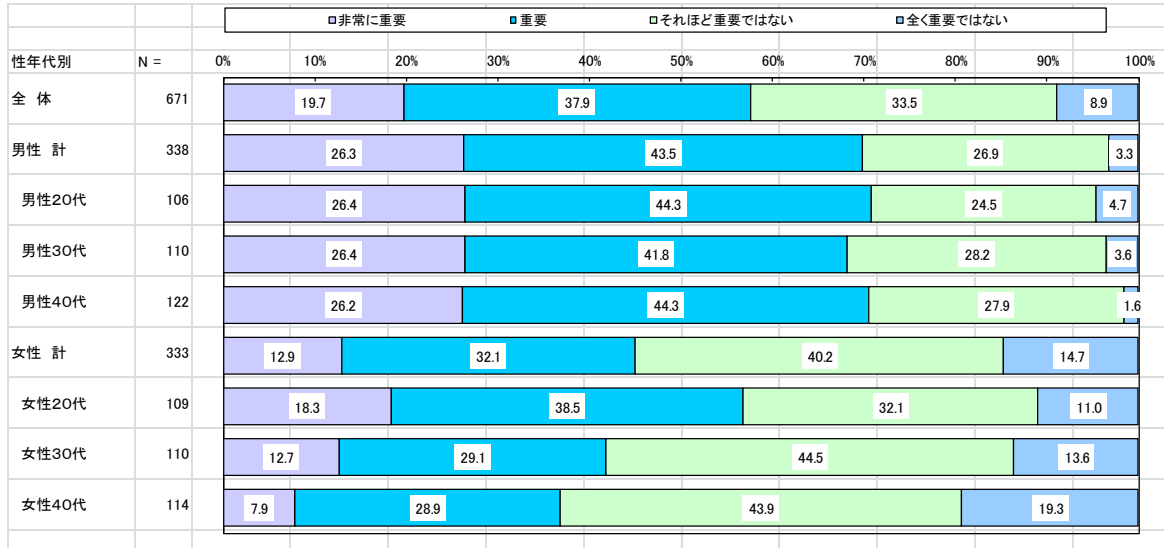
■あなたはセックスが好きですか。



		該当数	好き	まあ好き	あまり好きではない	好きではない	好き計	好きでない計
全 体		671	34.6	43.5	15.6	6.3	78.1	21.9
性年代別	男性 計	338	48.5	41.1	9.2	1.2	89.6	10.4
	男性20代	106	50.0	36.8	10.4	2.8	86.8	13.2
	男性30代	110	48.2	42.7	9.1	0.0	90.9	9.1
	男性40代	122	47.5	43.4	8.2	0.8	91.0	9.0
	女性 計	333	20.4	45.9	22.2	11.4	66.4	33.6
	女性20代	109	28.4	52.3	12.8	6.4	80.7	19.3
	女性30代	110	19.1	44.5	23.6	12.7	63.6	36.4
女性40代	114	14.0	41.2	29.8	14.9	55.3	44.7	

- 男女全体の2割以上(21.9%)の人が、「セックスは好きではない」と回答している。
- 男女比較では男性の10.4%、女性の33.6%が「好きではない」と回答しており、圧倒的に女性の方が多い。

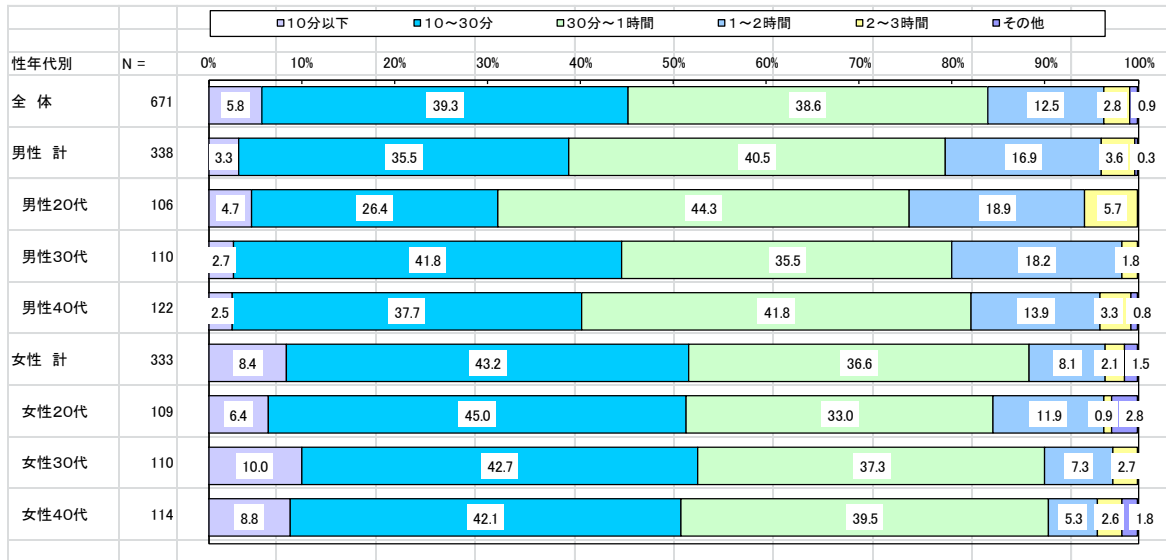
■ あなたの性生活におけるセックスの重要性を教えてください。



		該当数	非常に重要	重要	それほど重要ではない	全く重要ではない	重要計	重要でない計
全 体		671	19.7	37.9	33.5	8.9	57.5	42.5
性年代別	男性 計	338	26.3	43.5	26.9	3.3	69.8	30.2
	男性20代	106	26.4	44.3	24.5	4.7	70.8	29.2
	男性30代	110	26.4	41.8	28.2	3.6	68.2	31.8
	男性40代	122	26.2	44.3	27.9	1.6	70.5	29.5
	女性 計	333	12.9	32.1	40.2	14.7	45.0	55.0
	女性20代	109	18.3	38.5	32.1	11.0	56.9	43.1
	女性30代	110	12.7	29.1	44.5	13.6	41.8	58.2
女性40代	114	7.9	28.9	43.9	19.3	36.8	63.2	

- 全体の4割以上(42.4%)の人がセックスを重要視していない。
- 男女比較では、重要視していない男性は30.2%、同女性は54.9%と、女性の方が圧倒的に重要視度が低い。
- 男性の場合は年齢を重ねても、その重要視度はあまり変化しないが、女性の場合は年齢に比例して重要視度が低下していく傾向にある。

■ 1回のセックスに対し、現在どのくらい時間をかけていますか。



		該当数	10分以下	10~30分	30分~1時間	1~2時間	2~3時間	その他
全 体		671	5.8	39.3	38.6	12.5	2.8	0.9
性年代別	男性 計	338	3.3	35.5	40.5	16.9	3.6	0.3
	男性20代	106	4.7	26.4	44.3	18.9	5.7	0.0
	男性30代	110	2.7	41.8	35.5	18.2	1.8	0.0
	男性40代	122	2.5	37.7	41.8	13.9	3.3	0.8
	女性 計	333	8.4	43.2	36.6	8.1	2.1	1.5
	女性20代	109	6.4	45.0	33.0	11.9	0.9	2.8
	女性30代	110	10.0	42.7	37.3	7.3	2.7	0.0
	女性40代	114	8.8	42.1	39.5	5.3	2.6	1.8

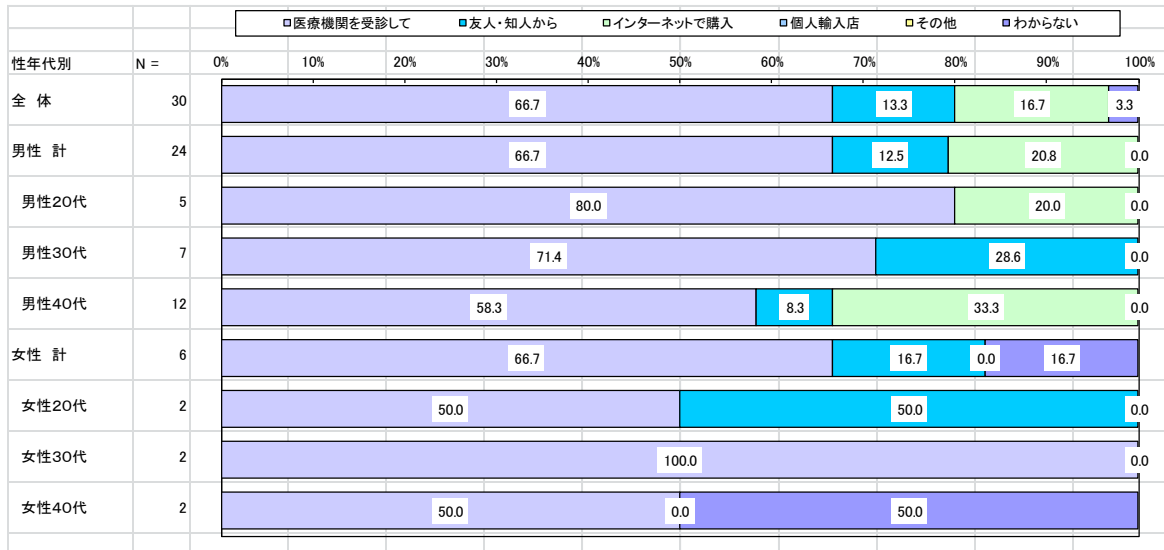
- 男女全体の約半数(45.1%)が、1回のセックスにかかる時間は「30分以内」と回答。
- 男性では3.3%が「10分以下」と答えているのに対し、女性は8.4%も同回答を出している。
- 一方、男性20代の5.7%が「2~3時間」と回答しているのに対し、女性の20代で「2~3時間」と回答しているのは0.9%に過ぎない。

■これまで、自分または相手が ED 治療薬（バイアグラ・レビトラ・シアリス）を服用し、セックスをしたことがありますか。

		該 当 数	バ イ ア グ ラ を 使 用 し た こ と が あ る	レ ビ ト ラ を 使 用 し た こ と が あ る	シ ア リ ス を 使 用 し た こ と が あ る	そ の 他 E D 薬 を 使 用 し た こ と が あ る	使 用 し た こ と が な い	相 手 が 使 用 し た か ど う か わ か ら な い
全 体		671	3.3	1.6	0.4	0.1	79.9	15.6
性 年 代 別	男性 計	338	5.3	3.0	0.9	0.0	81.4	11.5
	男性 20代	106	2.8	2.8	0.0	0.0	77.4	17.9
	男性 30代	110	5.5	1.8	1.8	0.0	79.1	14.5
	男性 40代	122	7.4	4.1	0.8	0.0	86.9	3.3
	女性 計	333	1.2	0.3	0.0	0.3	78.4	19.8
	女性 20代	109	1.8	0.0	0.0	0.0	67.9	30.3
	女性 30代	110	0.9	0.9	0.0	0.0	82.7	15.5
女性 40代	114	0.9	0.0	0.0	0.9	84.2	14.0	

- ED 治療薬の使用率は、全体の 5.7%。3 薬剤のうち、バイアグラの使用回答率が高い。
- 20 代男性の使用率は 5.6%、30 代 9.1%、12.3%と、年齢に沿って使用率は上がる。一方女性の場合は、相手の使用率に対する回答に年代層による変化はない。

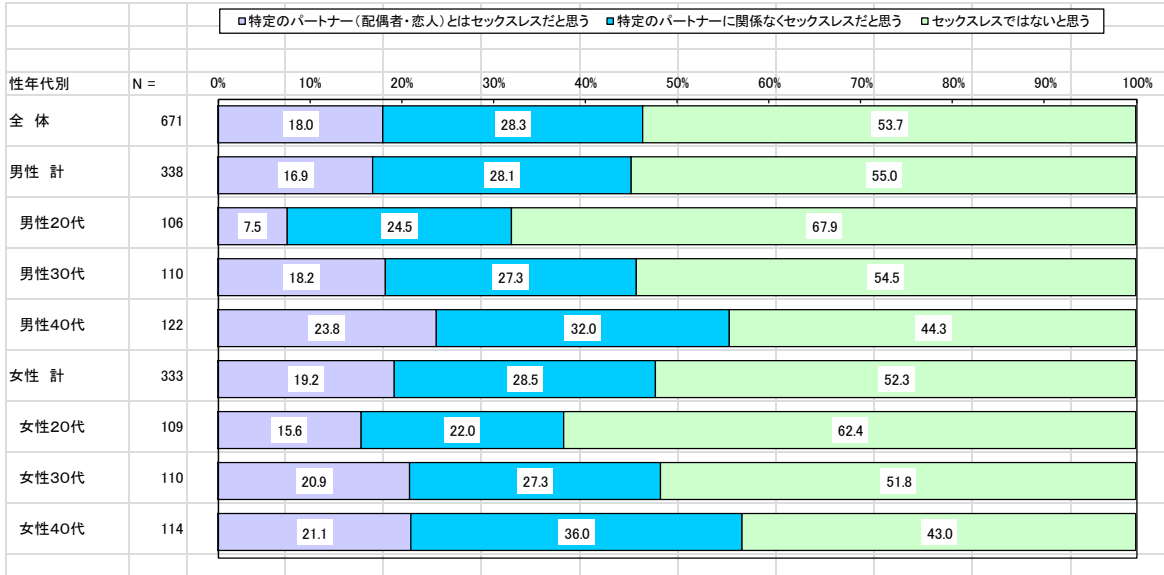
■ その ED 治療薬は、どこで入手したのですか。



		該 当 数	医 療 機 関 を 受 診 し て	友 人 ・ 知 人 か ら	イ ン タ ー ネ ッ ト で 購 入	個 人 輸 入 店	そ の 他	わ か ら な い
	全 体	30	66.7	13.3	16.7	0.0	0.0	3.3
性 年 代 別	男性 計	24	66.7	12.5	20.8	0.0	0.0	0.0
	男性 20代	5	80.0	0.0	20.0	0.0	0.0	0.0
	男性 30代	7	71.4	28.6	0.0	0.0	0.0	0.0
	男性 40代	12	58.3	8.3	33.3	0.0	0.0	0.0
	女性 計	6	66.7	16.7	0.0	0.0	0.0	16.7
	女性 20代	2	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性 30代	2	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	女性 40代	2	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0

- 「ED 治療薬を医療機関を受診して入手」した人は、全体の7割に満たない(66.7%)。
- 「友人・知人からの入手」は、全体の13.3%、「インターネットでの購入」は16.7%。

■あなたは現在のご自身の性生活について、「セックスレス」だと思いますか。



		該当数	特定のパートナー(配偶者・恋人)とはセックスレスだと思う	特定のパートナーに関係なくセックスレスだと思う	セックスレスではないと思う
全体		671	18.0	28.3	53.7
性年代別	男性計	338	16.9	28.1	55.0
	男性20代	106	7.5	24.5	67.9
	男性30代	110	18.2	27.3	54.5
	男性40代	122	23.8	32.0	44.3
	女性計	333	19.2	28.5	52.3
	女性20代	109	15.6	22.0	62.4
	女性30代	110	20.9	27.3	51.8
	女性40代	114	21.1	36.0	43.0

- 男女全体の約半数(46.3%)がセックスレスだと認識している。
- 男女共に年齢が高くなるにつれ、その認識率が高まる傾向にあり、40代男性で55.8%、40代女性の57.1%がセックスレスと思っている。
- 男女共に「特定のパートナーに対して」ではなく、パートナーの属性に関係なく自分はセックスレスと回答している。

■セックスレスになったきっかけ・原因はどんなことですか。

		該 当 数	相 手 と の セ ク ス に 飽 き た	相 手 と の セ ク ス で 嫌 な こ と が あ っ た	性 欲 が な く な っ た	E D に な っ た	病 気 に な っ た	特 定 の パ ー ト ナ ー 以 外 に セ ク ス パ ー ト ナ ー が で き た	感 じ な く な っ た	そ の 他
全 体		311	21.2	2.3	33.8	1.9	3.2	6.1	6.1	35.7
性 年 代 別	男性 計	152	24.3	0.7	25.0	1.3	1.3	8.6	7.2	37.5
	男性 20代	34	14.7	0.0	20.6	0.0	0.0	29.4	5.9	29.4
	男性 30代	50	22.0	0.0	26.0	0.0	0.0	2.0	8.0	42.0
	男性 40代	68	30.9	1.5	26.5	2.9	2.9	2.9	7.4	38.2
	女性 計	159	18.2	3.8	42.1	2.5	5.0	3.8	5.0	34.0
	女性 20代	41	17.1	2.4	31.7	2.4	0.0	4.9	7.3	43.9
	女性 30代	53	20.8	1.9	47.2	1.9	1.9	3.8	7.5	34.0
女性 40代	65	16.9	6.2	44.6	3.1	10.8	3.1	1.5	27.7	

●セックスレスになった原因としては、男女全体の約 1/3(33.8%)が「性欲の低下」と認識している。

●次に多いのは「相手とのセックスに飽きた」。男性の約 1/4(24.3%)、女性の約 1/5(18.2%)が回答している。

●女性の 3.8%が「相手とのセックスで嫌なことがあった」と回答。