

2024・2023 年調査

【衝撃】新婚夫婦の 5 割以上がセックスレス傾向！

——過去最大 4,000 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 2 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、多くの調査では 5~6 割に達するとの結果が出ています。レゾンデール株式会社（東京都新宿区）は 2023 年 10 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」）。

前回の第 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にあると報告しました。今回の第 2 報では、結婚年数とセックスレスの関係、子どもの有無や女性が勤めていることがセックスレスに影響するなどを分析した結果を紹介します。

今回の分析で、驚くべきことに **新婚夫婦の 5 割以上がすでにセックスレス傾向** にあることが判明しました。しかも **新婚レスの 6 割** は 20 代で、日本の夫婦間セックスレスの現状の深刻さがうかがえます。

＜結果のポイント＞

- 結婚 3 年未満（新婚）の人の 51.8% がセックスレス傾向、完全なセックスレスは 21.9%
- 結婚 30 年までの間に結婚年数が上がるにつれてセックスレスの割合は上昇
- 子どもの有無がセックスレスに関係するのは結婚 3 年未満
- 女性が勤めているケース、勤めていないケース（専業主婦）を比較するとほぼ差がない
- 結婚 3 年目（新婚）でセックスレスの人の約 6 割は 20 代

＜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 1 報
- ・ 調査期間：2023 年 10 月 23 日～25 日
- ・ 調査対象者：20～59 歳の既婚男女 4,000 人（男性 2,000 人、女性 2,000 人）
- ・ 調査方法：インターネット（セルフ型アンケートツール [Freeeasy](#) を利用）
- ・ エリア：全国
- ・ 調査機関：レゾンデール株式会社 (<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 18 日

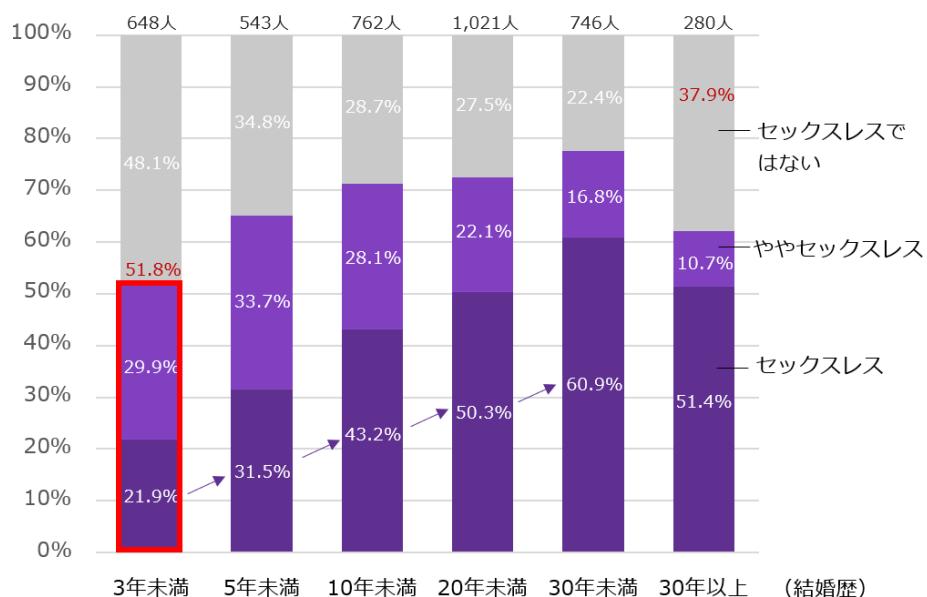
1 結婚して何年からセックスレスになるの？

日本では恋愛結婚が約9割になります（※1）。つまり、お互い好き合って結婚した人が多いのですが、第1報で紹介した通り、約7割の夫婦がセックスレス傾向、約4割が完全なセックスレス状態です。他の調査結果でも、概ね5～6割の夫婦がセックスレスとの結果が出ています。

※1：内閣府：男女共同参画白書 令和4年版

果たして、結婚後、何年目くらいからセックスレスになるのでしょうか。尋ねたところ、次の結果となりました。

【全体】結婚年数とセックスレスの関係 ※対象：20～50代既婚男女4,000人



（「夫婦のセックスレスに関する実態調査：既婚男女4,000人 ②レゾンデーター株式会社）

なんと、結婚3年未満の新婚のうちから、すでに51.8%の人がセックスレス傾向にあるのです。このうち、21.9%は完全なセックスレスと回答しています。驚くべき結果です。

なお、第1報と同様、本調査では本人の認識を重視し、「ややセックスレス」「セックスレス」と回答した人をセックスレス傾向、「セックスレス」と回答した人を完全なセックスレス状態と分類しました。

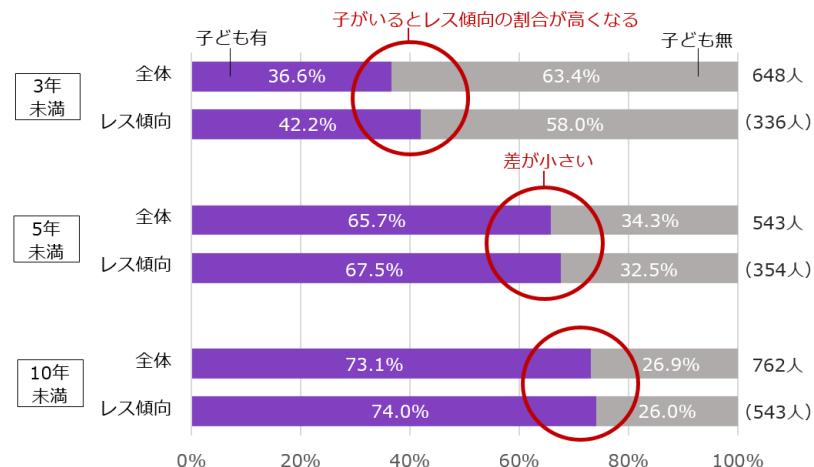
2 セックスレスの原因は何？——回答者の属性から

結婚年数とセックスレスの関係がおおよそつかめたところで、結婚年数ごとにセックスレスの要因を探ってみましょう。

■子どもの有無とセックスレスの関係——結婚年齢別

赤ちゃんや幼児がいる場合、育児負担による疲労などからセックスレスに陥りやすいのではないか、あるいは夫婦関係に変化が生じてセックスレスになりがちでは——と考え、結婚3年未満、5年未満、10年未満に絞って、子どもの有無による違いを調べたところ、次の結果となりました。

子どもの有無とレスの関係 ※対象：20～50代・結婚10年未満既婚男女1,953人



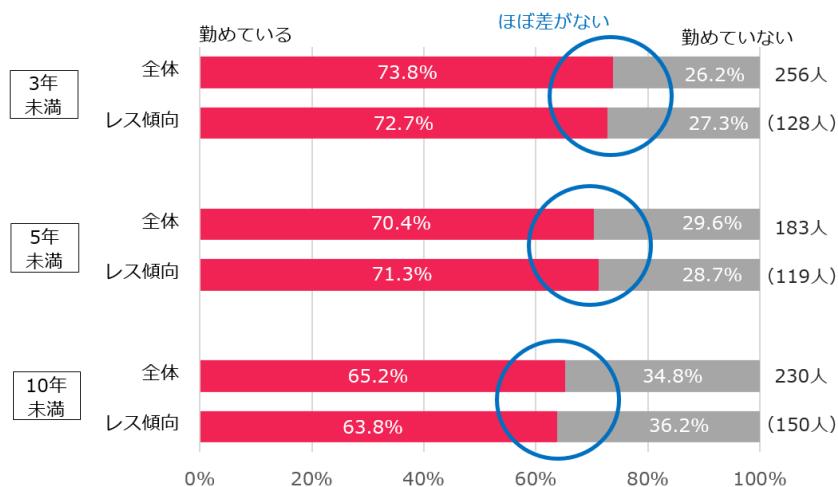
（「夫婦のセックスレスに関する実態調査：既婚男女4,000人 ©レゾンデータル株式会社）

結婚3年未満の人では、回答者全体に対して「子どもあり」の人の方がセックスレス傾向の割合が高く、「乳幼児がいるとセックスレスになりやすくなる」と言えそうな結果が出ました。

■女性が働くこととセックスレスの関係——結婚年齢別

女性が「働くこと」がセックスレスに影響するのでしょうか。結果は「ほぼ違いがない」でした。つまり、**女性が働いていようが専業主婦だろうがセックスレスになるかならないかには影響しない**という結果です。

女性が働くとレス傾向が強まる？ ※対象：20～50代・結婚10年未満既婚女性960人

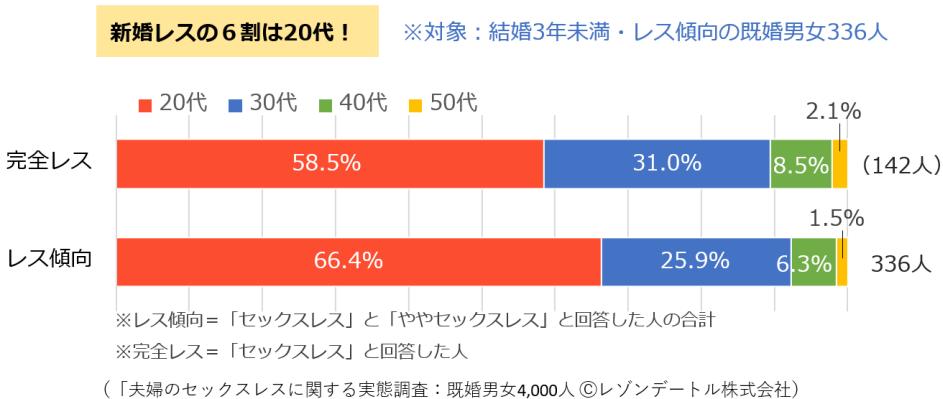


（「夫婦のセックスレスに関する実態調査：既婚男女4,000人 ©レゾンデータル株式会社）

3 新婚の半分はなぜセックスレスか？

本調査では結婚3年未満を「新婚」としています。新婚の人の5割以上がセックスレス傾向で、そのうち2割以上は完全なセックスレス状態という数字は衝撃的です。「新婚」にあたる結婚3年未満の年齢構成をみてみましょう。

新婚（結婚3年未満）のレス：年齢層の割合



驚くべきことに、完全なセックスレス状態にある結婚3年未満の人の約6割、セックスレス傾向では6割以上が20代という結果になりました。整理するなら**結婚3年未満の新婚の人の半数以上がセックスレス傾向でそのうち約6割が20代**ということになります。20代の草食化に加え、男性の性的欲求不満を解消する手段が多くあること、「セフレ」に象徴されるような性のコンビニ化なども関係あるかもしれません。今後の調査課題です。

⇒男女別のセックスレス状況、新婚者のセックスレスの原因、都道府県別の状況などの詳細な結果は(<https://healmate.jp/survey/>)に掲載します。

⇒「夫婦間のセックスレスに関する実態調査」第1回の報告は[こちら](#)。

◎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://raisonsdetre-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