

直接は言えない・聞けないコロナ禍のSex Lifeのホンネを深掘り！

インフォグラフィックで見る！

性に関する男性と女性の“ホンネ”実態調査 -より良いSex Lifeをおくるために-

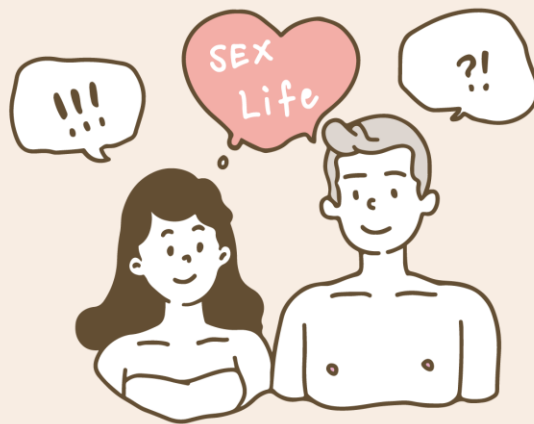
意外にも男性の方が性行為中の「キス」を重要視している！？

ED治療専門クリニック浜松町第一クリニック(浜松町院：東京都港区浜松町、院長：竹越 昭彦)は、20代～50代の男女5,200名を対象に性に関する“男性のホンネ”と“女性のホンネ”についての実態調査を行い、その結果をまとめた調査インフォグラフィック「インフォグラフィックで見る性に関する男性と女性の“ホンネ”実態調査-より良いSex Lifeをおくるために-」を公開しました。本調査では「男性の方がセックス中の「キス」を重要視している」、「愛するパートナーへの前戯について、『無くてもよい』と回答した女性は男性の2倍以上」、「男性が考えるほど、女性は男性器の大きさを気にしていない」「女性の7割が性交痛を経験」など、驚くべき結果が得られました。

インフォグラフィックで見る！

性に関する男性と女性の “ホンネ”実態調査

- より良い Sex Life をおくるために -



調査結果サマリー

- ◆ 意外にも、男性のほうがセックス中の「キス」を重要視している！
- ◆ 愛するパートナーへの前戯について 無くても良いと回答した女性は男性の2倍以上
- ◆ 愛するパートナーとの挿入時間 5分未満と回答した女性は男性の3倍以上
- ◆ 「女性は30歳を過ぎると性欲が高まる」は嘘だった!? 年代別の理想の性行為回数
- ◆ 男性が考えるほど女性は大きさを気にしていない!? 男性器の勃起時の理想的な大きさ
- ◆ 女性の約7割が性交痛を経験 性行時の痛みがないと満足度は高くなる
- ◆ 性交痛の原因第1位は「前戯」 有効な対策はローションの使用
- ◆ 挿入から15分が分岐点 女性が遅漏と感じる時間は？

【調査背景】

新型コロナウイルス感染症拡大が始まり2年が経過し、様々なことが変化しました。夫婦やパートナーとのSexLifeもその1つでしょう。コロナ禍で夫婦・パートナーとのSexLifeで変化が現れた人は多く存在するのではないのでしょうか？そこで、男女ともに直接は言えない・聞けない性に関するホンネを深く掘り下げ、今後のSexLifeの向上につながるべく、調査を実施するに至りました。

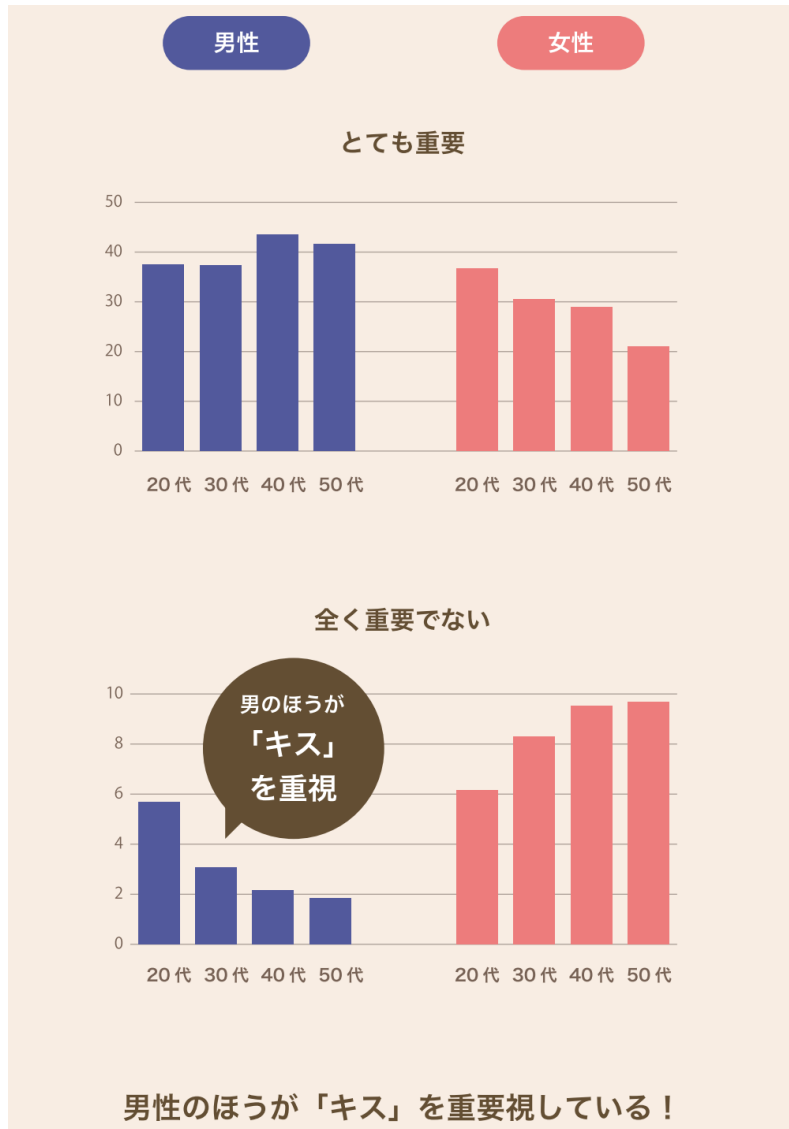
【調査概要】

集計期間：2022年1月14日～1月17日

調査方法：インターネット集計

調査対象：全国の20代～50代の男女 各650名 合計5,200名

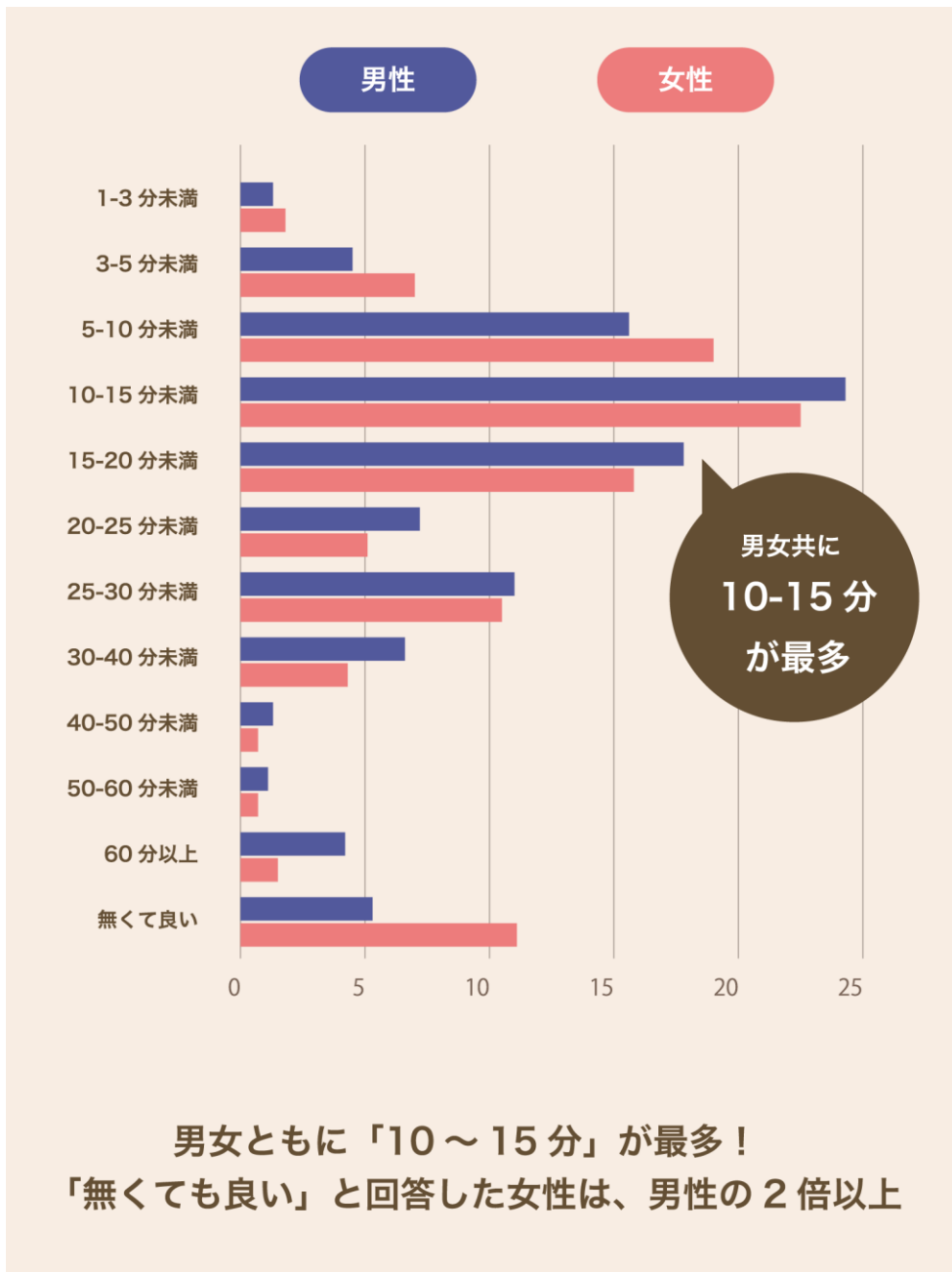
意外にも、男性のほうがセックス中の「キス」を重要視している！



「性行為中のキスの重要度をお答えください（「とても重要」～「まったく重要ではない」までの6段階での回答）」（n=5,200）と質問したところ、性別・年代を問わず、キスを重要視する人が圧倒的多数となりました。

男女別で見ると、男性のほうがキスを重要視する人が多いという結果になりました。一般的には、女性のほうが「愛情表現」としてキスを大切にするイメージですが、意外にも真逆の結果となったのです。

さらにその差は、年を重ねるほど明確に表れることもわかりました。20代では男女に大きな開きはありませんが、年代が上がるとうキスを重要視する男性が徐々に増加し、反対に女性は減少していきます。50代になるとその差は歴然です。キスを重要だと答えた（「とても重要」「重要」「どちらかというど重要」のいずれかを回答した）人は、男性は50代になると92.6%と微増しますが（男性20代は85.5%）、女性は50代で69.1%まで減少しています（女性20代は83.5%）。



「女性への挿入前の理想的な前戯時間は？」(n=5,200)という質問をしたところ、男女ともに「10～15分」が最多となりました。

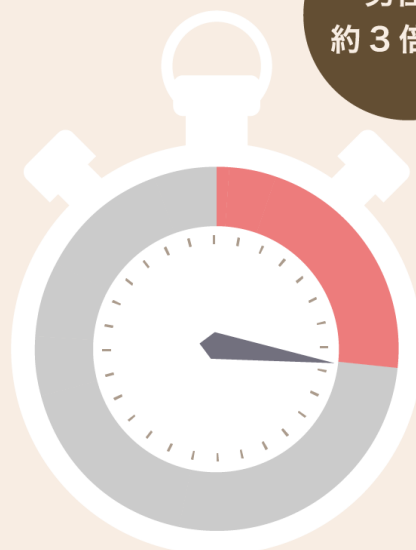
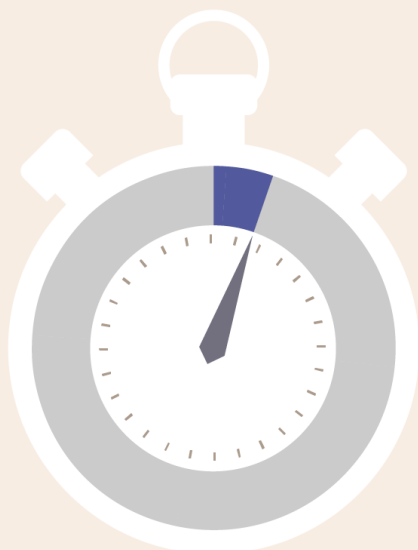
ただし、「10分未満」と答えた女性(27.8%)は男性(21.3%)の1.3倍、「15分以上」と答えた女性(38.6%)は男性(49.1%)の8割程度となり、女性よりも男性のほうが前戯に対する意識が高いことがわかりました。さらには、「無くて良い」と答えた女性(11.1%)も男性(5.3%)の2倍以上でした。これは、とても意外な結果でした。後ほど触れますが、不十分な前戯は女性の性交痛にも繋がるため、女性のほうが前戯への意識は高いだろうと考えていたからです。

なお、その逆の「挿入前の男性への理想的な前戯時間は？」(n=5,200)という質問でも、男女ともに最多は「5～10分」でした。またここでも、女性のほうが理想とする時間が短く、「5分未満」と回答した女性が男性の1.2倍、「無くて良い」と回答した女性が男性の2.1倍、「10分以上」と答えた女性は男性の75%に留まりました。

男性

女性

■ ■ 5分未満

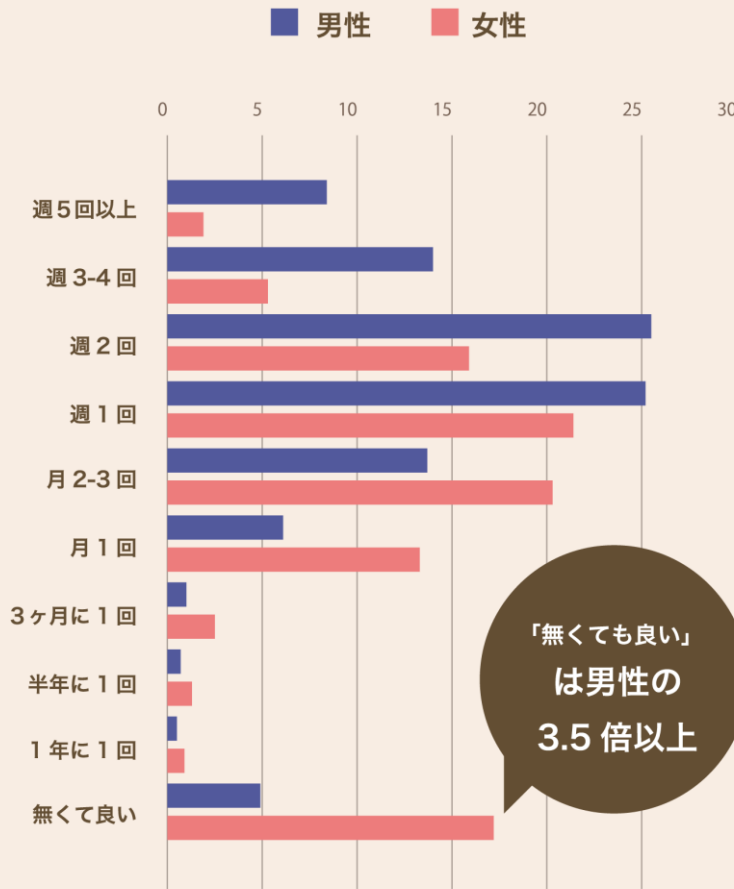


男性の
約3倍以上

**5分未満と回答した女性（17%）は、
男性（5.5%）の約3倍以上**

「愛する異性との性行為中の理想的な挿入時間をお答えください」（n=5,200）という質問では、男性は10～15分(26.6%)、女性は5～10分(24.6%)が最も多く、男女で明確な違いがあることが明らかになりました。女性のほうが理想とする挿入時間は短く、「5分以内」と答えた女性も男性の約3倍にのびりました。

さらに、女性は年を重ねるごとにより短く、男性はより長く時間をかけたいと考える傾向にありました。また、注目すべきは7人に1人の女性が「挿入は無くても良い」と答えたことです。これは、男性の約2.5倍にもものぼります。



男女全体、理想の頻度は、週1～2回が最多
(男性は週2回、女性は週1回)

無くて良いは
女性 (17.2%) に対して、男性 (4.9%)
実に 3.5 倍以上

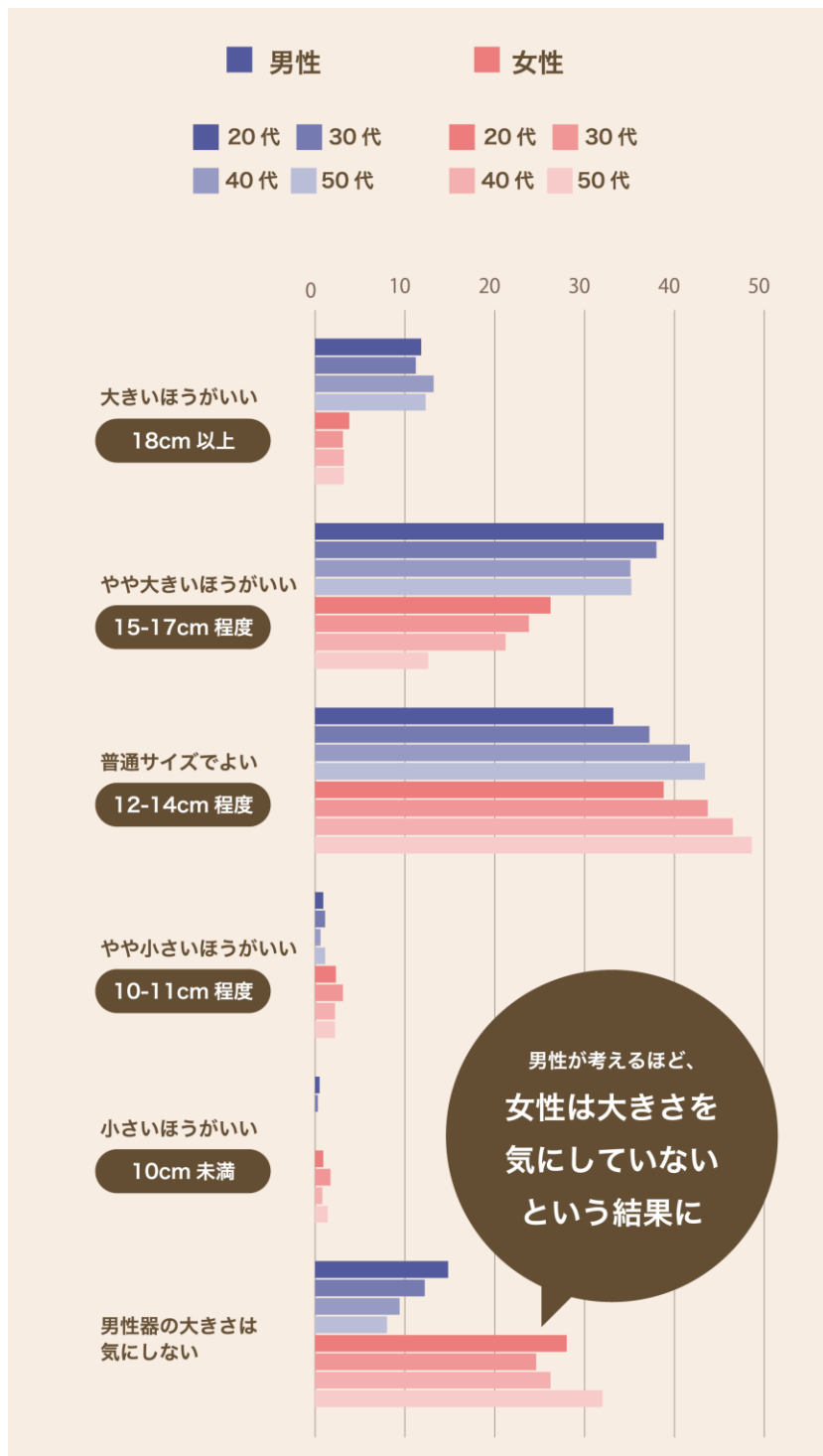
「理想的な性行為の頻度について」(n=5,200) 質問したところ、男性のほうが圧倒的に回数を求めていることが明らかになりました。「週2回以上」と回答した男性は女性の2倍強にのぼり、反対に「月3回未満」と答えた男性は女性の半数以下でした。

また、女性の場合、年を重ねるごとに性行為を求めなくなる傾向があるようです。ちまたでは、「女性は30歳を過ぎると性欲が高まる」といいますが、本調査では20代をピークにゆるやかに低下する傾向が見られました(女性で、週1回以上と答えた年代別の割合は、20代55.2%、30代47.5%、40代40.3%、50代35.1%)。

なお、「性行為は無くて良い」と答えた人は、男性より女性が圧倒的多数でした。50代女性になるとそれが26.5%を占め、約4人に1人が性行為への関心を失っていることが明らかになったのです。

ただし、30～50代の女性はちょうど子育て世代にあたります。その忙しさも結果に大きく影響していることでしょう。「家庭や仕事を考えず、今より自由時間が遥かに増えた場合はどうか?」と条件を付けければ、また違った結果が得られるかもしれません。

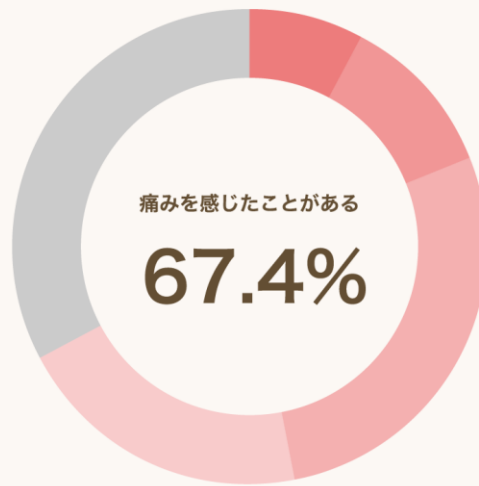
男性が考えるほど女性は大きさを気にしていない!? 男性器の勃起時の理想的な大きさ



「勃起時の男性器の理想的な大きさをお答えください」(n=5,200)と質問したところ、男性1位は「普通サイズでよい [12~14cm程度] (38.9%)」、2位は「やや大きいほうがよい [15~17cm程度] (36.8%)」、3位は「大きいほうがよい [18cm以上] (12.2%)」となりました。当然ですが、男性は平均以上のサイズを求め傾向にありました。

一方の女性は、1位が「普通サイズでよい (44.4%)」、2位は「大きさは気にしない (27.7%)」、3位が「やや大きいほうがよい (21%)」と、男性に比べてあまり大きさを気にしていないことがわかりました。「大きいほうがよい」と答えた女性は男性の3割にも満たず、「大きさは気にしない」と答えた女性も男性の約2.5倍となっています。男性が考えるほど、女性は大きさを気にしていないという結果が浮き彫りになったかたちです。

■ 毎回痛い (5/5) ■ 大抵痛い (3-4/5) ■ 時々痛い (1-2/5) ■ たまに痛い ■ 痛みを感じたことはない



女性の約7割が性交痛を経験

痛みの原因は？

(回答者数：女性 1,752 人)

※性交時（前戯含む）もしくは性交後に痛みを感じることがあると回答した女性

NO.1



前戯不十分による
膣内の潤い不足
(時間が短い)

37.7%

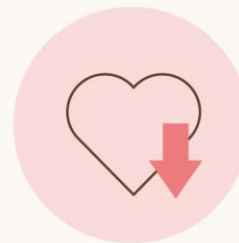
NO.2



前戯の方法
(雑、下手、激しすぎるなど)

28.7%

NO.3



セックスをしたいという
欲求が不足

22.0%

20代～50代の女性を対象に「性行時に痛みを感じたことがあるか」(n=2,600)、と質問したところ(n=2,600)、約7割が性交時に痛みを感じた経験があることが明らかになりました。また、そのうち約5割が「5回に1回以上」で痛みを感じており、約2割は「5回に3回以上」でした。男性が思っている以上に、性行為で痛みを感じている女性は多いのではないのでしょうか。

さらに、性交痛の経験がある女性を対象に「考え得る痛みの原因について」(n=1,752)、質問したところ、多くの女性が「前戯」を理由に挙げました。「前戯が不十分で膣内のうるおいが不足している(37.7%)」「前戯が下手、激しすぎる(28.7%)」などが、女性が考える主な原因のようです。

痛みがある時の
性的満足度は？



痛みがない時の
性的満足度は？

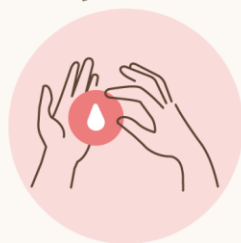


痛みを軽減させる有効的な対策は？

(回答者数：女性 359人)

* 痛みを軽減させるための対策を講じて、それが有効だったと回答した女性

NO.1



ローション
(性交用潤滑剤)を
使用した

61.3%

NO.2



前戯を終始、
優しくソフトに
してもらった

28.0%

NO.3



前戯に時間を
かけてもらった

26.6%

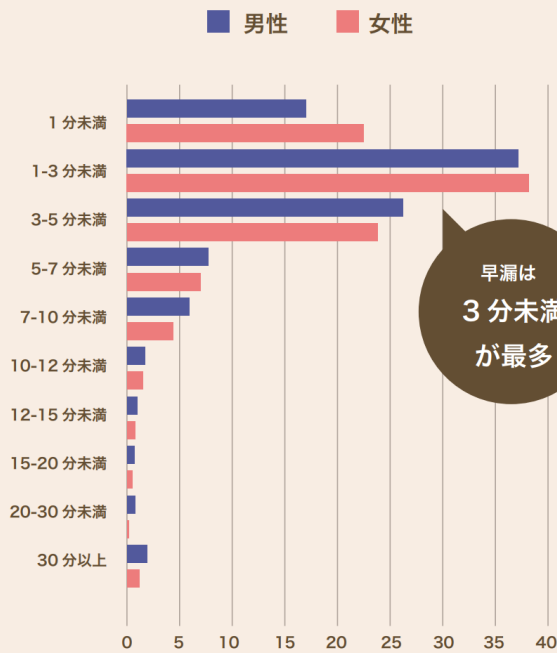
また、性交痛の経験がある女性を対象に、「性交痛があった際の性的満足度について」(n=1,752)質問したところ、54.9%は「性交痛があると満足できない」と回答しています。また、86.9%は「性交痛がなくなれば満足度が高くなる」と答えました。つまり、男性がセックスで女性を満足させるには、性交痛をなくすのが必須だということです。

では、どうすれば痛みは無くせるのか？性交痛を軽減させるため何かしらの方法を試し、その方法が有効であったと回答した女性を対象に「実際に痛みを解決できた方法について」(n=359)、質問したところ、「ローションの使用(61.3%)」「前戯をやさしくしてもらう(28.0%)」「前戯の時間を増やす(26.6%)」などが挙がりました。これらを参考に、男性には女性に負担のない前戯を心がけてもらいたいところです。また、「性交中に痛みがないか女性に小まめに声をかける」ことも重要でしょう。女性が痛みを伝えやすい雰囲気づくりができれば、痛みの原因を2人で探り、お互いが満足できる性生活につながることでしょう。

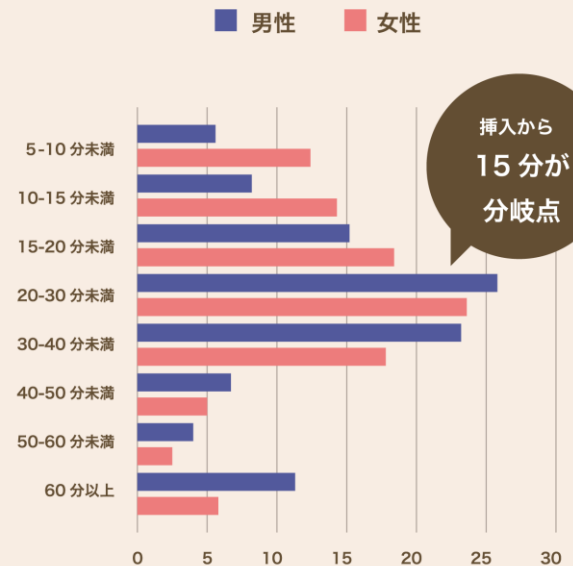
挿入から15分が分岐点 女性が遅漏と感じる時間は？



早漏とを感じる時間は？



遅漏とを感じる時間は？



挿入から15分が遅漏の分岐点

女性が早漏とを感じるのは、3分未満が最多。

「早漏だと感じるのは挿入から射精まで何分くらいだと思いますか」(n=5,200)、と質問したところ、女性が早漏だと感じるのは「1~3分未満」が最も多いことがわかりました。その割合は「5分以上」になると一気に下がります(5分未満が84.5%)。ですから、早漏を克服したい男性はまずは5分を目指すといいでしょう。反対に、5分程度で射精してしまう男性の場合、そこまで深刻に悩まなくてもいいのかもしれませんが。

では、反対に「遅漏」はどうでしょうか。女性が考える遅漏の1位は「20~30分」、2位は「15~20分」、3位「30~40分」で、これらが6割以上を占めました。「15分未満」と答えた女性が26.7%だったことも踏まえると、挿入後15分以上が経過すると「長い」と感じる女性が増えてくるといえるでしょう。前述の「理想的な挿入時間」の調査でも、女性の多くは5~10分と答えていましたので、「15分」が遅漏の分岐点になるといえます。

また、世代別で見ると、年を重ねるごとに15分未満でも遅漏だと感じる女性が増える傾向にありました。理想的な挿入時間の調査でも、女性は年を重ねるごとに短い時間を求める傾向があったので、年齢によっては挿入時間を短めにしたほうがいいのかもしれませんが。

浜松町第一クリニックとは？

ED・AGA治療専門クリニックとして、2004年10月に現院長・竹越昭彦医師によって浜松町に創設。その後、グループ医院として上野、横浜、大宮、東京駅、渋谷、立川に開院し、現在は首都圏を中心に7医院を展開。開院以来、ED・AGA専門クリニックとして延べ270万人以上の実績がある。また、専門クリニックとして培った長年の経験や知見をもとに、ED・AGA治療の正しい知識、最新情報を定期的に世に発信し、ED・AGAに悩む男性への啓発も行っている。

院長プロフィール：竹越 昭彦（たけこし あきひこ）

浜松町第一クリニック院長。1966年生まれ。91年に日本医科大学卒業後、日本医科大学付属病院に勤務。その後、東戸塚記念病院の一般外科に10年勤務し、2004年10月に浜松町第一クリニックを開院。ED治療の第一人者として、メディアや専門誌での出演・掲載も多数。著書に『40代からの心と体に効く [生涯SEX] のすすめ』（扶桑社）がある。日本性機能学会員、日本形成外科学会員、日本化学療法学会員、ALL About「ED・勃起不全」ガイド担当。



【引用・転載時のクレジット表記のお願い】

本リリースの引用・転載には、「発リンク」は必要ありませんが、必ず下記のようなクレジットを明記していただきますようお願い申し上げます。

<例> 「浜松町第一クリニック 竹越昭彦院長」が実施した調査によると・・・

浜松町第一クリニック 概要

会社名：浜松町第一クリニック

所在地：〒105 0013 東京都港区浜松町1-22-7 鶴栄ビル5階（浜松町院）

TEL：03-5777-3729

E-mail：info@hama1-cl.jp

開業年月日：2004年10月

院長名：竹越昭彦（たけこし あきひこ）

上野院（〒110-0005 東京都台東区上野7-3-5 FKビル2階）

横浜院（〒221-0835 神奈川県横浜市神奈川区鶴屋町2-19-4 神谷ビル4階）

大宮院（〒330-0854 埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-3-3 スワンビル2階）

東京駅前院（〒103-0028 東京都中央区八重洲1-6-17 大久保ビルディング8階）

渋谷駅前院（〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-22-13 渋谷東口マイアミビル9階）

立川駅前院（〒190-0012 東京都立川市曙町2-7-18 MISUMIビル5階）

<本件に関する報道関係者からのお問合せ先>

浜松町第一クリニック広報事務局 / 担当：和田・佐藤

TEL：03-6427-1627 FAX：03-6730-9713 E-mail：contact@kartz.co.jp