

月刊 **TENGA** 2021 8.27 第三十九号

特集

オトナだって、
性に
悩んでる!

Z世代のリアルな SEX・恋愛事情を大調査

「桃山商事」代表の清田隆之さんに
オトコの悩み、聞いてみた!

月刊TENGA web版はこちら

<https://www.tenga.co.jp/topics/category/g-tenga/>



「性的同意」の認知理解度は6割！ 18～24歳に聞いた、【Z世代の恋愛や性】 Z世代男子のリアルなお悩み相談室も開催

TENGAは、現在の性教育で教わらなかったり、相談できる機会の少ない【本当に知りたい、「性の悩み」や「恋愛のモヤモヤ」を解消するための知識やヒント】についてリサーチ。2021年現在18～24歳の「Z世代」の方々に提案すべく、アンケート調査や座談会によるインタビューを実施し、さらに悩み解消のための手掛かりを専門家に教えてもらいました。

尚、本レターに記載の情報は、グラフ画像素材を含め、ご自由にお使いいただけます。

その際は、「出典：TENGA」とお書き添えください。

可能な限り、<https://www.tenga.co.jp/topics/category/g-tenga/>へのリンクも掲載いただけますと有難いです。

画像ダウンロードURL：

<https://www.tenga.co.jp/gekkan/gekkantenga39.zip>

目次

1. 18～24歳に聞いた、【Z世代の性意識】に関するアンケート調査
2. 恋愛と性に関する「Z世代」ならではの悩みと、解決のヒントを探る座談会

Chapter

1

18～24歳に聞いた、【Z世代の性意識】に関するアンケート調査

月刊TENGA第34号（2021年2月）の調査では、2018年頃から、YouTubeなど様々な場所から、避妊や性的同意といった話題も含め、「性教育」に関する報道量が一気に増えたことが分かっています。

参考：[https://www.tenga.co.jp/topics/wp-](https://www.tenga.co.jp/topics/wp-content/uploads/sites/6/2021/02/%C3%A6%C2%9C%C2%88%C3%A5%C2%88%C2%8A%20TENGA34%C3%A5%C2%8F%C2%B7.pdf)

[content/uploads/sites/6/2021/02/%C3%A6%C2%9C%C2%88%C3%A5%C2%88%C2%8A%20TENGA34%C3%A5%C2%8F%C2%B7.pdf](https://www.tenga.co.jp/topics/wp-content/uploads/sites/6/2021/02/%C3%A6%C2%9C%C2%88%C3%A5%C2%88%C2%8A%20TENGA34%C3%A5%C2%8F%C2%B7.pdf)

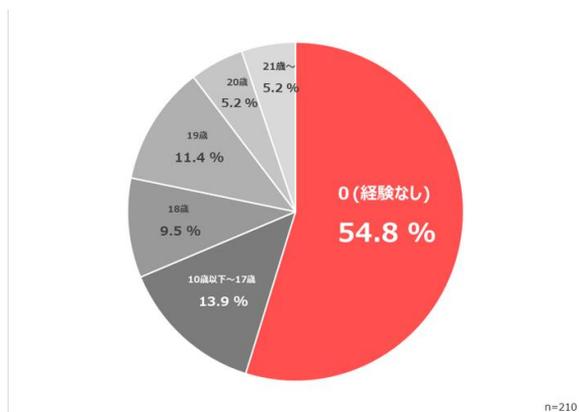
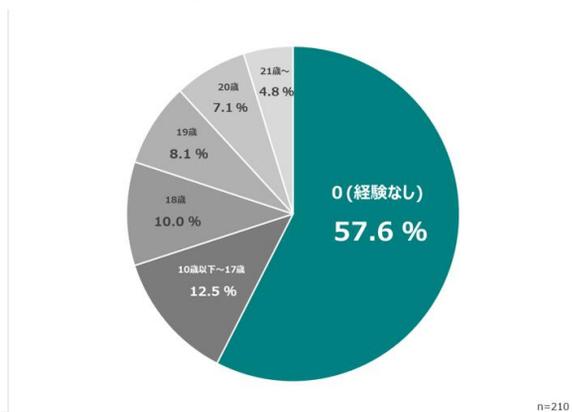
中高生～20歳前後までに、このような情報環境にあった現在18～24歳の人々が、いったいどのような恋愛や性意識を持っているのかを探りました。

男女ともに半数以上が「性交渉の経験なし」

- 男性の57.6%、女性の54.8%が「性交渉の経験がない」と回答

【男性】Q.初体験は何歳でしたか？

【女性】Q.初体験は何歳でしたか？



【参考】

2018年にTENGAが実施した別調査「マスターベーション世界調査」（対象：18～74歳の日本人男性483名・日本人女性517名）では、男性の性交渉未経験率は12%、女性は14%だった。

▶ 本件に関するお問い合わせ先

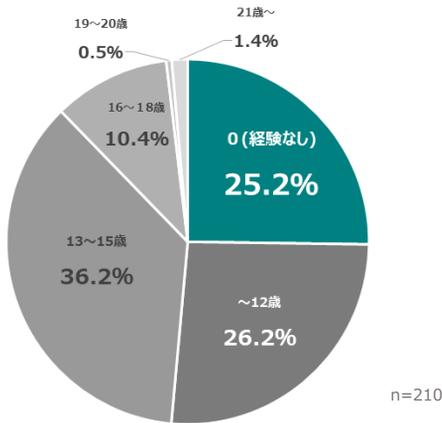
月刊TENGA 広報事務局 | 株式会社パブリックグッド内

TEL : 03-6416-3268 / FAX : 03-6416-3269 / MAIL : tengapr@publicgood.co.jp 担当：四ツ橋、森下、金子

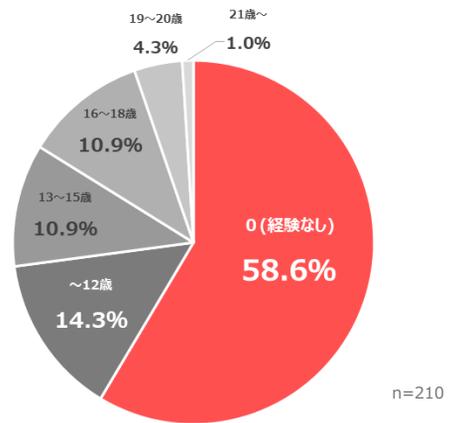
男性の4人に1人、女性の半数以上が、「マスターベーションの経験なし」

- 男性の25.2%、女性の58.6%が「マスターベーションの経験がない」と回答

【男性】Q.初めてマスターベーションをしたのは何歳でしたか？



【女性】Q.初めてマスターベーションをしたのは何歳でしたか？



[参考]

2018年に実施の別調査「マスターベーション世界調査」（18~74歳の日本人男性483名・日本人女性517名を対象に実施）では、[男性のマスターベーション未経験率は4%、女性は42%](#)だった。また、[初めてマスターベーションをした平均年齢は男性13.8歳、女性15.9歳](#)という結果が出ていた。

性についての情報収集先は「Web記事」「Twitter」「YouTube」といった、ネット情報が男性では上位に

- 男性は「アダルトビデオ」が1位だが、「Twitter」や「YouTube」などの個人発信の情報も上位に
- 女性は「Web記事」、「友人や知人」が上位であることに加えて「高校までの性教育に関する授業」も3位

男性 (n=210)

順位	項目	%
1位	アダルトビデオ	45.7%
2位	Web記事	24.3%
3位	Twitter	15.7%
4位	YouTube	14.8%
5位	友人や知人	11%
6位	高校までの性教育に関する授業	10.5%
7位	AV男優やAV女優が発信するハウツー記事や動画	9.5%
8位	病院やクリニックなど専門機関が監修しているサイトやページ	7.6%
9位	雑誌	6.2%
10位	Instagram	5.2%

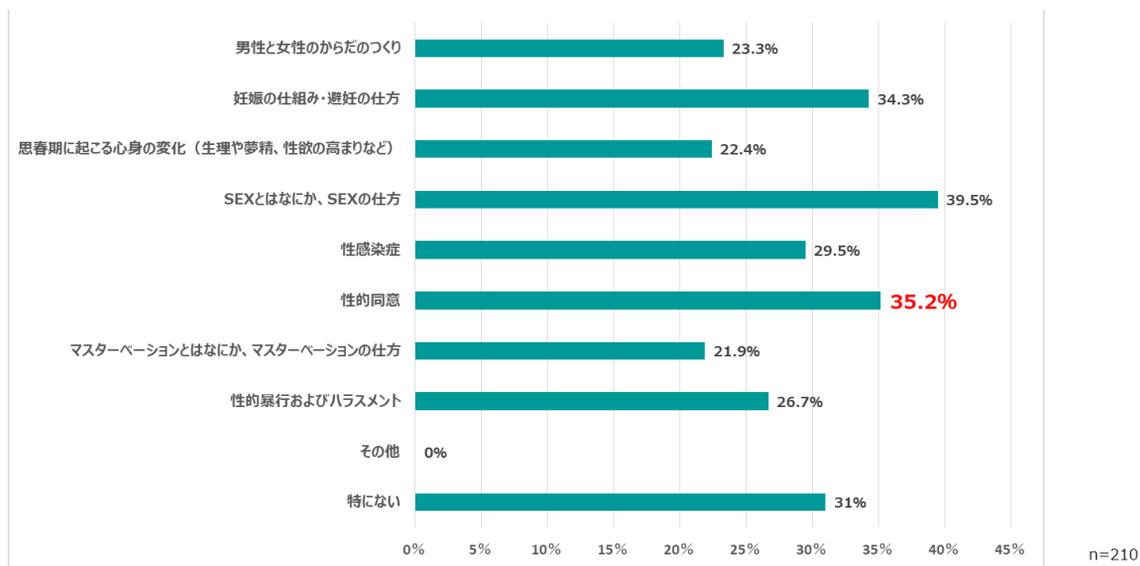
女性 (n=210)

順位	項目	%
1位	Web記事	20.5%
2位	友人や知人	19%
3位	高校までの性教育に関する授業	18.6%
4位	アダルトビデオ	18.1%
4位	Twitter	18.1%
6位	YouTube	14.3%
7位	病院やクリニックなど専門機関が監修しているサイトやページ	8.6%
8位	Instagram	7.6%
9位	パートナー	6.7%
10位	雑誌	4.8%

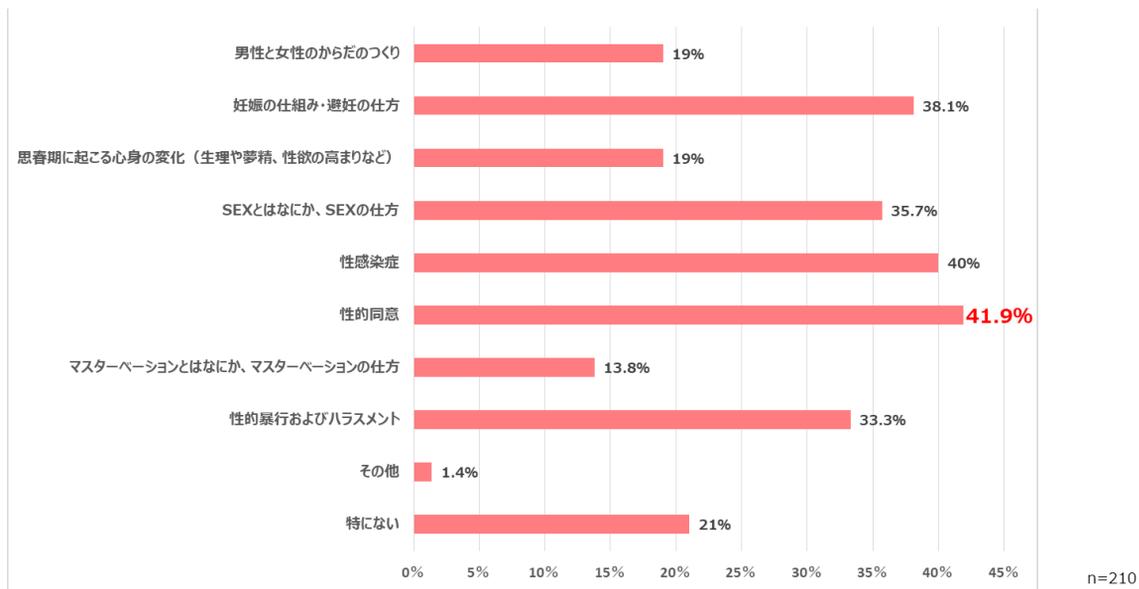
高校生までの性教育でもっと取り上げた方が良いと思うトピックとして、「性的同意」を男性の35.2%、女性の41.9%が挙げ、男女ともに高い傾向

● 昨今話題の「性的同意」について聞いたところ、男性では2番目、女性では1番目に「高校生までの性教育でもっと取り上げた方が良い」と回答

【男性】Q.高校生までの性教育でもっと取り上げた方が良いと思うトピックは？



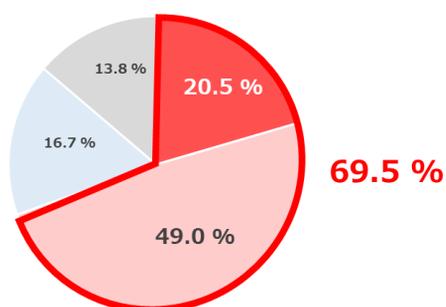
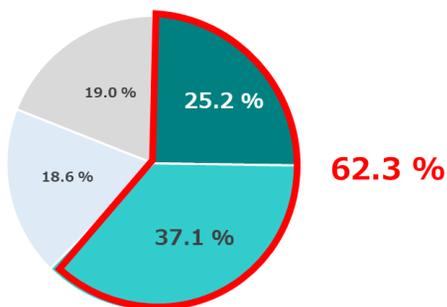
【女性】Q.高校生までの性教育でもっと取り上げた方が良いと思うトピックは？



- 実際に「性的同意を性教育で教わった」と答えた人は、男性14.8%、女性9.5%だが、理解度は男女ともに6割を超えていた

【男性】Q.「性的同意」について知っていますか？

【女性】Q.「性的同意」について知っていますか？



■ 内容をよく理解している ■ なんとなく理解している
 ■ 内容は分からないが言葉は聞いたことがある ■ 全く知らない

n=210

n=210

※性的同意とは

性的行為に対する同意 (= YES) のこと。2人以上で性的な行為をする際には、お互いがその行為を積極的にしたいと望んでいるかどうかを確認し合う (性的同意をとる) ことが必要。性的行為はセックスだけでなく、手をつなぐ、ハグをするなど相手の体に触れることや、性的な話やプライベートな話題について話すことも含まれる。

参考：「ちゃんととれてる？ 性的同意」(TENGAヘルスケアが運営する、中高生向け性教育サイト『セシル』) より

<https://seicil.com/howto13>

<調査概要>

【テーマ】 恋愛と性に関するアンケート調査
 【調査元】 株式会社TENGA
 【対象】 18~24歳の男女420名(男女210名ずつ)
 【実施日】 2021年7月8日(木) ~ 2021年7月11日(日)

Chapter 2

恋愛と性に関する「Z世代」ならではの悩みと、解決のヒントを探る座談会

今回のアンケート調査を通じて浮かび上がってきたZ世代の恋愛・性の悩み。トップ3は「好きな人にどうアプローチしていいかわからない」「モテない」「パートナー(彼氏・彼女)ができたことがない」でした。その解決のヒントを探るために、もっと彼らの声を深掘りしたい—そう考えたTENGAは、Z世代男性6名に集まってもらいウェブ座談会を実施。恋バナ収集ユニット「桃山商事」代表の清田隆之さんにもお越しいただき、悩みを聞いてもらいました。



※画像はイメージです



恋バナ収集ユニット「桃山商事」代表の

清田隆之さん

文筆業、恋バナ収集ユニット「桃山商事」代表。これまで1200人以上の恋バナを聞き集め、「恋愛とジェンダー」をテーマにコラムやラジオなどで発信している。朝日新聞beの人生相談「悩みのつぼ」では回答者を務める。桃山商事としての著書に『生き抜くための恋愛相談』『モテか愛され以外の恋愛のすべて』（ともにイースト・プレス）、単著に『よかれと思ってやったのに——男たちの「失敗学」入門』（晶文社）『さよなら、俺たち』（スタンド・ブックス）など

悩み

1

コロナ禍で出会いがなさすぎる（18歳・大学生）

大学の授業がほぼオンラインになってしまい、キャンパスに行くこともほとんどありません。クラスメイトとも会う機会すらなく、出会いがまったくありません。どうしたらいいでしょうか。



新規の出会いを狙わず旧交を温めるところから

これは本当にもう、突然やってきた**コロナのせい**で生まれた、**現代の恋愛の悩みの代表格**ですよ。人に会うか会わないか、それ自体が感染予防という命の問題と直結してしまうので。

アプリや出会いのツールもあり積極的に活用している人もいますが、いきなり知らない人とオンラインで会話するのも、それを恋愛関係まで発展させるのもなかなかしんどいと思います。

でもそんな中でも、学生さんや20代で、最近恋人ができたという話もときどき聞きます。そういう人たちにはひとつ共通点があって、それは「**旧交を温めた結果の恋愛成就**である」ということです。まったく未知の人に会うより、もとの知り合いや、新しく出会うにしても人づてに出会うほうが、心理的安心感がありますよね。

コロナで全然会えないよね、というのも、見方を変えればみんなで話せる共通の話題になりえます。小中学校の同級生などかつての人間関係を改めて掘り起こしてみてもどうでしょうか。

悩み

2

性的欲求がほとんどなく、周りと違うようで不安になる（18歳・大学生）

性的欲求がまったくないわけではないのですが、好きな女の子とは一緒にいるだけで満足してしまい、半年何もせずにいたらフラれてしまいました。**ふだん自慰行為もしません。そのくせなぜかTENGAのTwitterアカウントはフォローしている**のですが……(笑)。このままでいいのでしょうか。



自分だけで思い込んで悩まず相手と共有することが大事

性的欲求があまりないということ自体はちっともおかしくありません。でもパートナーとのあいだですれ違いが生じているとしたら、それは互いにとって悩みごとになりますよね。

以前、僕のところにED（勃起不全）の人が相談に来たことがあります。彼はそのことをパートナーに話せずにいたのですが、さまざまな葛藤を経てついパートナーに話すことにしました。すると「**そうだったんだ、言ってくれてありがとう**」と受け入れてくれた人もいて、**それがすごく安心感**につながって、その後はまったく勃たないことはなくなったそうです。

あとになってみれば、「普通なら誰でもしたいと思うはずの性行為ができない自分」というイメージに囚われてそれがプレッシャーになっていた部分もあると言っていました。

「思い切って打ち明けちゃえば相手もわかってくれるよ！」みたいな気楽な話ではないですし、性に関してパートナーと話し合うことは勇気のいることだと思います。でも、自分、そして相手の状況や希望を互いに共有して、その先の解決策をふたりでつくっていくことが大切です。少しずつでもコミュニケーションを進めることができるといいですね。

オンラインゲームで出会った相手との関係をどう進展させたいか（23歳・会社員）

オンラインゲームで知り合った子が気になっています。彼女に興味を持ってもらうにはどうしたらいいでしょうか。



自分と相手とのあいだに人や話題を置いて三角の関係をつくる

この座談会もそうですが、たとえ会ったことのない人、顔の見えない相手でも、悩みを共有したり趣味の話の話を深くしたりすることを通じて、親密さを得られる瞬間はあると思います。でも、いきなり一対一で話すなり会うなりして恋愛の可能性を探るのはけっこうハードルが高いですね。

そんなときに僕がおすすめるのは、**自分と相手とのあいだに、誰か共通の友人や、映画や趣味などものごとをおいて三角の関係をつくること**。「僕ってこうなんです」と自分のことを直接話すよりも、好きなマンガや映画、ゲームについてお互いの考えを語り、聞いているとその人らしさがにじみ出てきて、いい温度感で関係構築ができるかもしれない。

その先、どのタイミングとはっきりは言えませんが、自分自身の思い、相手自身の思いを交わす瞬間が訪れることがあると思います。そのときには互いが向き合う関係になる。その繰り返しで、二人の関係性を深めていくことになるのではないのでしょうか。

月刊TENGA

は、TENGAの製品やニュースだけでなく、性にまつわる様々な情報を定期的に提供するニュースレターです。

“面白おかしさ”を大切にしつつも、性と真正面から向き合い、真面目に作り続けてきたTENGAだからこそ発信できる、硬軟様々な情報を届けます。様々な文献や歴史、そして人物、市場情報など多様なリサーチと開発を継続し、皆様により意義と価値のある情報を提供できればと考えています。性に関するストレスが少しでも軽減されたり、親しい誰かに相談するきっかけを作ったりと、性の悩みを和らげられる社会づくりへの貢献をめざします。

月刊TENGA バックナンバー <https://www.tenga.co.jp/topics/category/g-tenga/>
 TENGA 公式オンラインストア <https://store.tenga.co.jp>
 TENGA コーポレートサイト <https://tenga-group.com>

▶ 商品や株式会社TENGAに関するお問い合わせ先

TENGA マーケティング本部 国内マーケティング部
 TEL：03-5418-5590 担当:本井 はる

▶ 月刊TENGAに関するお問い合わせ先

月刊TENGA 広報事務局 | 株式会社パブリックグッド内 TEL：03-6416-3268 / FAX：03-6416-3269
 MAIL：tengapr@publicgood.co.jp 担当: 四ツ橋、森下、金子