

特集

性活しやすい住まい

一級建築士による
理想の間取り公開

引っ越し
の春

月刊 TENGGA web版はこちら

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



『セックスレスにならない間取り』著者の一級建築士にならう

一人でも、二人でも！

“新生活”が充実する 間取りのヒント

もうすぐ3月。冬の終わりが少しずつ感じられるようになり、
新年度からは引っ越しや模様替えなどで新しい生活を始めたいと思っている方も多いのではないでしょうか。

今回の月刊TENGGAでは、性の問題に住空間からアプローチした

『セックスレスにならない間取り』著者の一級建築士 船渡亮さんをお迎えし、
“新生活”での“性生活”、略して『新生活』が充実する間取りやインテリアのヒントをお伺いしました！

船渡亮 (ふなとあきら)



家づくりコンサルタント・一級建築士

設計事務所、工務店、建設会社で住宅、マンションの設計を手掛けた後、家づくりコンサルタントとして独立。家づくりで理想の暮らしを実現するための情報発信、コミュニティ運営、間取り診断等のコンサルティングを行う。既婚共働き、2子の父。

■公式ブログ：かえるけんちく相談所 <https://aki-factory.com>
■著書：『間取りで暮らす技術』『セックスレスにならない間取り』『注文住宅の8つの難題』他多数 (<https://aki-factory.com/books>)



「収納の多さ」と「セックス」が関係!? 音、温度、部屋の配置…新生活充実のヒントがここに！

「集中してマスターベーションがしたい」「パートナーともっとセックスを楽しみたい」。そんな悩みの解決策としては真っ先に、マスターベーショングッズや高等なテクニックが思い浮かびませんか？「いいえ、難しいテクニックを練習しなくても、**住空間を改善することで小さなストレスを減らし、性生活へのハードルを下げる**ことができますよ」とおっしゃる船渡さん。どこを改善すればいいのかを詳しく教えてもらいましょう！

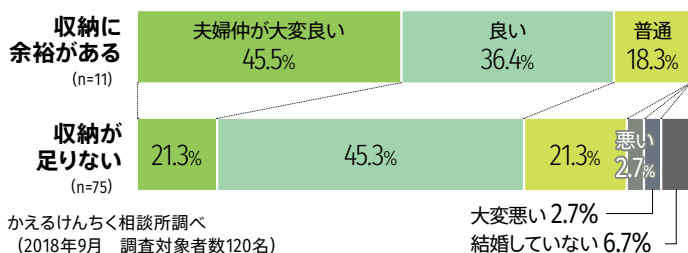
性生活を送りやすい
家のポイント

1

収納

「僕のメルマガの会員の方120名に行ったアンケートで『**収納量に余裕のある家に住む夫婦は「夫婦仲が良い」と感じている人が多い**』という結果が出ました。夫婦仲の良さには、当然セックスの満足度も関係してきます。実際、セックスレスの問題は家事の効率化で改善されることもあり、収納量が多いと部屋が片付きやすくストレスが減るため、**夫婦の時間を持つ方が多い**のかもしれない。夫婦でなくとも、TENGGAやirohaを必要な時にすぐ出して、すぐしまえる収納があると性生活を充実させられます。ベッド下やタンスなど、使う場所に近いところに収納があるといいですね。同居人がいる方は、他の人が触る可能性がないところにしまうのがいいと思いますよ」

夫婦仲と収納量の関係



TENGGAからひとこと!

TENGGA製品は日に当たると色落ちする可能性があるため、保管は湿気の少ない日陰がオススメだよ



※調査結果の構成比は、小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計しても必ずしも100とはならない場合があります

性生活を送りやすい
家のポイント

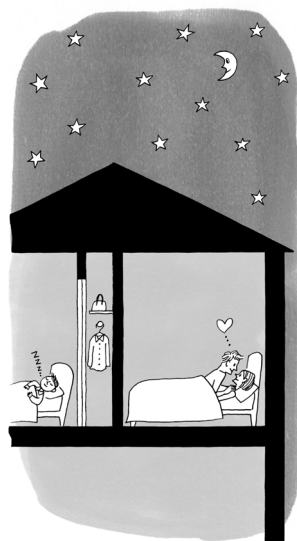
2

音



吸音材を吸気口に
設置した様子

「性生活での音の問題はとっても重要。子どもや同居する親に音が伝わらないかで気を遣い、セックスレスになることもありますからね。だから、セックスをする場所は、同居人の部屋と隣り合わない方がいい。子ども部屋の隣に夫婦の寝室がある場合は、**収納を挟む**と音の伝わり方がだいぶ違います。隣の部屋との間にクローゼットがない場合は、壁一面に本棚を置くと良いですよ。マンションなどで廊下に面した部屋で音漏れが気になるときは、廊下に面した窓に防音カーテンをつけたり、吸気口に吸音材を入れたりするのも安価なものですし、手軽でおすすめ。一人でする場合も、プライバシーが守られて集中できます」



TENGGAからひとこと!

静音性に定評がある電動アイテムは、SVS、iroha stick、iroha RIN、iroha zen です



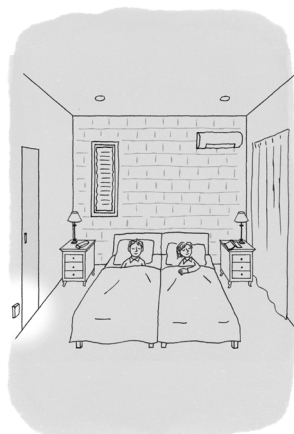
SVS

TENGGAからひとこと!

寒い季節、TENGGAを温めて使いたい人には、ズバリTENGGA CUP WARMERがオススメ。夏にはCOOL TENGGA もどうぞ



TENGGA CUP WARMER



性生活を送りやすい
家のポイント

3

温度

「よりよい性生活を送るためには部屋の温度が快適であることも大事。ベッドの頭側に窓があると、気温の変化の影響を受けやすくなります。寒かったり暑かったりしてはセックスに集中できないので、**ベッドが窓に面している場合は断熱性の高いカーテンを付け**ましょう。また、エアコンの風がベッドに直接あたるのも良くありません。何より体に悪いし、睡眠の質を下げる。快適な性生活のためには健康が大事です。睡眠をしっかりとると、性欲も上がりやすくなりますしね。直接エアコンの風が当たる場所ですときは、エアコンの風向きを水平にすると良いですよ」

性生活を送りやすい
家のポイント

4

水回りへの動線

「これから引っ越しをする人、家を作る人にぜひチェックしてもらいたいのが、セックスやマスターベーションを行う場所と、洗面所やお風呂との位置関係です。終わった後に水回りへの移動がしやすいといいですね。お風呂に入ったり、グッズを洗ったりするのにスムーズです。寝室とトイレが近いと将来的な介護のときにも役立ちますよ。外国のように、寝室にシャワールームがついているのが理想ですが、日本ではなかなかそうはいきませんよね(笑)。ひとつ是非ノウハウとしてお伝えしたいのですが、住まいを変えるときに、夫婦で『こんな家ならセックスもしやすそうだね』と一言話しておくだけで、自然とその気になるのでオススメです」

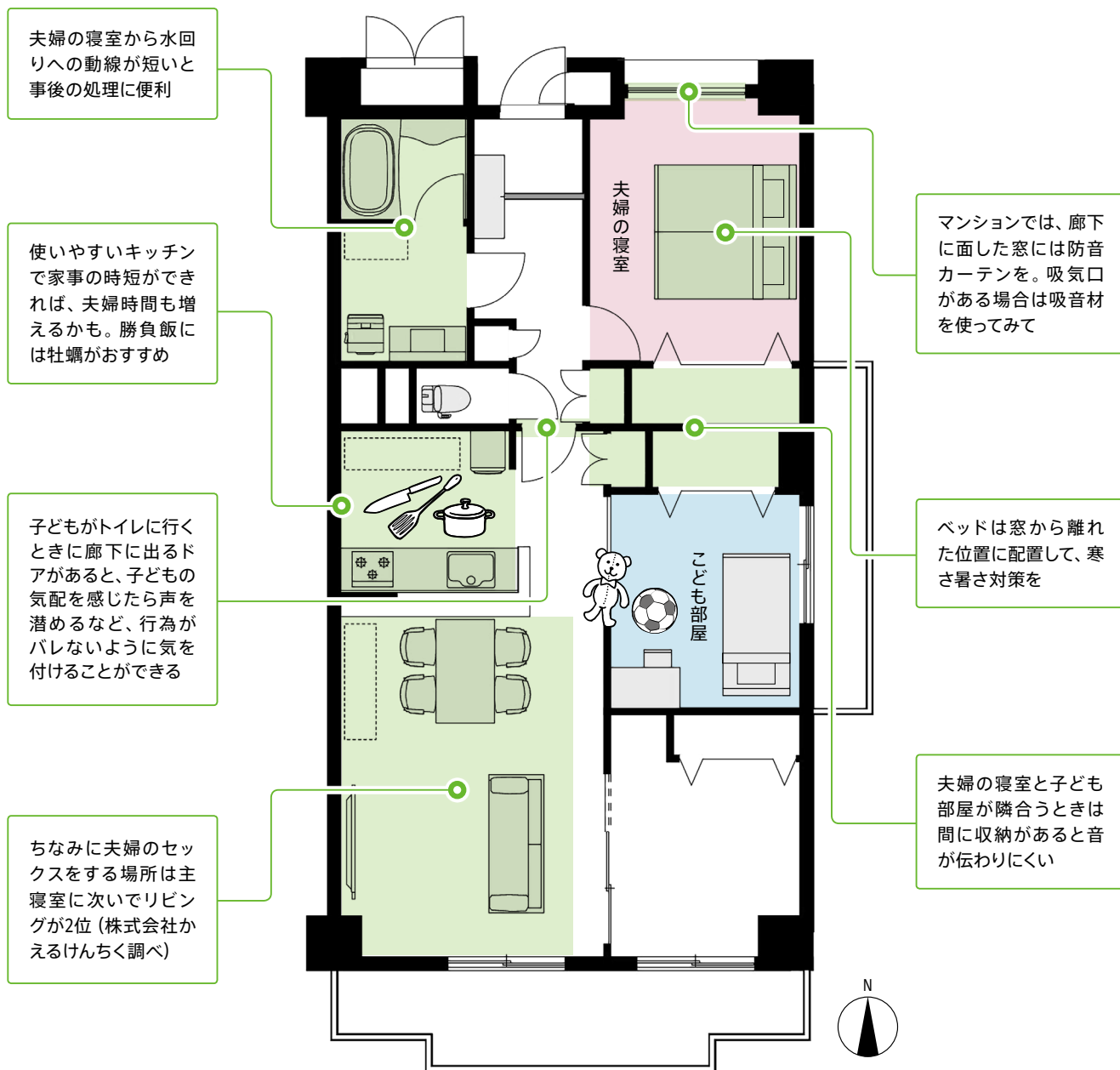


TENGGAからひとこと!

安心してください。電動タイプのTENGGA、iroha製品、すべて防水加工です(お風呂場でも使えます)

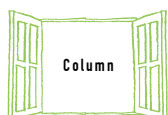


家族持ちにおすすめ これが新性活が充実する“理想の間取り”だ！ (3LDKマンションの例)



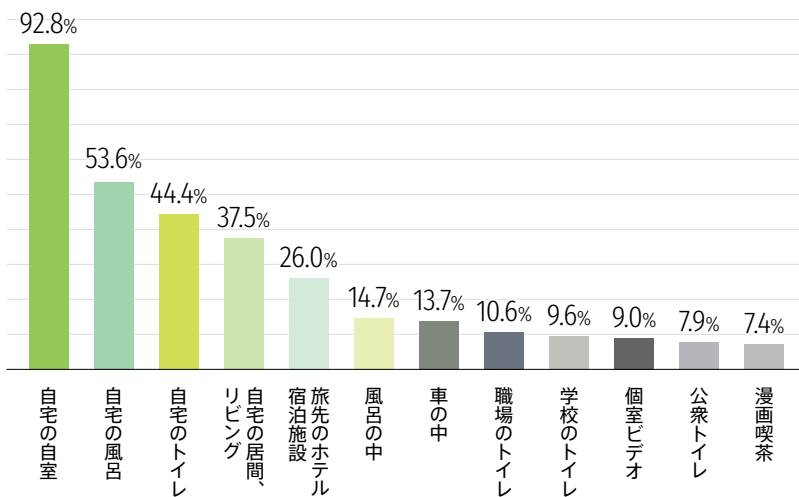
間取り図を見ながら、行為の前から後までの流れを想像してみよう！！

部屋選びをするときは、間取り図を見ながら朝起きてから夜寝るまでの一日の生活の流れを想像してみると、その部屋の問題点・改善点が見えてきます。新性活が充実する部屋選びには「ここでテレビを見てイチャイチャした後ベッドに行って、終わったらお風呂入って…」などと、性生活の一連の流れを想像しながら間取りを見てみましょう。



TENGAのオナニー国勢調査で分かった 『日本男児がマスターベーションを行ったことのある場所』はここだ！

TENGAが2017年に全国の15歳-64歳の男性5,279人に行ったマスターベーションに関する意識調査の結果では、圧倒的に「自室」でのマスターベーション経験者が92.8%と多く、次いで「お風呂」(53.6%)、「トイレ」(44.4%)、「居間」(37.5%)と続きました。「車の中」(13.7%)、「職場のトイレ」(10.6%)「学校のトイレ」(9.6%)での経験者もそれぞれ1割程度おり、みなさん一人になれる場所を求めて自宅以外のさまざまな場所で試みているということが分かります。「家ではマスターベーションがしづらい」という方は、今回のレターを参考に、自宅の居心地を改善してよりよいオナニーライフを送っていただきたいと思います。



編集後記

性生活と間取りについて、これまで考えた事はありませんでした。私は既婚者ですので、家族持ちにおすすめの間取りには特に共感出来ました。寝室は居間から離れていた方が確実にいいですね。寝室は互いにとって特別な空間であり、神聖な場所という意識がありますので、リビングから離れた位置にあることで生活感が減ると、移動する時に「よし、今日はセックスするぞ」と、お互いに気持ちが入りやすいです。

夫婦生活ではマスターベーションをおおびらにしやすい為、トイレやお風呂、もしくは奥さんが寝てからリビング

ですることが多くなりますので、どちらもリビングから離れていた方が助かります。収納の充実には本当に大切に、物が散らかっているだけで過度のストレスを感じてしまいます。普段の生活に心地良さと彩りがないと、やはり気持ちも上がりません。

今回考えてみて、性生活が充実しない原因の1つに“生活感”というキーワードがあるのだと思いました。二人の間を取り持つという意味でも、間取りは非常に大切です。



広報宣伝部
珍数男
(ちんかずお)

NEXT ISSUE

月刊TENGA

3月下旬 配信予定

▶ 月刊TENGA 第23号

もうすぐ入社式！ 社会人性生活調査(仮)

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

<http://store.tenga.co.jp/>

TENGA コーポレートサイト

<https://tenga-group.com>

画像ダウンロード用URL

<https://drive.google.com/drive/folders/1Gyi0TSWyNE8Yva5TMp3RKC4qrCH6EL8->



「TENGAロボ」と、「マジンガーZ」「ゲッターロボ」が コラボレーションした変形フィギュアを発売

2月28日(金)より、公式相棒ロボットの「TENGAロボ」と、「マジンガーZ」「ゲッターロボ」がコラボレーションした変形フィギュアを発売いたします。TENGA形態からロボ形態に完全変形！ TENGA形態約9cm、ロボ形態約11cm。小気味よいギミックで変形遊びを楽しめる本格玩具仕様です。

マジンガーZ コラボ詳細ページ

<https://www.tenga.co.jp/robo/collaboration/mazingerz.html>

ゲッターロボ コラボ詳細ページ

<https://www.tenga.co.jp/robo/collaboration/getterrobot.html>

くすみ・乾燥ケアもできる 美容保湿成分を配合。 泡タイプのデリケートゾーンソープを発売

女性向けセルフケアブランド『iroha INTIMATE CARE（イロハ インティメート ケア）』は、3月19日(木)、初心者の方でも気軽に使い始めることができる、泡タイプのデリケートゾーンソープ「iroha INTIMATE WASH【FOAM TYPE】」を発売いたします。また、初の常設店であるiroha STORE 大丸梅田店（大丸梅田店5F）にて、11日（水）より先行発売開始。さらに期間限定で、iroha INTIMATE CARE 特設ショップをオープンいたします。



お問い合わせ先

TENGA 広報宣伝部
TEL：03-5418-5590
MAIL：inukai@tenga.co.jp
担当：犬飼

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（東京都渋谷区宇田川町36-22 ノア渋谷パートII 2F）
TEL：03-6416-3268 / FAX：03-6416-3269
MAIL：tengapr@publicgood.co.jp
担当：森下・山内・渡邊