

## 【CARESSAの意識調査レポート】

「セックスレスでも仲よし」なカップルが7割。  
仲よしの秘訣を調査結果から発表！

ふたりのふれあいをより豊かにする、株式会社TENGA（東京都港区/代表取締役社長 松本光一）の新ブランド『CARESSA』から、カップル間のコミュニケーションに関する情報をお届けします！

婚姻関係にあるカップルのセックスレスは51.9%にのぼる\*など、「セックスレス大国」と言われる日本。セックスレスが原因で離婚にいたるなど、深刻な悩みを抱える方もいらっしゃる、ネガティブな印象を持っている方も多いのではないのでしょうか。

一方で、『CARESSA』が行った調査では、「セックスがなくても仲の良いカップル」が70%いることがわかりました。また、レス状態でもスキンシップを行っているカップルは、関係性が良い方が多いこともわかりました。

今回は調査結果から、セックスレスカップルの実態をお伝えします。

\*性の大規模実態調査『ジャパン・セックス・サーベイ2020』

## セックスレスでも関係性が「良好」と答えた方が7割

## ■意識調査について

調査概要：スキンシップに関する調査

[調査元] 株式会社TENGA

[調査方法] インターネット調査

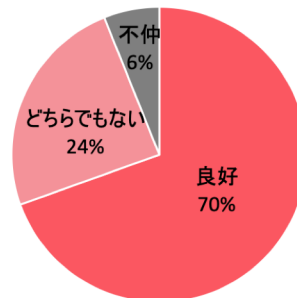
[対象] 全国の20～40歳の男女 600名（男女300人ずつ）

※パートナーと1ヶ月以上お付き合いしている人

[実施日] 2022年1月27日（木）～1月28日（金）

全体のうち「セックスレス状態」の方は半数の49%だが、レス状態の人（n=291）の中でパートナーとの関係性が「良好」と答えた人は70%にのぼる。

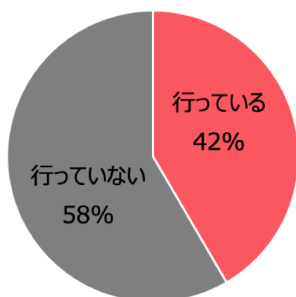
セックスレス状態のカップルの関係性



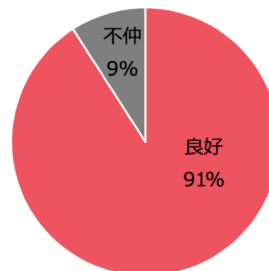
## セックスレスでもスキンシップを大切にするカップルは仲よしの傾向

セックスレス状態の人（n=291）のうち、「パートナーとのスキンシップを行っている」と答えた人は42%だった。さらにレス状態で「スキンシップを行っている」と回答した人（n=121）の中で、パートナーとの関係性が「良好」と答えた人は91%だった。このことより、レス状態でも関係性を良好に保つ鍵として、スキンシップが重要な可能性がある。

セックスレス状態のカップルのスキンシップ



セックスレス状態だがスキンシップを行っているカップルの関係性



### ■ 触れられる側より、触れる側の方がオキシトシンが増加！

触れるケアをすると、触れられる側のオキシトシンの分泌が高まるのはもちろんのこと、触れる側（ケアする人）のオキシトシンの分泌も高まるのが、実験によりわかっています。

ケアする側は、多少なりとも相手のことを慮りながら触れるでしょう。「ここが気持ちよさそうだ」、「この痛みが良くなるように」などの気持ちです。

オキシトシンの分泌には、単なる触覚刺激があれば良いのではなく、相手のことを慮るという優しさや思いやりといった心理面も重要なのです。

### ■ 相手に触れるに最適な速さは秒速5cm！

快の感情を生む、「C触覚線維」という特殊な神経が、肌を撫でられた刺激を脳に伝えています。「C触覚線維」は触れる速さがとても重要です。およその速さの目安としては、肩から手の甲までを、5秒間かけて触れていく。このとき、手の平全体を使い、少し圧をかけて触れることも大切です。

参考文献：山口創『皮膚感覚から生まれる幸福 心身が目覚めるタッチの力』2018 春秋社ほか



#### 【教えていただいた先生】

山口創（やまぐち はじめ）先生 桜美林大学 リベラルアーツ学群 教授。博士（人間科学）、臨床発達心理士

## CARESSAとは

CARESSAは、ふれあい、寄り添うことの大切さを伝え、そのきっかけを提供する『TENGA』『iroha』に並ぶ新ブランドです。

「肌と肌で愛し合おう。」をコンセプトとして、カップルが「肌と肌の触れ合いにより、心のつながりを強めより仲良くなってほしい」という願いが込められています。

ふたりで過ごす時間を、より豊かに、楽しいものにするサポートをします。



※写真中央のミスト（3本）は今後発売予定です。

CARESSA公式サイト <https://caressa.co.jp/>

キャンペーンの画像素材は下記URLよりダウンロードをお願いいたします。

画像ダウンロードURL：<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1819Rv65KZ34PHDbSr4ko6i7TMQ4B1xUg>

代表連絡先：TEL: 03-5418-5590 / FAX: 03-5418-5595

問い合わせ：[motoi@tenga.co.jp](mailto:motoi@tenga.co.jp)（本井）