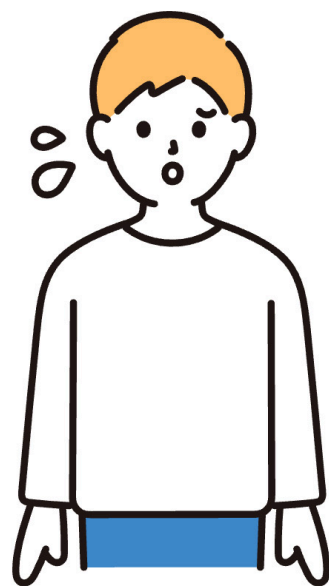


**【男性の性のお悩み調査】 3人に1人以上が「悩みあり」、一方で91.8%が「相談先がない」
8割超が解決を望むも、相談につながりにくい男性のセクシャルヘルスの実態が明らかに**

性の悩みや不安のない社会を目指す株式会社TENGAヘルスケア（本社：東京都中央区、代表取締役：松本光一）は、全国の20代～50代の男性4,000名を対象に「性の健康や機能に関する意識調査」を実施いたしました。本調査の結果、**男性の約3人に1人以上（33.7%）が現在何らかの性の悩みを抱えていることが分かりました。一方、性の悩みが生じた際に「相談先や頼り先がない、思い浮かばない」と回答した人は91.8%にのぼり、性に関する悩みを周囲に相談しづらく孤立している実態が浮き彫りになりました。**また、性の悩みを抱える男性の81.9%が「非常に解決したい・できれば解決したい」と回答し、多くの男性が悩みの解決を望んでいることが示されました。希望する相談先には「医師や専門家とのオンライン・テキスト相談（各約38%）」に需要が集中しています。とくに20～40代においてはAIへの相談を大きく上回る結果となり、センシティブな悩みに対しては専門知識を持つ「人」によるサポートが強く求められていることがうかがえます。

男性の性のお悩み調査

性の悩みが生じた際に
約9割が
「相談先がない」



株式会社TENGAヘルスケア調べ（調査対象：全国の20代～50代男性 4,000名）

調査背景

近年、フェムケア・フェムテックの普及などを背景に、女性の健康課題やセクシャルウェルネスへの社会的な関心が高まり、企業や自治体におけるサポートの取り組みも広がっています。一方、男性のセクシャルヘルスについては、EDや射精に関する悩みなど、身近な人には相談しづらい内容も多く、恥ずかしさや心理的なハードルから一人で抱え込み、孤立してしまうケースも少なくありません。また、悩みを抱えた際に、誰に相談すればよいのか、どのようなサポートを利用できるのかが分かりにくいことも課題の一つです。

当社は、こうした性の健康や機能に関する悩みは、個人の生活の質（QOL）に関わる問題だけではないと考えています。

EDや射精に関する悩みは妊活・不妊にも関わるほか、男性更年期に伴う心身の変化は、日々の生活や仕事、パートナーシップにも大きな影響を及ぼす可能性があります。それにもかかわらず、男性が抱えるセクシャルヘルスの悩みの実態は十分に可視化されておらず、適切な情報やケアにつながるための環境も、まだ十分に整っているとはいえません。

こうした状況を踏まえ当社では、男性が抱える性の悩みの実態や潜在的な課題を明らかにするとともに、悩みの解決や相談サービスに対するニーズを把握し、社会全体のセクシャルウェルネス向上につなげることを目的に、全国の20代～50代男性4,000名を対象とした意識調査を実施しました。

調査結果

調査概要

〈調査名〉性の健康や機能に関する意識調査

〈調査方法〉インターネット調査

〈調査実施期間〉2026年5月27日-2026年6月2日

〈調査会社〉アイブリッジ株式会社

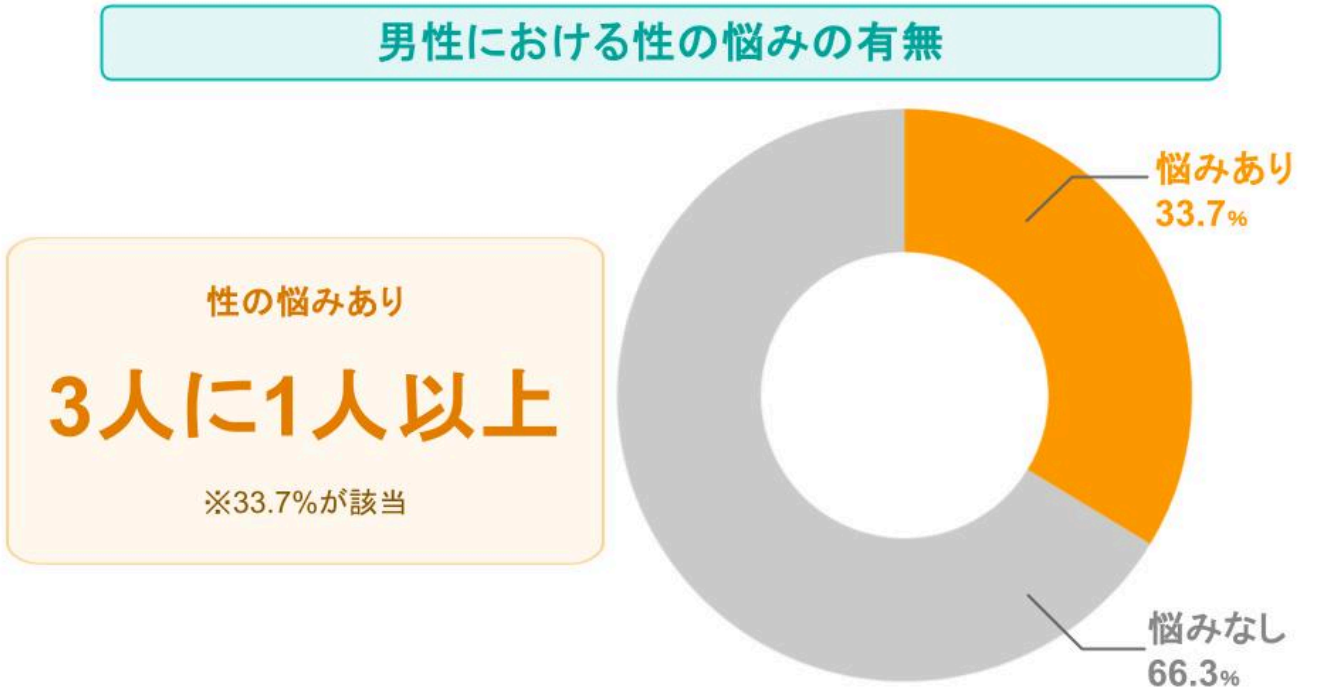
〈調査対象〉

事前調査：全国の20代～50代の男性／サンプル数：4,000人

本調査：セックス頻度が年1回以上かつ性の悩みがある男性／サンプル数：500人

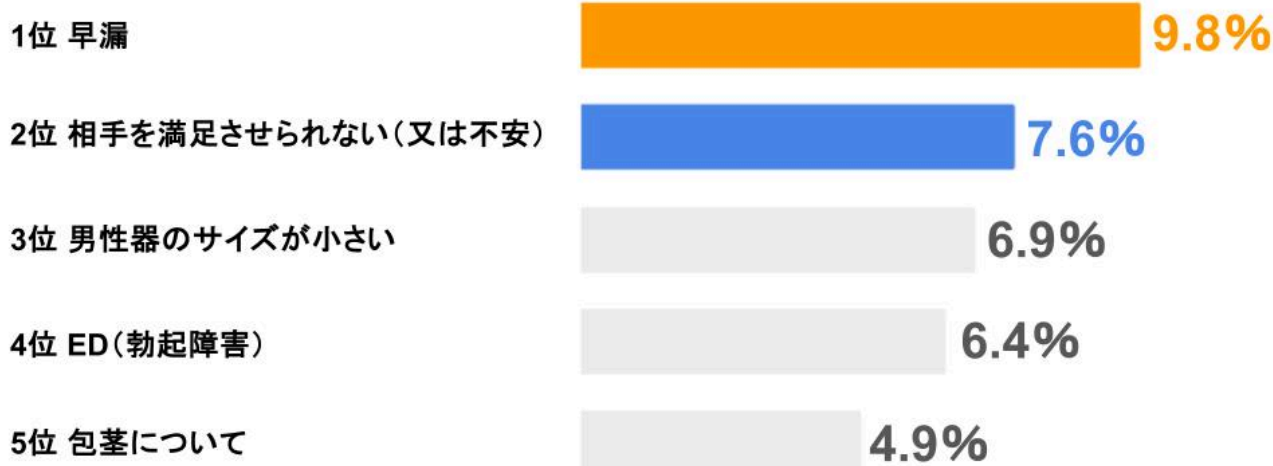
①3人に1人以上の男性が「性の悩みあり」。最も多い悩みは「早漏」、次いで「パートナーへの不安」

・調査を実施した4,000名の男性のうち、全体の**33.7%（3人に1人以上）**が現在何らかの性の悩みを抱えていると回答し、性の悩みは多くの男性にとって非常に身近で日常的な課題であることが分かりました。



・悩みの内容で最も多かったのは「早漏（9.8%）」、次いで「セックスで相手を満足させられない（又は不安）（7.6%）」となりました。自身の性機能に関する悩みに加え、パートナーとの性行為に関する不安や関係性も上位に挙がっています。

男性が抱える主な性の悩み（上位5項目）



②男性の91.8%が「性の悩みの相談先がない」と回答。50代では93.7%が「相談先」がなく孤立する傾向が明らかに

性の悩みが生じた際の相談先について聞いたところ、「相談先や頼り先がない、思い浮かばない」と答えた人は全体の91.8%にのぼりました。

年代別で見ると、20代（89.7%）、30代（91.6%）、40代（92.3%）、50代（93.7%）と、年齢が上がるほど「相談先がない」と回答する割合が高くなる傾向がみられました。

性のお悩みに関する相談先・頼り先が思い浮かぶかどうか

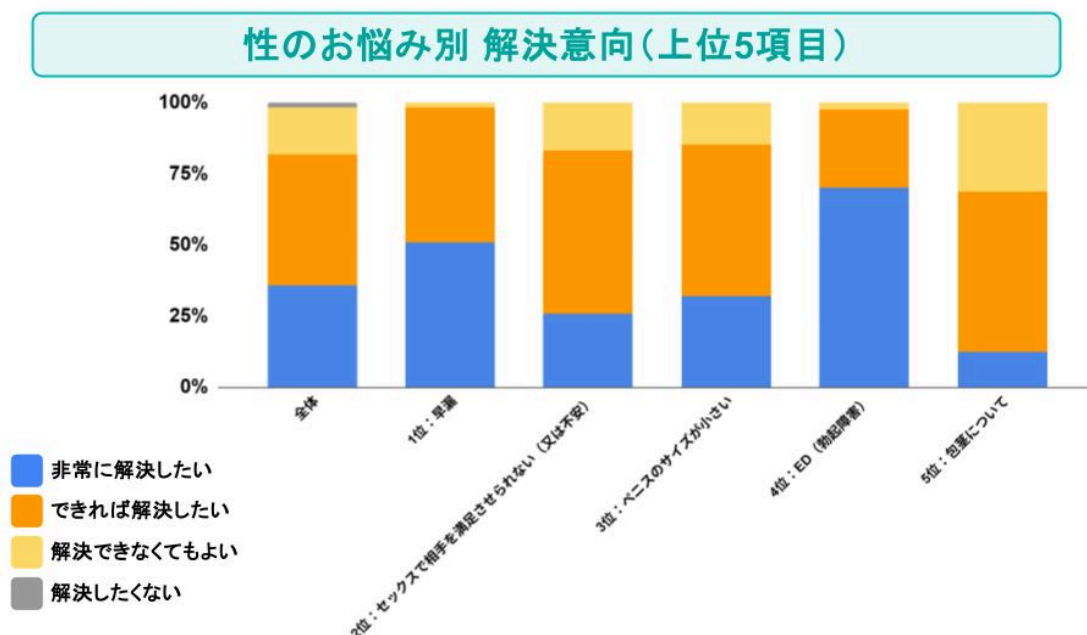
■ ある、もしくは思い浮かぶ
■ ない、もしくは思い浮かばない



③性の悩みを抱える男性の81.9%が「解決したい」。「ED」「早漏」に悩む回答者の過半数が「非常に解決したい」

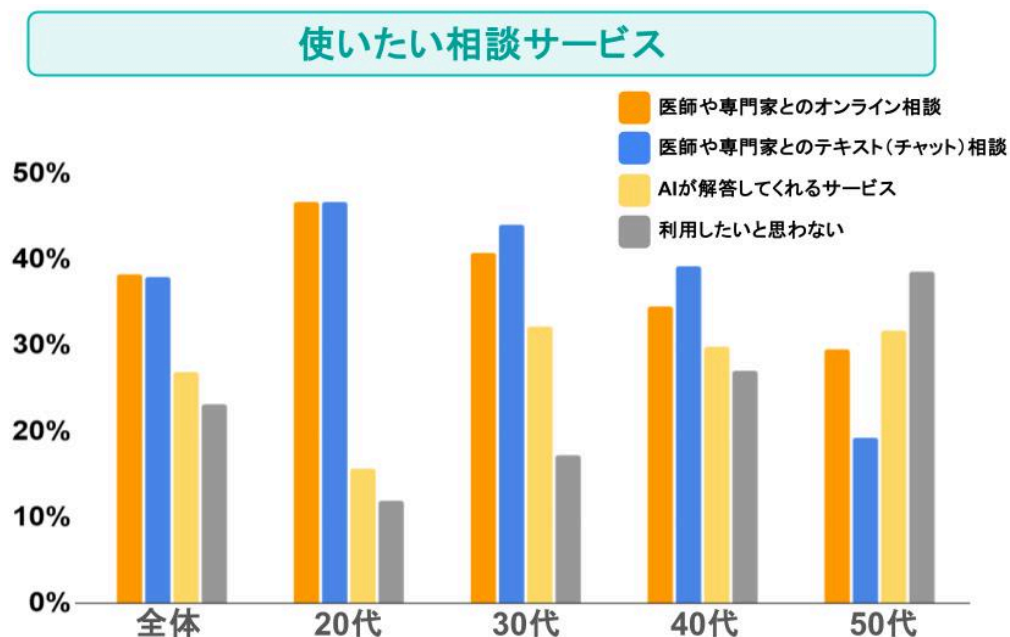
本調査で性の悩みを抱える男性に解決意向を聞いたところ、35.8%が「非常に解決したい」、46.1%が「できれば解決したい」と回答し、合計81.9%が悩みの解決を望んでいることが分かりました。

悩み別で見ると、特にEDと回答した人の70.2%、早漏と回答した人の50.9%が「非常に解決したい」と答えており、性機能に関する悩みに対する高い解決意向がうかがえます。



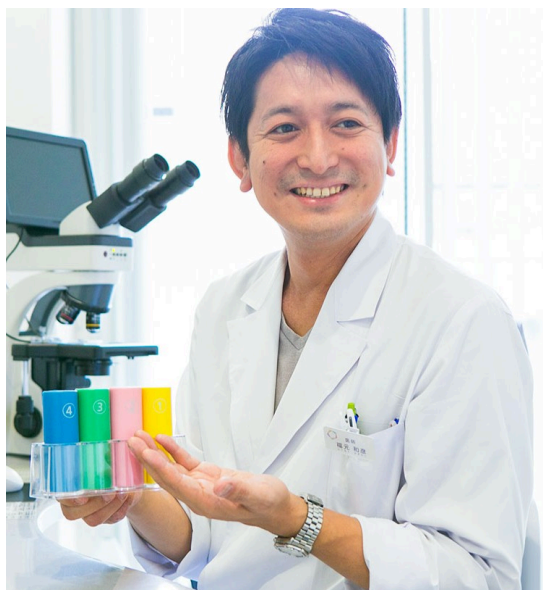
④約4割が医師や専門家とのオンライン・テキスト相談を希望。20～40代で顕著になった、AIを上回る“人”へのニーズ

相談サービスの利用意向を聞いたところ、「医師や専門家とのオンライン相談(38.3%)」や「医師や専門家とのテキスト(チャット)相談(38.0%)」に高い需要が集まりました。とくに20代から40代においては、AIによる回答サービスを大きく上回っており、専門知識を持つ「人」に悩みを打ち明けたいという切実なニーズが顕著に表れています。AI技術が発達する現代においても、センシティブな性の悩みに対しては、「人」によるサポートが重視されていることが伺えます。



※調査に関してご紹介していただける際には、「出典：株式会社TENGAヘルスケア」とお書き添えください。より詳細な調査データが必要な場合は別途ご提供させていただきますので、広報担当 松下までご連絡ください。

福元メンズヘルスクリニック院長 福元和彦先生（医師）



日々の診療において「何年も一人で抱え込んでいた」と性の悩みを打ち明ける患者さんは多く、今回の「91.8%が相談先を持たない」という調査結果は現場の実感と合致しています。

私たち医療者も診療に力を注いでいますが、対面受診のハードルは依然として高く、悩みを抱える全員が診療の場に来られているわけではありません。性の悩みは個人のQOLはもちろん、仕事や人生設計、パートナーシップといった人生の主要な領域にも関わる重大な課題です。小さな悩みのまま放置すると次第に深刻化し、性生活だけでなく心身や人間関係にも影響が及びかねません。

早期に適切な知識を得ることで改善するケースも多くあります。受診の前段階として、非対面でも気軽に安心して相談できるような新たな受け皿が社会に広がっていくことが、悩みを放置せず解決へ踏み出すための重要な鍵になると感じています。

男性向けヘルスケアブランド「TENGAヘルスケア」とは



株式会社TENGAヘルスケアが運営しているブランドのひとつである、男性向けヘルスケアブランド「TENGAヘルスケア」は、「性の悩みがない世界」の実現に向けて、性機能や妊活など、幅広い分野から性の健康をサポートするブランドです。

これまで培ってきた知見やノウハウを基盤に、医療・福祉・教育分野の専門家や学会、関係機関と連携し、一人ひとりが自身の性と向き合い、健やかに暮らせる社会のために、「セクシャルウェルネス」の向上を掲げ、製品開発や情報発信に取り組んでいます。

TENGAヘルスケアは、2026年11月に設立10周年を迎えます。これからも一人ひとりの悩みに寄り添い、誰もが自分らしく性と向き合える社会の実現に貢献してまいります。

ブランドサイト：<https://tengahealthcare.com/>

画像のDLは[こちら](#)から

本件に関する報道機関からのお問い合わせ先

株式会社TENGA 松下 TEL：03-6228-2590（代表） E-mail：mio.matsushita@tenga.co.jp

株式会社TENGA 広報事務局（共同PR内）：木之内 宇佐見 TEL：070-4303-7391（木之内） / 080-2047-2434（宇佐見）

E-mail：tenga-pr@tenga.co.jp