

「夫婦仲と寝室」に関する実態調査[2016年版]

3/4の夫婦が円満に暮らしている！

「円満夫婦」の夫婦同室率は75.1%。一方、「非円満夫婦」では49.0%。

「円満夫婦」の「夫婦同室」推奨派は74.5%、「非円満夫婦」は55.7%。

夫婦といえど、平日の昼間は別々に過ごすことが多く、夜がコミュニケーションのコアタイムになる。そんな夜の時間の大半を過ごす「寝室」は、夫婦仲にどのような影響を及ぼしているのだろうか。

今回、オウチーノ総研(株式会社オウチーノ/本社:東京都港区/代表:井端純一)は、首都圏在住で20歳~59歳の既婚男女1,162名を対象に、「『夫婦仲』に関するアンケート調査」を行った。はじめに「夫婦仲は円満ですか?」と聞いた。結果、「円満夫婦」が74.0%、「非円満夫婦」が9.1%、「分からない」が16.9%だった。実に3/4の夫婦が円満に暮らしていることが分かった。次に、「配偶者と同じ寝室で寝ていますか?」という質問をした。結果、「同じ部屋で同じベッド・布団」で寝ているという人が33.5%、「同じ部屋で違うベッド・布団」で寝ているという人が35.1%、「違う部屋」で寝ているという人が27.3%、「その他」が4.1%だった。また「円満夫婦」の場合は、「同じ部屋」で寝ている人が75.1%、「非円満夫婦」の場合は49.0%だった。最後に「夫婦円満のためには、寝室は『夫婦同室』と『夫婦別室』、どちらが良いと思いますか?」と聞いた。「夫婦同室」を推奨する人は68.1%、「夫婦別室」は31.9%だった。

■調査概要

有効回答 首都圏在住で20歳~59歳の既婚男女1,162名(学生は除く)

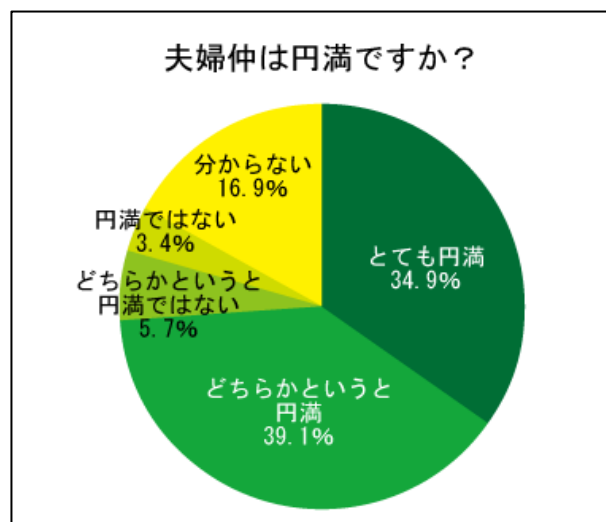
調査方法 インターネットによるアンケート調査

調査期間 2016年12月6日(火)~12月10日(土)

1. 3/4の夫婦が円満に暮らしている！

はじめに「夫婦仲は円満ですか?」と聞いた。結果、「とても円満」だという人が34.9%、「どちらかという円満」が39.1%、「どちらかという円満ではない」が5.7%、「円満ではない」が3.4%、「分からない」が16.9%だった。合わせると、「円満夫婦」が74.0%、「非円満夫婦」が9.1%と、実に3/4の夫婦が円満に暮らしていることが分かった。また、子どもの有無別に見ると、子どもがいる夫婦のうち、「円満夫婦」は70.7%、子どもがいない夫婦は82.2%だった。子どもができると、子育ての分担や教育方針などにおける揉め事も増え、夫婦仲に影響を及ぼすのかもしれない。

「円満夫婦」にその理由を聞いてみたところ、最も多く挙げたのが「喧嘩をしないから」だった。具体的には「特に喧嘩もなく毎日楽しく過ごしているから」(50歳/女性)や「お互い妥協し合っているからか、喧嘩もない」(37歳/女性)などが挙げられた。次いで「コミュニケーションをとっているから」という声が多く、例えば「言いたいことは我慢せず言い合えるから」(29歳/男性)や「毎日何があったかを報告し合い、頻りに連絡



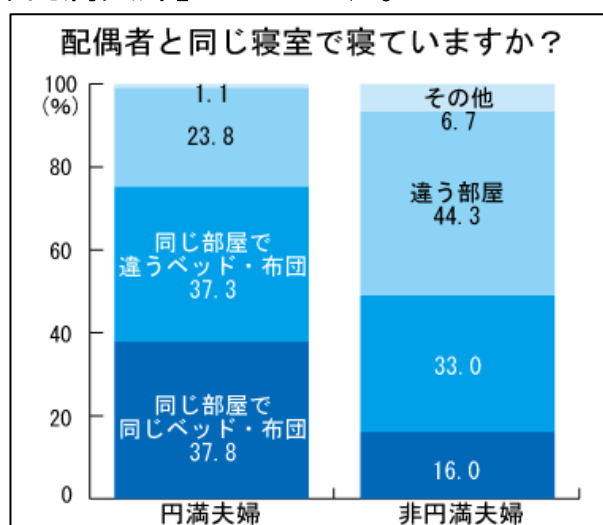
■このリリースに関するお問い合わせや取材、資料ご希望の方は下記までご連絡ください。■

株式会社 オウチーノ(オウチーノ総研/池田) 〒105-0021 東京都港区東新橋2-14-1 コモディオ汐留
<TEL:03(5776)1746 FAX:03(5776)1747 E-MAIL:soken@o-uccino.jp>

も取っているから」(26歳/女性)などが聞かれた。他には「子ども中心の生活だが、平日休みが取れると2人で出掛けたりする」(47歳/女性)や「お互い干渉しすぎない、良い距離感を保っているから」(40歳/女性)などが挙げられた。反対に「非円満夫婦」からは「価値観・考え方が合わない」という声が多く、「子どもの育て方に相違がある」(44歳/男性)や「もともと考え方に違いがあり、年を重ねるにつれお互いに歩み寄れなくなってきたから」(53歳/女性)などが具体的に挙げられた。他には「2人の時間がとれないから」(29歳/女性)や「単身赴任で会えていない」(38歳/男性)などが聞かれた。

2. 「円満夫婦」の夫婦同室率は75.1%。一方、「非円満夫婦」では49.0%。

次に、「配偶者と同じ寝室で寝ていますか？」という質問をした。結果、「同じ部屋で同じベッド・布団」で寝ているという人が33.5%、「同じ部屋で違うベッド・布団」で寝ているという人が35.1%、「違う部屋」で寝ているという人が27.3%、「その他」が4.1%だった。68.6%の夫婦が「同じ部屋」で寝ていることが分かった。また、「円満夫婦」の場合は、「同じ部屋」で寝ている人が75.1%、「非円満夫婦」の場合は49.0%だった。さらに子どもの有無別で見ると、子どもがいる夫婦が「同じ部屋」で寝ている割合は63.8%、子どもがいない夫婦の場合は80.7%だった。夫婦の寝室がバラバラになるきっかけとして、子どもの存在は大きいようだ。それぞれの寝室形態について、理由を聞いた。「同じ部屋で同じ



ベッド・布団」と回答した人からは「部屋がない、部屋が狭いから」という理由が最も多く、具体的には「部屋が狭く、ベッドがひとつしか置けないから」(26歳/女性)や「部屋数から考えても一緒に寝るしかない」(34歳/女性)などが挙げられた。次いで「ずっとそうだから、習慣だから」という声が多く、例えば「ずっとこの形を続けてきたから」(31歳/女性)や「同棲時代からそうだったから」(27歳/男性)などが聞かれた。他には「エアコン代節約のため」(30歳/女性)や「子どもがまだ小さく、夜泣きを夫婦2人で見ているから」(28歳/男性)、「一緒に寝た方が暖かいから」(51歳/男性)などが挙げられた。

「同じ部屋で違うベッド・布団」と回答した人からは「子どもがいるから」という理由が最も多く、具体的には「夫婦の間に子ども2人が寝ている」(47歳/男性)や「子どもが母親にべったりだから」(32歳/男性)などが挙げられた。次いで「ゆっくり寝たいから」という声が多く、例えば「同じ布団だと熟睡できないから」(27歳/女性)や「きちんと体を休ませるため」(47歳/女性)などが聞かれた。他には「寝相が悪いし、いびきをかくから」(54歳/男性)や「生活のリズムが違うから」(42歳/男性)、「部屋数が少ないから」(27歳/男性)などが挙げられた。

「違う部屋」では「いびきがうるさいから」という理由が最も多く挙げられた。具体的には「夫のいびきがうるさく、子どもが起きたら困るから」(37歳/女性)や「自分のいびきがひどく、妻が寝られず体調に影響を及ぼしたから」(50歳/男性)などが挙げられた。次いで「子どもがいるから」が多く、例えば「子どもの夜泣きがあり、仕事への影響を考慮し自分のみ別に寝ている」(34歳/男性)や「妻は子どもたちと寝ていて、自分は仕事をしてから寝るため別の部屋にしている」(29歳/男性)、「子どもと添い寝していたら、子離れした後も戻れなくなった」(59歳/男性)などが聞かれた。他には「活動時間帯が異なるため」(47歳/男性)や「お互いの安眠のため」(49歳/女性)などが挙げられた。

3. 「円満夫婦」の「夫婦同室」推奨派は 74.5%、「非円満夫婦」は 55.7%。

最後に「夫婦円満のためには、寝室は『夫婦同室』と『夫婦別室』、どちらが良いと思いますか?」と聞いた。『夫婦同室』が良いと思うという人が 39.4%、「どちらかという『夫婦同室』が良いと思う」が 28.7%、「どちらかという『夫婦別室』が良いと思う」が 18.1%、『夫婦別室』が良いと思うが 13.8%だった。合わせると、「夫婦同室」を推奨する人は 68.1%、「夫婦別室」は 31.9%だった。「円満夫婦」の「夫婦同室」推奨派は 74.5%、「非円満夫婦」は 55.6%だった。

「夫婦同室」を推奨する人にその理由を聞いた。最も多く挙げたのが、「コミュニケーションがとれるから」だった。具体的には「寝る前にその日 1 日の話をするのが、良いコミュニケーションになっているから」(27 歳/女性)や

「意見交換もしやすいから」(29 歳/男性)などが挙げた。次いで「何かあった時、安心だから」という声が多く、例えば「お互い 50 代なので、健康面で何かあった時に同室の方が良いから」(57 歳/女性)や「地震が来た時など、すぐに助け合える」(25 歳/男性)などが聞かれた。他には「喧嘩をしても一緒に寝ることで仲直りするきっかけになるから」(43 歳/女性)や「物理的距離と心理的距離は比例すると思うから」(27 歳/女性)、「仕事などでなかなか一緒にいる時間を作れないから」(38 歳/女性)などが挙げられた。

反対に「夫婦別室」推奨派からは「1 人の時間も大切だから」という理由が最も多く挙げた。具体的には「自分の時間もある程度の距離も必要だと思うから」(41 歳/女性)や「新鮮さが保たれるから」(32 歳/男性)などが挙げられた。次いで「安眠のため」が多く、例えば「睡眠不足はイライラに繋がるから」(47 歳/女性)や「睡眠の質を下げないため」(54 歳/女性)などが聞かれた。他には「生活リズムにずれがある場合は別の方が良いと思う」(47 歳/女性)や「それぞれプライベートの空間がある方が過ごしやすいと思うから」(53 歳/女性)、「気兼ねなくいられるから」(58 歳/女性)などが挙げられた。

今回の調査では「円満夫婦」の方が「非円満夫婦」に比べ、寝室の「夫婦同室」に対して肯定的であることが分かった。寝室形態は、夫婦円満の秘訣のひとつのようだ。

オウチーノ de ヨムーノ: <http://www.o-uccino.jp/article/archive/kurashi/20161221-souken/>

