電通総研コンパス

vol.7 The Man Box：男らしさに関する意識調査

2021年11月

本調査内容に関する問合せ先
電通総研：山﨑、中川、馬籠
E-mail d-ii@dentsu.co.jp

クオリティオブソサエティ 電通総研

調査の視点

電通総研は「クオリティ・オブ・ソサエティ」の活動基盤として、「人びとの意識の変化がどのような社会を形づくっていくのか」を捉えるために、定量調査「電通総研コンパス」をアドホックに実施しています。第7回目となる今回は、2021年8月31日～9月2日に日本在住の18～70歳の男性3,000人を対象に「The Man Box：男らしさに関する意識調査」を実施しました。

本調査は、ジェンダー平等実現のため男性を対象として世界各地で活動をおこなうNGOのPROMUNDO（プロムンド）が2016年に実施した「The Man Box（マン・ボックス）」調査を、日本で実施したものです。同一の質問票を日本語訳したものに加え、日本独自質問を追加した、約30問で構成されています。「マン・ボックス」とは、社会で広く受け入れられている、伝統的かつ覇権的な男らしさに結び付けられる行動や考え方のことで、男らしさの箱の中に囚われた状態を、「マン・ボックスの中にいる」という比喩で表現します。プロムンドが開発した「マン・ボックス・スケール」（マン・ボックスにどの程度強く共感し、内面化しているかを示す尺度）を用い、日本の男性の男らしさに関する意識や、マン・ボックスの中にいる人／外にいる人で意識・行動に違いがあるかについて調査しました。

電通総研では、プロムンドがすでに実施した、米国、英国、メキシコの3か国（調査対象18～30歳男性）の調査結果との比較に加え、日本調査の年代別比較（18～30歳、31～50歳、51～70歳）をおこないました。

＊グラフ内の各割合は全体に占める回答者の実数に基づき算出し四捨五入で表記しています。また、各割合を合算した回答者割合も、全体に占める合算部分の回答者の実数に基づき算出し四捨五入で表記しているため、各割合の単純合算数値と必ずしも一致しない場合があります。

調査概要　電通総研コンパス第7回「The Man Box：男らしさに関する意識調査」

調査時期　2021年8月31日～9月2日

対象地域　全国

対象者　18～70歳

* 広告・調査業を除く

** 事前調査のパーミッション質問に対し「協力できる」と回答した人

調査方法　インターネット調査

回収数　3,000人

調査会社　電通マクロミルインサイト

割付

（人）

		北海道	東北	関東	中部	近畿	中国	四国	九州	計
①1,000ss	男性18-24歳	20	33	190	92	88	29	13	55	520
	男性25-30歳	18	31	180	88	75	26	12	50	480
②1,000ss	男性31-40歳	19	31	175	85	72	25	13	49	469
	男性41-50歳	21	33	200	98	86	28	14	51	531
③1,000ss	男性51-60歳	20	37	159	86	72	26	14	54	468
	男性61-70歳	24	41	170	99	85	33	18	62	532

*** ①の回答者数と年齢・居住地の割付は、米国、英国、メキシコでの調査にならい、エリアごとの年齢構成比に合わせて割付。②と③も①と同様、エリアごとの年齢構成比に合わせて割付。

17のマン・ボックス・ルール

世界で共通して見られる代表的な17の男らしさの規範を、7つのテーマ別の柱に分類。

柱1	自己充足的	1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。
		2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。
柱2	タフな振る舞い	3	やられてもやり返さない男性は弱い。
		4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。
柱3	身体的な魅力	5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。
		6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。
		7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。
柱4	固定的な性役割	8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。
		9	男性は家事をしなくてもいい。
		10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。
柱5	異性愛中心主義と同性愛嫌悪	11	ゲイ（同性愛者）の男性は、男らしくない。
		12	ストレート（異性愛者）の男性が、ゲイ（同性愛者）の男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。
柱6	高い性的能力	13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。
		14	男たるものセックス（性行為）を決して断らない。
柱7	攻撃性と支配	15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。
		16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。
		17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。

マン・ボックス・スコア算出方法

マン・ボックス・ルールに対する個人的な賛否を問う15の質問（「私の意見では...」）への回答から算出する。よりジェンダー平等的な回答（多くの場合「まったくそう思わない」）を4ポイント、よりジェンダー不平等的な回答（多くの場合「とてもそう思う」）を1ポイントとして得点化。

		とても そう思う	そう思う	そう思わない	まったく そう思わない
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	+1	+2	+3	+4
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	+1	+2	+3	+4
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	+1	+2	+3	+4
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	+1	+2	+3	+4
5*	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	算出対象外			
6*	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。				
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	+1	+2	+3	+4
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	+1	+2	+3	+4
9	男性は家事をしなくてもいい。	+1	+2	+3	+4
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	+1	+2	+3	+4
11	ゲイの男性は、男らしくない。	+1	+2	+3	+4
12**	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	+4	+3	+2	+1
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	+1	+2	+3	+4
14	男たるものセックスを決して断らない。	+1	+2	+3	+4
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	+1	+2	+3	+4
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	+1	+2	+3	+4
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	+1	+2	+3	+4

STEP 1 全回答者の15項目のポイントを合算。それを回答者数で割って、対象者1人あたりの平均点を算出。

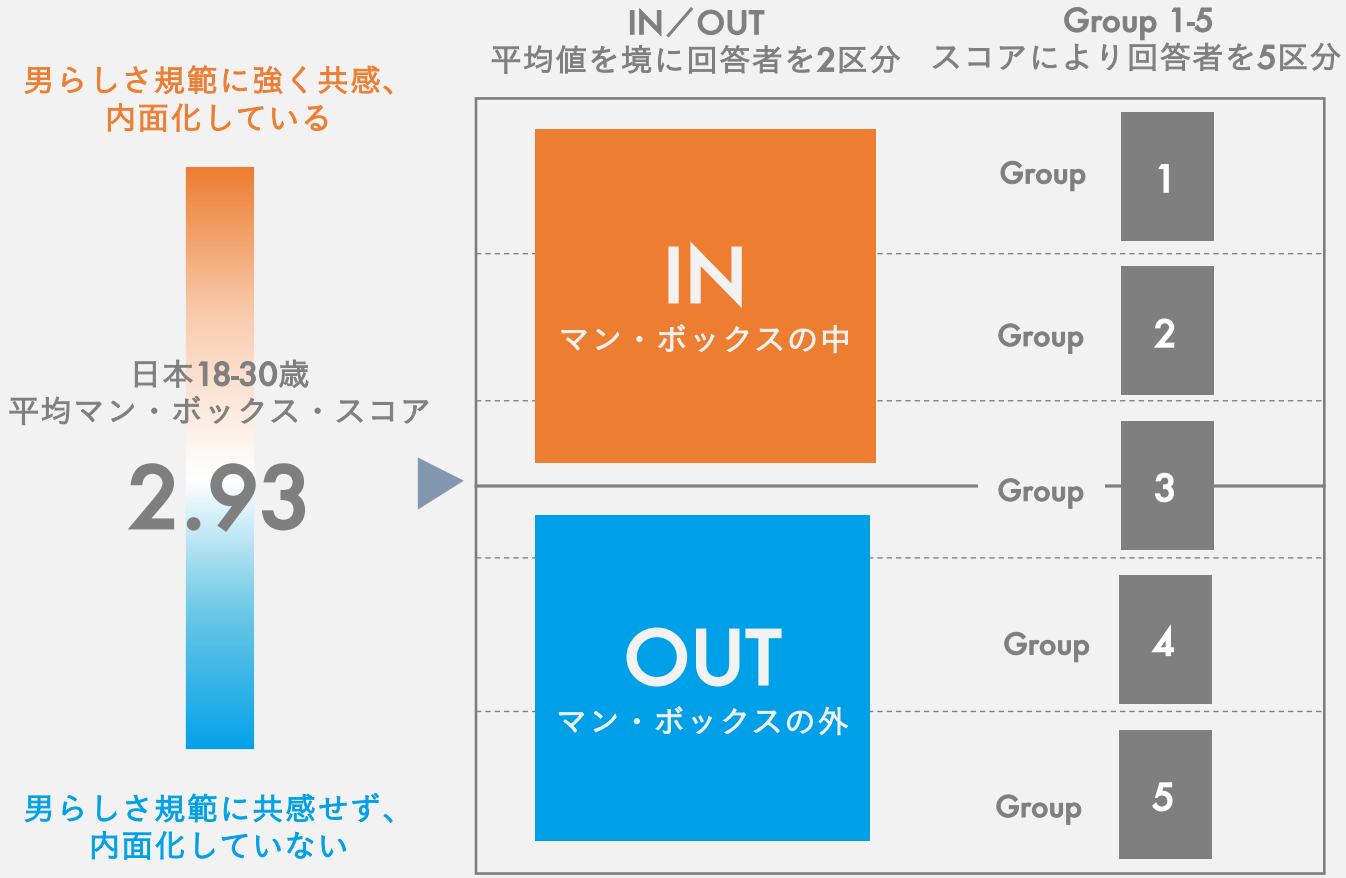
STEP 2 対象者1人あたりの平均点を対象項目数の15で割る。これを「平均マン・ボックス・スコア」とする。

* 外見に関する項目5と項目6はマン・ボックス・スコア算出の対象外とする。

** ポジティブな内容である項目12に関しては、ポイントを逆転させる。

IN / OUT とレベルの区分

マン・ボックス・スコアが、その国の平均マン・ボックス・スコアより低い人を「マン・ボックスの中」にいる人、平均値より高い人を「マン・ボックスの外」にいる人として、回答者を区分する。マン・ボックス・スコアは低ければ低いほど、男らしさ規範に強く共感し、内面化している状態を意味する。



Part 1.
日本と3か国の若年男性（18-30歳）の比較分析

3か国の調査概要

調査時期	2016年
対象地域	米国、英国、メキシコ
対象者	18〜30歳男性 （米国 1,328人 / 英国 1,225人 / メキシコ 1,120人） * 各国とも、エリアや所得、学歴、人種などの代表性を考慮して回収し、集計による補正を実施。
調査方法	インターネット調査
回収数	計3,673人
調査主体	Promundo-US、Unilever

出典

Heilman, B., Barker, G., and Harrison, A. (2017). *The Man Box: A Study on Being a Young Man in the US, UK, and Mexico*. Washington, DC and London: Promundo-US and Unilever.

** 調査の詳細は上記のレポートをご覧ください。

マン・ボックス・ルール
「私の意見では...」

日本の若年男性は、男らしい外見や振る舞いは他国ほど重視しないが、
男性は寡黙であるべきという規範に、他国よりも強く共感している。

	「とてもそう思う」＋「そう思う」（%）	日本*	米国	英国	メキシコ
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	35	30	31	18
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	32	40	36	35
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	32	43	41	41
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	39	59	51	48
5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	43	47	46	43
6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。	33	48	45	43
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	27	40	42	32
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	24	28	31	17
9	男性は家事をしなくてもいい。	16	22	27	11
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	43	44	39	26
11	ゲイの男性は、男らしくない。	29	29	30	23
12	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	75	84	83	86
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	30	26	26	11
14	男たるものセックスを決して断らない。	30	28	31	26
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	20	23	25	10
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	25	34	33	21
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	25	46	37	26

* Part 1.では、米国、英国、メキシコに合わせて、日本も18～30歳の回答者のスコアを使用。また、プロムンド（2017）のレポートに合わせて、小数点第一位を四捨五入したスコアを表記。

：4か国のなかで日本のスコアがもっとも高い　：4か国のなかで日本のスコアがもっとも低い

マン・ボックス・ルール
「社会では一般的に...」

日本の若年男性は、他国に比べて「男はこうあるべき」という
社会的なプレッシャーが存在するとは感じていない。

	「とてもそう思う」＋「そう思う」（%）	日本	米国	英国	メキシコ
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	36	57	50	38
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	48	66	55	49
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	45	68	60	55
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	54	75	64	59
5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	51	64	58	56
6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。	36	54	46	43
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	36	55	51	49
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	30	52	46	40
9	男性は家事をしなくてもいい。	29	46	45	41
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	57	64	56	53
11	ゲイの男性は、男らしくない。	49	55	49	48
12	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	55	58	66	56
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	31	60	51	42
14	男たるものセックスを決して断らない。	37	63	55	53
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	26	51	40	36
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	39	55	46	44
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	32	56	46	44

：4か国のなかで日本のスコアがもっとも低い

マン・ボックス・ルール

「社会では一般的に…」ー「私の意見では…」

男らしさに関する社会的なプレッシャーと個人の考えのギャップは、
米国で全体的に大きく、日本では他国よりも小さい。

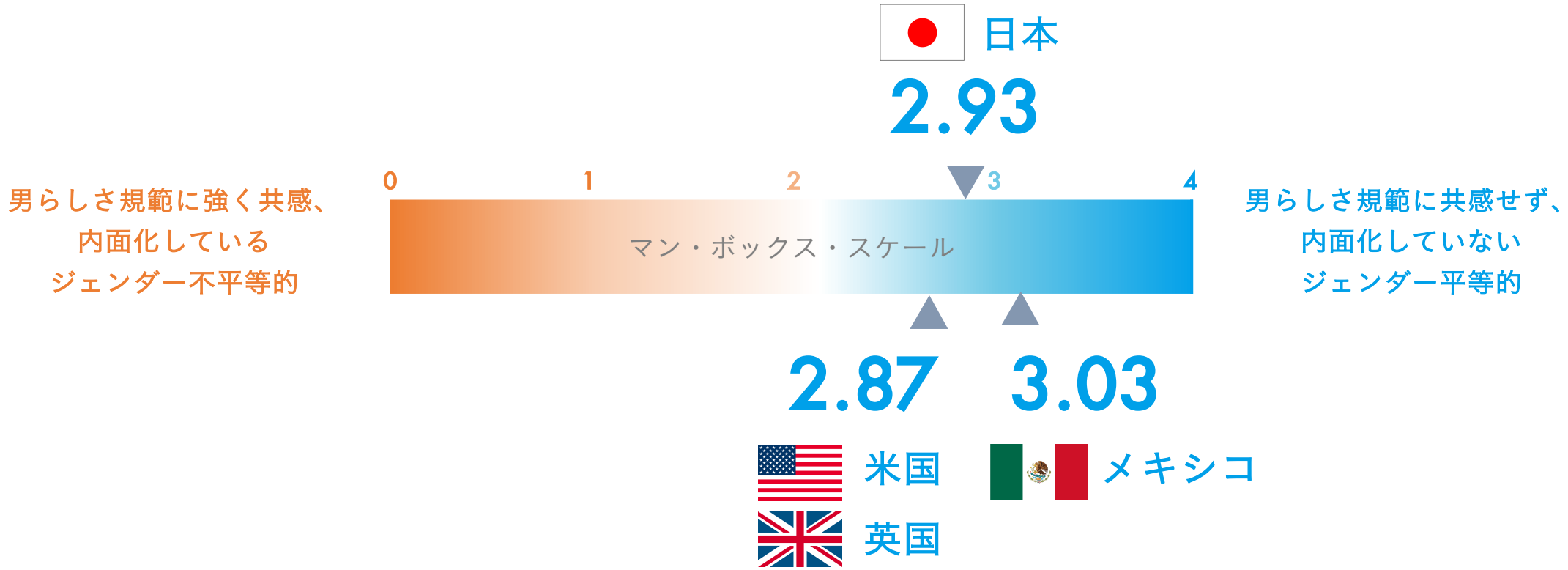
	「社会では一般的に…」 ー「私の意見では…」（pt）	日本	米国	英国	メキシコ
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	+1	+27	+19	+20
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	+16	+26	+19	+14
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	+13	+25	+19	+14
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	+15	+16	+13	+11
5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	+8	+17	+12	+13
6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。	+3	+6	+1	0
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	+10	+15	+9	+17
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	+6	+24	+15	+23
9	男性は家事をしなくてもいい。	+13	+24	+18	+30
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	+14	+20	+17	+27
11	ゲイの男性は、男らしくない。	+19	+26	+19	+25
12	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	-21	-26	-17	-30
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	+1	+34	+25	+31
14	男たるものセックスを決して断らない。	+8	+35	+24	+27
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	+6	+28	+15	+26
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	+14	+21	+13	+23
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	+7	+10	+9	+18

：4か国のなかで日本の差がもっとも小さい

国別平均マン・ボックス・スコア

日本の若年男性の男らしさ規範意識は、米国と英国よりも少し弱いが、
メキシコより強い。

マン・ボックス・ルール質問に対する回答から算出。最小値は1、最大値は4。
マン・ボックス・スコアは低ければ低いほど、男らしさ規範に強く共感し、内面化している状態を意味する。



生き方、感情

日本、米国、英国では、OUTよりINの男性の方が生活満足度やポジティブ感情が高い一方で、ネガティブ感情や無気力・無関心感も大きい。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ

【OUT】マン・ボックス・スコアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	生活満足度 (1-10 / 平均値)	ポジティブ感情*	ネガティブ感情*	何かをすることに 興味や喜びを感じない** (直近2週間)
日本	IN	5.8	23.1	22	52%
	OUT	5.7	20.2	18.9	41%
米国	IN	7.8	35.5	24.8	74%
	OUT	6.9	32.8	21	63%
英国	IN	7.0	33.1	26.3	82%
	OUT	6.5	30.5	21	70%
メキシコ	IN	7.9	34.4	22.7	68%
	OUT	7.9	34.7	22.2	67%

* 心理学的尺度「Positive and Negative Affect Scale」を使用

** 使用スコアは「悩まされた」計（「ほぼ毎日」＋「7日以上」＋「何日か」）

人間関係

日本、米国、英国では、 OUTよりINの男性の方が、友達などと感情的なコミュニケーションをとっており、人前で泣くことに抵抗感がない。
また、知人のけんかに仲裁として介入した人の割合も高い。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ
【OUT】マン・ボックス・スコアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	苦しんでいる人を精神面で積極的にサポートした*	男友達の前で泣いても平気だった*	自分が経験したとても感情的なことを友人に話した*	友達や知り合いの男性同士のけんかを止めに入った*
日本	IN	40%	41%	36%	28%
	OUT	29%	22%	33%	9%
米国	IN	67%	44%	52%	48%
	OUT	63%	25%	40%	16%
英国	IN	56%	46%	52%	48%
	OUT	55%	18%	33%	16%
メキシコ	IN	62%	25%	40%	25%
	OUT	69%	24%	50%	19%

* 使用スコアは「よくある」計（「非常によくある」＋「たまにある」）

外見

すべての国でOUTよりINの男性の方が、自分の外見への満足度が高い。日本はINとOUTの回答傾向の差は米国と英国に似ているものの、女性やゲイのように見えてからかわれることへの不安は相対的に小さく、身だしなみにかける時間も短い。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ

【OUT】マン・ボックス・スコアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	身体的な魅力への満足*	「女子っぽい」または「ゲイっぽい」と言われそうで、何かをするのを控えた**	出かける前に入浴など身だしなみを整え、服を選ぶのに1時間以上かけた*
日本	IN	53%	18%	17%
	OUT	44%	6%	13%
米国	IN	80%	50%	51%
	OUT	61%	14%	26%
英国	IN	73%	48%	50%
	OUT	56%	14%	26%
メキシコ	IN	75%	23%	31%
	OUT	72%	12%	30%

* 使用スコアは「満足」計（「非常に満足」＋「満足」）

** 使用スコアは「よくある」計（「非常によくある」＋「たまにある」）

いじめ、嫌がらせ（被害）

OUTよりINの男性の方が、リアルでもオンラインでも、からかいやいじめの対象になりやすい。すべての国で、身体的暴力経験の差は顕著である。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ
【OUT】マン・ボックス・スコアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	いじられたり、からかわれたり、嫌いなあだ名で呼ばれた*	SNSなどオンラインで侮辱、脅しを受けた*	身体的暴力を受けた*
日本	IN	57%	34%	41%
	OUT	28%	7%	7%
米国	IN	70%	60%	59%
	OUT	43%	21%	15%
英国	IN	76%	69%	65%
	OUT	43%	23%	19%
メキシコ	IN	61%	38%	35%
	OUT	52%	22%	15%

* 使用スコアは「ある」計（「非常によくある」＋「たまにある」+「まれにある」）

いじめ、嫌がらせ（加害）

OUTよりINの男性の方が、リアルでもオンラインでも、女性などの他者に対して攻撃的な言動をとる人の割合が多い。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ

【OUT】マン・ボックス・スコアアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	いじったり、からかったり、嫌いなあだ名で呼んだ*	公共の場やオンラインで知らない女性に性的発言をした*
日本	IN	52%	32%
	OUT	20%	5%
米国	IN	63%	54%
	OUT	26%	9%
英国	IN	63%	60%
	OUT	23%	9%
メキシコ	IN	55%	32%
	OUT	40%	10%

* 使用スコアは「ある」計（「非常によくある」＋「たまにある」+「まれにある」）

リスク行動

OUTよりINの男性の方が、リスク行動をとる傾向にあり、危険な場面に遭遇する割合も高い。

【IN】　マン・ボックス・スコアが平均を下回っている人 → 男らしさ規範に強く共感し、よりジェンダー不平等的な考え方をもつ

【OUT】マン・ボックス・スコアが平均を上回っている人 → 男らしさ規範に囚われず、よりジェンダー平等的な考え方をもつ

	Man Box	直近1年は1か月に1回以上 酔っぱらうほど飲酒してる*	直近1年で1回以上 交通事故に遭った**
日本	IN	17%	10%
	OUT	13%	5%
米国	IN	25%	23%
	OUT	20%	9%
英国	IN	27%	28%
	OUT	23%	7%
メキシコ	IN	24%	21%
	OUT	17%	14%

* 使用スコアは「ある」計（「毎日または、ほぼ毎日」＋「週に1、2回」＋「1か月に1回」）、日本では20歳以上の回答者のみに聴取

** 使用スコアは「ある」計（「はい、1回」＋「はい、2回以上」）

Part 2.
日本の若年層（18-30歳）分析

若年層IN / OUT プロファイル比較

	IN (n=437)	OUT (n=563)
属性	平均年齢 24.79歳 / 婚姻・交際相手あり 43.5%	平均年齢 24.29歳 / 婚姻・交際相手あり 37.5%
	有職率 83.1%（うち正社員は72.2%）	有職率 74.6%（うち正社員は63.3%）
	平均年収* 605.5万円 / 331.6万円 / 大学・大学院卒 44.4%	平均年収* 532.0万円 / 289.4万円 / 大学・大学院卒 42.3%
生活・生き方	生活満足度 57.0%	生活満足度 52.9%
	生き方の自由 59.0%	生き方の自由 57.2%
	自分らしさへの満足度 57.7%	自分らしさへの満足度 58.1%
	自身の魅力への評価 5.49点/10点中	自身の魅力への評価 4.76点/10点中
	気分・感情：ポジティブ 23.13点 / ネガティブ 22.0点 / 感情低下・抑うつ・絶望 56.3%	気分・感情：ポジティブ 20.24点 / ネガティブ 18.87点 / 感情低下・抑うつ・絶望 55.1%
	友人の数への満足度 66.6%	友人の数への満足度 76.4%
男らしさ	性別満足度 70.9%	性別満足度 75.1%
	男らしさに関する意識：●内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ（62.5%）●他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ（58.6%）●人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ（51.9%）●女性活躍を推進するような施策を支持する（50.6%）	男らしさに関する意識：●内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ（21.3%）●他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ（11.7%）●人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ（4.4%）●女性活躍を推進するような施策を支持する（72.3%）
経験・行動	経験：●男のくせに、と幼少期から言われてきた（43.9%）●本物の男は緊張したり怖いときでも、強く振る舞うべきだと両親に教えられた（43.7%）	経験：●男のくせに、と幼少期から言われてきた（35.9%）●本物の男は緊張したり怖いときでも、強く振る舞うべきだと両親に教えられた（15.6%）
	出来事：●苦しんでいる人を精神的にサポートした（79.9%）●男友達の前で泣いても平気だった（66.1%）	出来事：●苦しんでいる人を精神的にサポートした（64.7%）●男友達の前で泣いても平気だった（38.5%）

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

若年層INの詳細プロファイル

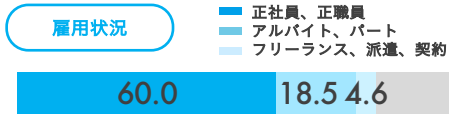
若年層IN男性の平均マン・ボックス・スコア　2.44
n=437

親などから望ましい男性像について教えられた経験を持つ人が多く、身近な人びとや社会が求める「寡黙で強い男性」を理想像としている。自分の外見や生活への満足度はOUTよりも高いが、ネガティブな感情やいじめや暴力を経験することも多い。他者との感情的な関わりも多い一方で、困ったときに誰にも相談しない人も多い。

属性

平均年齢　24.79歳

雇用状況



平均年収*
世帯：605.5万円
個人：331.6万円

婚姻・交際状況

交際相手なし	交際中	既婚
55.8%	23.7%	19.7%

最終学歴

高校	大学・大学院
43.2%	44.4%

気分・感情

ポジティブ感情スコア　23.13点
ネガティブ感情スコア　22.0点
感情低下・抑うつ・絶望　56.3%

生活・生き方に関する意識

生活満足度　57.0%
生き方の自由　59.0%
自分らしさへの満足度　57.7%

仕事をしているとき：68.9%
友人といるとき　：75.7%
家族といるとき　：79.9%

自身の魅力への評価

外見の魅力度	外見変容願望あり
5.49点/10点中	80.8%

外見を良くするために時間を割くのは男らしくない：53.5%

人間関係

友人の数への満足度　66.6%
気軽に人生相談ができる友達がいる　66.6%

重要な決定時に意見を重視する相手

母親・父親：40.0%
パートナー：15.6%
誰からもアドバイスを受けない：29.3%

性別に関する意識

性別満足度　70.9%

男らしさに関する意識

内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ　：62.5%
他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ　：58.6%
自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない　：56.3%
家族を養うためにお金を稼ぐのは男性であるべきだ　：67.3%
人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ　：51.9%
最近は男性のほうが女性よりも生きづらくなってきていると思う　：53.1%
女性活躍を推進するような施策を支持する　：50.6%

「男らしさ」イメージ

1. 筋肉質、体格がいい　：36.6%
2. 堂々としている　：33.9%
3. 力強い　：33.6%

男性性形成までの経験

男のくせに、と幼少期から言われてきた　：43.9%
男はこうあるべきという同調圧力が人格形成に影響している　：39.6%
私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、強く振る舞うべきだと教えた　：43.7%
体育会系の部活経験がある　：69.8%
性的同意という言葉を知っている　：58.1%

最近の行動・出来事

いじめ・嫌がらせ

	言葉での嫌がらせ	オンラインでの嫌がらせ	身体的暴力
された経験	57.0%	33.6%	40.5%
した経験	51.7%	37.8%	

直近1年間の飲酒行動

酔っぱらうほど飲酒した　：47.9%
飲酒のせいで予定をしそこなった　：28.0%

感情的な人との関わり

苦しんでいる人を精神的にサポートした　：79.9%
男友達の前で泣いても平気だった　：66.1%
自分が経験した感情的なことを友人に話した：73.9%

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

若年層OUTの詳細プロファイル

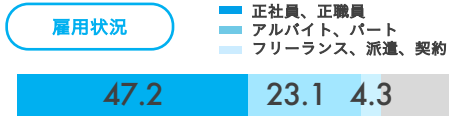
若年層OUT男性の平均マン・ボックス・スコア　3.31
n=563

INと比べて男性であることへの満足度が高く、従来の男性像にあまり縛られずにある程度自由に生きている。
プライベートな時間で自分らしさへの満足度や友人の数への満足度が高い点も特徴的。また、女性活躍推進への支持や性的同意という言葉の認知が高く、ジェンダー平等志向がINよりも強い。

属性

平均年齢　24.29歳

雇用状況



平均年収*　世帯：532.0万円
個人：289.4万円

婚姻・交際状況

交際相手なし	交際中	既婚
61.8%	24.5%	13.0%

最終学歴

高校	大学・大学院
44.4%	42.3%

気分・感情

ポジティブ感情スコア　20.24点
ネガティブ感情スコア　18.87点
感情低下・抑うつ・絶望　55.1%

生活・生き方に関する意識

生活満足度　52.9%
生き方の自由　57.2%
自分らしさへの満足度　58.1%

仕事をしているとき：57.2%
友人といるとき　：81.0%
家族といるとき　：80.8%

自身の魅力への評価

外見の魅力度	外見変容願望あり
4.76点/10点中	75.7%

外見を良くするために時間を割くのは男らしくない：6.2%

人間関係

友人の数への満足度	76.4%
気軽に人生相談ができる友達がいる	63.8%

重要な決定時に意見を重視する相手

母親・父親：47.6%
パートナー：16.9%
誰からもアドバイスを受けない：21.0%

性別に関する意識

性別満足度　75.1%

男らしさに関する意識

内心では恐怖や緊張を感じていても、
強く振る舞うべきだ　：21.3%

他人に助けを求めず、
自分の問題は自分で解決すべきだ　：11.7%

自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん
話す男性は、真に尊敬されるべきではない　：17.8%

家族を養うためにお金を稼ぐのは
男性であるべきだ　：24.3%

人間関係や結婚の最終決定権は
常に男性がもつべきだ　：4.4%

最近は男性のほうが女性よりも
生きづらくなってきていると思う　：49.2%

女性活躍を推進するような施策を支持する　：72.3%

「男らしさ」イメージ

1. 頼りになる　：60.4%
2. 筋肉質、体格がいい　：59.5%
3. 堂々としている　：56.0%

男性性形成までの経験

男のくせに、と幼少期から言われてきた　：35.9%
男はこうあるべきという同調圧力が
人格形成に影響している　：35.0%
私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、
強く振る舞うべきだと教えた　：15.6%
体育会系の部活経験がある　：71.2%
性的同意という言葉を知っている　：67.3%

最近の行動・出来事

いじめ・嫌がらせ

	言葉での嫌がらせ	オンラインでの嫌がらせ	身体的暴力
された経験	27.5%	6.7%	7.1%
した経験	20.1%	8.9%	

直近1年間の飲酒行動

酔っぱらうほど飲酒した　：41.2%
飲酒のせいで予定をしそこなった　：8.0%

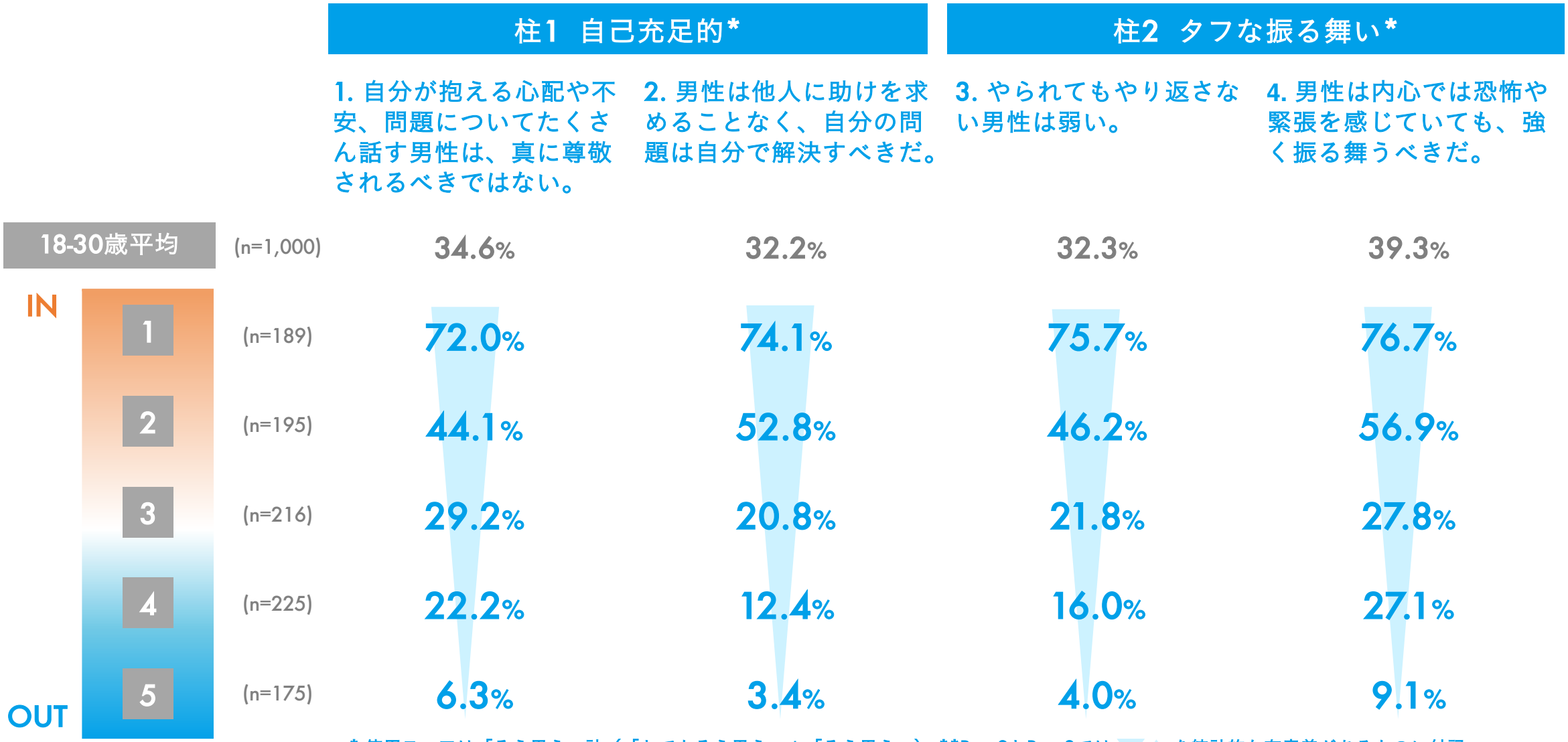
感情的な人との関わり

苦しんでいる人を精神的にサポートした　：64.7%
男友達の前で泣いても平気だった　：38.5%
自分が経験した感情的なことを友人に話した：59.1%

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

マン・ボックス・ルール
(5区分)

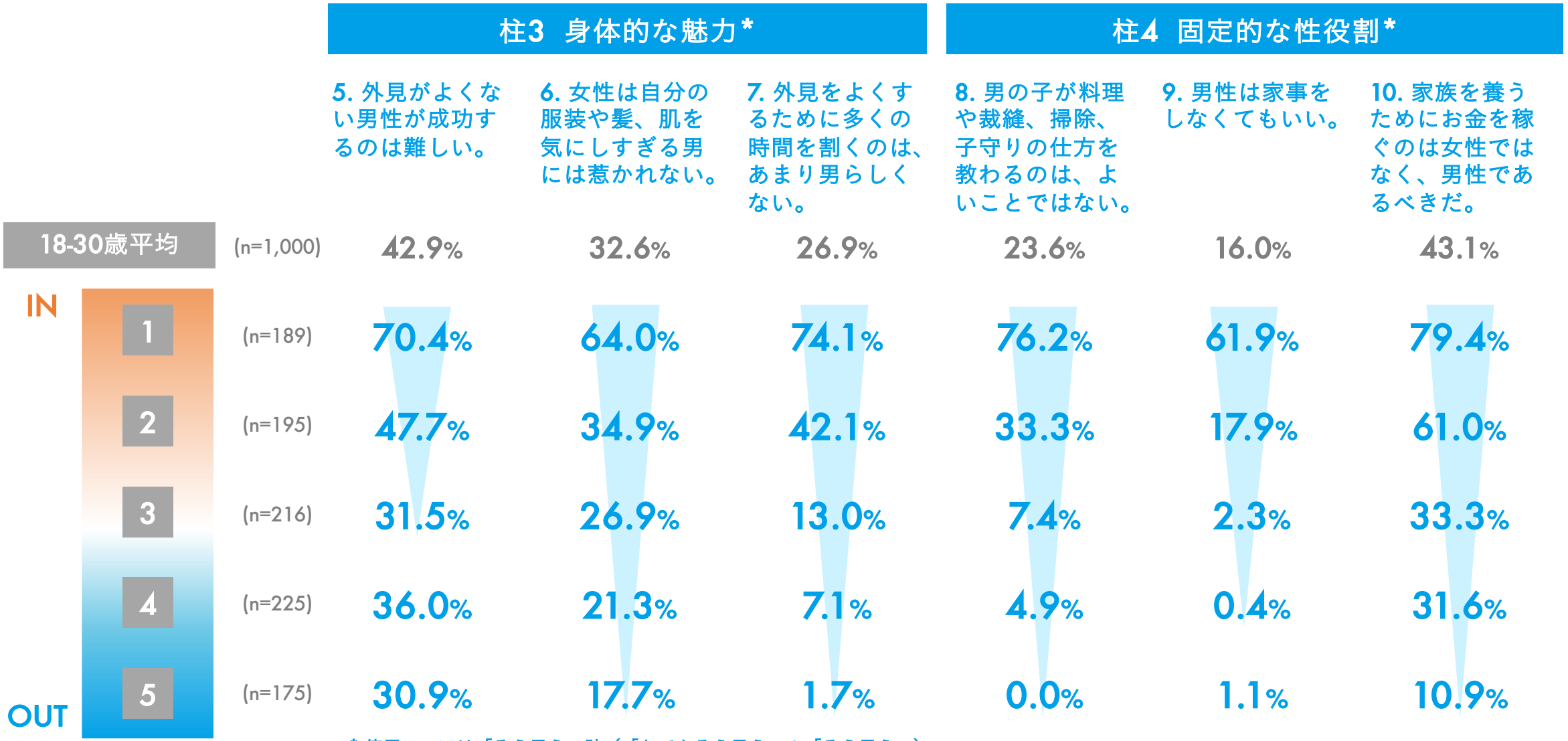
マン・ボックス・スコアが低い人ほど、自分の弱みを他人に見せることなく、
強く振る舞うことが男らしいと考えている。



* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）　**Part 2とPart 3では、▼▲を統計的な有意差があるものに付記

マン・ボックス・ルール
(5区分)

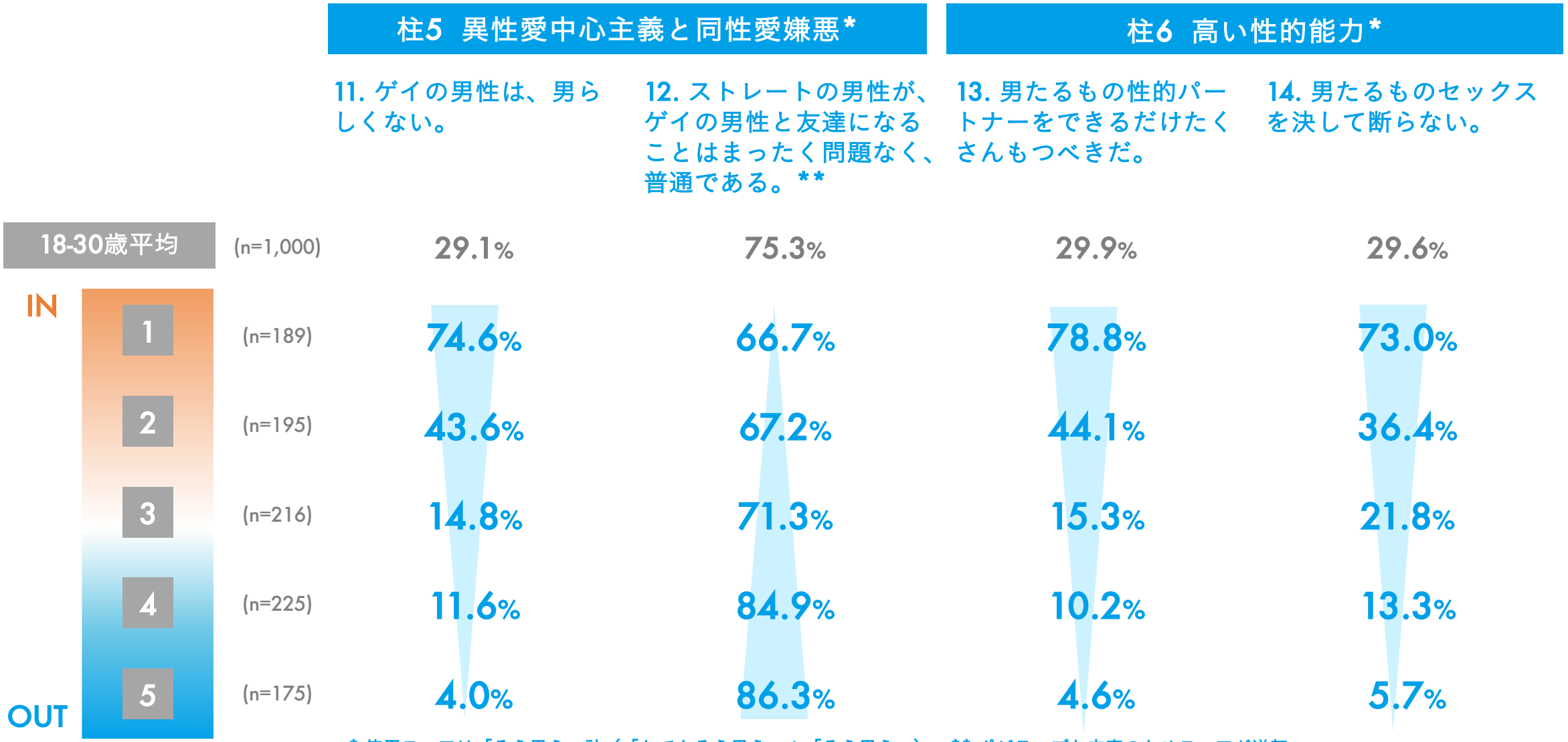
男性が家事をしないこと肯定する男性は、マン・ボックス・スコアがもっとも低いグループ1以外とても少ないが、男性が主たる稼ぎ手でべきであると思う人は、5以外のグループで他の項目よりも多く、18〜30歳の平均ももっとも高い。



* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

マン・ボックス・ルール
(5区分)

マン・ボックス・スコアが低い人ほど、ゲイ男性への偏見を強くもっていると同時に、性的に活発であることへのプレッシャーを強く感じている。

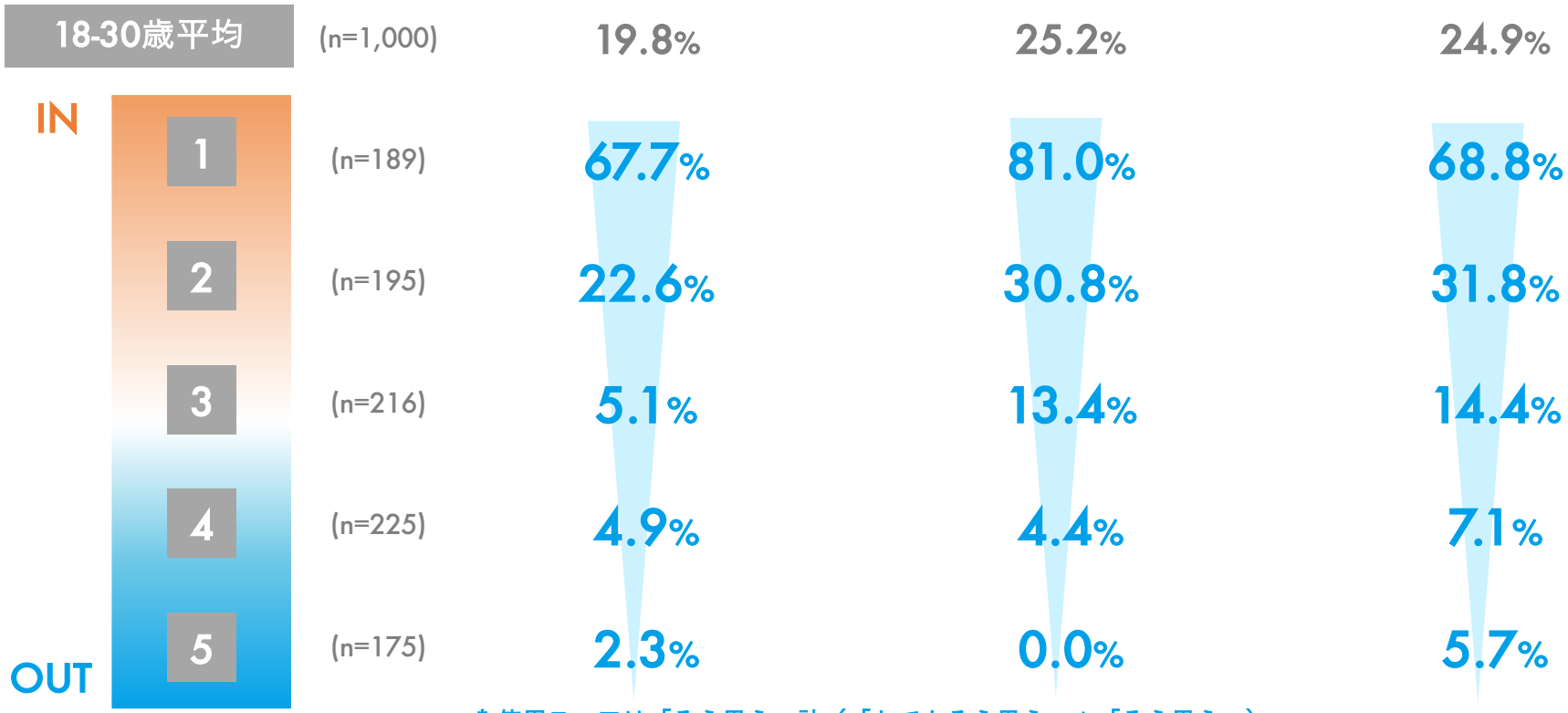


* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）　** ポジティブな内容のためスコアが逆転。

マン・ボックス・ルール
(5区分)

柱7の3項目で、18〜30歳の平均は他の柱と比べて低い。しかし、マン・ボックス・スコアのもっとも低いグループ1は、恋愛などの人間関係では男性が常に主導権を握るべきだと考える傾向が非常に強く、他のグループと大きな差がある。

柱7　攻撃性と支配*



* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

社会や周囲の人びとの影響

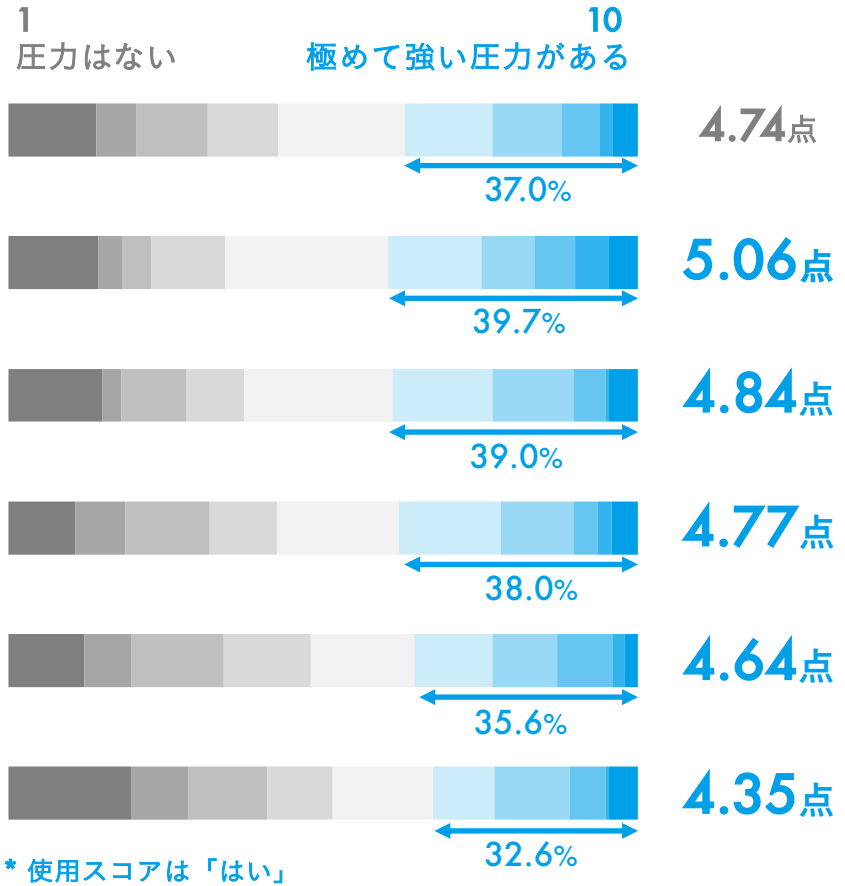
マン・ボックス・スコアが低いほど、両親から男として望ましい振る舞いを教えられたり、望ましい男性像に対する社会からのプレッシャーを感じている。

子どもの頃の経験

		私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、強く振る舞うべきだと教えた*	子どもの頃から、「男のくせに〇〇するな」と言われてきた**
18-30歳平均	(n=1,000)	27.9%	39.4%
IN 1	(n=189)	56.6%	43.9%
2	(n=195)	36.9%	43.6%
3	(n=216)	23.6%	38.0%
4	(n=225)	15.1%	39.1%
OUT 5	(n=175)	8.6%	32.0%

10段階評価

現在の自分を形成した「男はこうあるべきだという社会からのプレッシャー（同調圧力）」

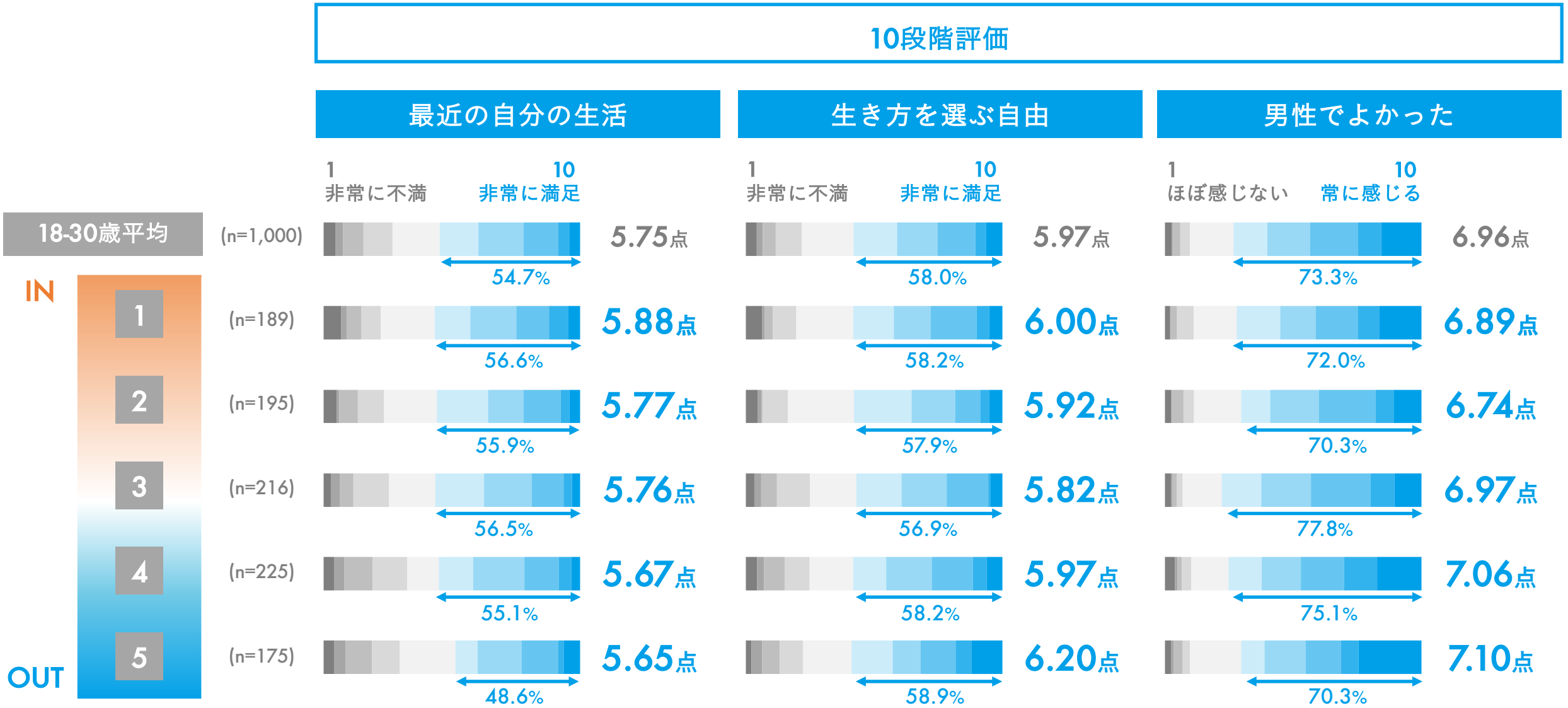


* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

** 使用スコアは「はい」

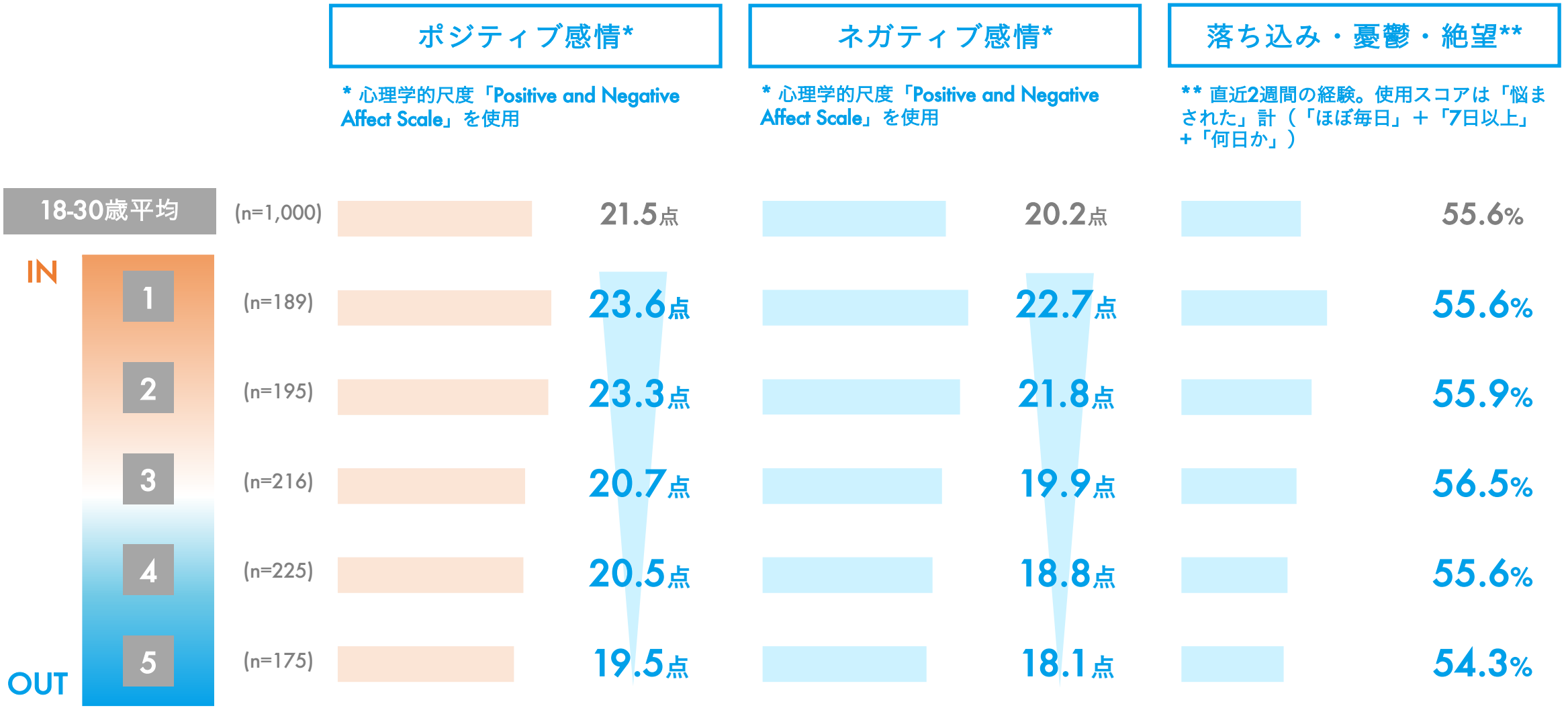
人生への満足

生き方を選ぶ自由への満足度と男性でよかったと感じる程度は、マン・ボックス・スコアがもっとも高いグループで、もっとも大きい。



気分・感情

マン・ボックス・スコアが低いほど、ポジティブ / ネガティブ感情ともに大きい。
しかし、落ち込み・憂鬱・絶望の経験には、有意な差が見られなかった。

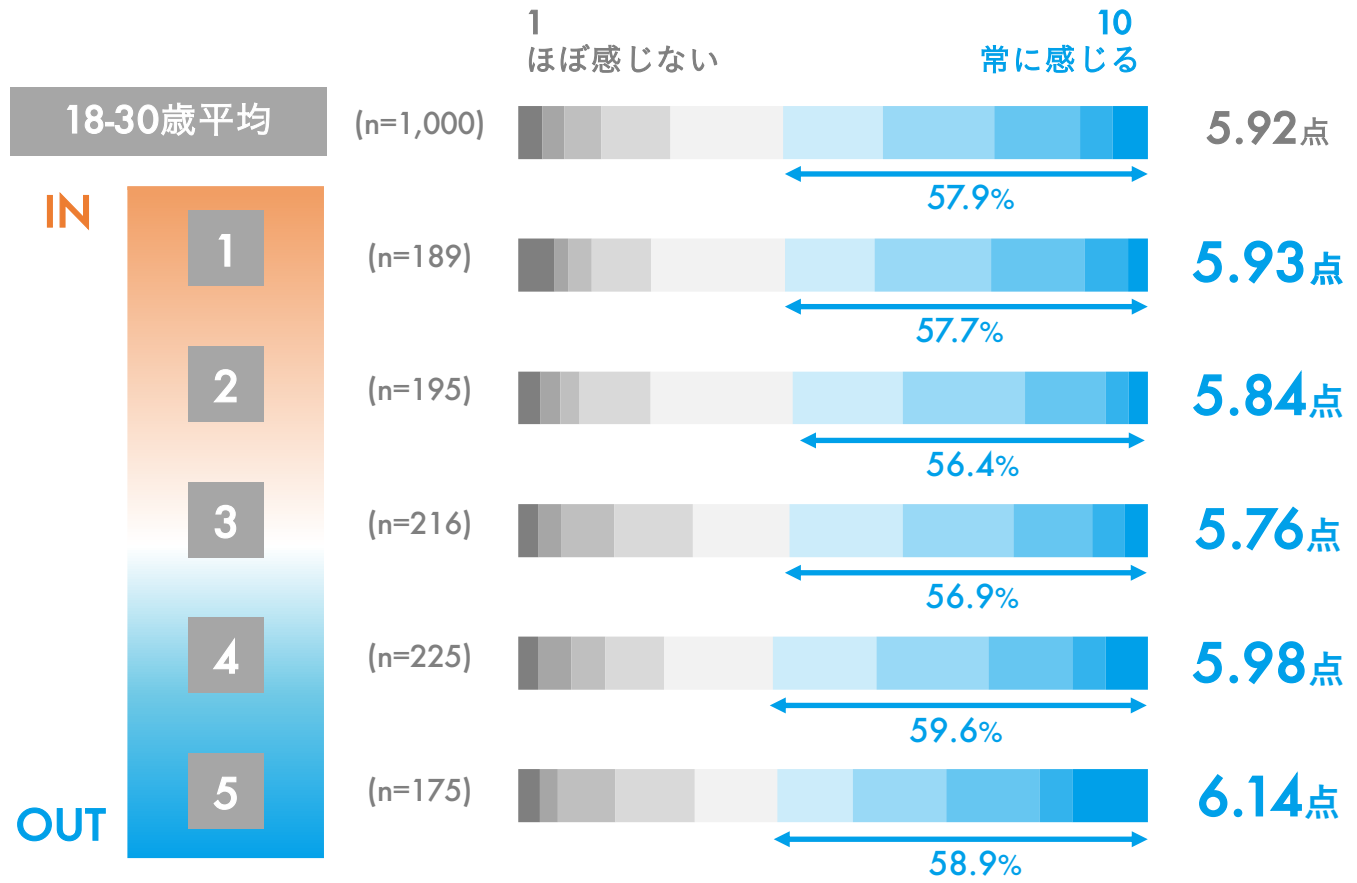


自分らしさ

マン・ボックス・スコアによって、日常生活で自分らしくいられるかどうかの感じ方に大きな違いはないが、場面別で見ると、仕事をしているときはグループ1で、家族といるときはグループ5で、自分らしくいられる人の割合が高い。

10段階評価

日常生活の中で自分らしくいられる



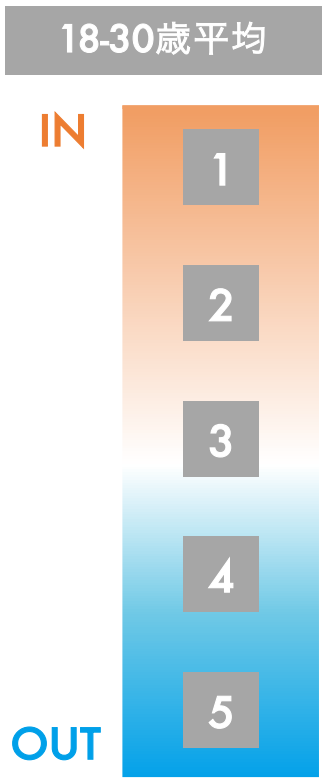
自分らしくいられる満足度

	友人といるとき*	仕事をしているとき*	家族といるとき*
18-30歳平均	78.7%	62.3%	80.4%
1	76.2%	70.9%	75.1%
2	73.8%	66.2%	83.6%
3	79.2%	58.3%	79.2%
4	84.9%	60.4%	80.4%
5	78.3%	56.0%	84.0%

* 使用スコアは「満足」計（「非常に満足」＋「満足」）

人間関係

親しい友達の数への満足度は、マン・ボックス・スコアが高い人の方がやや高い。
マン・ボックス・スコアが低い人の方が、自由時間を他者と一緒に過ごしている。



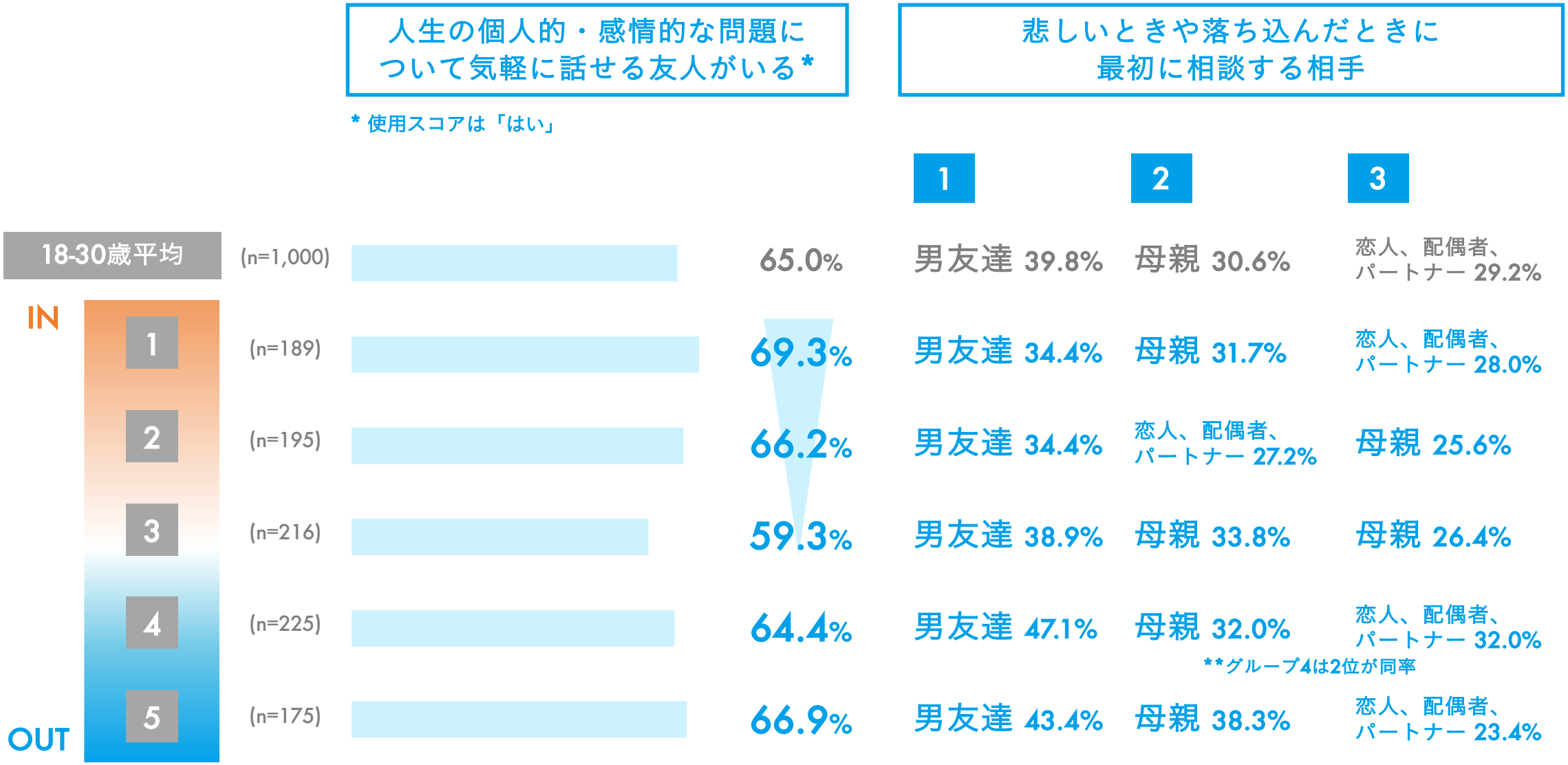
		親しい友達の数への満足度*	自由時間の過ごし方			
			普段		理想	
			1人で	誰かと**	1人で	誰かと**
18-30歳平均	(n=1,000)	72.1%	58.8%	41.2%	35.0%	65.0%
1	(n=189)	66.1%	54.0%	46.0%	39.7%	60.3%
2	(n=195)	68.7%	50.3%	49.7%	33.3%	66.7%
3	(n=216)	70.8%	63.0%	37.0%	34.7%	65.3%
4	(n=225)	79.6%	63.1%	36.9%	33.8%	66.2%
5	(n=175)	74.3%	62.9%	37.1%	33.7%	66.3%

* 使用スコアは「満足」計（「非常に満足」＋「満足」）

** 「誰かと」は、「ほとんど友達と」＋「ほとんど恋人 / 配偶者 / パートナーと」＋「1人のときと誰かのときが同じくらい」の合計

人間関係

落ち込んだときに相談する相手は、すべてのグループで「男友達」がもっとも多く、
「母親」と「恋人、配偶者、パートナー」が上位3位に入る。



人間関係

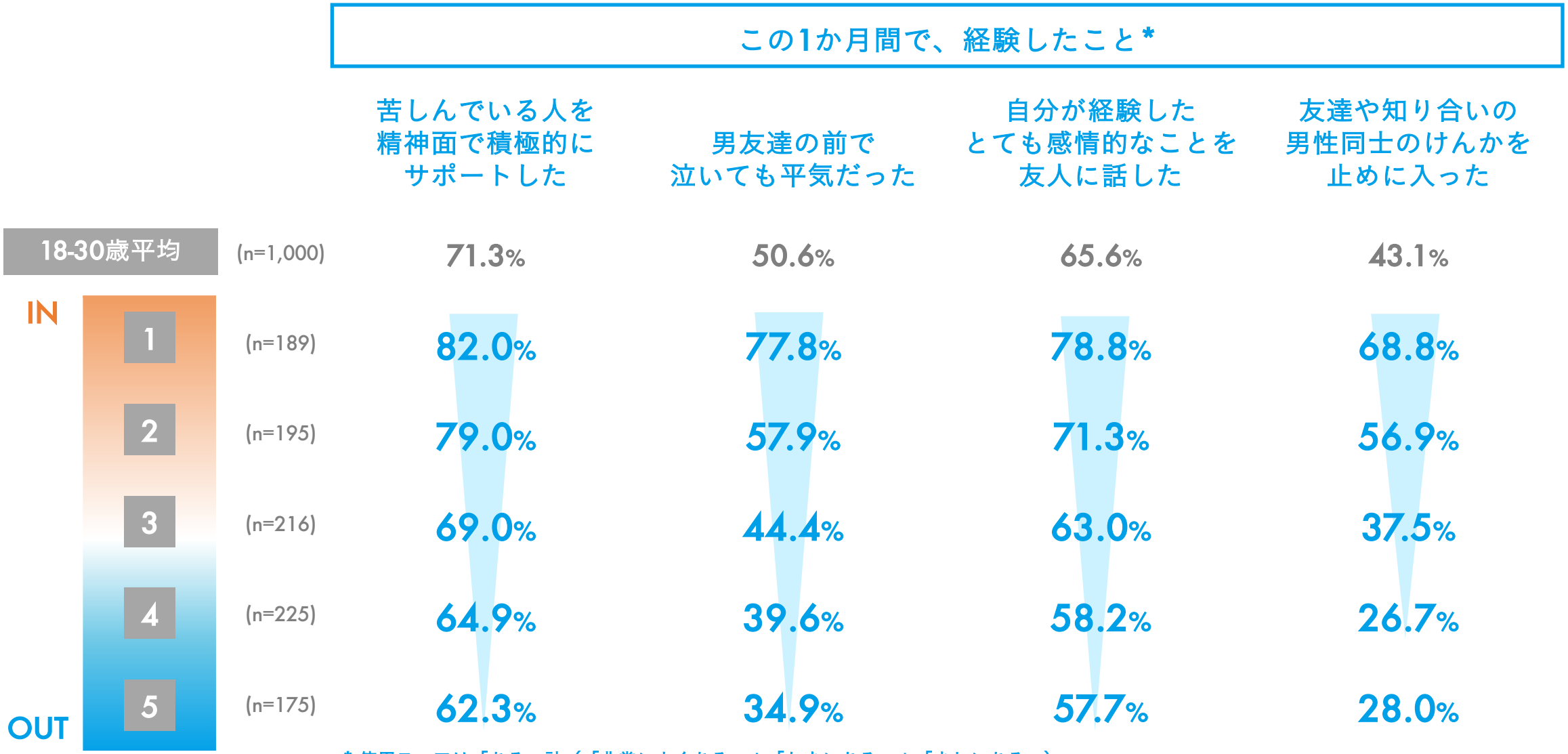
重要な決定をするときは、マン・ボックス・スコアが高いほど「母親、父親または両親」を重視。スコアが低いグループは「誰からもアドバイスを受けない」が約3割。

人生の重要な決定をしなければならないときに意見をもっとも重視する相手

		母親、父親または両親	恋人、配偶者、パートナー	友達	兄弟姉妹	先輩、上司	誰からもアドバイスを受けない
18-30歳平均	(n=1,000)	44.3%	16.3%	9.1%	2.5%	1.2%	24.6%
IN 1	(n=189)	38.6%	13.8%	11.1%	2.6%	1.1%	30.7%
2	(n=195)	40.5%	17.4%	8.2%	3.6%	1.5%	27.2%
3	(n=216)	45.8%	15.3%	9.3%	3.2%	0.9%	24.1%
4	(n=225)	47.1%	20.0%	8.0%	1.3%	1.8%	19.1%
OUT 5	(n=175)	49.1%	14.3%	9.1%	1.7%	0.6%	22.9%

人間関係

マン・ボックス・スコアが低いほど、友人に感情的な自分を見せる / 話すことや、苦しんでいる人のサポートやけんかの仲裁など、人との感情的な関わりが多い。



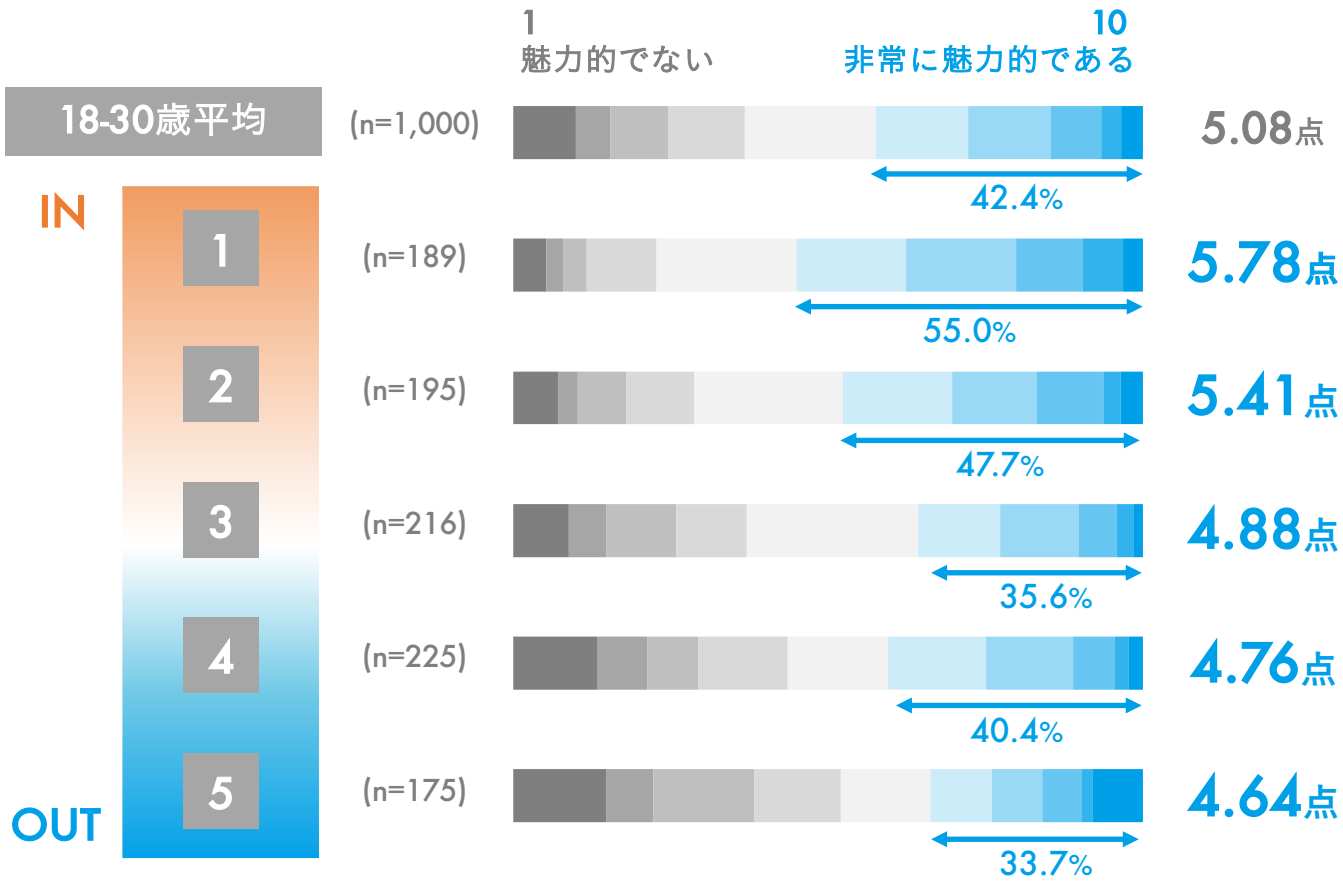
* 使用スコアは「ある」計（「非常によくある」＋「たまにある」＋「まれにある」）

自己評価

マン・ボックス・スコアが低いほど、自分の総合的な魅力への評価や、
外見に対する満足度は高い傾向がある。

10段階評価

トータルで見た自分の魅力



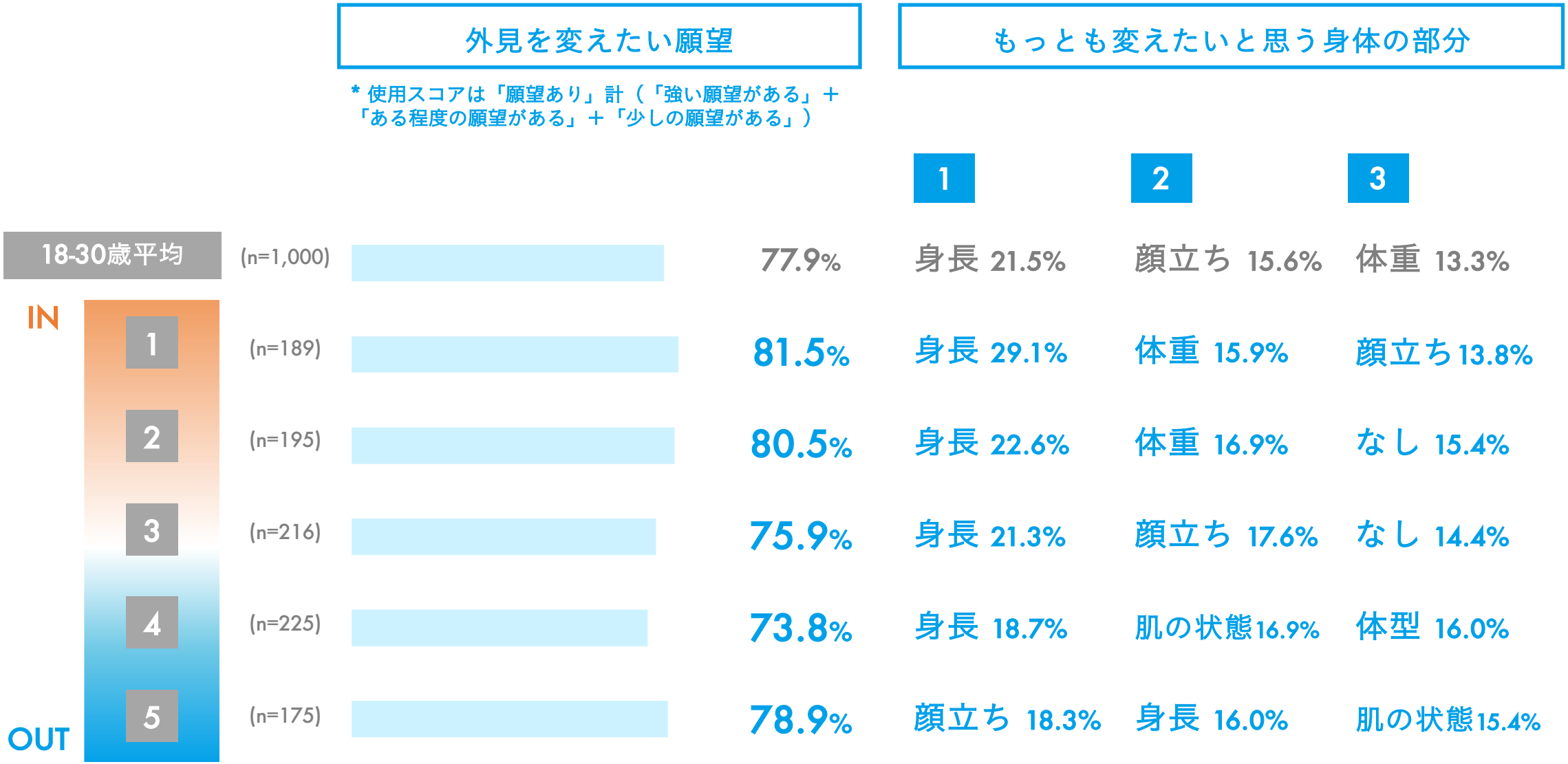
身体の各部位に対する満足度

	身体の見た目*	筋肉量*	顔立ち*
18-30歳平均 (n=1,000)	42.3%	38.9%	44.7%
1 (n=189)	55.6%	56.1%	57.1%
2 (n=195)	46.2%	49.2%	44.1%
3 (n=216)	39.4%	31.9%	41.7%
4 (n=225)	33.8%	26.7%	38.7%
5 (n=175)	38.3%	33.1%	43.4%

* 使用スコアは「満足」計（「非常に満足」＋「満足」）

外見

マン・ボックス・スコアがもっとも高いグループを除き、自分の身体の中で
もっとも変えたいと思う部分に「身長」を挙げる人の割合が一番高い。



女性に対する考え方

マン・ボックス・スコアが低いほど、男性は女性より生きづらくなっていると感じ、フェミニストへの嫌悪感もおおむね強い。一方、スコアが高いほど、女性活躍を推進するような施策への支持が大きい。

女性に対する各意見への同意*

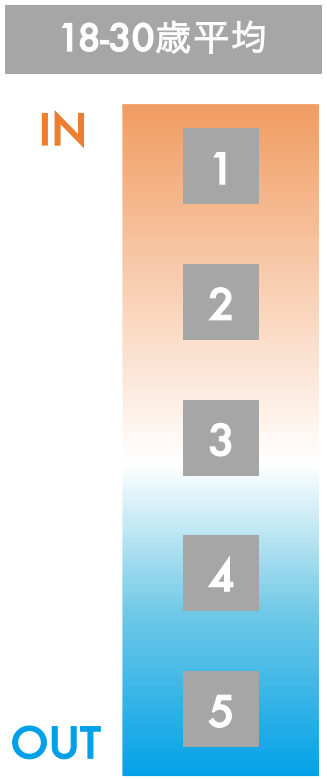
		最近は男性のほうが女性より生きづらくなっていると思う	女性活躍を推進するような施策を支持する	フェミニストが嫌いだ	女性は弱いから守ってあげなければいけないと思う
18-30歳平均	(n=1,000)	50.9%	62.8%	42.8%	50.1%
IN 1	(n=189)	53.4%	52.4%	50.8%	55.0%
2	(n=195)	51.3%	48.2%	43.6%	51.3%
3	(n=216)	51.4%	62.5%	38.4%	49.1%
4	(n=225)	51.1%	74.7%	46.2%	52.4%
OUT 5	(n=175)	46.9%	75.4%	34.3%	41.7%

* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

リスク行動

マン・ボックス・スコアが低いほど、日常生活に支障をきたすほど飲酒をしてしまった人や、交通事故に遭遇した人の割合が多い。

直近1年間で経験したこと



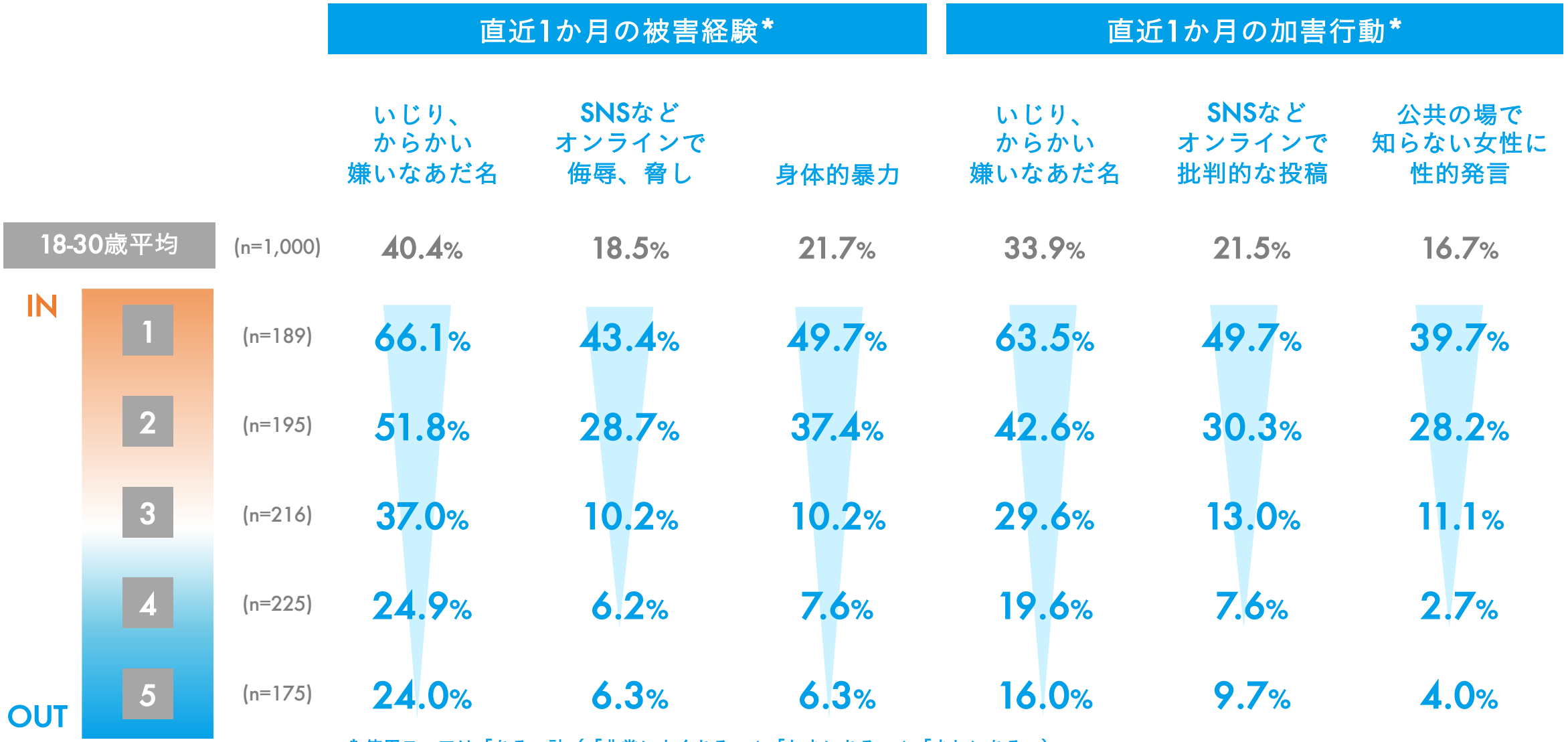
		酔っぱらうほど飲酒した*	飲酒のせいで予定をしそこなった*	飲酒後に罪悪感を抱いた*		交通事故に遭った**
18-30歳平均	(n=893)	44.2%	17.0%	23.7%	(n=1,000)	7.5%
1	(n=174)	49.4%	36.8%	38.5%	(n=189)	13.2%
2	(n=179)	49.2%	26.3%	28.5%	(n=195)	9.7%
3	(n=197)	42.1%	8.6%	18.3%	(n=216)	4.2%
4	(n=194)	40.2%	6.2%	14.9%	(n=225)	4.4%
5	(n=149)	40.3%	8.1%	19.5%	(n=175)	6.9%

* 20歳以上の回答者のみに聴取。使用スコアは「ある」計（「毎日または、ほぼ毎日」＋「週に1、2回」＋「1か月に1回」＋「2か月に1回」＋「年に2、3回」）

** 使用スコアは「ある」計（「はい、1回」＋「はい、2回以上」）

いじめ、嫌がらせ

マン・ボックス・スコアが低いほど、リアルでもオンラインでも、
他者に嫌なことをしたり、されたりした人の割合が多い。



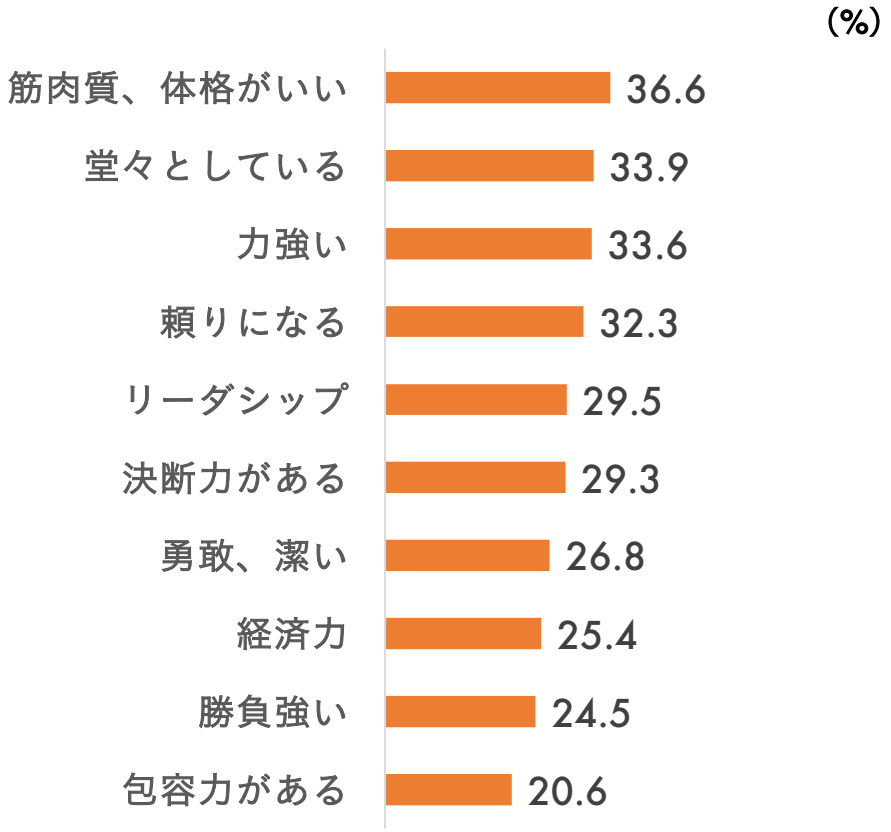
* 使用スコアは「ある」計（「非常によくある」＋「たまにある」＋「まれにある」）

「男らしさ」イメージ

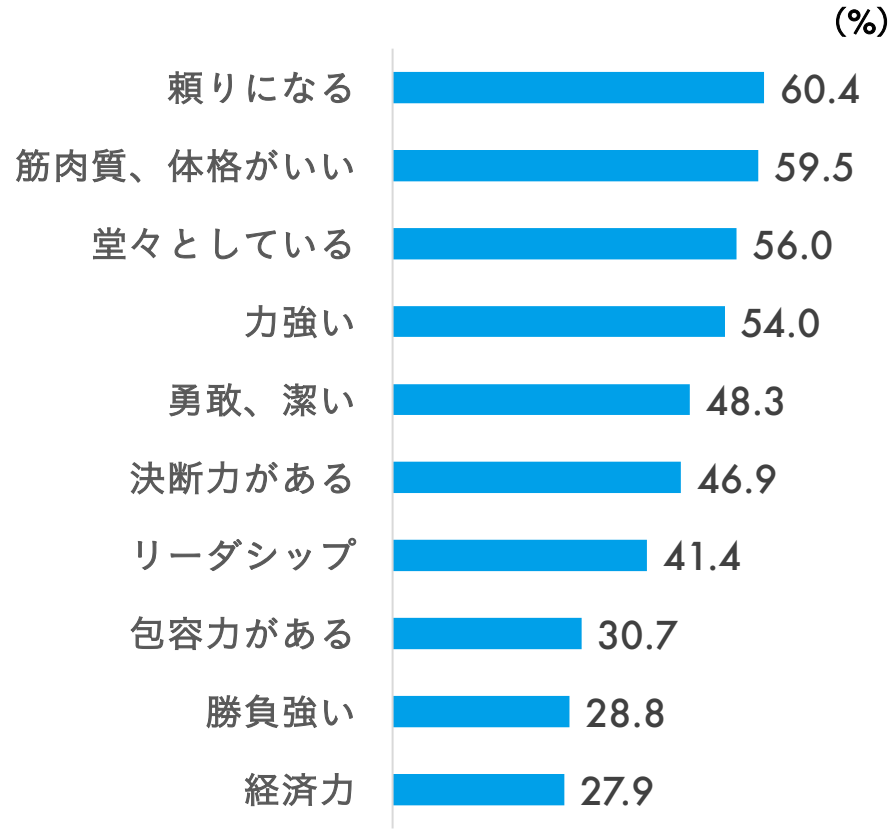
INよりOUTの人のほうが、「男らしさ」から連想する各選択肢に強く反応。
INは「筋肉質、体格がいい」、OUTは「頼りになる」がトップ。

「男らしさ」から連想されるイメージ

IN (n=437)



OUT (n=563)



Part 3.
日本の年代別比較

年代別プロファイル比較

	18-30歳 (n=1,000)	31-50歳 (n=1,000)	51-70歳 (n=1,000)
属性	平均年齢 24.51歳 有職率 78.3%（うち正社員は67.4%） 平均年収* 567.1万円 / 309.4万円 婚姻・交際相手あり 40.1%	平均年齢 40.90歳 有職率 90.4%（うち正社員は84.2%） 平均年収* 651.6万円 / 516.0万円 婚姻・交際相手あり 63.4%	平均年齢 60.73歳 有職率 71.7%（うち正社員は62.9%） 平均年収* 707.6万円 / 565.9万円 婚姻・交際相手あり 79.4%
生活・生き方	生活満足度 54.7% 生き方の自由 58.0% 自分らしさ 57.9% 気分・感情 ポジティブ 21.50点 ネガティブ 20.24点 友人の数への満足度 72.1% 自身の魅力への評価 5.08点/10点中	生活満足度 48.9% 生き方の自由 50.9% 自分らしさ 51.6% 気分・感情 ポジティブ 19.82点 ネガティブ 19.26点 友人の数への満足度 66.7% 自身の魅力への評価 4.68点/10点中	生活満足度 55.1% 生き方の自由 63.3% 自分らしさ 65.1% 気分・感情 ポジティブ 19.70点 ネガティブ 17.08点 友人の数への満足度 68.9% 自身の魅力への評価 5.15点/10点中
男らしさ	性別満足度 73.3% 男らしさに関する意識 ●内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ（39.3%） ●他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ（32.2%） ●人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ（25.2%） ●最近は男性のほうが女性よりも生きづらくなってきていると思う（50.9%） ●女性活躍を推進するような施策を支持する（62.8%）	性別満足度 70.7% 男らしさに関する意識 ●内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ（41.1%） ●他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ（29.4%） ●人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ（19.1%） ●最近は男性のほうが女性よりも生きづらくなってきていると思う（51.3%） ●女性活躍を推進するような施策を支持する（61.6%）	性別満足度 77.4% 男らしさに関する意識 ●内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ（45.5%） ●他人に助けを求めず、自分の問題は自分で解決すべきだ（33.1%） ●人間関係や結婚の最終決定権は常に男性がもつべきだ（17.5%） ●最近は男性のほうが女性よりも生きづらくなってきていると思う（51.9%） ●女性活躍を推進するような施策を支持する（78.8%）

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

18-30歳の詳細プロファイル

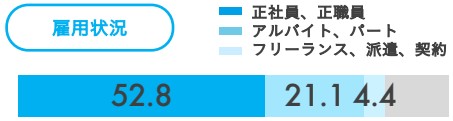
平均マン・ボックス・スコア　2.93
n=1,000

「男はこうあるべき」という意識は他年代よりも弱く、人間関係への満足度も高い。
一方で、パートナーとの関係においては、男性が優位であるべきという意識が他の世代よりも強い。
一見、ジェンダー平等志向ではあるものの、私的領域での伝統的な男らしさ規範を内に秘めている。

属性

平均年齢　24.51歳

雇用状況



平均年収*
世帯：567.1万円
個人：309.4万円

婚姻・交際状況

交際相手なし	交際中	既婚
59.2%	24.2%	15.9%

最終学歴

高校	大学・大学院
43.9%	43.2%

気分・感情

ポジティブ感情スコア　21.50点
ネガティブ感情スコア　20.24点
感情低下・抑うつ・絶望　55.6%

生活・生き方に関する意識

生活満足度　54.7%
生き方の自由　58.0%
自分らしさへの満足度　57.9%

仕事をしているとき：62.3%
友人といるとき　：78.7%
家族といるとき　：80.4%

自身の魅力への評価

外見の魅力度	外見変容願望あり
5.08点/10点中	77.9%

外見を良くするために時間を割くのは男らしくない：26.9%

人間関係

友人の数への満足度	72.1%
気軽に人生相談ができる友達がいる	65.0%

重要な決定時に意見を重視する相手

母親・父親：44.3%
パートナー：16.3%
誰からもアドバイスを受けない：24.6%

性別に関する意識

性別満足度　73.3%

男らしさに関する意識

内心では恐怖や緊張を感じていても、
強く振る舞うべきだ　：39.3%

他人に助けを求めず、
自分の問題は自分で解決すべきだ　：32.2%

自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん
話す男性は、真に尊敬されるべきではない　：34.6%

家族を養うためにお金を稼ぐのは
男性であるべきだ　：43.1%

人間関係や結婚の最終決定権は
常に男性がもつべきだ　：25.2%

最近は男性のほうが女性よりも
生きづらくなってきていると思う　：50.9%

女性活躍を推進するような施策を支持する　：62.8%

「男らしさ」イメージ

1. 筋肉質、体格がいい　：49.5%
2. 頼りになる　：48.1%
3. 堂々としている　：46.3%

男性性形成までの経験

男のくせに、と幼少期から言われてきた　：39.4%
男はこうあるべきという同調圧力が
人格形成に影響している　：37.0%
私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、
強く振る舞うべきだと教えた　：27.9%
体育会系の部活経験がある　：70.6%
性的同意という言葉を知っている　：63.3%

最近の行動・出来事

いじめ・嫌がらせ

	言葉での嫌がらせ	オンラインでの嫌がらせ	身体的暴力
された経験	40.4%	18.5%	21.7%
した経験	33.9%	21.5%	

直近1年間の飲酒行動

酔っぱらうほど飲酒した　：44.2%
飲酒のせいで予定をしそこなった　：17.0%

感情的な人との関わり

苦しんでいる人を精神的にサポートした　：71.3%
男友達の前で泣いても平気だった　：50.6%
自分が経験した感情的なことを友人に話した：65.6%

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

31-50歳の詳細プロファイル

平均マン・ボックス・スコア　2.93
n=1,000

生活や生き方、自分らしさへの満足度、男性でいることの満足度が、年代別で見るともっとも低い。
親世代のように固定的な性役割を強く肯定はしない一方、女性活躍を推進するような施策の支持が他の世代より低い
など、ジェンダー平等に向けて変化する社会の中で、葛藤を抱えながら男性としてのあり方を模索している様子。

属性

平均年齢　40.90歳

雇用状況



平均年収*　世帯：651.6万円
個人：516.0万円

婚姻・交際状況

交際相手なし	交際中	既婚
36.2%	7.7%	55.7%

最終学歴

高卒	大学・大学院
22.3%	57.4%

気分・感情

ポジティブ感情スコア　19.82点
ネガティブ感情スコア　19.26点
感情低下・抑うつ・絶望　48.2%

生活・生き方に関する意識

生活満足度　48.9%
生き方の自由　50.9%
自分らしさへの満足度　51.6%

仕事をしているとき：58.2%
友人といるとき　：75.3%
家族といるとき　：74.4%

自身の魅力への評価

外見の魅力度	外見変容願望あり
4.68点/10点中	74.7%

外見を良くするために時間を割くのは男らしくない：26.5%

人間関係

友人の数への満足度　66.7%
気軽に人生相談ができる友達がいる　52.0%

重要な決定時に意見を重視する相手

母親・父親：20.4%
パートナー：40.1%
誰からもアドバイスを受けない：29.3%

性別に関する意識

性別満足度　70.7%

男らしさに関する意識

内心では恐怖や緊張を感じていても、
強く振る舞うべきだ　：41.1%

他人に助けを求めず、
自分の問題は自分で解決すべきだ　：29.4%

自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん
話す男性は、真に尊敬されるべきではない　：33.5%

家族を養うためにお金を稼ぐのは
男性であるべきだ　：38.4%

人間関係や結婚の最終決定権は
常に男性がもつべきだ　：19.1%

最近は男性のほうが女性よりも
生きづらくなってきていると思う　：51.3%

女性活躍を推進するような施策を支持する　：61.6%

「男らしさ」イメージ

1. 頼りになる　：49.9%
2. 力強い　：46.6%
3. 堂々としている　：44.1%

男性性形成までの経験

男のくせに、と幼少期から言われてきた　：41.8%
男はこうあるべきという同調圧力が
人格形成に影響している　：35.0%
私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、
強く振る舞うべきだと教えた　：27.7%
体育会系の部活経験がある　：71.3%
性的同意という言葉を知っている　：53.6%

最近の行動・出来事

いじめ・嫌がらせ

	言葉での嫌がらせ	オンラインでの嫌がらせ	身体的暴力
された経験	35.9%	12.3%	14.7%
した経験	29.1%	13.2%	

直近1年間の飲酒行動

酔っぱらうほど飲酒した　：42.6%
飲酒のせいで予定をしそこなった　：14.5%

感情的な人との関わり

苦しんでいる人を精神的にサポートした　：64.1%
男友達の前で泣いても平気だった　：38.2%
自分が経験した感情的なことを友人に話した：58.4%

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

51-70歳の詳細プロファイル

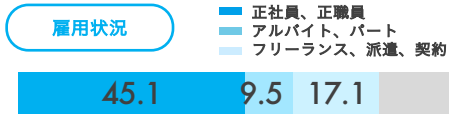
平均マン・ボックス・スコア　2.86
n=1,000

生活や生き方、自分らしくいられることへの満足度、また男でいることへの満足度も他の年代より高い。
男性は人に弱みを見せず強くあるべき、という伝統的な価値観を持ちつつも、女性活躍推進への支持も高い。
とはいえ、性別役割分担意識が強く、女性は扶養し、守るべき性として認識している様子。

属性

平均年齢　60.73歳

雇用状況



平均年収*
世帯：707.6万円
個人：565.9万円

婚姻・交際状況

交際相手なし	交際中	既婚
20.2%	4.7%	74.7%

最終学歴

高校	大学・大学院
26.8%	57.8%

気分・感情

ポジティブ感情スコア　19.70点
ネガティブ感情スコア　17.08点
感情低下・抑うつ・絶望　37.8%

生活・生き方に関する意識

生活満足度　55.1%
生き方の自由　63.3%
自分らしさへの満足度　65.1%

仕事をしているとき：69.7%
友人といるとき　：78.2%
家族といるとき　：81.0%

自身の魅力への評価

外見の魅力度	外見変容願望あり
5.15点/10点中	66.5%

外見を良くするために時間を割くのは男らしくない：39.9%

人間関係

友人の数への満足度	68.9%
気軽に人生相談ができる友達がいる	48.6%

重要な決定時に意見を重視する相手

母親・父親：6.9%
パートナー：52.5%
誰からもアドバイスを受けない：29.6%

性別に関する意識

性別満足度　77.4%

男らしさに関する意識

内心では恐怖や緊張を感じていても、
強く振る舞うべきだ　：45.5%

他人に助けを求めず、
自分の問題は自分で解決すべきだ　：33.1%

自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん
話す男性は、真に尊敬されるべきではない　：42.3%

家族を養うためにお金を稼ぐのは
男性であるべきだ　：41.1%

人間関係や結婚の最終決定権は
常に男性がもつべきだ　：17.5%

最近は男性のほうが女性よりも
生きづらくなってきていると思う　：51.9%

女性活躍を推進するような施策を支持する　：78.8%

「男らしさ」イメージ

1. 決断力がある　：61.0%
2. 頼りになる　：58.5%
3. 包容力がある　：46.7%

男性性形成までの経験

男のくせに、と幼少期から言われてきた　：42.0%
男はこうあるべきという同調圧力が
人格形成に影響している　：27.0%
私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、
強く振る舞うべきだと教えた　：35.2%
体育会系の部活経験がある　：61.8%
性的同意という言葉を知っている　：54.3%

最近の行動・出来事

いじめ・嫌がらせ

	言葉での嫌がらせ	オンラインでの嫌がらせ	身体的暴力
された経験	26.2%	6.4%	7.0%
した経験	24.5%	8.3%	

直近1年間の飲酒行動

酔っぱらうほど飲酒した　：38.7%
飲酒のせいで予定をしそこなった　：10.5%

感情的な人との関わり

苦しんでいる人を精神的にサポートした　：66.3%
男友達の前で泣いても平気だった　：35.6%
自分が経験した感情的なことを友人に話した：56.7%

* 平均年収は「世帯年収 / 個人年収」、有職者ベースで算出

マン・ボックス・ルール
「私の意見では...」

51～70歳では、男性は人に弱みを見せるべきではないと考える人の割合が、他の年代に比べて高い。若い世代ほど、男性が家事をすることに前向きではない。

	「とてもそう思う」＋「そう思う」（%）	18-30歳	31-50歳	51-70歳
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	34.6	33.5	42.3
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	32.2	29.4	33.1
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	32.3	30.9	30.6
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	39.3	41.1	45.5
5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	42.9	35.6	20.5
6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。	32.6	34.0	38.3
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	26.9	26.5	39.9
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	23.6	16.3	10.9
9	男性は家事をしなくてもいい。	16.0	10.7	9.2
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	43.1	38.4	41.1
11	ゲイの男性は、男らしくない。	29.1	33.4	37.6
12	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	75.3	72.0	73.2
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	29.9	26.6	18.7
14	男たるものセックスを決して断らない。	29.6	30.1	29.7
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	19.8	13.1	9.6
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	25.2	19.1	17.5
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	24.9	20.2	23.4

：全体平均+5ポイント以上　：全体平均-5ポイント以下

マン・ボックス・ルール
「社会では一般的に...」

18〜30歳は、外見がよいことや、性的に活発であること、家族の中で稼ぎ手であることが男らしいという、社会規範の存在を認識している人が多い。

	「とてもそう思う」＋「そう思う」（%）	18-30歳	31-50歳	51-70歳
1	自分が抱える心配や不安、問題についてたくさん話す男性は、真に尊敬されるべきではない。	35.6	34.6	40.0
2	男性は他人に助けを求めることなく、自分の問題は自分で解決すべきだ。	47.7	43.9	42.2
3	やられてもやり返さない男性は弱い。	45.0	41.7	36.3
4	男性は内心では恐怖や緊張を感じていても、強く振る舞うべきだ。	54.3	48.3	49.0
5	外見がよくない男性が成功するのは難しい。	50.5	40.1	25.4
6	女性は自分の服装や髪、肌を気にしすぎる男には惹かれない。	35.8	34.6	35.8
7	外見をよくするために多くの時間を割くのは、あまり男らしくない。	36.4	36.9	44.9
8	男の子が料理や裁縫、掃除、子守りの仕方を教わるのは、よいことではない。	29.9	23.1	15.8
9	男性は家事をしなくてもいい。	28.7	19.2	16.4
10	家族を養うためにお金を稼ぐのは女性ではなく、男性であるべきだ。	57.3	50.6	48.0
11	ゲイの男性は、男らしくない。	48.5	45.5	44.2
12	ストレートの男性が、ゲイの男性と友達になることはまったく問題なく、普通である。	54.6	48.1	51.9
13	男たるもの性的パートナーをできるだけたくさんもつべきだ。	30.7	21.6	12.6
14	男たるものセックスを決して断らない。	37.1	32.5	25.9
15	必要とあらば、男性は暴力を用いて尊敬を勝ち取るべきだ。	25.7	16.7	12.7
16	人間関係や結婚については、男性が常に最終決定権をもつべきだ。	39.1	32.1	31.8
17	男性は彼女や妻の居場所を常に知っていて当然だ。	32.1	25.4	25.8

：全体平均+5ポイント以上　：全体平均-5ポイント以下

社会や周囲の人びとの影響

年齢が上がるほど、両親から男らしい振る舞いを教えられて育った一方で、
男らしさについての社会からのプレッシャーはあまり意識していない。

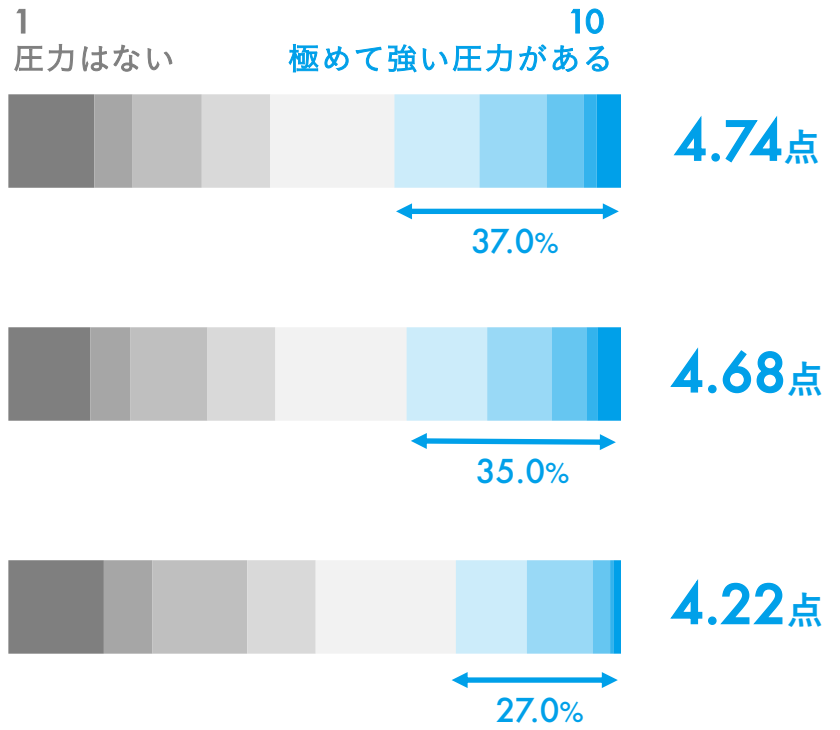
子どもの頃の経験

	私の両親は、本物の男は緊張したり怖いときでも、強く振る舞うべきだと教えた*	子どもの頃から、「男のくせに〇〇するな」と言われてきた**
18-30歳 (n=1,000)	27.9%	39.4%
31-50歳 (n=1,000)	27.7%	41.8%
51-70歳 (n=1,000)	35.2%	42.0%

* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）
** 使用スコアは「はい」

10段階評価

現在の自分を形成した「男はこうあるべきだという社会からのプレッシャー（同調圧力）」



人生への満足

生活への満足度、生き方を選ぶ自由、自身の性別への満足度は、
すべて51～70歳がもっとも高く、31～50歳がもっとも低い。

10段階評価

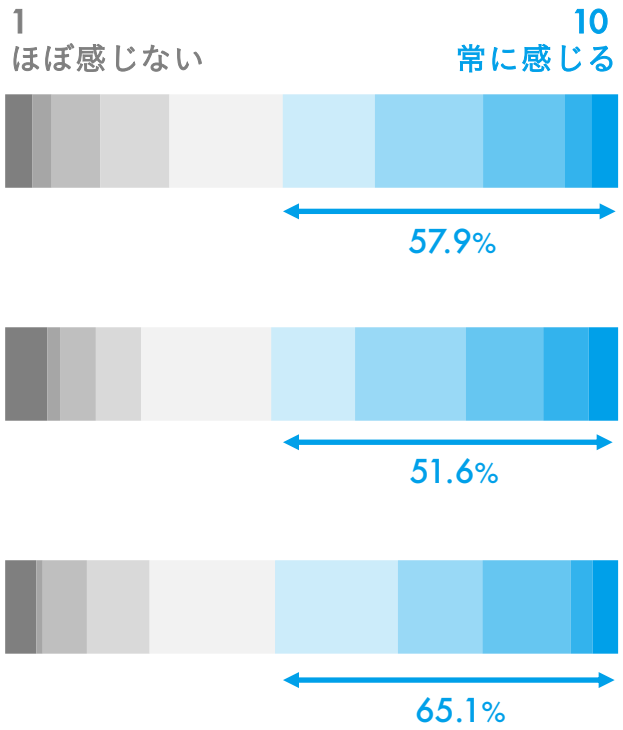
	最近の自分の生活	生き方を選ぶ自由	男性でよかった
18-30歳 (n=1,000)	1 非常に不満 ～ 10 非常に満足 5.75点 54.7%	1 非常に不満 ～ 10 非常に満足 5.97点 58.0%	1 ほぼ感じない ～ 10 常に感じる 6.96点 73.3%
31-50歳 (n=1,000)	5.27点 48.9%	5.56点 50.9%	6.81点 70.7%
51-70歳 (n=1,000)	5.74点 55.1%	6.21点 63.3%	7.17点 77.4%

自分らしさ

自分らしくいられることへの満足度は、51〜70歳が全体的に高い。
31〜50歳は自分らしさへの満足度が相対的に低い。

10段階評価

日常生活の中で自分らしくいられる



	5.92点	5.58点	6.20点
18-30歳 (n=1,000)			
31-50歳 (n=1,000)			
51-70歳 (n=1,000)			

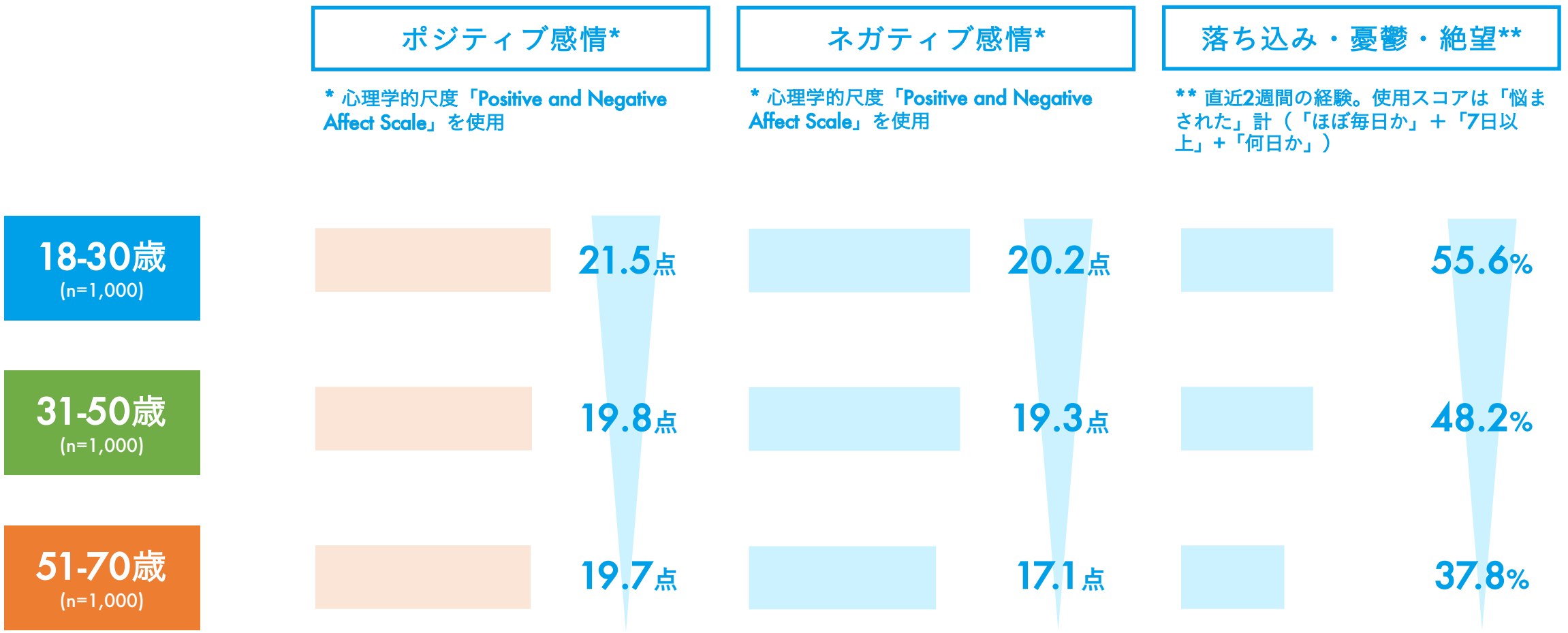
自分らしくいられる満足度

	友人といるとき*	仕事をしているとき*	家族といるとき*
18-30歳 (n=1,000)	78.7%	62.3%	80.4%
31-50歳 (n=1,000)	75.3%	58.2%	74.4%
51-70歳 (n=1,000)	78.2%	69.7%	81.0%

* 使用スコアは「満足」計（「非常に満足」＋「満足」）

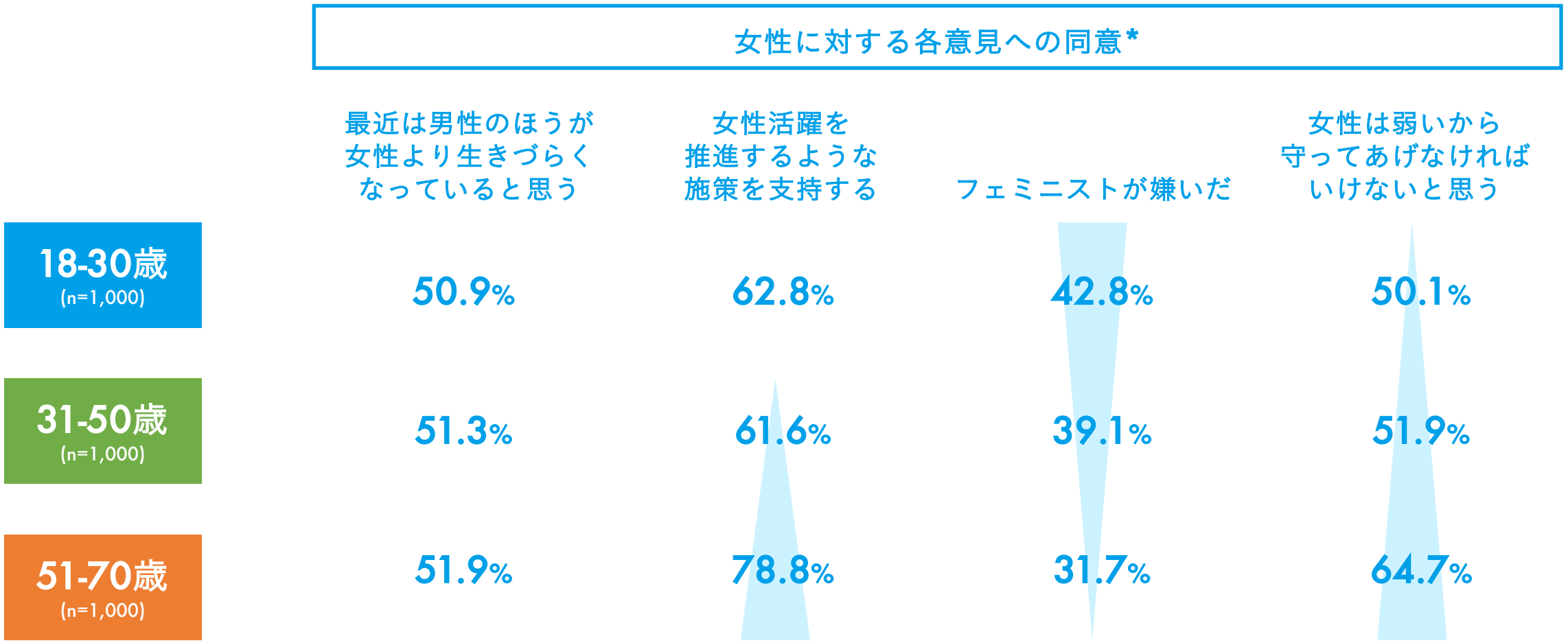
気分・感情

若い世代ほど、ポジティブ感情もネガティブ感情も高く、
特に気分の落ち込み、憂鬱、絶望感に悩まされた人の割合が多い。



女性に対する考え方

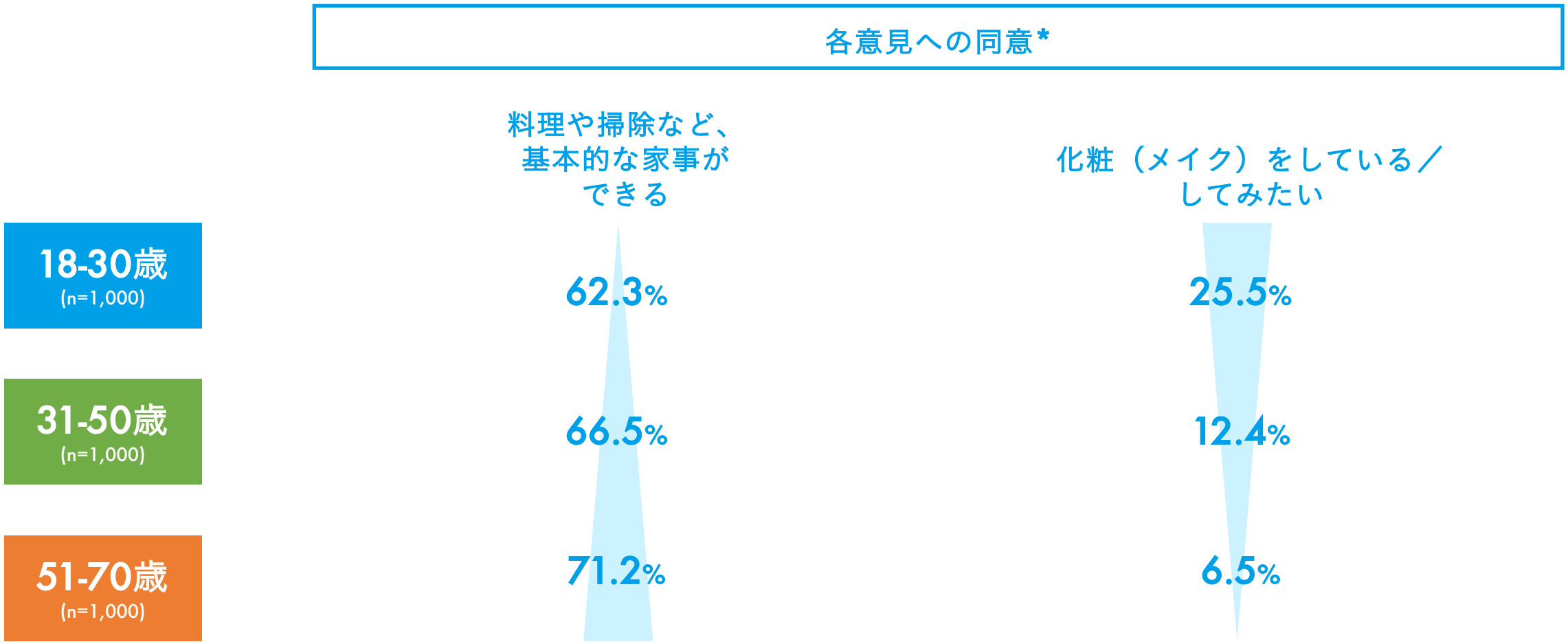
51～70歳は、女性は弱いので守るべき存在だと捉え、女性活躍推進施策を支持する人が多い。若い世代ほど、女性活躍推進施策への支持が低くなり、フェミニストを嫌う傾向がある。



* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

家事、化粧

年齢が上がるほど、基本的な家事ができると回答する人が多く、51〜70歳で約7割。
一方、若い人ほど化粧に興味があり、18〜30歳で25.5%いる。



* 使用スコアは「そう思う」計（「とてもそう思う」＋「そう思う」）

人間関係

年齢が上がるほど、個人的な問題を気軽に話せる友人を持つ人の割合が減り、
落ち込んだときに「誰にも助けを求めない」人の割合が増える。

	人生の個人的・感情的な問題について気軽に話せる友人がいる*	悲しいときや落ち込んだときにまず助けを求める相手 1	2	3
18-30歳 (n=1,000)	65.0%	男友達 39.8%	母親 30.6%	恋人、配偶者、パートナー 29.2%
31-50歳 (n=1,000)	52.0%	恋人、配偶者、パートナー 46.1%	男友達 28.3%	誰にも助けを求めない 27.7%
51-70歳 (n=1,000)	48.6%	恋人、配偶者、パートナー 53.1%	誰にも助けを求めない 28.4%	男友達 23.6%

* 使用スコアは「はい」

人間関係

重要な決断時には、若い世代ほど「母親、父親、または両親」の意見を、
年齢が上がるほど「恋人、配偶者、パートナー」の意見を重視する。
「誰からもアドバイスを受けない」人も、31歳以上では約3割いる。

人生の重要な決定をしなければならないときに意見をもっとも重視する相手

	母親、父親または両親	恋人、配偶者パートナー	友達	兄弟姉妹	先輩、上司	誰からもアドバイスを受けない
18-30歳 (n=1,000)	44.3%	16.3%	9.1%	2.5%	1.2%	24.6%
31-50歳 (n=1,000)	20.4%	40.1%	5.2%	1.6%	1.8%	29.3%
51-70歳 (n=1,000)	6.9%	52.5%	3.8%	3.6%	1.1%	29.6%

「男らしさ」イメージ

若い世代ほど「筋肉質、体格がいい」と「堂々としている」が、
上の世代ほど「決断力がある」と「包容力がある」が上位に入る。

「男らしさ」から連想されるイメージ

