

ロート製薬 妊活白書2020

# ふたり妊活のいま

新型コロナウイルスの影響で世の中が変化し、  
ライフスタイル、家族、健康への考え方にも変化が。  
妊活を考えるふたりの実情と本音を聞きました。





## 調査実施の概要

### 調査の狙い

妊活を意識している既婚(子どもはいない)層や、将来妊活を意識すると考えられる若年未婚層に、妊活に対する認識や意識、実態を定点的に観測することで、妊活に関する情報の参考とする。特に2020年は新型コロナウイルス感染症の影響による意識や行動変化、実態に焦点を当てることで、新たな妊活の形や兆しを探る。

### 調査設計

[スクリーニング調査] ■調査対象:18~44才男女 ※未既婚、子どもの有無を絞り込みますに配信

■サンプル数:19,795サンプル

■調査地域:全国

### 〔本調査〕

#### 既婚妊活男女

■調査対象:25~44才 既婚男女

子どもはいない ※ご自身あるいはパートナーが妊娠中の方は除く  
現在子どもを欲しいと思っている

■サンプル数:800サンプル

	25~29才	30~34才	35~39才	40~44才	計
男性	100	100	100	100	400
女性	100	100	100	100	400

#### 若年男女

■調査対象:18~29才 未婚男女

子どもはいない ※妊娠中の人は除く

■サンプル数:400サンプル

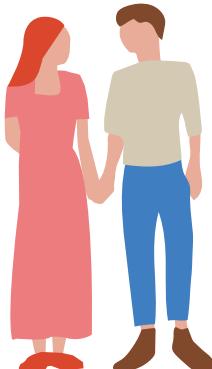
	18~24才	25~29才	計
男性	100	100	200
女性	100	100	200

■調査地域:全国

■調査実施期間:2020年12月5日(土)~12月6日(日)

■調査手法:インターネット調査

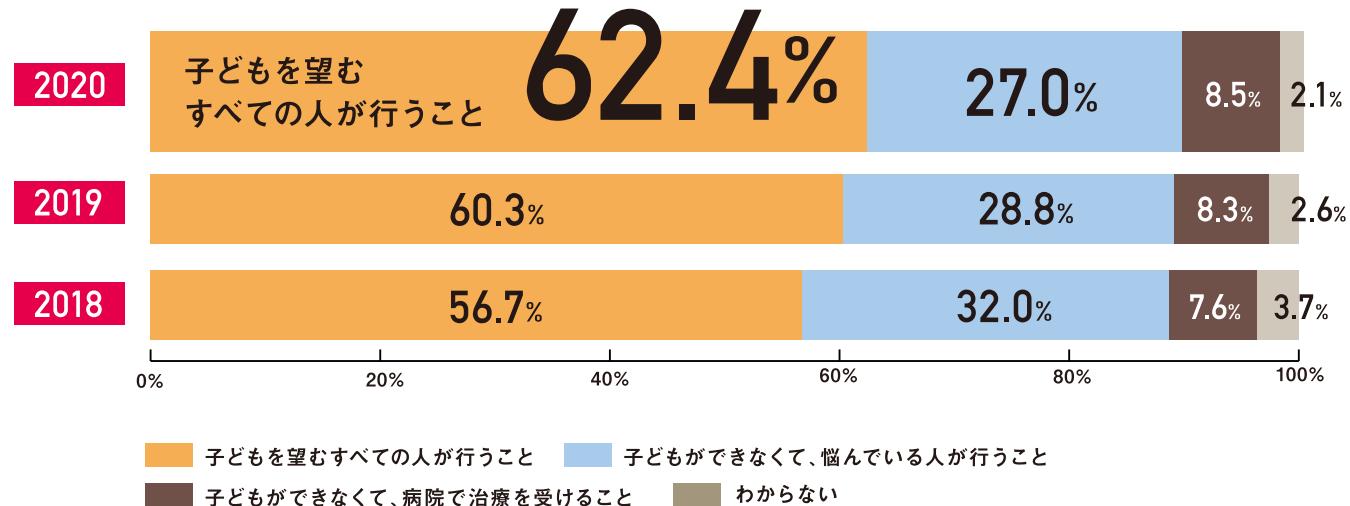
※スクリーニング調査、本調査結果は、ウエイトバック集計を実施したスコアを使用



## 妊活とは「子どもを望むすべての人が行うこと」と捉える人が増加

妊活のイメージは、2018年から徐々に「悩んでいる人が行うこと」や「病院で治療を受けること」ではなく、「子どもを望むすべての人が行うこと」と捉えられる傾向に。妊活に対する認識が変わってきたことがうかがえます。

妊活の捉え方について



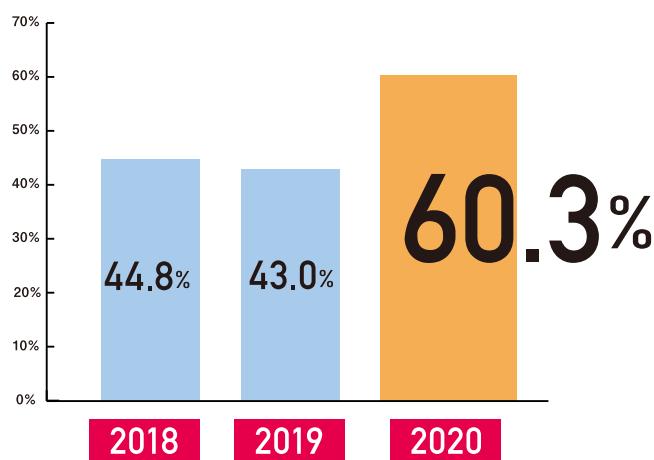
「ふたり妊活」意識の変化

## 「ふたり妊活」できている人が大幅に増加

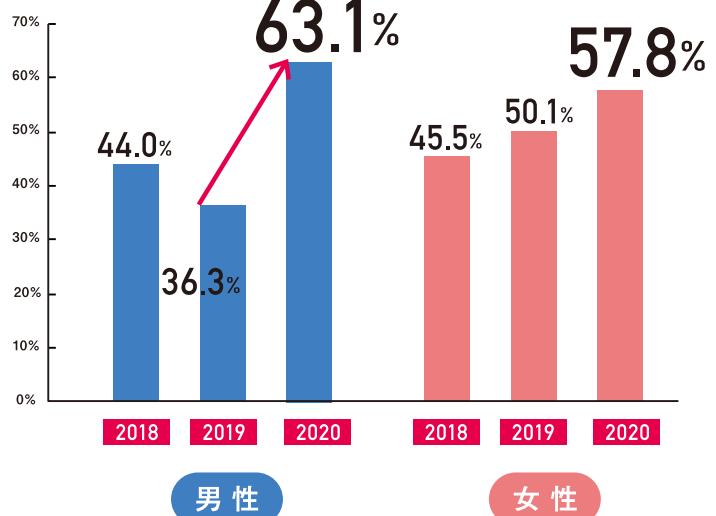
子どもを望む人たちの中で、「ふたり妊活ができる」と答えた人が増えていますが、特にこの2020年はその増加に加速がかかったことがうかがえます。

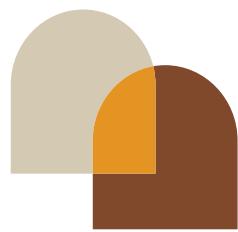
男女別でみると、男性の認識が特に変わってきています。比較的妊活に消極的だった男性が、妊活への意識を高めたことがわかります。

全体 「ふたり妊活」ができる



男女別 「ふたり妊活」ができる





# 新型コロナウイルスの 影響によるさまざまな変化

2020年は大きな環境の変化がありました。

この状況下、妊活にどのような変化があったのか  
詳しくみてみました。

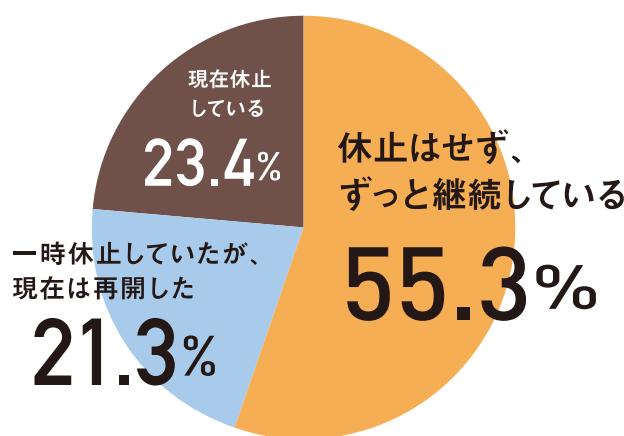


新型コロナウイルスの影響による妊活事情の変化

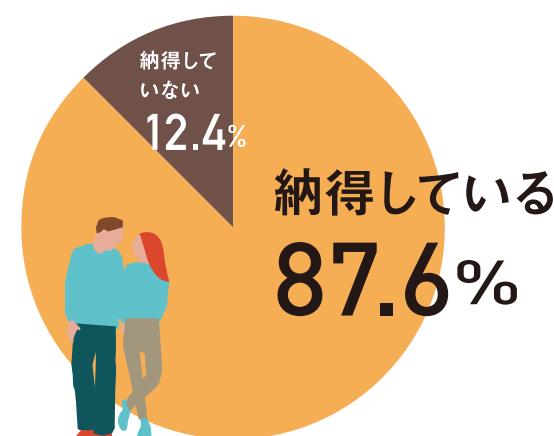
## 4人中3人が妊活を継続・再開

さまざまな制限がかかる中、55.3%が妊活を継続、21.3%は休止していたが再開。継続・再開・休止、どの選択をしていても87.6%が「その選択に夫婦ふたりが納得している」と回答しました。夫婦できちんと話し合いをしていることがうかがえます。

新型コロナウイルス影響後の妊活取り組み状況



新型コロナウイルス影響後の妊活取り組み状況の夫婦ふたりの納得度



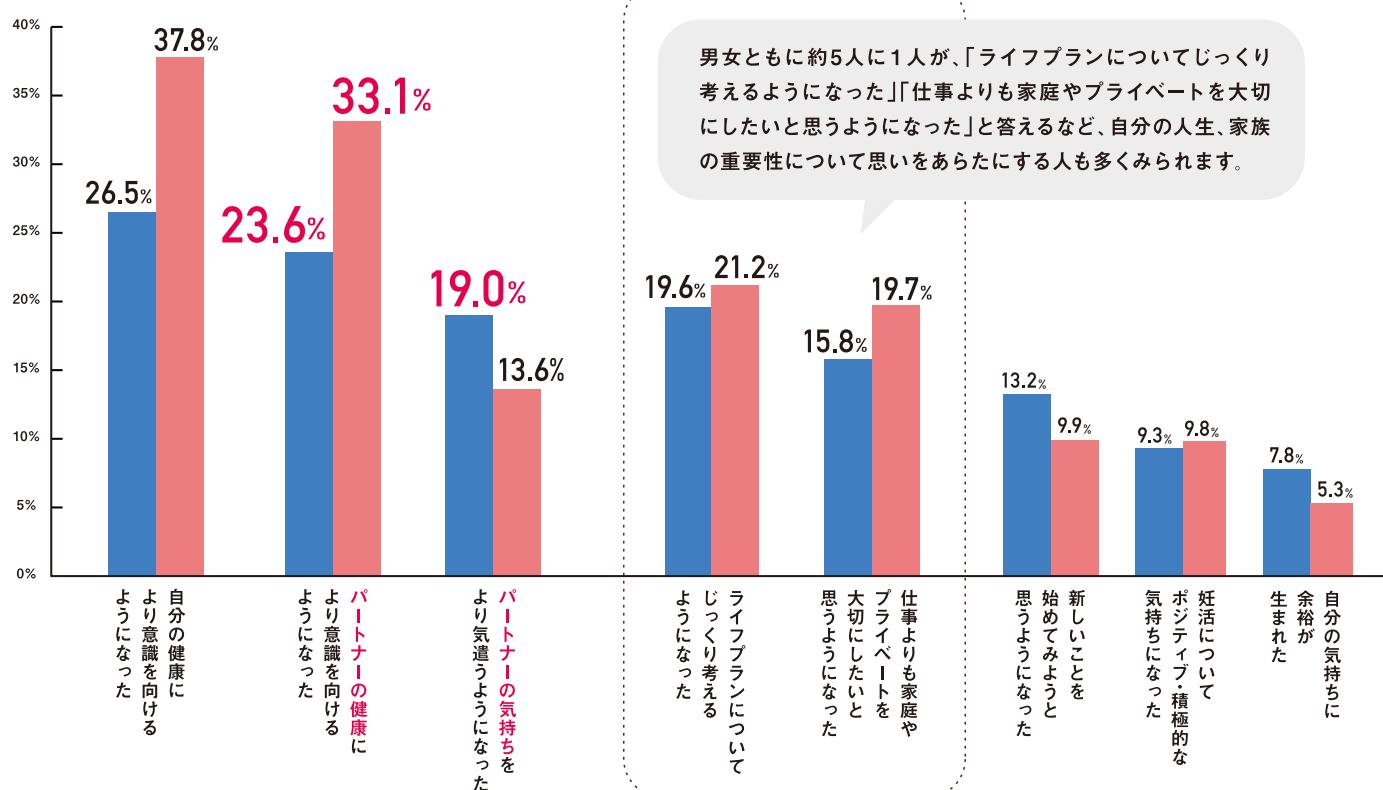
新型コロナウイルスの影響による意識の変化

## 自分やパートナーに対する健康意識が向上

自分自身の健康に加えて、**パートナーの健康**にもより意識を向けるようになっており、また、特に男性は**パートナーの気持ち**を気遣うように変化しています。

新型コロナウイルス影響前との意識の変化

男性 女性

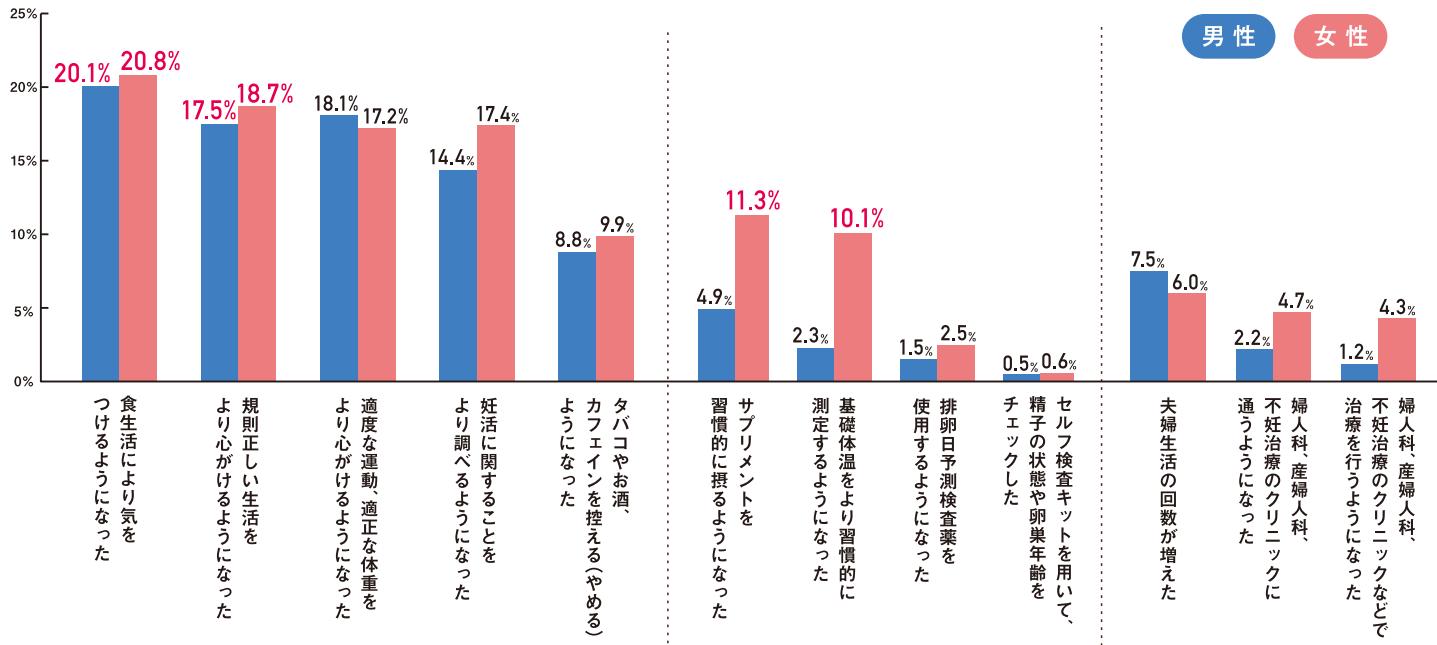


## 新型コロナウイルスの影響による行動の変化

## 生活習慣を見直し、セルフ妊活を習慣化

食生活や規則正しい生活など、より健康面に気を付けるようになっており、特に女性は基礎体温の測定やサプリメントの摂取を習慣化するなどの変化がありました。

新型コロナウイルス影響前との行動の変化

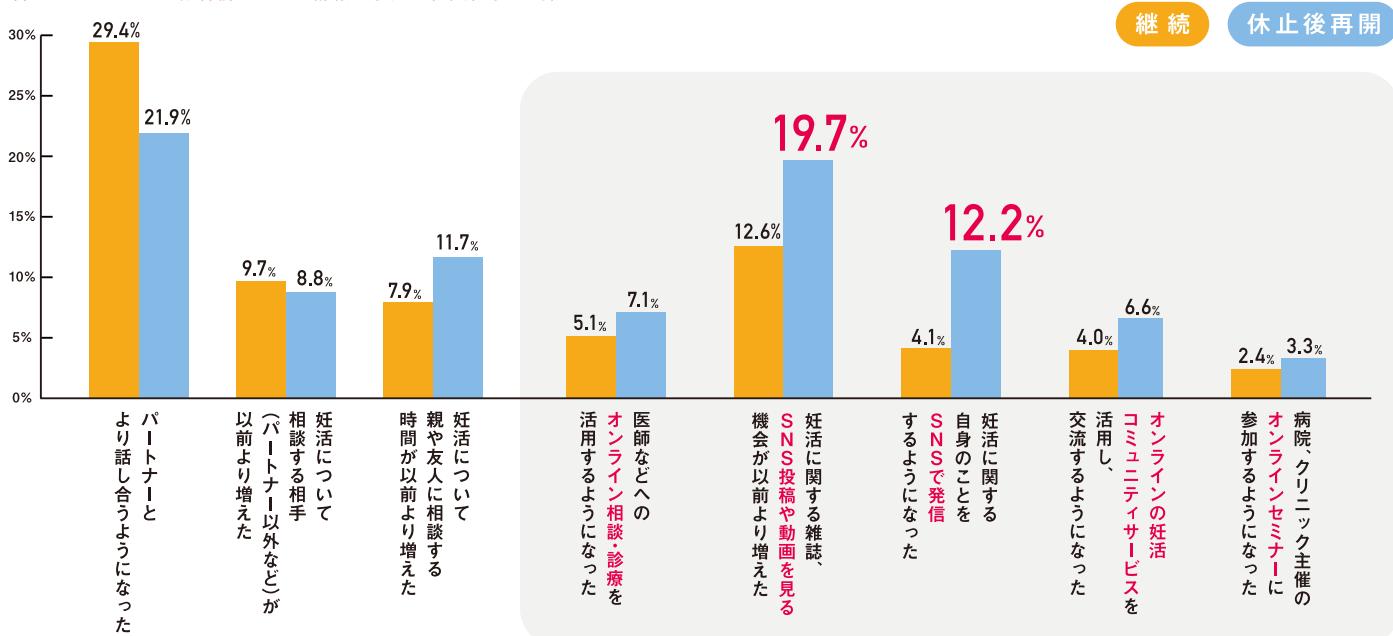


## 新型コロナウイルスの影響による妊活情報の入手先の変化

## パートナーを含め、情報収集・相談のしやすい環境に

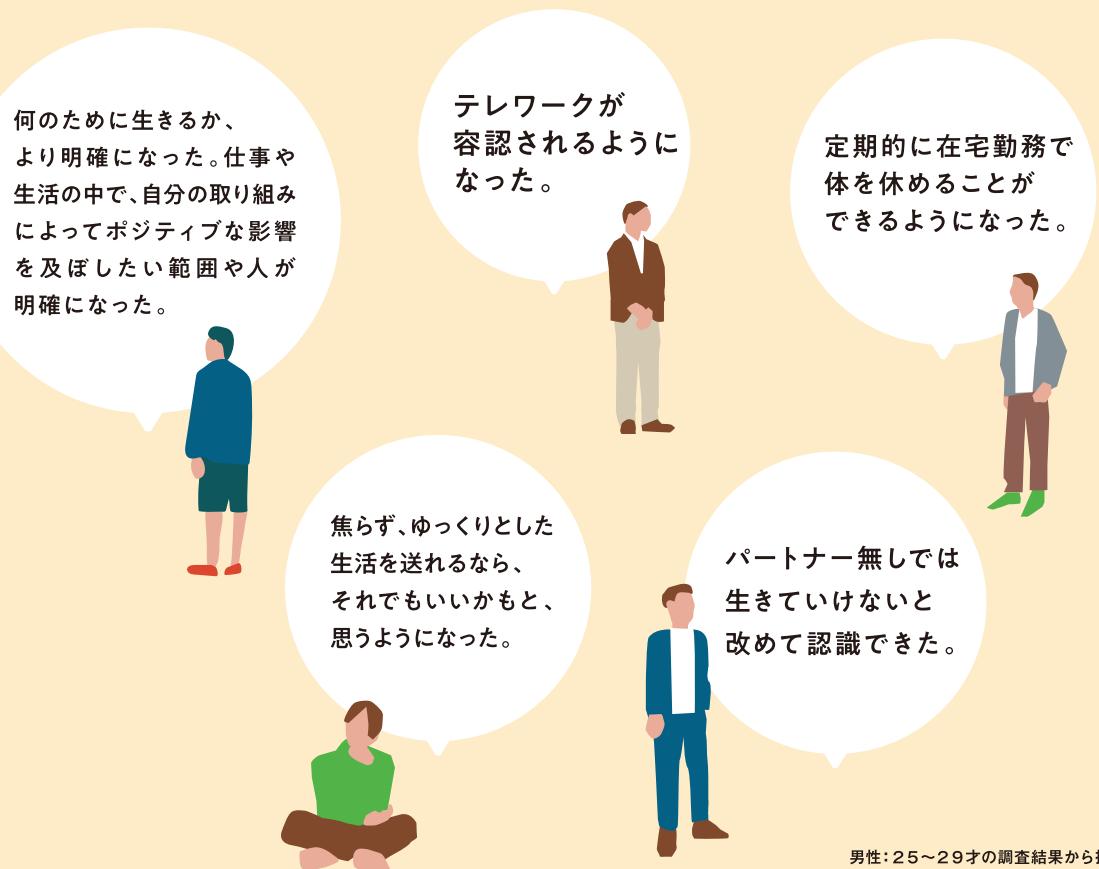
パートナーとの関係が深まったのはもちろんのこと、SNSやオンラインサービスの利用が活発化。特に、一時は妊活を休止したもの再開した人は、積極的にこれらのサービスを利用したり、広く情報収集し、再開を決めたことがうかがえます。

新型コロナウイルス影響前と比べて情報入手先や相談相手の変化



意識・行動・情報入手先などさまざまなことが変わった理由として「家庭内で過ごす時間が増えたから」23.7%、「病気や死が身近なものになったから」10.5%、「遠方の家族や友人に簡単に会えなくなったから」9.1%などの回答が多く寄せられました。

また、**男性の働き方がフレキシブルになったこと**も妊活意識や行動変化に影響を与えたことがうかがえます。



新型コロナウイルスは、妊活においてもさまざまな影響を与えたようです。健康やライフプランを改めて考える機会となり、妊活に対する意識や行動の変化が見られました。特に、ふたりで妊活に取り組む夫婦が増えたことや男性の妊活に対する意識変化など、ポジティブな兆しもみえてきました。また、SNSやオンラインサービスなどをうまく利用しながら情報を集めたりセルフ妊活を行うなど、新たな妊活方法を取り入れる夫婦も増え、妊活の選択肢も変化していることがわかりました。ロート製薬は、これからも“赤ちゃんが欲しい”と願う夫婦のキモチに寄り添いながら、世の中が大きく変化する状況下でも“自分たちなりの妊活”を見つけていくふたりを応援していきます。

