『いい夫婦の日』
夫婦に関するアンケート調査
調査報告書

〔2026年10月30日〕

「いい夫婦の日」をすすめる会事務局
https://fufu1122.com/
一般社団法人　日本メンズファッション協会

目次

■調査概要 …… P2

■調査結果 …… P3～P14

■総括 …… P15

調査概要

■調査目的
・対象者に対し、夫婦としての現状の「気持ち」、「暮らし」、「コミュニケーション」などの実態とともに「いい夫婦の日」の認知などについて把握することを目的とする。

■調査対象者
・地域：全国
・性別：男女
・20歳以上の既婚者

■調査方法
・インターネット調査
アイブリッジ株式会社が運営するアンケート専門サイト「Freeasy（フリージー）」を用いたWebアンケート方式

■調査期間
・2026年9月9日（水）～2026年9月16日（水）

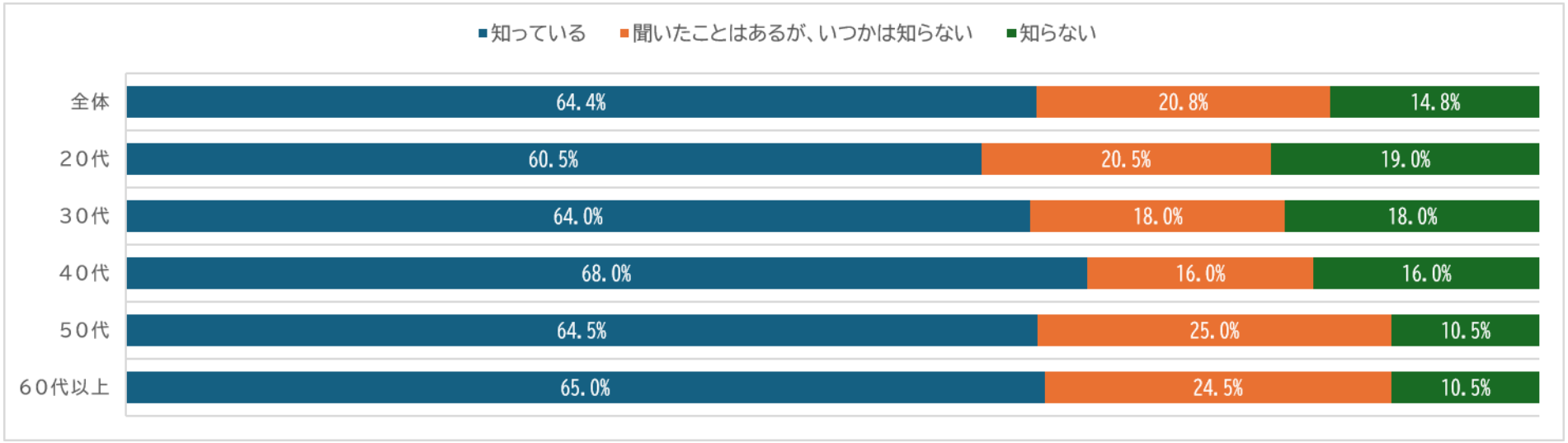
■有効回答数
・1,000サンプル
・内訳
男性：500サンプル　女性：500サンプル
20代：200サンプル　30代：200サンプル　40代：200サンプル　50代：200サンプル　60代以上：200サンプル

調査結果

1.「いい夫婦の日」の認知状況（全数ベース N=1,000　単一回答）

あなたは「いい夫婦の日」をご存じですか？（お答えは一つ）

「いい夫婦の日」は1988年の提唱以降、記念日の認知調査でつねにトップクラスを誇る。年代が上がるにつれて認知度が高まる傾向があり、「1122＝いいふうふ」の語呂合わせにより月日まで含めた認知度も高く、全世代で6割を超える。

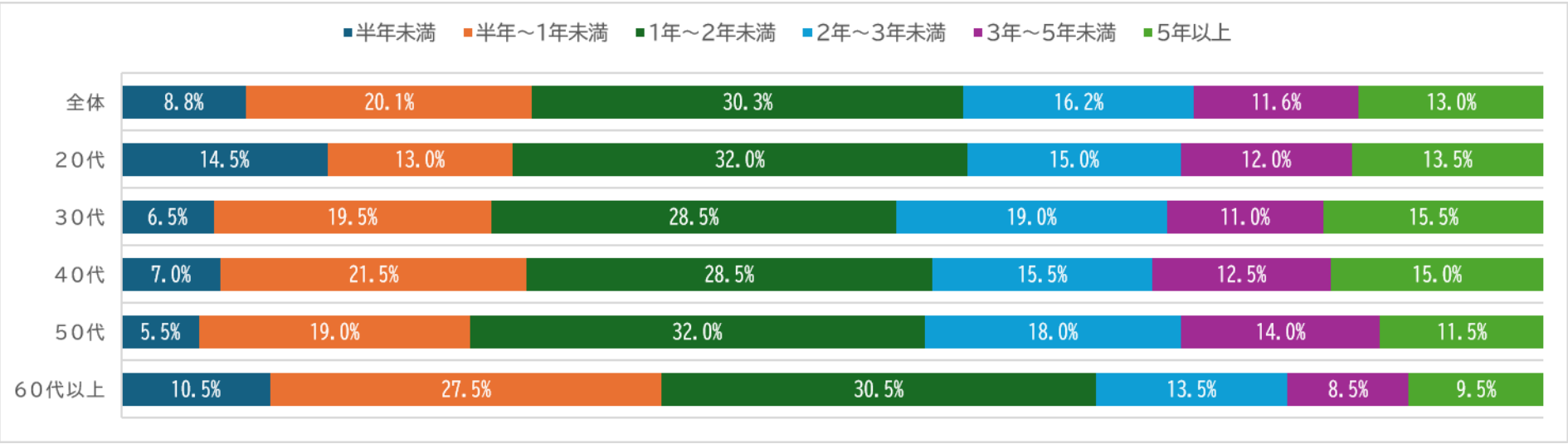


	知っている	聞いたことはあるが いつかは知らない	知らない
全体	64.4%	20.8%	14.8%
20代	60.5%	20.5%	19.0%
30代	64.0%	18.0%	18.0%
40代	68.0%	16.0%	16.0%
50代	64.5%	25.0%	10.5%
60代以上	65.0%	24.5%	10.5%

2. 交際期間（全数ベース N=1,000　単一回答）

あなた方ご夫婦は、ご結婚前にどのくらいの間お付き合いされていましたか？（お答えは1つ）

どの年代でも1～2年が約3割を占めるが、交際を始め、お互いによく相手を見極め、社会性のある結婚を決意するのにもっともふさわしい期間といえよう。半年未満は20代が突出しており、結婚相談所やマッチングアプリなど、最初から結婚を前提とした交際が増加したことも要因の一つか。60代は、同じく結婚を前提としたお見合いの名残だろうか。

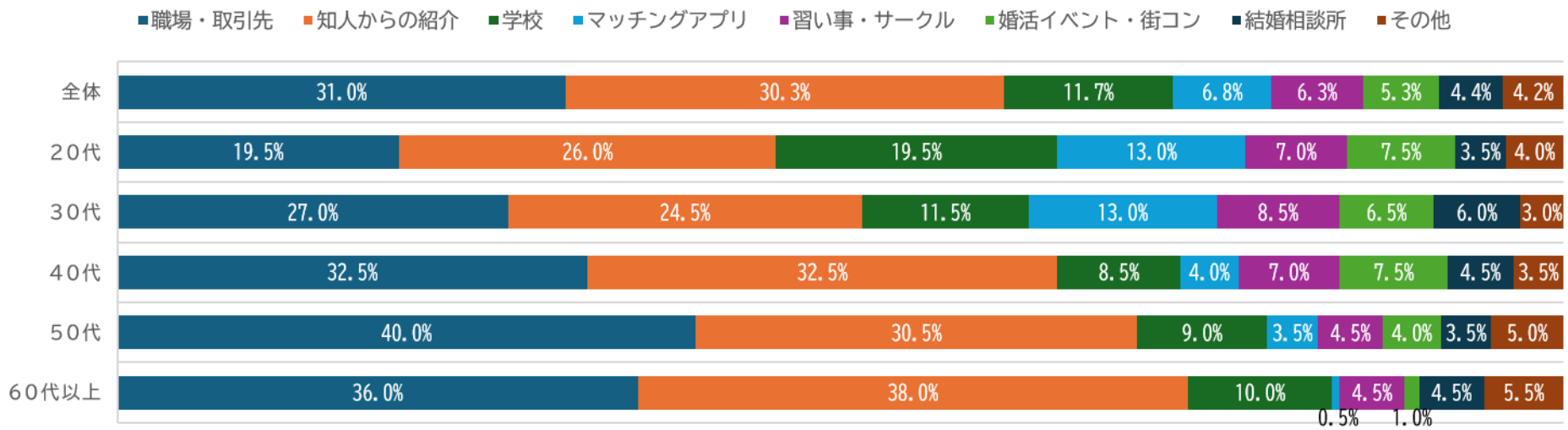


	半年未満	半年～1年未満	1年～2年未満	2年～3年未満	3年～5年未満	5年以上
全体	8.8%	20.1%	30.3%	16.2%	11.6%	13.0%
20代	14.5%	13.0%	32.0%	15.0%	12.0%	13.5%
30代	6.5%	19.5%	28.5%	19.0%	11.0%	15.5%
40代	7.0%	21.5%	28.5%	15.5%	12.5%	15.0%
50代	5.5%	19.0%	32.0%	18.0%	14.0%	11.5%
60代以上	10.5%	27.5%	30.5%	13.5%	8.5%	9.5%

3. 夫婦の出会いについて（全数ベース N=1,000　単一回答）

あなた方ご夫婦は、どのように出会われましたか？（お答えは1つ）

出会いの定番「職場・取引先」が全体の1位となり、年代が下がるにつれて出会いの場が多様化している印象。「マッチングアプリ」は20代・30代が13%と、突出して高い。「その他」の回答の中には、「旅行先」「（客としての）飲食店」「ナンパ」などがあるが、「ボランティア」が増えているのも最近の時世を表している。

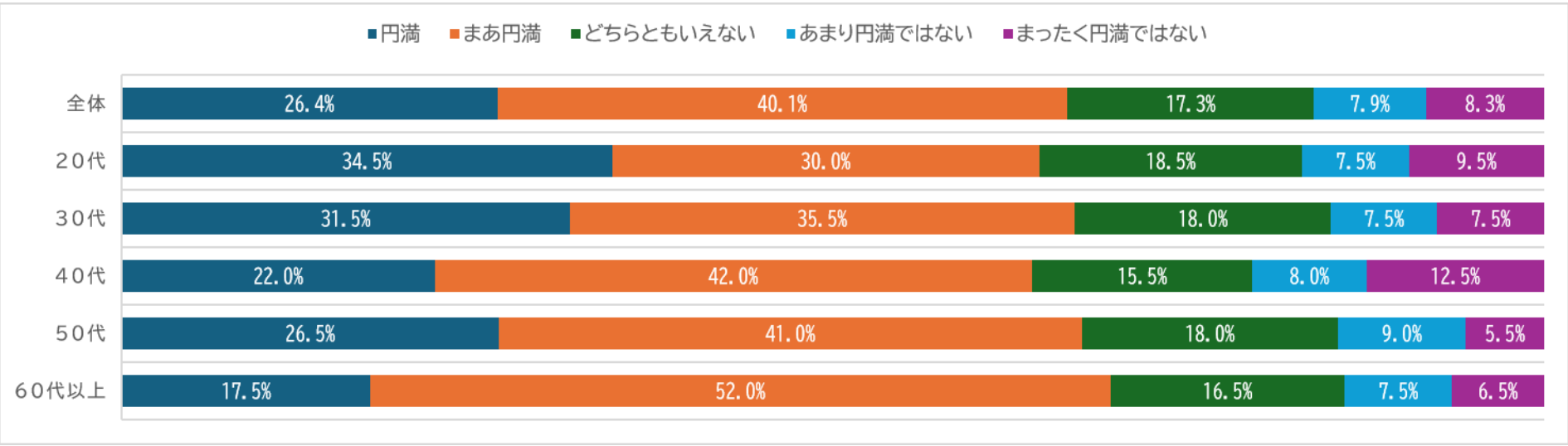


	職場・取引先	知人からの紹介	学校	マッチングアプリ	習い事・サークル	婚活ｲﾍﾞﾝﾄ・街コン	結婚相談所	その他
全体	31.0%	30.3%	11.7%	6.8%	6.3%	5.3%	4.4%	4.2%
20代	19.5%	26.0%	19.5%	13.0%	7.0%	7.5%	3.5%	4.0%
30代	27.0%	24.5%	11.5%	13.0%	8.5%	6.5%	6.0%	3.0%
40代	32.5%	32.5%	8.5%	4.0%	7.0%	7.5%	4.5%	3.5%
50代	40.0%	30.5%	9.0%	3.5%	4.5%	4.0%	3.5%	5.0%
60代以上	36.0%	38.0%	10.0%	0.5%	4.5%	1.0%	4.5%	5.5%

4. 夫婦仲について（全数ベース N=1,000　単一回答）

夫婦仲は円満だと思いますか？（お答えは1つ）

全体で見ると6割強の夫婦が円満であると感じている。20代、30代は「円満」と言い切る夫婦が3割を超えるのに対し、40代で「まったく円満ではない」が他の世代に対して突出しているのは、夫婦の危機の表れか。その実行か克服によって、50代以上は「円満」「まあ円満」が増えていき平和な傾向が見えてくる。

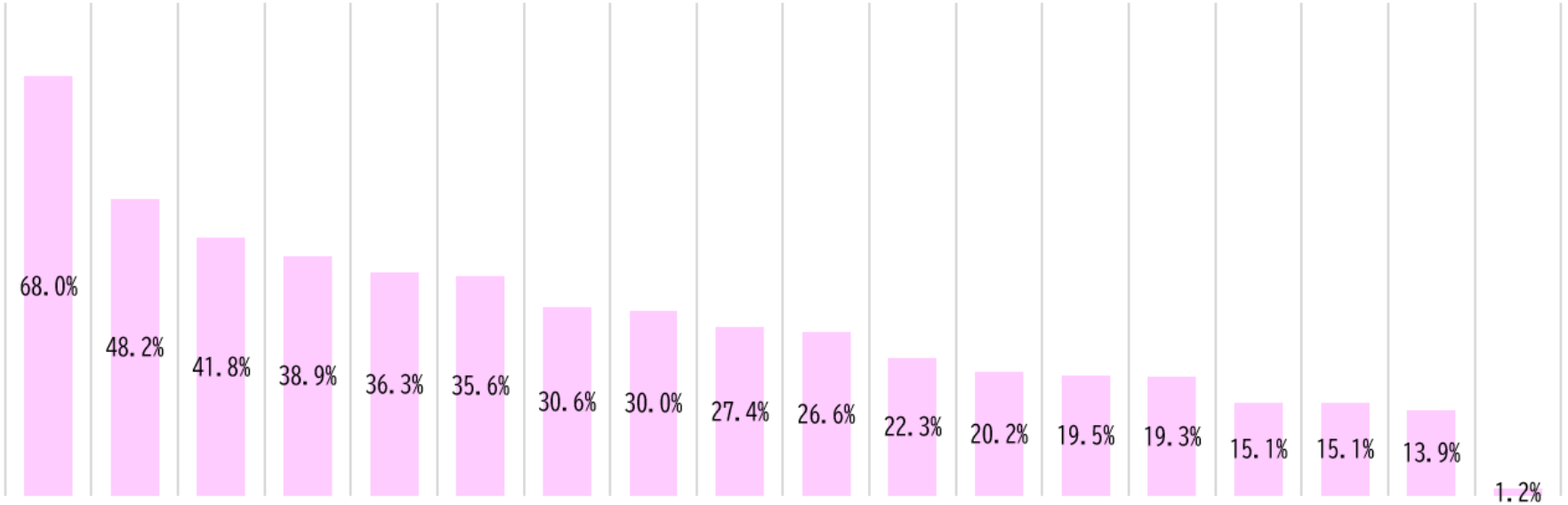


	円満	まあ円満	どちらともいえない	あまり円満ではない	まったく円満ではない
全体	26.4%	40.1%	17.3%	7.9%	8.3%
20代	34.5%	30.0%	18.5%	7.5%	9.5%
30代	31.5%	35.5%	18.0%	7.5%	7.5%
40代	22.0%	42.0%	15.5%	8.0%	12.5%
50代	26.5%	41.0%	18.0%	9.0%	5.5%
60代以上	17.5%	52.0%	16.5%	7.5%	6.5%

5. 夫婦円満に大切だと思うこと（全数ベース N=1,000　複数回答）

夫婦が円満であるために、大切だと思うことは何ですか？（お答えはいくつでも）

若い時は「スキンシップ」や「言葉にして愛情を伝えること」が重要だが、歳をとるにつれ「二人で出かけ」たり「一緒に食事をし」たり、夫婦のコミュニケーションを密にするとともに、「約束を守る」「嘘をつかない」ことを再認識することが夫婦円満のコツである。

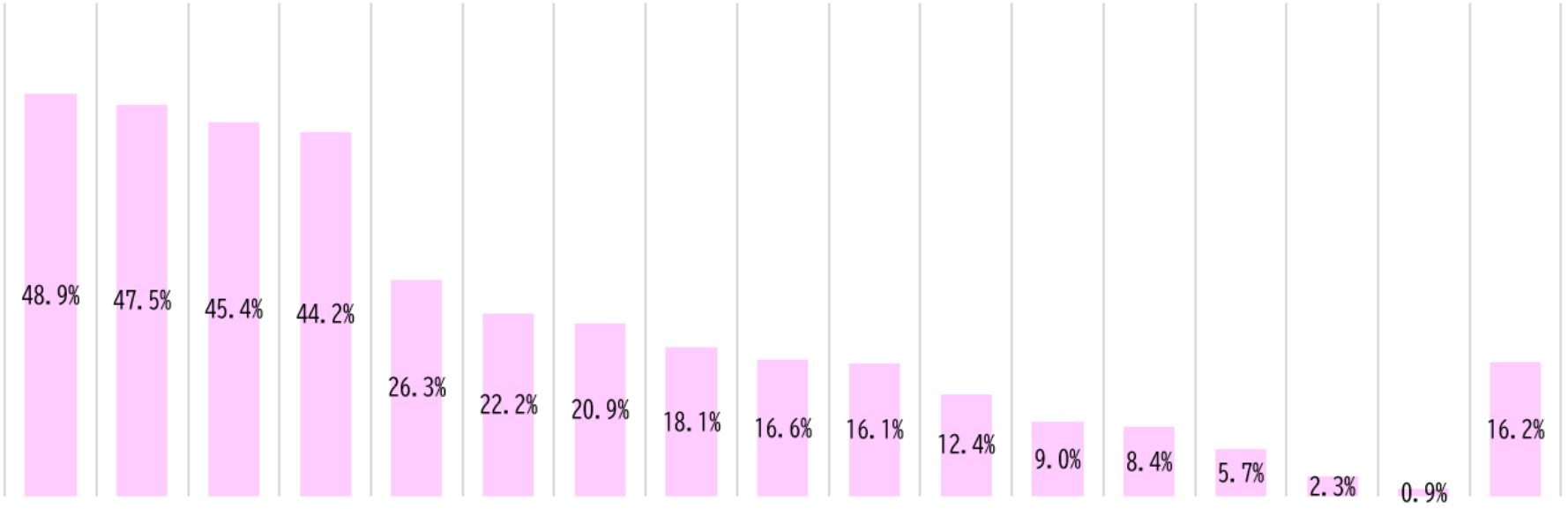


	話をする聞く	一緒に食事をする	程よい距離感(干渉しすぎない)	二人で出かける	言葉にして感謝を伝える	信頼する	家事の分担	約束を守る	嘘をつかない	我慢しない(不満を溜めすぎない)	育児・子どもの面倒をみる	言葉にして愛情を伝える	スキンシップ	プライバシーを守る	一緒に晩酌をする	お互いの両親を悪く言わない	同じ部屋で寝る	その他
全体	68.0%	48.2%	41.8%	38.9%	36.3%	35.6%	30.6%	30.0%	27.4%	26.6%	22.3%	20.2%	19.5%	19.3%	15.1%	15.1%	13.9%	1.2%
20代	49.0%	45.0%	25.0%	32.5%	30.0%	23.0%	27.5%	16.5%	23.0%	21.5%	26.5%	24.0%	24.0%	19.0%	19.5%	9.5%	14.0%	1.5%
30代	62.5%	49.0%	32.0%	38.0%	41.5%	33.5%	38.5%	28.5%	22.0%	25.0%	32.5%	27.0%	26.0%	19.0%	19.0%	15.5%	12.5%	0.0%
40代	68.5%	39.0%	38.5%	39.5%	33.0%	28.5%	28.0%	29.5%	22.5%	24.5%	26.0%	18.0%	18.5%	21.5%	13.5%	14.0%	12.0%	1.5%
50代	78.0%	50.5%	52.5%	43.5%	38.5%	43.0%	27.5%	34.0%	30.0%	28.0%	15.5%	16.0%	18.0%	14.5%	14.5%	19.5%	13.5%	2.5%
60代以上	82.0%	57.5%	61.0%	41.0%	38.5%	50.0%	31.5%	41.5%	39.5%	34.0%	11.0%	16.0%	11.0%	22.5%	9.0%	17.0%	17.5%	0.5%

6. 夫婦で一緒にしていること（全数ベース N=1,000 複数回答）

普段ご夫婦で一緒にされていることは何ですか？（お答えはいくつでも）

毎年のことだが、「自宅での食事」で20代が4割に満たないのは、共稼ぎによる時間のズレであろうか。「海外旅行」が20代と60代以上で多いのは、育児・教育前と子育てが落ち着いてからというライフステージの違いが考えられる。手軽に出かけられる「外食」や「国内旅行」が年代が上がるにつれて増えている一方、一緒に体を動かす「散歩」「レジャー」「スポーツ」が60代以上で明らかに減ってくるのは、健康の問題か心配なところ。

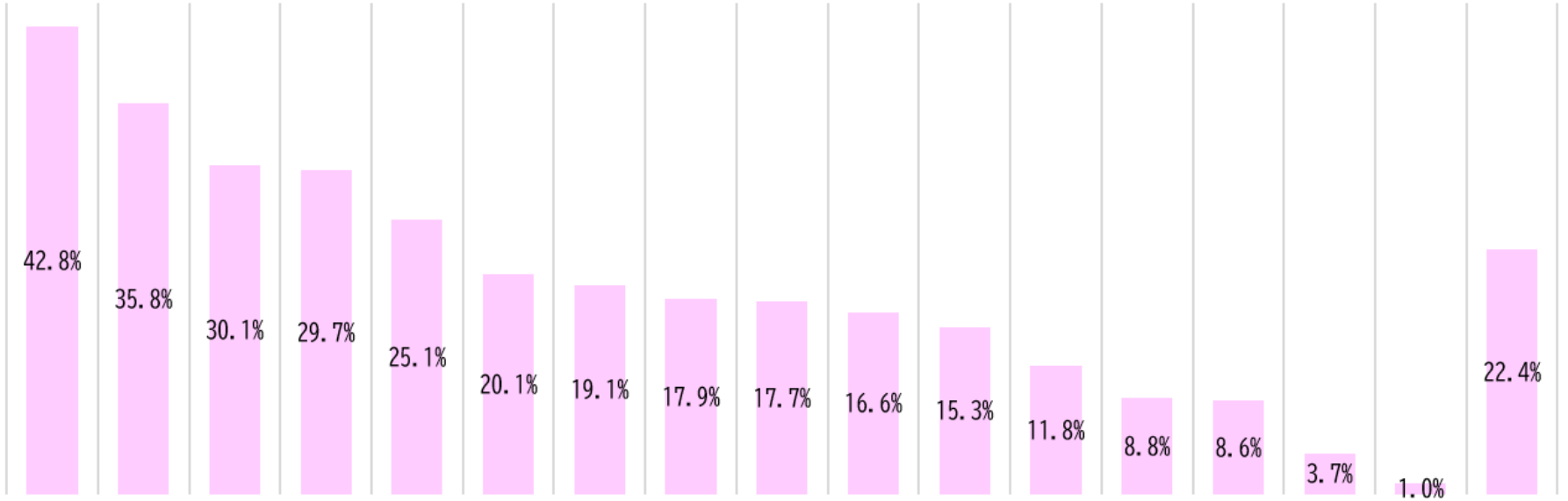


	自宅での食事	買い物	外食	国内旅行	ドライブ	料理以外の家事	映画・ｺﾝｻｰﾄなどの鑑賞	料理	散歩	晩酌	海外旅行	ボウリング・カラオケなどのレジャー	ゲーム	スポーツ	習い事	その他	夫婦で一緒にしていることはない
全体	48.9%	47.5%	45.4%	44.2%	26.3%	22.2%	20.9%	18.1%	16.6%	16.1%	12.4%	9.0%	8.4%	5.7%	2.3%	0.9%	16.2%
20代	36.5%	41.0%	37.0%	32.0%	31.0%	19.0%	23.0%	20.0%	17.5%	17.5%	14.5%	11.0%	13.0%	7.5%	4.5%	0.5%	17.0%
30代	47.0%	52.5%	41.0%	42.5%	31.0%	28.0%	21.5%	22.0%	16.0%	18.5%	12.0%	13.0%	15.5%	8.5%	3.5%	2.0%	13.5%
40代	43.5%	39.0%	43.5%	42.5%	21.5%	25.5%	22.5%	24.0%	17.0%	11.5%	11.0%	9.5%	9.0%	6.0%	1.5%	0.0%	22.0%
50代	54.5%	50.5%	54.0%	50.5%	24.5%	21.0%	19.0%	14.5%	17.5%	18.5%	10.0%	8.0%	4.5%	2.5%	0.5%	0.5%	15.5%
60代以上	63.0%	54.5%	51.5%	53.5%	23.5%	17.5%	18.5%	10.0%	15.0%	14.5%	14.5%	3.5%	0.0%	4.0%	1.5%	1.5%	13.0%

7. 今後夫婦で一緒にしたいこと（全数ベース N=1,000　複数回答）

今後ご夫婦で一緒にしたいことは何ですか？（お答えはいくつでも）

コロナ禍でガクンと落ちた「旅行」「ドライブ」「レジャー」など、出かけることがほぼコロナ前に戻ったような気がする。一方「一緒にしたいことはない」がじわじわと増えてきている。「夫婦仲がまったく円満でない」が突出していた40代はここでも「一緒にしたいことはない」で突出している。

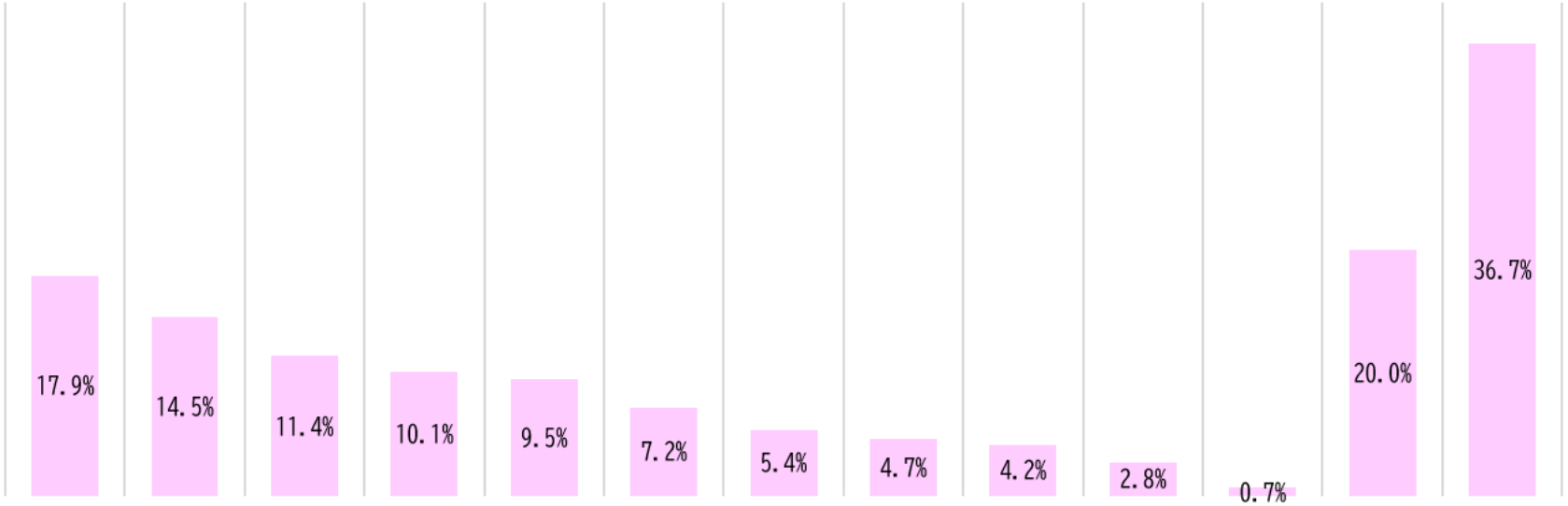


	国内旅行	外食	買い物	自宅での食事	ドライブ	映画・ｺﾝｻｰﾄなどの鑑賞	海外旅行	料理	散歩	料理以外の家事	晩酌	ボウリング・カラオケなどのレジャー	スポーツ	ゲーム	習い事	その他	一緒にしたいことはない
全体	42.8%	35.8%	30.1%	29.7%	25.1%	20.1%	19.1%	17.9%	17.7%	16.6%	15.3%	11.8%	8.8%	8.6%	3.7%	1.0%	22.4%
20代	35.0%	29.0%	27.0%	26.0%	28.5%	19.0%	23.0%	18.0%	17.5%	16.0%	16.5%	13.0%	13.5%	13.5%	6.0%	1.0%	21.5%
30代	39.5%	40.0%	37.5%	32.5%	28.5%	25.0%	20.5%	24.5%	17.0%	21.0%	19.0%	18.5%	9.5%	13.0%	4.0%	0.5%	18.5%
40代	33.5%	31.5%	26.0%	25.0%	25.5%	18.0%	14.0%	19.0%	17.5%	13.0%	14.5%	13.0%	10.0%	10.0%	5.0%	1.5%	29.0%
50代	52.5%	43.5%	33.0%	32.0%	25.0%	22.5%	19.0%	15.0%	20.0%	19.0%	16.5%	10.0%	7.0%	5.5%	1.0%	0.5%	21.5%
60代以上	53.5%	35.0%	27.0%	33.0%	18.0%	16.0%	19.0%	13.0%	16.5%	14.0%	10.0%	4.5%	4.0%	1.0%	2.5%	1.5%	21.5%

8. パートナーから記念日に贈られたいプレゼント（全数ベース N=1,000　複数回答）

「いい夫婦の日」などの記念日にパートナーから贈られたいプレゼントは何ですか？（お答えはいくつでも）

複数回答であり、毎年同じ傾向である。年代が上がるにつれて「何もいらない」が増えてきて、60代では半数を占めるようになる。物欲がなくなるのか、期待がなくなるのか、それとも物価高のなか夫婦で節約なのか、現実的な数字である。

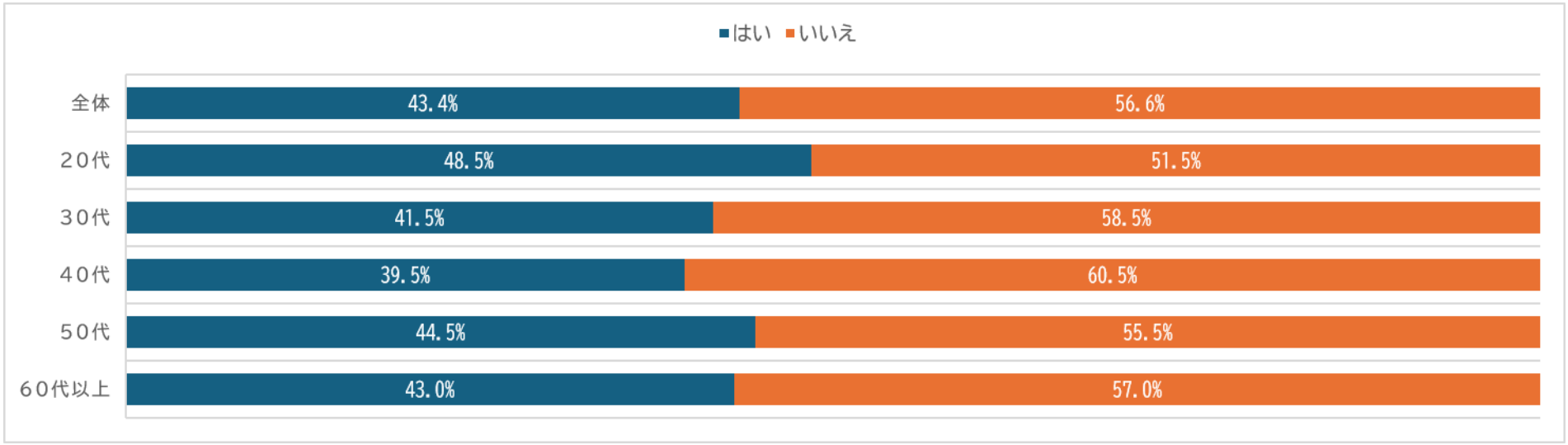


	スウィーツ お菓子	外食	ジュエリー アクセサリー	旅行	手料理	バッグ・財布	洋服	花	お酒	手紙 ハンドメイド	その他	どんなもの でも嬉しい	何もいらない
全体	17.9%	14.5%	11.4%	10.1%	9.5%	7.2%	5.4%	4.7%	4.2%	2.8%	0.7%	20.0%	36.7%
20代	23.0%	16.0%	16.0%	12.5%	17.0%	11.0%	6.0%	6.5%	5.5%	5.5%	0.5%	19.0%	24.5%
30代	24.0%	20.5%	15.0%	13.5%	13.0%	7.5%	9.0%	5.5%	4.5%	5.0%	0.5%	19.5%	28.5%
40代	18.5%	14.5%	14.0%	7.5%	10.5%	8.0%	5.5%	4.0%	5.5%	2.5%	1.5%	18.0%	36.0%
50代	14.0%	14.0%	9.0%	8.0%	4.0%	6.0%	4.5%	5.5%	4.0%	1.0%	0.5%	20.0%	45.5%
60代以上	10.0%	7.5%	3.0%	9.0%	3.0%	3.5%	2.0%	2.0%	1.5%	0.0%	0.5%	23.5%	49.0%

9. ビールを飲みながら大切な人と過ごす時間はありますか？（全数ベース N=1,000　単一回答）

（お答えは1つ）

ほとんどの調査で好きなお酒の1位に選ばれるビール。昨年のアンケートで、お酒を飲まない人たちが20代・30代で4割、40代以上で3割以上いることを考えると、ビールの需要は圧倒的である。

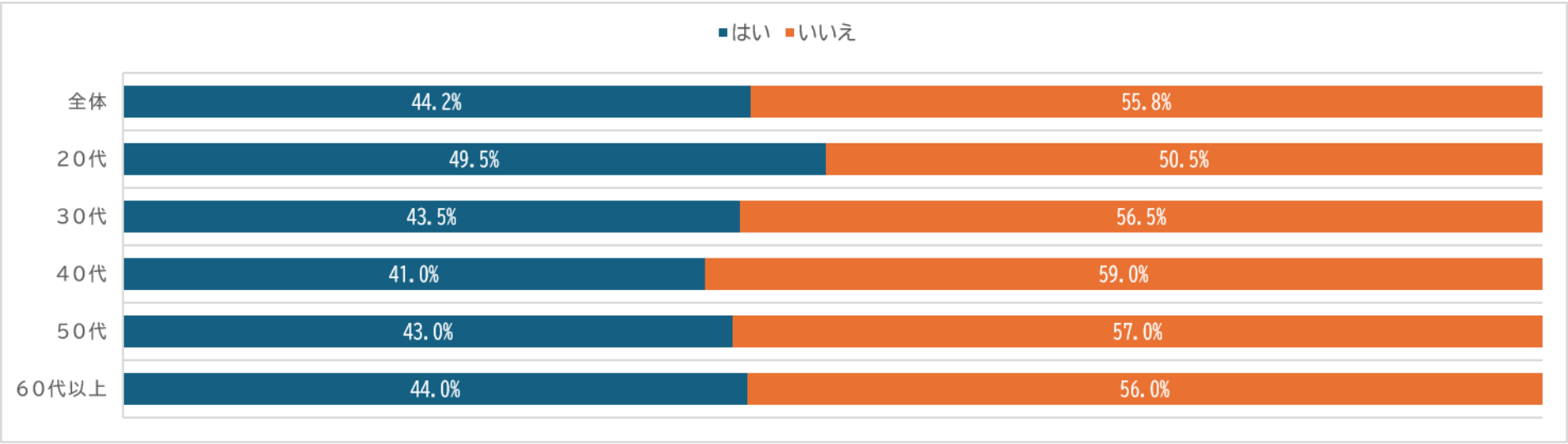


	はい	いいえ
全体	43.4%	56.6%
20代	48.5%	51.5%
30代	41.5%	58.5%
40代	39.5%	60.5%
50代	44.5%	55.5%
60代以上	43.0%	57.0%

10. ビール時間を通して喜びを分かち合いたい気持ちはありますか？（全数ベース N=1,000　単一回答）

（お答えは1つ）

設問9の回答に準ずる数字である。数あるお酒の中でもビールは「ハレの日」のイメージが強く、テレビCMやさまざまな広告宣伝においても、パーティや団欒のイメージが強い。

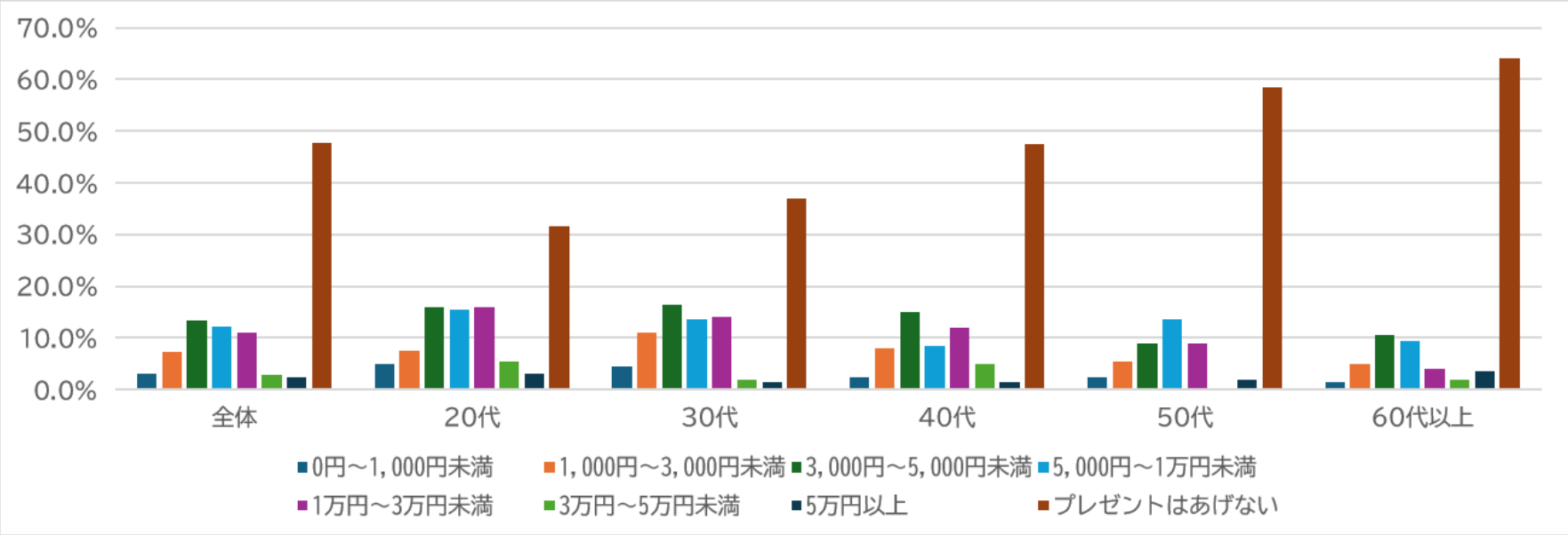


	はい	いいえ
全体	44.2%	55.8%
20代	49.5%	50.5%
30代	43.5%	56.5%
40代	41.0%	59.0%
50代	43.0%	57.0%
60代以上	44.0%	56.0%

11. プレゼント予算（全数ベース N=1,000　単一回答）

パートナーに贈るプレゼント予算はいくらですか？（お答えは一つ）

毎年と同様の傾向だが、「プレゼントはあげない」がじわじわと増えている。日本は本来「贈答」を大切にする民族性があり、自分の気持ちをモノに託して相手に伝える気遣いをもっと大切にしたいものである。



	0円～1,000円未満	1,000円～3,000円未満	3,000円～5,000円未満	5,000円～1万円未満	1万円～3万円未満	3万円～5万円未満	5万円以上	プレゼントはあげない
全体	3.2%	7.4%	13.4%	12.1%	11.0%	2.9%	2.3%	47.7%
20代	5.0%	7.5%	16.0%	15.5%	16.0%	5.5%	3.0%	31.5%
30代	4.5%	11.0%	16.5%	13.5%	14.0%	2.0%	1.5%	37.0%
40代	2.5%	8.0%	15.0%	8.5%	12.0%	5.0%	1.5%	47.5%
50代	2.5%	5.5%	9.0%	13.5%	9.0%	0.0%	2.0%	58.5%
60代以上	1.5%	5.0%	10.5%	9.5%	4.0%	2.0%	3.5%	64.0%

おわりに

「いい夫婦の日」は、1988年に財団法人余暇開発センター（現日本生産性本部）によって提唱され、1998年に「いい夫婦の日」をすすめる会を設立し、理想の夫婦を選出する「いい夫婦 パートナー・オブ・ザ・イヤー」を毎年発表している。

アパレル企業や百貨店、ジュエリー、ボウリング、フラワー業界、飲食業界、それにウォーキング団体などが一緒になって周知、普及につとめ、2014年からは、「ベストドレッサー賞」や「ベスト・ファーザーイエローリボン賞」などを主催している一般社団法人日本メンズファッション協会がその事務局となっている。

時代の変遷、価値観の多様化で理想の夫婦像も変わっていくであろうが、社会の最小単位の夫婦のあり方をつねに考え、夫婦円満のためにお互いに気を遣い、努力しあって安穏な日々を過ごしたいものである。幸せな夫婦が増えていき、家族それぞれの絆が深まっていくのを望んでやまない。

本件に関するお問い合わせ先

「いい夫婦の日」をすすめる会事務局
https://fufu1122.com/

一般社団法人　日本メンズファッション協会
東京都渋谷区神宮前3丁目15－10　原宿ハイツ201号
TEL　03－5412－2330　　E-mail　info@fufu1122.com