

「草食化」以後の異性友人関係 ——「添い寝フレンド（ソフレ）」経験者への インタビュー調査から——

Analysis on the New Opposite Sex Friendships in 2010s
: Interview Research about "SOFLE"

高 橋 幸*

Yuki TAKAHASHI*

要約：2000年代後半から日本では、若い男性の恋愛・性愛への消極化を意味する「草食化」という言葉が流行し、社会的に広く使われるようになった。2010年代中盤には、一晩をともに二人きりで過ごし添い寝をするが、性行為を行わない友人関係である「添い寝フレンド」（通称「ソフレ」）という新しい異性友人関係が登場した。本稿では、ソフレ経験者へのインタビュー調査から、ソフレについて解明する。

調査の結果、第一に、恋人に対して持つ感情とソフレに対して持つ感情はソフレ経験者において質的に異なると感じられていることがわかった。恋人に対しては「ドキドキ」や「トキメキ」といった非日常的な強い感情を持つが、ソフレに対しては安心感や癒しという日常的で穏やかな感情を持つ。第二に、ソフレ経験者の男性のなかには「草食男子」像に当たる人が多く、恋愛や性愛に消極的な「草食男子」がソフレになるとは限らないことがわかった。ただし、「草食男子」像の社会的広まりにより、二人きりで添い寝をする状況において性行為を求めるという行動を、「男らしくない」という否定的意味ではなく、「現代の若者っぽい」という肯定的意味で捉える解釈図式が生まれており、これがソフレを可能にしている。「草食男子」がソフレになるというよりも、「草食男子」という語の社会的流行がソフレを成立させている。

1. はじめに

1.1 「異性友人」の変化から見る現代の恋愛観・性愛観

異性愛者における異性友人は、恋愛関係にもなりうるというその可能性

*武藏大学社会学部非常勤講師

によって特有の意味合いを帯びてきた。異性友人の社会的意味の変化は、異性友人に付けられる名称の変化から観察できる。

日本では1990年代に、恋愛関係を結ぶことなしに、友人関係のままで性的行為を行うこと（セックス・フレンド、通称「セフレ」）が一つの関係形式として認識されるようになった（千田2011：86-87）。2000年代後半、男子が恋愛行動や性的行動が消極化しているという「草食化」言説が流行し（日本性教育協会編 2013）、2010年代中盤には異性友人に対する新たな呼称群が登場した。一晩同じベッドで添い寝するが性的関係をもたない「添い寝フレンド」（通称「ソフレ」）や、キスだけをする「キスフレ」、ハグだけをする「ハフレ（ハグフレ）」、お風呂に一緒に入るがそれ以上のことをしない「オフレ」、学校の友達などに対して恋人のふりをするが、実際には恋人ではない「カモフラージュ・フレンド」（通称「カモフレ」）、自分の精神的なリハビリに付き合ってくれる「リハビリ・フレンド」（通称「ビリフレ」）などである。これらは異性友人に適用される名称であり、細分化された性的行為の個々に特定の「友人」を位置づけるということが行われている。なかでも、ソフレは添い寝するために一定の場所で一定時間をともに過ごすという行動形態をとるため、ソフレであるか否かが第三者からも観察しやすい。そこで、本調査はソフレに焦点を絞る。

ソフレを主題とした調査・研究は、管見のかぎりいまだ見当たらない。現代の若者の性愛関係を主題とした大森（2016：135, 139）にはソフレへの言及が見られるが、ソフレを主題的な検討対象としたものではない。本稿は、ソフレ経験者へのインタビューに基づいて、ソフレという「異性友人」のあり方を明らかにし、2010年代の新しい異性友人関係から見える現代の若者の恋愛・性愛の一端を明らかにする。

1.2 先行研究の検討1：ソフレ発生の背景としてのコンフルエント・ラブ

ウーマンリブや第二波フェミニズムを背景とした性革命（sexual revolution）

tion, sexual liberation) を通して、自由恋愛や結婚前の性行為（free love）を「解放」と捉える傾向が生じた。結婚を前提とした恋愛を正当なものとし、結婚内部での性を正当なものとする「ロマンティック・ラブ」（性-愛-結婚の三位一体）規範からの解放が、人々によってポジティブに捉えられ、進められてきた。

ギデンズは、ロマンティック・ラブからの解放の結果生まれつつある新しい愛の形式を「コンフルエント・ラブ（confluent love, ひとつに溶け合う愛）」と呼んで論じている（Giddens 1992=1995）。コンフルエント・ラブとは相手と「関係性を結ぶ」というそれだけの目的のために、つまり互いに相手との結びつきを保つことから得られるものために社会関係を結び、さらに互いに相手との結びつきを続けたいと思う十分な満足感を互いの関係が生み出しているとみなす限りにおいて関係を続けていく」ような「純粹な関係」に基づく愛（Giddens 1992=1995：90）¹⁾のことで、性と愛が強く結びつき（Giddens 1992=1995：97）、それが結婚という外的・制度的保証からさしあたり切り離されていることを特徴とする。日本においてもロマンティック・ラブからコンフルエント・ラブへという変化が見られるという議論がなされている（木村 2016、中西 2017）²⁾。

「セフレ」という関係形式が一般に認識されるようになった1990年代の日本は、ロマンティック・ラブからの「解放」の時期と捉えることができる。男女ともに、未婚者のうち性経験のない者の割合は1990年代に一貫して低下し³⁾、平均初婚年齢は上昇した⁴⁾。青少年研究会の調査（調査時2002年）によれば、「恋人との交際経験を持つ都市青年のうち、約3割が複数恋愛の経験を持つ」（羽淵 2006：83-84）という結果となっており、複数恋愛（いわゆる「ふたまた」）経験率が高くなっている。

それに対して、2000年代中盤以降、ロマンティック・ラブからの「解放」に対する「振り戻し」や「反動」とも見えるような現象が起こった。青少年研究会の2012年の調査によれば、複数恋愛経験率が低下しており、モノガミー規範が強まっていることがわかる（木村 2016：153, 156-157）。

青少年の性行動全国調査（日本性教育協会）によれば、「性交には愛情が必要と考える割合」は、高校生女子においては 1990 年代から一貫して高まり続けているが、2000 年代前半には、高校生男子と大学生男子においても上昇した（石川 2007 : 88)⁵⁾。2000 年代前半の少女マンガを分析した永田（2008 : 152-153）によれば「『かけがえのない相手』とのセックスは、それが本気の恋愛であればあるほど、当然経験するべき過程のひとつとして位置づけ」られており、セックスは相手への愛の「証拠」と考えられるようになっている。2000 年代中盤以降、モノガミー規範が強化されているだけでなく、結婚からは切り離された「愛の証としての性行為」意識が高まっているということを踏まえるならば、この時期に見られる変化はロマンティック・ラブ回帰というよりもむしろ、性と愛が強く結びつくコンフルエント・ラブの強まりであると捉えるのが適切だろう。

1.3 先行研究の検討 2：ソフレ発生の背景としての「草食化」

2000 年代後半には、若い男性が恋愛や性愛に消極的になっているという「草食化」⁶⁾ が流行語となった。深澤（2007 : 125）は、「もてないわけではないのに、恋愛にもセックスにもがっつかないで淡淡と女性に向き合う」若い男性を指して「草食男子」と命名した。データからも 2000 年代後半に、若者の恋愛行動や性的関心・性的行動の消極化という変化を見てとることができる。未婚者の異性交際率が低下⁷⁾し、若者のデート経験率や性交経験率が低下⁸⁾し、男女ともに性的関心を自覚する時期が遅くなり（林 2013 : 28-30）、中学生男子の射精・自慰経験率が低下している（高橋 2013 : 49-51）。

ただし、若者の恋愛・性愛行動の消極化は、若者における恋愛の価値の低下を意味しない。若者の間において、「恋人がいる人は幸せ」という解釈図式（schema）は強固なものとしてあり、恋人がいる人は「リア充」（リアルな生活が充実している人という意味）と呼ばれ、異性交際経験のない人は「非モテ」（モテない人の意味）と否定的意味合いを込めて呼ばれたり、

自称したりする（高橋 2013 : 46）。

1.2 で示したコンフルエント・ラブへの移行という変化を踏まえれば、性愛行動が 2000 年代後半に消極的になった理由は、性が愛の中に囲い込まれ、性の敷居が高くなったからだと考えられるわけだが（永田 2008 : 152），では恋愛の価値が低下したわけではないにもかかわらず、恋愛行動の消極化が見られるのはなぜなのか。高橋（2013）はこの問題について、異性友人関係の観点から論じている。高橋は、一人当たりの異性友人の数が増加していることを指摘し、若者は多くの異性と知り合いになる機会を得たが、知り合いになってしまって恋人になれないという「期待はずれ」の機会も多くなつたため、より慎重に行動せざるを得なくなり、恋愛や性愛に「がっつかない」という行動に結びついていると論じた。

若者の恋愛・性愛行動の環境をなす異性友人関係を構造的要因として考慮に入れる議論は説得的なものと言える。さらに高橋（2013）が着目した異性友人の量的变化だけでなく、異性友人の質的变化にも注目すると、2000 年代に急速に減少していった友人カテゴリーとして「異性親友」がある。「異性の親友」がいる者の割合は 1992 年に 50.2%，2002 年に 33.7%，2012 年に 26.6% と低下している（木村 2016 : 147-149）。モノガミー規範の強まりの中で、周囲から性的に親密な関係性であると誤解される可能性をもつ「異性親友」が減少していったのではないだろうか。本調査が対象とする、性的関係がないことを名前に冠したソフレもまた、コンフルエント・ラブへの変化と連動した異性友人関係の変化という文脈に位置づけることができるだろう。

ソフレという異性友人関係を見ていくことは、以上のような世界的な愛の形式の変化（ロマンティック・ラブからコンフルエント・ラブへ）の中で生じてきた、日本の若い男性の「草食化」という潮流の中にある。現代日本の若者の恋愛・性愛の具体的様相を解明するための鍵になると考えられる。親子が「川」の字のように並んで寝る習慣をもつ日本（品田 2003）において、添い寝は親子や兄弟姉妹のような、性的でない親密な関係性を

連想させる。性的関心・活動が活発になる 10 代後半から 20 代の若者における友人との添い寝とは、一体どのようなものなのだろうか。

2. ソフレとは

2.1 ソフレという語についての概要

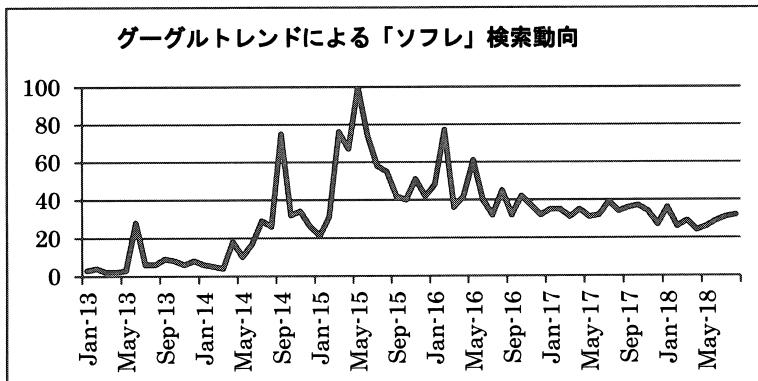
「ソフレ」という言葉の始まりは明瞭ではない。「性交なしの添い寝」という関係が見られる早い時期のものとして、「女性向け添い寝サービス」をテーマにしたマンガ『シマシマ』（山崎紗也夏、講談社『モーニング』にて 2008 年 4 月から 2010 年 9 月まで連載、2011 年に TBS でテレビドラマ化）がある。ここでは「ソフレ」という言葉は用いられていないが、その後の「ソフレ」に共通するルールが見られる。『シマシマ』の主人公は添い寝屋を経営する 20 代の女性で、彼女自身、かつて不眠に悩んだ経験を持つことから、添い寝をする若い「イケメン男性」を、不眠に悩む女性のところへ派遣する「添い寝屋」を始める。添い寝屋のルールは、「隣に寄り添いはするものの、決して交わらない平行の関係であること」、「女性に安眠を与えるのが目的であり、性的な行為は一切行わないこと」である。

インターネットサイト上の「ソフレ」を紹介する記事⁹⁾および、武蔵大学「2 年社会調査実習」履修生の情報提供によれば、ソフレは互いの事前の合意のもとで実行される。ソフレという約束だったにもかかわらず「まちがえて」キス等をしてしまえばソフレは解消され普通の友だちに戻るのが一般的であると紹介されている。したがって、ソフレ同士では性的な行為は一切ない。また、ソフレの利点として「友達以上恋人未満の関係を保てる」こと、恋愛ほどお互いの生活に干渉することがないので恋愛のわづらわしさを回避しつつ、恋愛の楽しさを味わえることなどが挙げられている。セフレのような「うしろめたさ」がない点で、ソフレの方が良いという紹介文も頻繁に見られた。

グーグルトレンド（指定した期間中で最も検索された時期を 100 とする

相対的な検索動向を示すものである）によれば、「ソフレ」という語は、2013年6月頃から検索され始め、2015年5月に最もよく検索されていることがわかる（【表1】）。ソフレがセフレのように社会的に定着し、広く一般的に使われる語になるかどうかは、いまだ定かではない。だが、コンフルエント・ラブのもと、「愛ゆえの性行為」が肯定され、「愛なしの性行為」の価値が低下する中で、セフレとは異なる異性友人関係が模索されていることはたしかである。したがって、ソフレという事例研究を通して、現代の異性友人関係から現代の若者の恋愛・性愛を考察することは意義あるものと考えられる。

表1 グーグルトレンドによる「ソフレ」という語の検索動向



2.2 リサーチ・クエスチョン

ソフレという関係は、なぜ、また、どのようにして成り立っているのか。この問い合わせをさらに具体化すると、次のようになる。

セフレが性的満足のために結ばれる関係だとすれば、ソフレは精神的満足を得るために結ばれる関係なのか。もしそうであるとすれば、そこで得られている精神的満足とはどのようなものか（→4.3）。ソフレ相手は、当事者においてどのような位置づけや意味を持っているのか（→4.4）。最後に、ソフレ関係は、恋愛や性愛に「がっつかない」とされている「草食男

子」との間に成り立つか（→4.5）。

3. 調査方法

3.1 調査の概要

武蔵大学「2年社会学調査実習」を履修した学生がインタビュアーとなつて、ソフレ経験のある20代の男女6人（男性2人、女性4人）に対する半構造化インタビューを行った（今回は結果的にすべて異性愛のケースとなつた）。2人から4人がグループになって、1人のインフォーマントに対する60分程度のインタビューを行うという形式をとっている。インタビューの実施期間は2017年10月から12月で、場所はカラオケボックスや、カフェ、調査対象者の自宅などを用いた。女性1人（Cさん）と、男性1人（Fさん）については、日程の都合がつかず、また調査対象者の希望もあって、それぞれCさんはLINE、Fさんはtwitterのダイレクト・メッセージ（DM）での「インタビュー」となつた。

インフォーマントは、履修者が自分の知人・友人関係を通して探すスノーボールサンプリング法をとり、「ソフレ経験者でインタビューに応じてくれる人を探している」という文言で探索した。「ソフレ」は、一般的に友だちに公言しない傾向があり、知人・友人を通して見つけることには困難を伴つた。上記と同じ方法（文言を「セフレ」に変更）でインフォーマントを探したところ、セフレの方が見つかりやすかったことも併せて記しておく。比較対象とするため、セフレ経験者へのインタビューも行った。

インフォーマントには事前に次のことを説明し、了承を得た。すなわち、調査者がインタビュー内容のトランскライブトを作成し、個人情報を配慮して加工したうえでゼミで発表すること、その後、調査報告論文や学術論文の執筆のさいにデータとして活用することである。

ゼミでは、調査対象者の個々の発言についてどのように解釈すべきかについて全員で議論を行い、それを踏まえて各自が調査報告論文を作成し

た。本稿は、履修学生が作成したトランスクリプトをデータとし、ゼミでの議論内容を参考にして、分析を行ったものである。

3.2 調査項目

「現代の若者」でもある履修学生の関心に基づいて、表2の調査項目を

表2 調査項目一覧

I ソフレの実態	
1 インフォーマント情報	年齢、性別、職業、所属サークル、性経験の有無
2 ソフレ相手情報	年齢、職業、性格、体格、外見の特徴や雰囲気 * 可能であれば写真を見せてもらう
3 ソフレの経緯	出会い方、きっかけ、人数（これまで何人いたか、同時に複数人とソフレ関係になったことはあるなど）、継続期間
4 ソフレ実践	会う頻度、時間帯、会う場所、相手を性的対象として見たことがあるか、ソフレから何を得るのか
5 その後の関係	ソフレ関係を解消した理由、その後の交友関係の有無、恋愛関係に発展したかどうか
6 その他	恋人の有無、セフレの有無
II ソフレに何を求めているか	
7 ソフレに求める条件	容姿、恋人の有無
8 添い寝以外の要求	添い寝以外に何をするのか（デートをする、手料理を作るなど）
9 恋人とソフレの差	気持ち、幸せ、満足度など
10 その他	ソフレのメリット・デメリットについて
III ソフレは浮気に相当するか	
11 周囲に公言しているか	公言範囲など

作成し、これに基づいた半構造化インタビューが行われた。

4. 分析

4.1 フェイスシート

表 3 インフォーマント一覧

名	属性	これまでの セフレ人数	セフレ関係解消の経 緯	セフレ以上 の関係にな った経験
A 女性 20歳 大学生	同時期に 2人	何となく連絡を取ら なくなつた	有 ソフレ →セフレ→ 関係解消	
B 女性 20歳 フリーター	以前に 2, 3人	何となく連絡を取ら なくなつた	有 ソフレ →恋人→ソ フレ	
C 女性 20歳 大学生 ソフレ時 18歳 高校生	1人	キスされた	無	
D 女性 25歳 会社員 ソフレ時 21歳 大学生	1人	インターン期間が終 わつた	無	
E 男性 23歳 会社員 ソフレ時 21歳 大学生	違う時期に 2人	相手が地方に就職し たなど	無	
F 男性 26歳 小売業店長	約 15人。同 時期にセフ レもあり	何となく連絡を取ら なくなつた	有 多様	

4.2 ソフレの始まりから終わりまで

インタビューに答えた6人全員が、性行為なしの添い寝のみで一晩をともに過ごすということを一定の頻度で継続的に行うソフレ関係が成立していたと答えた。

出会いのきっかけは「幼馴染」、「高校の同級生」、「大学の同級生」、「大学の同級生でサークル仲間」、「ゼミ」、「必修のクラス」、「バイトの先輩」、「インターン仲間」、「職場」、「職場のお客さん」などである。場所は、ホテルや一人暮らしの自宅、一人暮らしの相手の家という答えが多かったが、実家暮らしの自分の家や相手の家、高校生だったのでホテルには行かず、カラオケでオールをしたり、友だちの家に一緒に泊まったりしたときに添い寝をしていたという回答もあった。

ソフレ関係を始める動機についての語り方を分析すると、自分から積極的にソフレ関係を目指すタイプと、成り行きで「なんとなく」ソフレになつたと説明するタイプの二つがある。前者にAさんが相当する。

Aさん：えっと、医大生のほうは私が言ったんですよ。暇な時でいいから一緒に寝てください、みたいな。添い寝してほしいみたいなのを言ったんですよ。なんか寂しいから1人でいても暇だし、一緒に映画観たりしようよみたいになって、あ、全然いいよってなって、それはそっから始まった。

質問者：じゃあ、ちゃんと最初に言ったんですね。

Aさん：そう。私が言った。

Aさんは同時期に2人とソフレ関係にあったが、その一方である「医大生のほう」とは「オフレ」（お風呂に一緒に入るが、性行為はしない）でもある。その関係は、Aさんの誘いから始まると彼女は説明している。また、「私けっこう前にソフレから入ってセフレになっちゃった人いたんですよ。でも、すぐ終わっちゃった。やっぱり、だから一線越えたら終わっ

ちやうんだなって思った」と述べており、「関係」を「終わ」らせないよう、意図的にソフレ関係を築いていることがわかる¹⁰⁾。

それに対して、B, C, D, E, Fの5人は、ソフレが始まった経緯について「なんとなく」「流れ」でそうなったと説明した。ソフレが始まった経緯についての説明自体が短く、ソフレを始める動機についての説明はほとんどないのが特徴である。「最初にご飯に誘われて、そのまま…ってかんじかな」(B), 「本当は家に帰るつもりだったんだけど、なんかすごい疲れちゃって。そしたら、そのときにH(ソフレ相手の男性のこと)が『マジでキツいならウチで休んでは』って。で、あとは流れで。」(D), 「相手がどう思ったかはわからないけど、わりと流れでってかんじだったねー」(F)。「うーん、きっかけ…、きっかけは終電をなくしたっていう」(E)。このように、どちらが言い出すともなく「流れ」でソフレが始まったという説明の形式は、男女ともに共通して見られる。

ソフレ継続期間は、1ヶ月、半年、7ヶ月、1年以上など様々で、会う頻度は「週に1回くらい」というのが最も多い、次に「月に2~3回くらい」が多かった。「最初の頃は週に2~3回で会っていたが、その後の半年間は月1回くらい」、「月2もあれば、週3もあった」という答えも見られた。

関係解消に至った経緯については、「なんとなく」連絡を取らなくなつたという説明の仕方が多い(A, B, F)。他に、インターンの期間が終わったため(C)や、相手が地方に就職したため(E)という外在的要因を挙げた人もいた。6人中の例外はDさんで、彼女のソフレ解消の経緯は、いわゆる「ソフレ」紹介記事などで言われてきたものに近い。すなわち、Dさんによれば、高校時代は、学校で「毎日、空いた時間は一緒にいたし、大型休みは週1以上」会っており、「大学に入ってから半年は、1ヶ月に1回」は会うという親密さであったが、あるとき「キスされた」ためにソフレ関係解消に至ったという。ちなみに、Dさんはソフレ相手の男性に対して「恋愛感情」を持っていたと述べている。そこで、質問者が「ちょっとは恋愛感情あったんじゃなかったっけ？！冷めちゃったの？」と聞いたと

ころ、「いざ、そーなつたらひいちゃった」と答えた。ソフレ相手に淡い恋愛感情を抱いていたものの、「ソフレ」という位置づけだったがゆえに、それ以上の行動に相手が踏み込んできた時、関係性そのものが壊れてしまったのがDさんのケースと言える。

寝る以外にソフレと何をするのかという問い合わせに対して、これといった事柄やエピソードを挙げた人はいなかった。男性のEさん、Fさんはいずれも相手を「飲み友だち」と認識している。Eさんは、「酒の趣味が合う」から一緒に飲んで、一緒に寝たり、寝なかつたりする（「つまらなかつたら帰る」）と答えている。「酒の趣味しか合わなかつたですね…。買い物行こうとか、カフェ行こうとかもなかつたんで…」（E）。質問者による「ソフレとは添い寝以外にしたいこととかないんですか？デートとか。」という問い合わせに対して、女性のBさんも「ないね～。そういうのは恋人の役目」と答えた。朝ごはんと一緒に食べたり、コーヒーを飲んだりすることに重きが置かれている様子もない。日頃からこまめに連絡を取り合うという恋人同士のようなことはせず、会ってもお酒を飲みながら喋って寝る以外のことをしていない点は、セフレの関係のあり方と似ている。

ソフレ解消後の関係については、友人関係を続けており、かつてのように頻繁に連絡を取り合っているわけではないが、もし連絡が来たら普通に会えると思うと全員が答えている。

4.3 恋愛感情とソフレに対して持つ感情との違い

セフレから、恋人やセフレへ関係が変化したことがあるかについて聞いたところ、変化したことがあると答えたのはA、B、Fの3人で、ちょうど半数となった。発言内容を詳細に見ていくと、全員がソフレに対して持つ感情と恋人への恋愛感情は異なったものだとしていることがわかる。ソフレに対しては「安心感」や「落ち着き」、「癒し」といった感情を持ち、恋人には「ドキドキ」や「トキメキ」といった非日常的な感情を持つという答えが多く見られた。例えば、Bさんは「ソフレは落ち着き、彼氏はト

「キメキみたいな」、「(ソフレで) 落ち着かない人は意味ない。寝れない」と述べている。Aさんは、「(ソフレに対しては) 恋愛感情もなくー、やっぱり好きとかじゃないし」と述べ、ソフレについて「なんていうんだろう、うるおい？日々の中のうるおいみたいな感覚」とした。Fさんは、恋人とソフレの違いを聞かれたときに「毎日会いたいと思うかかなー」(恋人に対しては「毎日会いたいと思う」という意味)と答えた。ソフレに対する特別に親密な感情や特別な思い入れを語る人はいなかった。ソフレになるきっかけやソフレ解消の経緯を、「なんとなく」「流れ」でそうなったと説明することからもわかるように、ソフレに対しては、強い感情は抱かれていないことがわかる。

また、ソフレから得られる安心感や癒しといった精神的満足は、恋愛感情よりも一段価値の劣ったものと位置づけられている。Eさんはソフレのメリットを聞かれたときに「心の足しにはなるんじゃないですか。ちょっと。30%ぐらい？(笑)」と答え、「30%」の中身については「僕は別にドキドキはしなかったし、どっちかっていうと安心感とかのほうがあるのかな」と述べ、「ソフレのデメリットは？」と聞かれたときには、「デメリット？できれば好きな人の横にいたい」と答えている。ここから、恋愛感情に高い価値が置かれており、恋人に抱くような強い特別な感情が湧きおこらなかつた時に、異性友人との間でなんとなく結ばれる関係の一つとしてソフレがあるということがわかる。

ソフレ経験者の語り口¹¹⁾からは、ソフレという関係を自分の中でどう理解し、そして人にどう話せばよいのかについて戸惑っている印象を受ける。これは、まだソフレについての定型的な語り（narrative）が確立していないことも関係しているだろうが、ソフレ相手に対する感情の弱さや思い入れのなさによるものと考えられる。

4.4 ソフレは浮気か？

ソフレは「浮気」に当たるのか否かについて、多くの人が、恋人がいる

人とソフレになることや、自分に恋人がいる時期にソフレと添い寝をすることは「浮気」なるとした。

質問者：彼女がいる期間とソフレがいる期間は被ったことがありますか？

Fさん：基本は被ったことないかな。別れ際にはあるけど普通に付き合ってる時には被らないよ。

質問者：被らないようにしてます？

Fさん：まー、そこは当たり前だよね。たとえ被ったとしても、別れるかもだけど彼女いるってのはちゃんと伝えるし。

質問者：やっぱりソフレは浮気に入ると思います？

Fさん：浮気かどーかはわからないけど、自分がされて嫌なことはしないってだけかな。

質問者：グレーゾーンだなっていう認識に近い感じですかね？

Fさん：黒に近いかな。

Fさんは、恋人がいるときに他の女性とソフレになることは、恋人に対する「浮気」になる（「黒に近い」）と答えている。

Eさんは、自分の恋人にソフレがいたら浮気になるかと質問されたとき、まず「浮気の定義」を問題にし、「気持ちが浮ついでいなかつたら」浮気にならないと述べた。

質問者：気持ちが浮ついでなければ、もし飲んだ勢いで一線越えちゃっても許せますか？

Eさん：いやー、一線越えちゃったらアウトだと思う。さすがに。やつたらダメだと思う。

質問者：手つなぐとか、肩に頭のせるとか。

Eさん：そりゃー気持ちあるでしょ。手つなぐはきもちがあるからア

ウトでしょ。ただ、眠くなっちゃって寝に行こう、何もしないってなら別に、浮ついでとはいないから。

質問者：いいんだー！それこそ、男の人と二人で飲みに行くとかも…？

Eさん：それは別にいいと思う。それは僕も行きたいからー、友だちと行きたいから、そこは束縛する必要もないからー。

このように細かく聞いていくと、何が「浮気」で「浮氣」でないかを、各自が自分の経験や状況に基づいて判断しているため個人差が出てくるのだが、恋人に対しては特別に配慮しなければならないという規範は共通している。それに対して、セフレやセフレを複数人同時進行で持つことは「浮気」には相当せず、とくに道徳的な非難の対象にならないとされていることが確認できた。

4.5 草食男子がセフレになるのか？

最後に、草食男子がセフレになるのか否かについて見ていく。インタビュー前の準備段階で、草食系／肉食系に関する文献や記事¹²⁾をゼミメンバー全員で講読して議論を行い、「草食系／肉食系／どちらでもない」という分類のイメージの共有を行った。その後、インタビュー時に、それぞれのインタビュアーが、セフレ経験者（インフォーマント）を「草食系／肉食系／どちらでもない」の3種類に分類し、さらにインフォーマントの承諾が得られた場合にはセフレ相手の写真を見せてもらいながら、その人のファッショントレンドや人柄などを聞いて、セフレ相手の分類も行った。

ここではとくに、今回インタビューに答えてくれた男性2人を取り上げて論じる。Eさんは、同時期にセフレとセフレがあり、また「ワンチャン」（ワン・チャンスの略とされており「イチかバチか」の意味だが、ここでは一回きりの性交のこと）もあったという。調査時には、恋人がおり、セフレとの関係は解消していた。Eさんにインタビューを行った調査者は、

Eさんのファッショントーンを含めた外見や言動から見て、いわゆる「草食系」ではないと報告した。Fさんも、これまで「15人くらい」のセフレがおり、セフレから「そのまま付き合った」ケースも、「そのまま（関係）解消」のケースも、「セフレになった」ケースもあると述べており、「草食系」には当てはまらない。すなわち、「草食男子」がセフレになるとは言えない。

ただし、2000年代後半以降の「草食化」言説の流行によって、セフレが可能になったと考えることができる。まず、Eさんとそのセフレ相手の女性は、セフレ関係を結んでいた時期に草食化という語だけでなくセフレという語も知っていた。

質問者：その当時、相手の人は、「これ所謂セフレ」みたいな自覚をしている感じではありました？（それとも）普通に飲み友みたいな感じに思っていたのかな？

Eさん：あーどうなんだろ？兼任だったのかな？

質問者：兼任？あーどっちも。

Eさん：そう、どっちも。

Eさんのセフレ相手であった女性がEさんとの関係をどのように理解していたか、Eさんが考えているか聞くという少し込み入った質問と回答の形式になっているが、添い寝をしているとき、当事者において「これはセフレという関係である」と理解されていた（と、Eさんが理解している）ということがわかる。

次に、Eさんはセフレ相手の女性と性的な行為をしていないと述べている。「すっげえ失礼だけど女として見てない。本当失礼だけど（笑）。友だちだから、別にそういうの（性的な行為）は一切ない」とし、詳しく次のように述べた。

質問者1：セフレの相手がその人じゃなかったら、誘われたらしちゃ

います？自分のタイプの子だったら。

Eさん：あー、そうかも。

質問者1：その人だから（性的な行為を）しないみたいな？

Eさん：まあ…ねえ？（男性の質問者2の方を見る）

全員：ねえ？笑

質問者2：寝てる時とか、下の方とかって…

全員：爆笑

質問者1：聞かなくていいよ！笑

Eさん：いや、その子はなんない…なあ。

相手からの「ボディタッチ」が「あった」ということをEさんが認めたことを踏まえ、ソフレ相手の女性による、Eさんへの恋愛感情について質問者が尋ねている文脈で、Eさんは次のように応答した。

質問者：もしかしたら向こうは好きだったかもしれないしね。

Eさん：どうなんだろう、そこの真意をあえて解いたことはないですね。あえて自分から。

質問者：それってやっぱ行為とかも、そういうなんか（向こうからの）アタックみたいなものもなかった？

Eさん：あー、どうなんだろう。なかつたのかな。（自分が）鈍感すぎる部分があるのかもしれない。

以上から、Eさんは相手の女性からのアプローチがあることに気づいてはいたが、二人きりで一つのベッドで過ごしても性行為を要求しないという行動をとっていたことがわかる。Eさんの上記のような行動が可能だったのは、草食化やソフレという語をすでに知っていたことで、性行為をせずに一晩を二人きりで過ごすという行動がありうるもの（許容されるもの）と捉えていたからである。男性側から性行為を要求しないことが「男らし

くない」というネガティブな意味に収斂するとは限らなくなつており、「現代の若者っぽい」という新しいポジティブな解釈が可能になつてゐることがわかる。

Eさんのケースからは、「草食男子」像が社会的に広まつたことで、性行為をすること／しないことに関する解釈の多義性が生じてゐることが読み取れる。性行為をしないのは、相手の女性を人格的関係を結ぶ友人として評価しているためなのか、それとも相手の女性を性的魅力がないとディスリスペクト（disrespect）しているためなのか、女性の側の性行為をしたくないという気持ちを汲み取つた配慮ある行動の結果なのか。第三者から見て意味が確定できないだけでなく、Eさん自身においても解釈の幅があり、Eさんのソフレ相手の女性にとっては、なおさら意味の確定は難しかつたであろうと推測される。それぞれが異なる意味合いで自分たちのソフレという関係を解釈することで——つまり解釈の多義性によって——ソフレ関係が継続されているように見える。

4.6 分析結果

ソフレとは非日常的な強い感情（トキメキやドキドキ）が発生しなかつた時に、異性との間で結ばれる日常的で穏やかな関係である。日常感覚で一晩をともに過ごせる手軽で気楽な異性友人が増えるほど、特別な強い感情である恋愛感情は希少価値を持つようになり、「恋人」は特別に配慮されるべき存在としてその価値を高めている（4.4）。

また、ソフレは「草食男子」との間に成り立つてゐるわけではないが、2000年代後半以降の「草食男子」像の広まりによつて可能になつてゐる。性行為をすること／しないことに関する解釈の多義性が、性行為なしの添い寝というソフレ関係を成立させてゐる（4.5）。

5.まとめ

ソフレとは、一晩を二人きりで添い寝して過ごしても、愛しているわけではない異性とは性行為をしないという新しい異性友人関係である。このようなソフレという関係は、「愛ゆえの性行為」というコンフルエント・ラブを裏側から強化する。ソフレは、ロマンティック・ラブからコンフルエント・ラブへと愛の形が変化するなかで生まれてきた異性友人関係であり、コンフルエント・ラブを支えるものの一つといえる。

謝辞

「ソフレ」のインタビュー調査という主題と方法を最初に提示されたのは千田有紀さんでした。千田さんは、数回の合同ゼミなどを通し、鋭いコメントや助言をくださいました。この場を借りて、感謝申し上げます。

また、ソフレ経験者やセフレ経験者を見つけ出し、アポイントメントを取って実際にインタビューへ行ってくださった2017年度武蔵大学2年社会調査実習高橋ゼミのみなさんと、そのインタビューに答えてくださったインフォーマントの方々にも、心からお礼を申し上げます。どうもありがとうございました。

註

- 1) ギデンズは、具体的には同棲率の上昇や離婚率の上昇といった変化を念頭に置いて、コンフルエント・ラブ概念を提起している (Giddens 1992=1995)。
- 2) 木村（2016：159-161）は、青少年研究会の2012年調査に基づいて、恋愛において「非日常感（ときめき）」をもたらしてくれるような相手を求める者が減少し、継続されうる一対一の固定的で安定した関係性を求める者が増えていることを指摘し、これをコンフルエント・ラブとの関係で論じている。また、中西（2017）は、武蔵大学の大学生に対する質問紙調査から、結婚を前提としな

い恋愛を問題ないとしつつ結婚するまでセックスしない恋愛を問題ないと考える「現代的純潔主義」（恋愛≠結婚=セックス）型が最も多く（50.8%）、次に、恋愛とセックスの結びつきを重視し、それが結婚を前提としない恋愛であることを問題ないとするコンフルエント・ラブ（「結婚≠恋愛=セックス」）型が多い（30.8%）ということを明らかにしている。

- 3) 国立社会保障・人口問題研究所「第15回出生動向基本調査（結婚と出産に関する全国調査）」報告書（http://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou15/NFS15_report_ALL.pdf (2018/10/15閲覧))。
- 4) 厚生労働省「人口動態統計年報 主要統計表」（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suui09/index.html> (2018/10/15閲覧))。
- 5) 「草食化」の流行に先立つ2000年代前半の時点ですでに、高校生男子、大学生男子において、「性交には愛情が必要」と考える者の割合が上昇していたという指摘は、その後の「草食化」流行現象を考える上でも重要なものと考えられる。
- 6) 「草食男子」の初出は2006年10月『日経ビジネス』における深澤真紀の「U35男子マーケティング図鑑」で、2009年の流行語大賞のトップテンに選ばれている。
- 7) 国立社会保障・人口問題研究所「第15回出生動向基本調査（結婚と出産に関する全国調査）」報告書（http://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou15/NFS15_report_ALL.pdf (2018/10/15閲覧))によれば、18歳～34歳の未婚者のうち「交際している異性はない」と答えた人の割合は1987年から微増を続けていたが、2000年代後半以降急激に増加している。
- 8) 同上の調査による、18歳～34歳の未婚者のうち未婚者のうち性経験のない者の割合は2000年代後半に男女とも上昇した。また、全国の中高大学生を調査対象としている青少年の性行動全国調査からも、2000年代後半に明瞭なトレンドの変化があることがわかる。高校生男女、大学生男女すべてにおいて、キス経験率、性交経験率ともに2005年をピークに低下している（片瀬2013：24）。
- 9) 例えば、キュレーションサイト「LAURIER PRESS」の2016年12月18日の記事「彼氏でもセフレでもなく“セフレ”がおすすめの理由 どんな男性がソフレに適任？」(<https://laurier.press/i/E1480995458527> (2018/6/30閲覧))や、「MODEL PRESS」の2018年6月18日の記事「セフレは「一緒に寝るだけ」じゃない？ 体験者がぶっちゃける」(<https://mdpr.jp/column/detail/1480786> (2018/6/30閲覧))など。
- 10) Aさんは、会話が一周したあと再びこの論点に戻り、以下のようにさらに詳しく説明している。ここから、Aさん自身が性行為をしてしまうと相手に「飽き」てしまうため、セフレ関係よりもソフレ関係を選好していることがわかる。

Aさん：セフレっぽい人はいたけど…でもすぐ飽きちゃうから～、飽きちゃって～。なんか同じ人と何回もしてる人の気持ちがわからなくて。なんかもうつまんなくなっちゃうんですよね。そう、だから、あんまりセフレは向いてない、っていうのも自分でわかってて。

質問者：じゃ、やっぱ（性行為を）しちゃったら、もうすぐ終わっちゃう…？

Aさん：そう、私は飽きちゃう。女の子ってヤッちゃうと感情入ったりするけど～、私けっこう男っぽいから～、一回やるともうどうでもよくなったりするタイプで～、性格悪いけど～（笑）。

- 11) 本文中に記載したA, B, E, Fさんの語りに加え、ここでC, Dさんの語りも報告する。恋人とソフレとの違いについてさらに詳しく聞いていくと、明瞭に言語化できない領域に入っていくことも事実である。「恋人とソフレの違い」を詳しく聞かれたとき、Cさんは「むずかしい」「なやんでる」と答えた。Dさんは、ソフレを恋愛対象として見ていたということは「なかった」と答え、「なんか違うじゃん？ 彼氏とソフレは」と述べているが、質問者がDさんに対して、「違うとは？ どのように？」と詳細に聞くと、

Dさん：えー（笑）？ だって彼氏とは添い寝したら、そういうことになるかもしれないでしょ？ だけど友だちなら、そういうことにはならないし。

質問者：そうとは言い切れないのでは？

Dさん：さすがにそのあたりは見極めてるよ（笑）。そういう人とはあんまり友だちにならないし、誘われても色々考えるから。

と答えた。Dさんは、恋人に対する感情とソフレに対して持っている感情は、言うまでもなく明瞭に異なっているという態度をとっているが、その具体的な違いの説明を求める上、上記のように、恋人とは性行為をするがソフレとはしないという行動の違いの指摘を繰り返すという事態に陥っている。

- 12) 深澤真紀（2007）を基準とし、補足的に、読売新聞 2009年2月17日朝刊「安定志向の『草食系男子』」、2009年6月9日夕刊記事「『草食系男子』増加は必然」、読売新聞 2011年1月24日朝刊記事「草食系男子増加傾向に」、読売新聞 2015年7月31日朝刊記事「添い寝をしても『友達』」など。

参考文献

- Giddens 1992, *Transformation of Intimacy : Sexuality, Love and Eroticism in Modern Society*, Polity Press : UK. (=1995, 松尾精文・松川昭子訳『親密性の変容：近代社会におけるセクシュアリティ、愛情、エロティシズム』而立書房。)
- 羽淵一代, 2006, 「青年の恋愛アノミー」, 『若者たちのコミュニケーション・サバイバル：親密さのゆくえ』 恒星社厚生閣 : 77-90.
- 林雄亮, 2013, 「青少年の性行動の低年齢化・分極化と性に対する新たな態度」, 『「若者の性」白書：第7回青少年の性行動全国調査報告書』 小学館 : 25-42.
- 深澤真紀, 2007, 『平成男子図鑑：リスト版男子としらふ男子』 日経BP社.
- 石川由香里, 2007, 「情報源の違いがもたらす性意識のジェンダー差：〈純粋な恋愛〉志向をめぐって」, 財団法人日本性教育協会編 『「若者の性」白書：第6回青少年の性行動全国調査報告』 小学館 : 81-100.
- 片瀬一男, 2013, 「第7回「青少年の性行動全国調査」の概要」, 財団法人日本性教育協会編 『「若者の性」白書：第7回青少年の性行動全国調査報告書』 小学館 : 9-24.
- 木村絵里子, 2016, 「「情念」から「関係性」を重視する恋愛へ：1992年, 2002年, 2012年調査の比較から」, 『現代若者の幸福：不安感社会を生きる』 恒星社厚生閣 : 137-168.
- 永田夏来, 2008, 「若者と「軽く」なる性」, 『どこか〈問題化〉される若者たち』 恒星社厚生閣 : 141-161.
- 中西祐子, 2017, 「現代大学生恋愛事情：ロマンティック・ラブ／コンフルエント・ラブ／草食化」, 『武蔵社会学論集：ソシオロジスト』 No. 20 : 31-47.
- 大森美佐, 2016, 「日本の若年独身者における親密性：性行動内容に注目して」, 『人間文化創成科学論叢』 第19巻 : 135-143.
- 千田有紀, 2011, 『日本型近代家族：どこから来てどこへ行くのか』 勉草書房.
- 品田知美, 2003, 「子育てをめぐる言説の変容：1964年-2001年母子手帳副読本を中心に」, 『目白大学人間社会学部紀要』 第3号 : 197-210.
- 高橋征仁, 2013, 「欲望の時代からリスクの時代へ：性の自己決定をめぐるパラドックス」, 『「若者の性」白書：第7回青少年の性行動全国調査報告書』, 小学館 : 43-62.