

2025年1月22日

報道関係者各位

アートチャイルドケア株式会社

**保育施設運営会社アートチャイルドケアが一般向けに  
「0123 子どもの睡眠サポートルーム」を開設  
睡眠と生活リズム問題に悩む乳幼児・保護者を対象に  
経験豊富な睡眠アドバイザーがオンライン上で相談対応**

「アート引越センター」を中心に暮らし方を提案するアートグループの保育事業、アートチャイルドケア株式会社(本社:東京都品川区 代表取締役社長:村田 省三、以下 ACC)は、1月23日(木)より、ACCの保育施設を利用していなくても利用できる、睡眠と生活リズム問題に悩む、乳幼児を持つ保護者向けにWEBやLINE機能を利用した相談窓口「0123 子どもの睡眠サポートルーム」を開設いたします。

ACCの経験豊富な乳幼児の睡眠アドバイザーが、さまざまな悩みにリモート面談やチャットを通して相談に応じ、個別の状況に応じた必要なアドバイスを行うほか、医療的介入が必要だと判断した場合は、可能な範囲で医療機関の紹介やリモート診療の紹介を行います。

ACCでは、2012年から現在まで、お子さまの発達と睡眠の関係に着目して「眠育(睡眠と生活リズム)」に力を入れて取り組んでおり、日本における小児睡眠障害の第一人者である三池輝久熊本大学名誉教授、故小西行郎同志社大学赤ちゃん学研究センター長を顧問に迎えて、次のような活動を行ってきました。

- ・ACC運営保育所児童の睡眠実態調査の実施  
(2024年スイスの学術雑誌へ論文発表)

※論文タイトル

Characteristics and transition of sleep wake rhythm in nursery school children:

The importance of nocturnal sleep

邦訳「保育園児の睡眠・覚醒リズムの特徴と推移:夜間睡眠の重要性」

- ・園、児童発達支援施設の職員への眠育研修、連絡帳を通じた児童の睡眠状況の把握
- ・社内眠育アドバイザー資格講座の実施(延べ900名以上の受講者)
- ・睡眠漫画冊子作製(新規利用保護者への配布等)、眠育通信(園、施設での掲示)の発行
- ・各種学会発表(日本赤ちゃん学会、虐待防止学会、保育学会等)
- ・シンポジウムの開催(2015年)
- ・当社児童発達支援教室利用児童への睡眠と生活リズム改善をベースにした療育
- ・これらの活動を通じた保護者への各種啓蒙活動(保護者会、個別面談、資料配布等)
- ・日本眠育推進協議会の立上げ、事務局機能支援(2017年～)
- ・睡眠障害児童へのリモート診療体制支援(2024年)

ACC が運営する保育所や児童発達支援教室、子育て支援センター等を利用されている保護者へはお子さまの睡眠と発達に関するアドバイス等を行ってきましたが、この活動の中で睡眠と生活リズム問題に悩まれている児童・保護者が非常に多いことに改めて気付かされました。また、乳幼児の感情機能や注意力、身体的行動変化に、睡眠と生活リズムを整えることが有意に関連していることや、睡眠と生活リズムを整えることが乳幼児の神経発達障害を改善するために重要であるということを知ることができました。

こうした学びから、昨年 2024 年はこれまで蓄積した乳幼児の睡眠リズムの調査結果を研究論文として発表したほか、睡眠障害の専門医が全国的に少ないことから、地理的な問題で課題があっても専門医にかかることができなかつた現状を改善するため、ACC の保育所や児童発達支援施設を利用しているお子さまを対象に、睡眠障害児童へのリモート診療の紹介を開始するなど、長年にわたる取り組みをステップアップさせ、更にお子さまの発育改善に寄与できるような体制を確立してきました。

この度の「0123 子どもの睡眠サポートルーム」は、ACC の長年にわたる活動や、蓄積してきた睡眠と生活リズム改善についてのノウハウ、更には研究結果といった知見を広く社会に役立て、一人でも多くのお子さまの健全な発達を支援したいと考え、新たに開設するものです。

夜型社会への移行は児童の入眠時間の遅れを加速し、また、スマホの普及や SNS 等の利用増加は、社会生活を豊かにし、有用で欠かせないものとなっている一方で、子ども達の心身発達と将来の学校生活へ対応するための睡眠と生活リズムを乱している原因の一つであることは間違いありません。

このような社会環境の中で、睡眠と生活リズムの乱れに悩まれている児童・保護者が健全な睡眠と生活リズムを確立し、将来の学校・社会人生活が充実したものになるよう、少しでも貢献できればと考えております。

### 【0123 子どもの睡眠サポートルーム概要】

・開設日:2025 年 1 月 23 日

#### ・サポートルーム概要

「0123 子どもの睡眠サポートルーム」では、脳機能の発達に大きな役割を担う眠りの習慣や子どものバランスの良い心身の発達を促す「生活リズム」を早いうちに身につけることの大切さを伝える【セミナー】と子どもの睡眠にお悩みのある保護者が気軽に相談できる【オンラインカウンセリング】を行います。カウンセリングでは、日本眠育推進協議会認定の、経験豊富な乳幼児の眠育シニアアドバイザーが、寝てくれない、機嫌が悪い、夜間授乳による不眠など様々なお悩みに応じます。

#### 【セミナー実施時期】

・2025 年 2 月開始予定(準備中)

#### 【オンラインカウンセリング】(LINEのチャット機能を活用)

メニュー	税込み価格	内容
25 分	2,750 円	お試し
50 分	7,700 円	事前にお子さまの 2 週間の睡眠を記録したログをご準備いただき、お子さまに合った具体的な改善点をお伝えする
2 週間睡眠改善サポート	19,800 円	初回と終了時に各 50 分のカウンセリング、途中のお困り事やお悩みに上限 10 回までのチャットで質問対応、睡眠と生活リズムの改善へ 2 週間サポートする



こちらの QR コードより LINE 公式アカウント「0123 子どもの睡眠サポートルーム」の友達登録をしていただくと、ご予約が可能です。

なお、ACC 施設利用者の方々にも、これまでの園や児童発達支援教室における無料のアドバイスや相談に加えて、この「0123 子どもの睡眠サポートルーム」のサービスを有料で利用することが可能です

— 本件に関するメディアの方々からのお問合せ先 —  
アートチャイルドケア株式会社 広報担当(北本、田中)  
TEL: 03-5461-0123 / FAX: 03-3458-3638

## 【アートチャイルドケア株式会社 概要】

アートチャイルドケア株式会社は、2005年にスタートしたアートグループの保育事業を母体とし、2010年にアートグループ3社の保育事業統合により発足いたしました。企業理念に「We Care For」(ケアを真ん中に)を掲げ、子ども達が「自分らしく」主体的にいきていける成長を助けることを目指して保育、療育のみならず児童福祉事業者として社会に貢献していこうと考えています。現在では認可保育所、当社独自に運営する保育園、院内・企業内保育所あるいは、発達に課題のある乳幼児を対象とした児童発達支援教室、子育て支援センター、児童館など全国で約200か所の児童福祉施設を運営し、約7,300名の乳幼児をお預かりしております。

ひとりひとりが持つ個性や状況を、それぞれの違いとして認め合い、尊重しあいながら、「みんな一緒」に助け合ったり関わり合ったりして過ごしていける「インクルーシブな社会」を児童福祉事業者という立場から地域に提案していけるよう、こども食堂(社内通称 みんなの食堂)や医療的ケアの必要な児童の受け入れなどの活動を広げています。

- 【商号】 アートチャイルドケア株式会社
- 【本社】 東京都品川区東品川 1-3-10
- 【社長】 村田 省三
- 【事業内容】 児童福祉事業
- 【資本金】 5,000万円
- 【売上】 約100億円(2024年9月期)
- 【従業員数】 2,400名(2024年9月、非常勤社員含む)
- 【URL】 <https://www.the0123child.com/>



**We care for**

▶▶ ケアをまんやかに ◀◀