

## 【ergoPouch】その睡眠、思い込みかも？クークールナ代表・川口リエ氏と学ぶ 「あなたの睡眠の常識をアップデート！」Instagram LIVE 開催

～LIVE で学んで、冬の快眠〈2.5TOG&レイヤー〉を体感できるモニター募集も～



weski (ウェスキー) 株式会社（本社：東京都港区、<https://weski.com/pages/corporate>）が運営する、オーストラリア生まれのスリーピングウェアブランド「ergoPouch（エルゴポーチ）」は、子どもの睡眠相談室クークールナ代表 GuuMin（運営：株式会社バイタルネット）スーパーバイザーの川口リエ氏を迎え、「あなたの睡眠の常識をアップデート！」をテーマにした Instagram LIVE を 2026 年 1 月 23 日（金）に開催いたします。

「睡眠は感覚でなんとなく整えるもの」――そんな思い込みはありませんか？  
実は睡眠には、大人にも子どもにも共通する大切な仕組みがあり、年齢や発達段階によって整え方のポイントも異なります。本 LIVE では、赤ちゃんのネンネから大人にも共通する睡眠の基本や、子どもならではの発達段階による違いを、クイズ形式で楽しく学びながら解説します。

さらに、寒い季節の快適な睡眠環境を実際に体感できる「ねんねアイテムモニター募集」を実施。知識として学ぶだけでなく、ergoPouch のスリーピングウェアを実際に使いながら、親子の眠りを見直す機会をお届けします。寒さが本格化する冬、親子でぬくぬく気持ちよく眠るための第一歩を踏み出してみませんか。

### ■ Instagram LIVE 配信概要

・ **配信日時**：2026 年 1 月 23 日（金）15:00～

・ **配信アカウント**：

エルゴポーチ公式 Instagram

**@ergopouch\_japan** [https://www.instagram.com/ergopouch\\_japan/](https://www.instagram.com/ergopouch_japan/)

Coucou Luna（クークールナ）公式 Instagram

**@coucouluna\_babysleep** [https://www.instagram.com/coucouluna\\_babysleep/](https://www.instagram.com/coucouluna_babysleep/)

両アカウントから配信

・ **テーマ**：「あなたの睡眠の常識をアップデート！」

・ **ゲスト**：川口リエ氏（子どもの睡眠相談室クークールナ代表 GuuMin（運営：株式会社バイタルネット）スーパーバイザー）

・ **配信内容**：睡眠の常識をクイズ形式で楽しく解説する Instagram LIVE を開催。大人と子どもに共通する睡眠の仕組みや、冬に見直したい睡眠環境について、専門家とともにわかりやすくお届けします。

▼専門家コラムはこちらから

<https://ergopouch.jp/blogs/ep-experts-column>

## ■視聴者特典：子どもの睡眠相談室 クークールナさんとの無料電話相談券プレゼント

LIVE 終了後、専用アンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で 2 名様に「子どもの睡眠相談室 クークールナさんとの無料電話相談券（30 分・5,000 円相当）」をプレゼントします。

- ・ **応募方法**：特設ページに掲載されるアンケートフォームより回答
- ・ **受付期間**：1 月 23 日（金）LIVE 終了後～1 月 30 日（金）まで
- ・ **対象者**：0～5 歳のお子さままで
- ・ **特設ページ**：<https://ergopouch.jp/pages/good-sleep-for-baby>

## ■Coucou Luna（クークールナ）とは



子どもの睡眠相談室クークールナでは、妊娠中～幼児期のご家族の健康的な睡眠習慣を守るために、睡眠のトラブル改善の情報提供・セミナー・個別コンサルテーションを実施しています。

赤ちゃんの睡眠の安定には、大人と同じく「栄養」「発達」「遊び（運動）」が不可欠な要素。クークールナでは、お子さまの成長・健康をトータルにサポートする体制を整え、お子さまの成長発達に合わせてネンネの力を育むことを大切にしています。

夜泣きや寝グズリの改善にはスリープトレーニングが付きものですが、不安を感じる方も多いもの。

学習心理学、行動療法、認知行動療法、発達心理学などをベースに、自分の気持ちを言葉では表現できない赤ちゃんに、負担をかけることなく、ママとパパも安心して取組んでいただけるコンサルティングを心がけています。

開業から 5 年。スタッフとともに 2500 件を超えるご家族の睡眠トラブルの改善と、医療従事者・育児支援者向けの睡眠講座を実施。札幌市をはじめとする自治体主催の親子講座・睡眠相談会等の講師も数多く務めています。

子どもの睡眠相談室クークールナ公式 HP：<https://coucou-luna.com/>

## ■子どもの睡眠相談室 クークールナ代表 GuuMin（運営：株式会社バイタルネット）スーパーバイザー・川口リエ氏



オーストラリア クイーンズランド大学環境科学学部卒業。  
東京都出身。札幌市在住。2 児の母。

**子どもの睡眠相談室 クークールナ代表 GuuMin（運営：株式会社バイタルネット）スーパーバイザー**

長男の出産を機にライフワークバランスを模索して、公共事業を手がけるコンサルタントとして独立（Rebrote 設立）  
長男の 2 年間の夜泣きに悩みながらの社会復帰の経験から、長女の妊娠をきっかけに子どもの睡眠についての情報収集・研究をスタート。

2018 年子どもの睡眠相談室「CoucouLuna（クークールナ）」を開設し 2500 件(2025 年 6 月現在)を超えるご家族サポートと、自治体向け・医療従事者・育児支援者向け睡眠講座の講師を務める。

夜泣き改善サポートや、お子さまのパフォーマンスを最大に引き出す生活リズム、双子育児、きょうだいで寝かしつけ等、子どもの発達と家庭に合わせたコンサルティングを行っている。

**【川口リエさんからのコメント】**

3 年前エルゴポーチさんの商品を始めて出会った時、本当にうれしかったことを覚えています。

低月齢の赤ちゃんの睡眠や、子どもの安全な寝具のためにスワドルは必須であることは海外では常識になっていましたが日本ではまだ商品も少なく選択肢も限られていました。

その中で、赤ちゃんの発達や姿勢に合わせた安心安全な形状と上質な生地、落ち着いたデザインのエルゴポーチのアイテムはまさに探していたもので、それからクライアントさま達にすすめています。

生まれてすぐから大きくなるまで、子どもたちの睡眠を優しく包んでくれるアイテムと、親子の睡眠を大切に考えてくださるエルゴポーチさんにライブに呼んでいただき光栄です！とても楽しみにしております。

## ■ねんねアイテムモニター募集【1月22日（木）～1月28日（水）】



寒い季節の赤ちゃんの眠りをサポートする ergoPouch のねんねアイテムを、実際に体感できるモニター募集を実施します。  
2.5TOG のスワドルやスリーピングバッグに加え、成長に合わせて使えるスリープスーツまで、冬の睡眠環境を整えるラインアップをご用意。Instagram LIVE 配信とあわせて募集を行い、知識として学ぶだけでなく、日々のねんねの変化を実感いただける機会をお届けします。親子で心地よい眠りを見直すきっかけとして、ぜひご参加ください。

### 【スケジュール】

**Instagram LIVE 配信：**1月22日（木）

**モニター募集期間：**1月22日（木）～1月28日（水）

**対象アイテム：募集人数**

- ・コクーンスワドル（2.5TOG）+レイヤー：3名様
- ・スリーピングバッグ（2.5TOG）+レイヤー：3名様
- ・スリープスーツバッグ（2.5TOG）【単品】：3名様

募集人数合計：9名様

**応募対象者**

- ・2026年1月・2月出産予定の妊婦の方
- ・身長108cmまでのお子さまをお持ちの方

※当選者の方には、商品使用後のモニター投稿へのご協力をお願いいたします。

**応募方法・条件：**

①エルゴポーチ公式 Instagram（[@ergopouch\\_japan](https://www.instagram.com/ergopouch_japan)）とウェスキー株式会社公式 Instagram（[@weskiiii.inc](https://www.instagram.com/weskiii.inc)）

両アカウントをフォロー

②プレゼントキャンペーンの投稿にお子さんの月齢等をコメント

③プレゼントキャンペーンの投稿をストーリーにてシェア

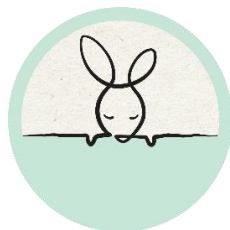
※@ergopouch\_japan のメンション必須

※アカウント公開（メインアカウント）されていない方、懸賞用アカウントは無効になります

④当選後に実際に商品を使用して、使い心地やお子さんの様子を投稿して下さる方(ストーリーズのみは不可)

※写真については公式ストアや SNS、WEB ツール、広告で紹介させて頂く場合がございます。

※子どもの睡眠相談室 クークールナ代表 GuuMin（運営：株式会社バイタルネット）スーパーバイザー 川口リエ氏とねんねアイテムモニター募集の Instagram LIVE 配信のお日にちは別日になります。ご了承ください。

**■ergoPouch（エルゴポーチ）とは**

ergoPouch®

エルゴポーチは、心地よい眠りで健やかな成長をサポートするオーストラリア発のスリーピングブランドです。新生児から安心して使えるオーガニックコットンと、安全性を最優先に人間工学に基づいて設計されたデザインで、赤ちゃん和家人の快適な眠りをサポートします。誕生から最初の 5 年間は、睡眠（または睡眠不足）が難しく、様々な課題があります。新生児から 6 歳児まで(日本では 4 歳児まで)、気温に関係なく、お子さまが安全に眠れるような服装を提案します。

エルゴポーチ公式サイト : <https://ergopouch.jp/>

エルゴポーチ公式Instagram : [https://www.instagram.com/ergopouch\\_japan/](https://www.instagram.com/ergopouch_japan/)

法人様向け紹介ページ : [https://b2b.weski.com/pages/ergopouch-about?utm\\_source=prtimes&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=ergopouch\\_prtimes\\_footer\\_260121](https://b2b.weski.com/pages/ergopouch-about?utm_source=prtimes&utm_medium=referral&utm_campaign=ergopouch_prtimes_footer_260121)

お問い合わせ希望のお問い合わせ :

[https://b2b.weski.com/pages/inquiry?utm\\_source=prtimes&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=\[ergopouch\]\\_prtimes\\_footer\[260121\]&inquiry\\_channel=\[ergopouch\]\\_prtimes\\_footer](https://b2b.weski.com/pages/inquiry?utm_source=prtimes&utm_medium=referral&utm_campaign=[ergopouch]_prtimes_footer[260121]&inquiry_channel=[ergopouch]_prtimes_footer)