

乳幼児の夜泣き改善・寝かしつけサポートアプリ「Lullaby (ララバイ)」 自治体向け『ねんね改善パック』の導入実験を5自治体で開始 自治体による親子の睡眠ケア介入方法としての有効性を7月末より順次検証

ピジョン株式会社（本社：東京、社長：北澤 憲政）は、業務提携先の Moon Creative Lab（ムーンクリエイティブラボ / 本社：カリフォルニア州パロアルト・東京、社長：横山 賀一、以下 Moon 社）と連携し、自治体向けに、乳幼児の夜泣き改善・寝かしつけサポートアプリ Lullaby (ララバイ) の利用や、ママやパパ向けの睡眠セミナーなどのサービスを組み合わせた『ねんね改善パック』を開発しました。本パックの導入による、睡眠改善の有効性の検証実験を、大月市（山梨県）、柏原市（大阪府）、行田市（埼玉県）、行方市（茨城県）、盛岡市（岩手県）の5自治体にて2023年7月末より順次開始いたします*1。



【背景】

赤ちゃんの睡眠は、ママやパパの大きな悩みの1つになっており、当社が実施した、生後0～8カ月の赤ちゃんがいるママを対象に育児にまつわる項目におけるマインドシェアを聞いた調査*2では、赤ちゃんの睡眠に関する項目は各月齢グループで常に20%程度を占めることが判明しました。

また11年振りに改正された2023年度の母子健康手帳には「お子さんの睡眠で困っていることはありますか」「保護者ご自身の睡眠で困っていることはありますか」といった、親子の睡眠のお困りごとに関する質問項目も追加されました。しかし、当社が行った自治体へのヒアリングでは、親子の睡眠に対する保健指導に取り組みたいと考えてはいるものの、現状では自治体による介入方法が確立されておらず、実施できていないケースが数多くあることがわかりました。

【導入実験の概要】

そこで当社とMoon社では、Lullaby (ララバイ) が有する①乳幼児の夜泣き改善・寝かしつけサポートアプリ Lullaby (ララバイ) の利用、②睡眠セミナー、③コンサルタントによる少人数相談会、④個別相談 (オンライン)*3の4要素を基本構成とした自治体向け『ねんね改善パック』を開発。子育て支援に積極的に取り組む5自治体で、ママ・パパに、はがきや広報誌などを通じて『ねんね改善パック』を紹介し、実際の利用前後で睡眠状況や満足度について調査を行います。自治体が主導し、赤ちゃんの睡眠習慣や環境を整える正しい知識を深め、Lullaby (ララバイ) アプリを通じて実践する機会を提供することで、子育てにおける夜泣き改善・寝かしつけのお悩み軽減、および親子の睡眠状況改善をサポートします。

*1 自治体によって導入時期は異なります。

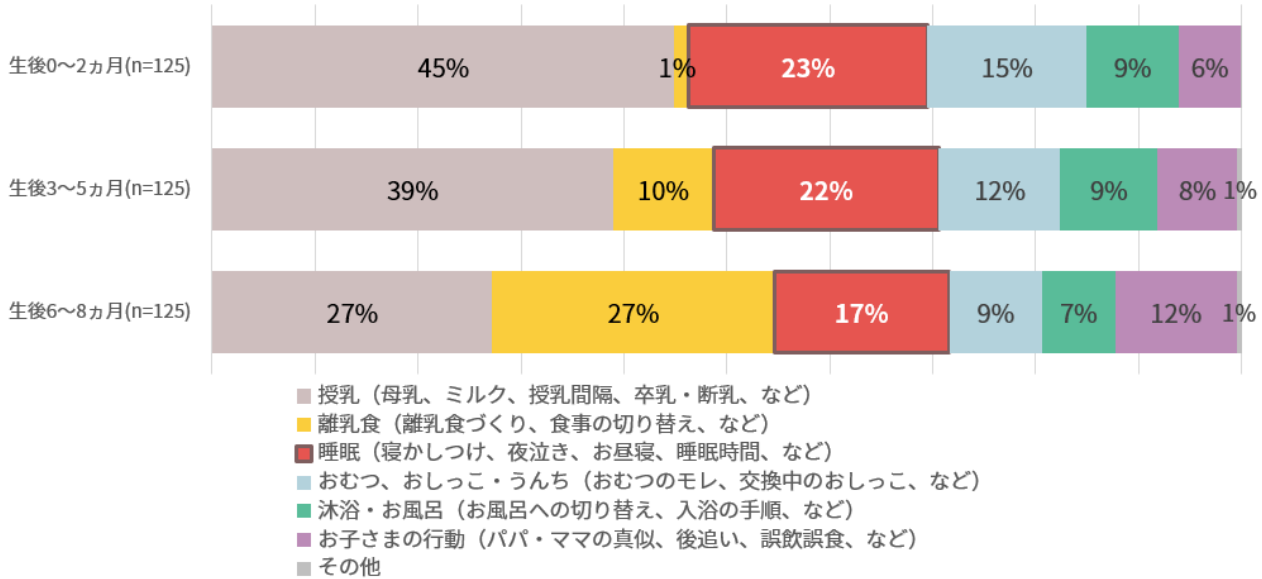
*2 ピジョン調べ (2022年5月実施、WEBアンケート調査、0～8カ月の第1子がいるママ375名) 詳細は2ページ目をご覧ください。

*3 個別相談 (オンライン) は希望者のみのオプションプランです。

【ご参考】

■ 現在のマインドシェア 各要素の平均割合

当社が実施した、生後0～8カ月の赤ちゃんがいるママを対象に育児にまつわる項目におけるマインドシェアを聞いた調査※では、赤ちゃんの睡眠に関する項目は、以下のように各月齢グループで常に20%程度を占めることが判明しました。



■ 『ねんね改善パック』概要

『ねんね改善パック』は、①乳幼児の夜泣き・寝かしつけサポートアプリ Lullaby（ララバイ）の利用、②睡眠セミナー、③コンサルタントによる少人数相談会、④個別相談（オンライン）の4要素が基本構成となった自治体向けのパックです。睡眠セミナーや少人数相談会では、「毎日寝かしつけに時間がかかる」などのママ・パパが抱えるお悩みを、CISA 認定小児スリープコンサルタント※4がサポートいたします。

※4 CISA 認定小児スリープコンサルタントとは、日本小児スリープコンサルタント協会（Consultant of Infant Sleep/CISA）に認定された、乳幼児の寝かしつけ・夜泣きに悩むママ・パパに寄り添い、科学的根拠のある知識を基に睡眠習慣の改善をサポートするコンサルタントです。

■ 導入実験概要

導入実験に参加いただく5自治体よりママ・パパへ、はがきや広報誌などを通じ『ねんね改善パック』を紹介いたします。利用を希望されるママ・パパはLullaby（ララバイ）アプリをダウンロードし赤ちゃん情報を登録いただき、『ねんね改善パック』を利用いただきます。また、利用前後にはアンケートにも協力いただき、睡眠状況の改善や満足度を回答いただきます。今回の導入実験によって得られた情報は、『ねんね改善パック』およびLullaby（ララバイ）のより良いサービス提供に役立てると共に、自治体における本サービス導入の有効性の検証に活用します。

導入実験参加自治体（計5自治体）：大月市（山梨県）、柏原市（大阪府）、行田市（埼玉県）、
行方市（茨城県）、盛岡市（岩手県）

期間：2023年7月より順次開始 ※自治体により導入時期は異なります。

■ Moon Creative Lab 概要

Moon Creative Lab は三井物産グループの新規事業開発、ビジネスインキュベーションを推進するベンチャースタジオです。

- 商号 : Moon Creative Lab Inc. (ムーンクリエイティブラボ)
代表者 : President & CEO 横山賀一
本店 : 660 High Street, Palo Alto, California, 94301, USA
支店 : 東京都港区北青山 3-10-5 Spring Terrace Omotesando 2F
設立 : 2018年8月23日
URL : <https://www.mooncreativelab.com/ja/>



■ Lullaby (ララバイ) とは

Moon Creative Lab がインキュベートするプロジェクトの一つ Lullaby (ララバイ) は、「Sleep Training」の考えを元に、乳幼児の夜泣き・寝かしつけをサポートするアプリサービスです。3児の母で東大医学部卒・医師の森田麻里子氏を監修医として迎え、科学的根拠に基づいたデータの使用にこだわり、さらに日本の住環境・生活に合った情報提供を最重要視することで、忙しいママ・パパでもすぐに活用できるアプリとなっています。