

団体・企業等名	一般社団法人　こども睡眠カウンセラー協会			
連絡先	所在地	531-0064　大阪府大阪市北区国分寺1-3-12朋友プラザ1F		
	TEL	06-7410-7792	FAX	
	HPアドレス	https://csca-japan.com/		
団体等の紹介・特色	当協会は、2020年に世界一睡眠不足な日本のこどもたちの睡眠を改善することを目的に設立しました。「こどもの眠る力を育てることで社会を変える」を理念に活動しています。 小学校などの教育機関でこどもや大人たちに睡眠教育を実施すること、こどもの睡眠に悩む親たちに対して、独自セミナーの開催や、イベントの開催を実施しています。さらに、睡眠カウンセリングや、睡眠教育を行う講師など、こどもの睡眠の専門家を養成しています。 こどもの睡眠時間の確保や睡眠リズム、年齢に応じた生活習慣の改善のために睡眠学、栄養学、心理学、脳科学、生理学などの観点から最適なメソッドやアイテムなどを提案、指導、提供しています。			

★応援隊事業の内容

支援形態	出前授業	見学/校外学習	資料提供	その他（ ）			
メニュー	こども睡眠授業						
	備考	こどもたちの健全な成長を願う指導者の方たちと共に、未来あるこどもたちのために、睡眠の大切さを伝えていくための授業です。					
その他 特記事項	対応教科等	保健体育科、特別活動、総合的な学習（探究）の時間等					
	テーマ	安全・防災	金融・経済	国際理解	福祉・医療 ・介護	伝統・文化 ・芸術	野外体験
		環境教育	食育	職業教育・ キャリア教育	情報教育・プ ログラミング	理科実験	スポーツ
		生活習慣	マナー	ものづくり	情報モラル・ リテラシー	外国語	地域理解
		その他（ ）					
	必要経費（謝金は除く）	不要	要（ ）				
	旅費（講師・スタッフ等）	不要	要（ ） 交通費実費				
	土曜日等の活動	可	不可	応相談			
	対象 （学年の限定等）	幼稚園・ 認定こども園	小学校	中学校	義務教育学校	高等学校	特別支援学校
	対象地域	北西部	五條・北部吉野	北東部	南西部	南東部	

★これまでの学校支援（出前授業・見学等）実施の実績

実施時期	実施校	実施内容
2021年1月	大阪市立友渕小学校	1年生に向けた睡眠授業
2023年6月	草加市立高砂小学校	PTA保護者に向けた睡眠授業
2023年7月	東京都自由学園初等部	低学年に向けたこども睡眠授業（クイズ・ルーティーン）
2023年9月	三重県津市立西が丘小学校	3・4年生に向けた睡眠授業（体育館にて快眠体操）
2024年10月	大阪府認定英風高等学校	高校生のための睡眠授業（睡眠基礎・実践・快眠体操）