

2025 年 10 月 17 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**睡眠記録アプリ『ぐっば！』を配信開始****「寝る」「起きる」「食べる」などを簡単に記録し、生活全体を可視化。
毎日すこやかに楽しく過ごせるリズムの習慣化をサポートします。**

「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、睡眠記録アプリ『ぐっば！』を配信開始しました。

睡眠記録アプリ『ぐっば！』は、子どもの生活リズムの決め手となる「寝る」「起きる」「食べる」などを簡単に記録することができるアプリです。

アプリでの記録を通してお子さまの生活リズムを把握し、生活全体を可視化することで、お子さまの健やかな発育に繋がるリズムの習慣化をサポートいたします。

【アプリ概要】

- ・アプリ名：ぐっば！
- ・提供開始日：2025 年 9 月 1 日
- ・対応環境：iOS / Android
- ・利用料金：無料

【睡眠記録アプリ『ぐっば！』の特徴】

- * 睡眠記録だけでなく、下記の育児全般の記録も時刻とともに簡単に記録することが可能
- ・「起きた」
- ・「寝た」
- ・「うんち」
- ・「お風呂」
- ・「食べる/飲む」
- ・「布団に入る」
- ・「薬服用」
- ・「夜泣き」

記録した内容が 2 週間ごとにまとめて俯瞰できる記録（ログ）になるため、体調不良時などの振り返りにも有効です。

- * きょうのできごとを育児日記として簡単にメモが可能

- ・寝返りが初めてできたなど成長記録として
- ・子どもの朝の様子
- ・おでかけなどのイベント
- ・かわいらしいワンシーン など

* 記録（ログ）を送ると ACC で運営する「0123 子どもの睡眠サポートルーム」に送られ、相談することができます（相談は有料）

【アプリダウンロード】

アプリは以下のストアよりダウンロードいただけます。

[「ぐっぱ！ -ぐっすり眠ってぱっと起きる-」をApp Storeで](#)



ぐっぱ！ -ぐっすり眠ってぱっと起きる- - Google Play のアプリ

[ぐっぱ！ -ぐっすり眠ってぱっと起きる- - Google Play のアプリ](#)



【アプリ開発の経緯】

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きました。日本における小児睡眠の研究者であり医師である、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、保育園や児童発達支援教室の児童や保護者向けの活動を行うとともに、眠育普及のための各種支援を実施しています。

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という気付きとともに、乳幼児の心身のバランスよい発達に、睡眠と生活リズムと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りました。

こうした学びから、2025年1月からは一般向けに睡眠アドバイザーがオンライン上で相談対応する「0123 子どもの睡眠サポートルーム」も開設し、長年にわたる取り組みをステップアップさせ、更に広くお子さまの発達改善に寄与できるような体制を確立してきました。

お子さまの睡眠状態を把握するためには、お子さまがいつ、どのくらいの時間睡眠したかを日々記録しておく必要があります。この度配信を開始した「睡眠記録アプリ『ぐっぱ！』」は、ACCの長年にわたる眠育活動で活用してきた「睡眠ログ」をはじめ、睡眠以外の育児全般の記録も簡単に気楽に記録できるようにしており、アプリを通してご家族がお子様の睡眠の状況を確認し、記録に基づいてよりよい生活リズムに導く一助になると考えています。

本アプリは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、新たに配信するものであり、睡眠と生活リズムの乱れに悩まれている乳幼児とご家族が健全な睡眠と生活リズムを確立するために、「0123 子どもの睡眠サポートルーム」と「睡眠ログ」を共有することで将来の学校・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。

— 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（田中、松永）

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6,000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」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(2025年9月期)
- 【従業員数】 2,200名(2025年9月、非常勤社員含む)
- 【U R L】 <https://www.the0123child.com/>

