

すまいる・あくしょん宣言団体のご紹介

団 体 名 : oyasuME.Lab

代表者職・氏名 : 西山 美聡

登 録 年 月 日 : 令和5年7月11日

【団体PR】

睡眠の質向上を目指すための調査・研究を行い、子どもから高齢者まで幅広い世代の方の健康づくりをサポートすべく2023年に立ち上げた団体です。当団体は、上級睡眠健康指導士資格を持ち、睡眠・リラクゼーションに関する研究を行う大学院生を中心に活動しています。

◇ 宣 言 文 ◇

すまいる・あくしょん取組宣言

私たちは子どもの笑顔を守るため、以下の内容について取り組みます。



○親子が自分らしく過ごせる場を提供します。



○親子が睡眠・休息について一緒に考える場を提供します。



○親子がぐっすり眠るための遊び方を提案します。



○オンラインで他の親子との交流を促進し、睡眠・休息について話し合える場を提供します。



令和 5年 6月 29日

oyasuME.Lab (おやすみラボ) 代表 西山 美聡

