

いま、 『子どもの眠る権利』を 社会に問う

— 『子どもの眠る権利を守る全国協議会』設立記念シンポジウム —

子どもの健やかな眠りは、家庭の努力だけで守るものではありません。

医療・研究・教育・保育・子育て支援などの専門家が集い、
社会全体で子どもの眠る権利を守るためのあり方を考えます。

登壇者紹介



基調講演

赤池誠章

前参議院議員

こども政策に「睡眠」の視点を(仮)

専門家リレートーク登壇者紹介



1 内村直尚

日本睡眠協会 理事長

出産前から始まる
「子どもの眠る権利」一妊娠期・産後の
睡眠教育をどう届けるか

2 河合晴世

日本睡眠衛生推進機構
代表理事乳幼児のいる
子育て世代における
睡眠の情報普及及び
現状と課題

3 清水悦子

赤ちゃんの眠り研究所
代表理事長時間保育の中で
子どもの睡眠は
守られているか

4 星野恭子

社会と共に子どもの睡眠を守る会
副会長夜更かしを招くスマホから
子どもの眠りをどう守るか

5 三池輝久

日本眠育推進協議会 理事長

不登校支援に
「睡眠」の視点を

一朝起きられないを家族だけの問題にしない

開催概要

日時	2026年8月30日(日) 10:00~12:00 (受付: 9時30分~)
会場	TKP東京駅大手町カンファレンスセンター カンファレンスルーム22A
住所	東京都千代田区大手町1-8-1 KDDI大手町ビル22階
対象	保育・教育・医療・子育て支援関係者、行政関係者、報道関係者、その他関心のある方
参加費	無料

参加申込

右のQRコードから
お申込みください

最新情報は今後ご案内します

主な内容



基調講演

専門家リレートーク

パネルディスカッション

子どもの眠る権利を守る
全国協議会
Children's Right to Sleep Council Japan

子どもの眠る権利を守る全国協議会

後援 ※順次更新
茨城キリスト教大学

プログラム（予定）

10:00～10:05 開会・設立趣旨説明

10:05～10:25 基調講演：こども政策に「睡眠」の視点を（仮）
前参議院議員 赤池誠章

10:25～11:15 専門家リレートーク
《子どもの眠る権利が脅かされる5つのタイミングとその社会課題》

専門家リレートークのテーマ

子どもの眠る権利が 脅かされる 5つのタイミングと その社会課題



医療・研究・教育・保育・子育て支援の
専門家が集い、5つの切り口から
現状と課題を明らかにし、
解決へのヒントを探ります。

- 1 出産前から始まる「子どもの眠る権利」
ー 妊娠期・産後の睡眠教育をどう届けるか ー
日本睡眠協会 理事長 内村直尚
- 2 乳幼児のいる子育て世代における睡眠の情報普及の現状と課題
日本睡眠衛生推進機構 代表理事 河合晴世
- 3 長時間保育のなかで、子どもの睡眠は守られているか
赤ちゃんの眠り研究所 代表理事 清水悦子
- 4 夜ふかしを招くスマホから、子どもの眠りをどう守るか
社会と共に子どもの睡眠を守る会 副会長 星野恭子
- 5 不登校支援に「睡眠」の視点を
ー 朝起きられないを家庭だけの問題にしない ー
日本眠育推進協議会 理事長 三池輝久

11:20～12:00 パネルディスカッション
「子どもの眠る権利を守る社会をどうつくるか」

子どもの眠る権利を守る全国協議会とは

子どもの睡眠は、生命と健康を支え、脳・身体・
こころの発達を育む基盤です。

「子どもの眠る権利を守る全国協議会」は、
医療・研究・教育・保育・子育て支援等の
関係者が連携し、子どもの眠りを社会全体で支える
環境づくりを進めるために設立されます。



主な活動予定

- 子どもの眠る権利を守るための課題整理、
意見表明および提言
- 医療、研究、教育、保育、子育て支援等の
関係者・関係団体の連携促進
- 乳幼児の睡眠に関する知見および情報の共有
- シンポジウム、講演会、勉強会等の開催
- 社会に向けた信頼性の高い情報発信および普及啓発

幹事団体



赤ちゃんの
眠り研究所



社会と共に
子どもの睡眠を守る会



日本睡眠衛生
推進機構



日本睡眠協会



日本睡眠
推進協議会

お問い合わせ

子どもの眠る権利を守る全国協議会 設立準備事務局
担当：NPO法人 赤ちゃんの眠り研究所事務局
✉ E-mail : lionfamily@babysleep.jp



報道関係者の皆さまへ：

当日は取材を受け付けます。
取材のご希望は、左記お問い合わせ先まで
ご連絡ください。

