

## Glico Co育て NEWSLETTER (第4号)

## 「子どものココロとカラダの健やかな成長」への想いをカタチに

12月16日(水)リニューアル版の提供開始！子育てアプリ「こぺ」

食品メーカーがアプリを本気で開発し、無償提供する理由／“子どもの心身の健康”と“睡眠”の深い関係とは

江崎グリコは、今から約100年前の1922年に創業しました。菓子から始まった事業は、100年にわたり領域を拡げながら、今では、アイス、乳製品、加工食品などへと事業を展開するまでに至っています。そうした中、100年間で変わらないものの一つが「子どものココロとカラダの健やかな成長」への想いです。このニュースレターでは、当社の原点であり、今後も変わらず最重要テーマの一つであり続ける「子どものココロとカラダの健やかな成長」に関して、複数号に分けて情報をお届けします。4号目となる今回は、2019年2月にサービスを開始し、今年12月16日(水)より大幅リニューアルを開始した、子育てアプリ「こぺ」に関してです。

## 栄養菓子「グリコ」のように、子どもの心身の健康をサポートするサービスを目指して



江崎グリコ  
コーポレートコミュニケーション部  
中村 知佳さん

妊娠から出産を経て育児期に至るまでの1000日間は、子どものココロとカラダの基礎をつくる非常に大切な時期。子育てアプリ「こぺ」は、その時期に、家族みんなと協力して子育てを行う「Co育て※」環境作りを目指すとともに、子どもの心身の健康をサポートするために生まれたアプリです(無料)。2019年2月に提供を開始し、「育児ログ」、医師監修の「お役立ち記事」などの子育てに役立つ様々な機能を提供。2020年6月には、コロナ禍で、外出等による感染リスクを低減しながら、妊娠・出産・子育ての悩みを遠隔で相談できる「ココロとカラダの健康無料電話相談室」機能を追加。さらに、今月から大幅リニューアルを開始するなど、進化しつづけるアプリ「こぺ」。開発背景や今回のリニューアルについて、担当者の江崎グリコ コーポレートコミュニケーション部 中村 知佳さんに話を伺いました。

※「Co育て(こそだて)」:Communication(和気あいあいと)／Cooperation(上手に協力しながら)／Coparenting(いっしょに子どもを育てる)の3つの“Co”をとった造語で、赤ちゃん和家人のココロとカラダの健康の実現を目指すGlico提唱の子育てのスタイルです。

## 食品メーカーがアプリを本気で開発し、無償提供する理由

## 一 改めて開発経緯を教えてください。

## なぜアプリを開発・提供することになったのでしょうか。

“ワンオペ育児”に代表される夫婦間の分担差や、それに起因するコミュニケーションの悪化を軽減し、夫婦で協力して「Co育て」してもらうには、どのようなサービスがあれば良いか…から始まりました。調査や検討の結果、忙しい子育て家庭に寄り添うように日常をサポートするためには、パパ・ママ達が頻繁に接触するスマートフォン上のアプリが最適だという結論に至り、約1年半かけて「こぺ」を開発しました。目指すのは、「パパとママ達が笑顔だから子どもも笑顔である世界」です。

## 一 機能面に関して、今回の主なリニューアルポイントは？

今回、家事や育児タスクを、子育てに関わるみんなが簡単に管理・共有することができる「To Do ボード」機能を追加しました。それにより、家族間で起こる意識のずれを解消し、家



子育てアプリ「こぺ」アイコン  
(キャラクターの「こぺポン」は  
栄養菓子「グリコ」がモチーフ)

族のチームワーク強化を目指します。また、医師監修の乳幼児に関する“睡眠コンテンツ”も追加しました。睡眠は、子どもの心身の健康づくりの基礎となる部分で非常に重要ですので、理解を深めていただくきっかけになればと思います。

## 一 新機能「To Do ボード」はどのような背景で生まれたのでしょうか？

様々なヒアリングを実施しましたが、その中のある自社調査で、「子育てをする上で重要なこと」は、パパ・ママ共に「夫婦で協力して子育てに当たること」という回答が第1位でした(図1)。一方で、子育て時の悩みについて質問したところ、ママの回答は「一人でリラックスする時間が取れない」「感情のコントロール」に次いで、「パートナーの子育てに対する知識・理解が十分でない」が3位。それに対して、パパの悩みは、「一人でリラックスする時間が取れない」について、「自身の子育てに対する知識・理解が十分でない」ことが2位となりました(図2・3)。他の調査でも同様に、お互いに協力したい気持ちがある一方で、情報不足によりすれ違いが発生していました。その様なすれ違いや意識のずれを解消すべく、今回「To Do ボード」機能を追加しました。共有しているメンバー同士で簡単に

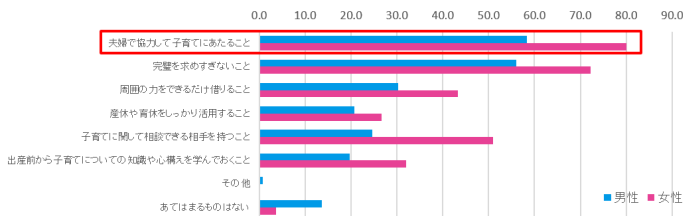
共有・管理でき、担当の割り振りやコメント、外部のカレンダーアプリとの連携もできるのが特徴です。例えば、明日ミルクが無くなりそうな時は“ミルク買いに行く”であったり、ママの残業がある日には“保育園お迎え”や“子どもの夕食準備”を、パパ・祖父母・ベビーシッターなどへ共有し、役割分担することができます。現在、様々な家族形態があり、コロナ禍で働き方の変化が進む中、「ToDoボード」などの活用により、育児に関わる人全員が、協力して育児をサポートできる環境作りにつながればと考えています。



アプリ「こべ」(イメージ)

Q あなたの子育てで重要だと思うことはなんですか？あてはまるものすべてお選びください。[MA]N600

図1



<調査概要> ●調査名: コロナ禍における子育てに関する意識調査 ●調査方法: インターネット調査 ●調査対象者: 現在妊娠中もしくは0~2歳の子どもがいる男女(20~40代) ●調査地域: 47都道府県 ●調査期間: 2020/09/6~2020/09/07 ●調査機関: 江崎グリコ株式会社 ●サンプル数: 600

Q あなたの子育てにおける悩みにして、あてはまるものすべてお選びください。[MA]

図2

女性回答(n255)

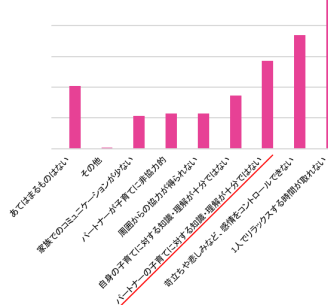
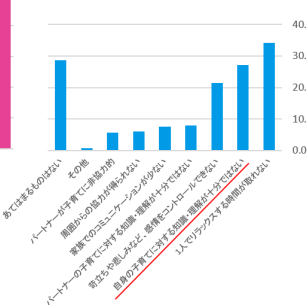


図3

男性回答(n266)



## “睡眠”と“子どものココロとカラダの健やかな成長”の深い関係とは

### 一 医師監修の“睡眠コンテンツ”を今回のリニューアルで新たに追加されましたが、乳幼児の“睡眠”に着目した理由は？

大人より睡眠時間が長い子どもにとって、眠りは大人以上に大切なものです。特に成長のスピードが早い新生児から2歳くらいまでは、睡眠がその後の成長に重要な役割を果たしていることが近年の研究から分かっています。実は、子どもの睡眠の質や量が、運動、言葉、認知力、意欲、コミュニケーション能力など、脳の発達と深く関係しています。日本では、まだまだ乳幼児期の睡眠に関する情報発信量が十分でなく、心身に対する重要性を伝える必要があると感じました。「こべ」を通じて、子どもの睡眠に対する知識を深めたい、子どもの心身の健康づくりに貢献したいと考えています。

コンテンツの内容については、同志社大学 赤ちゃん学研究センター 副センター長 渡部先生に監修いただき、乳幼児の睡眠に関する、研究や検証に基づいた最新の記事を掲載しています。

### 一 乳幼児の“睡眠”に関する今後の展開は？

引き続き、様々な方法で“睡眠”の重要性を社会に発信していくとともに、最終的には、具体的なソリューションにも繋げていきたいと考えています。

## ～「睡眠」と「脳の発達」の深い関係～

人は人生の約3分の1を睡眠に費やしています。実は眠りには、疲れたカラダを休める以上に、もっと重要な役割があるのです。それが次の3つです。

#### ① 脳を創る

胎児期から新生児期は、脳をつくる大切な時期です。赤ちゃんは1日の半分以上を寝て過ごしますが、睡眠中に脳の神経細胞同士が連結し合い、情報ネットワークを構築します。

#### ② 脳の働きを育てる

赤ちゃんは毎日のできごとすべてが初めてのこと。目や耳、カラダ全部から感じることをすべてが学習です。日中の学習や記憶は睡眠中に整理されて、大脳皮質にためられていきます。記憶を固定させるためにも睡眠はとても重要なのです。

#### ③ 脳の働きを守る

急速に知識や経験が増えていく赤ちゃん。その学習能力を高めるために、脳の神経伝達やシナプスをメンテナンスする必要があります。老廃物を流したり、修理したり、補強するはたらきを担うのが睡眠です。睡眠には脳の疲れをとる役割があるのです。

睡眠のはたらきは、「神経回路をつくり」「知識や経験を記憶として固定させ」「シナプスや神経伝達物質のメンテナンス」を行うもので、決してカラダの疲れをとるためだけに眠るのではありません。赤ちゃんの脳は毎日、発達を続けている分、大人以上に睡眠が大切だといえるでしょう。(アプリ「こべ」より一部抜粋)



### ◆ Glico Co育て NEWSLETTER バックナンバー ◆

第一号:「栄養菓子『グリコ』と液体ミルクをつなぐもの」 <https://www.glico.com/jp/csr/coparenting/activities/32189/>

第二号:「1ヵ月間育児取得必須化でCo育て推進」 <https://www.glico.com/jp/csr/coparenting/activities/32193/>

第三号:「“日本初の液体ミルク”を実現させた開発者の想いと使命感」 <https://www.glico.com/jp/csr/coparenting/activities/32281/>



< 本件に関するお問い合わせ先 >

江崎グリコ株式会社 広報担当: 伊藤 080-8924-7553 / 青山 090-9014-0902