



【実証レポート】在宅型心電図検査の導入をきっかけに、住民の健康意識と受診行動に変化 | 三宅町とココロミルの共同事業で実証

受診者の約9割が医療機関受診へ前向きな行動変容を達成、睡眠やストレス、生活習慣や食事の意識変化は約8割「ホーム心臓ドックpro」の有用性が明らかに

株式会社ココロミル（本社：東京都新宿区、代表取締役：林大貴、以下「ココロミル」）は、奈良県三宅町（町長：森 軀）と連携して実施した「ホーム心臓ドックpro」による住民向け健康管理支援事業について、受診者（60名）を対象としたアンケート結果を公開いたします。

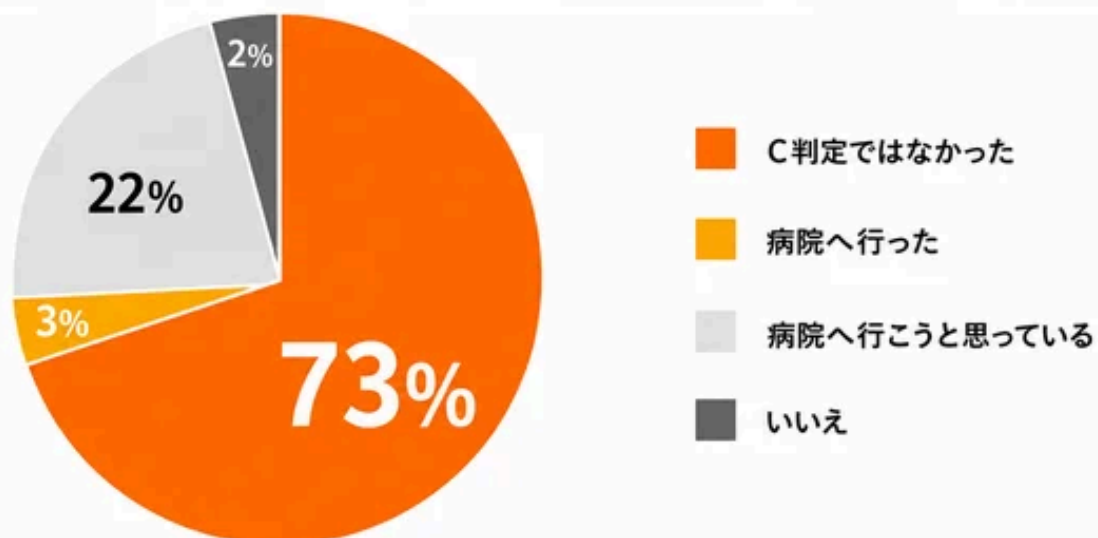
■ 背景と目的

三宅町では、住民の「予防医療の定着」を目指し、全国に先駆けて自宅で高精度な心電図解析ができる「ホーム心臓ドックpro」を導入しました。病院へ行くハードルが高いと感じる層に対し、日常生活の中で潜在的な疾患リスクを可視化する機会を提供することが、実際の行動変容にどう寄与するかを本調査で検証しました。

1. 不整脈C判定が出た際に病院へ行きましたか？

(不整脈でC判定だった場合)

早期発見を放置させない、医療機関受診への行動変容



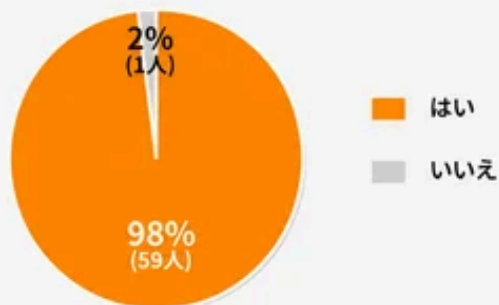
不整脈でC判定（要再検査・精密検査等）を受けた受診者のうち、93%が「すでに病院へ行った」または「行く予定である」と回答しました。

本検査が単なるスクリーニングに留まらず、適切な医療へ繋げる「健康のゲートキーパー」として機能していることが証明されました。

2. 検査は問題なく受診できましたか？レポートの内容は理解できましたか？

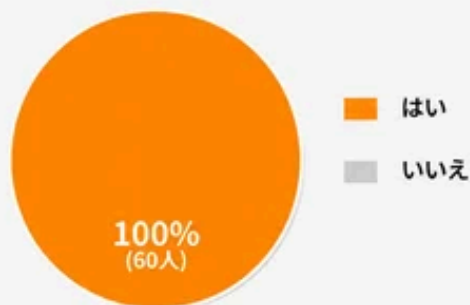
自宅受検の利便性と レポート内容への納得感

検査は問題なく受診できましたか？



回答者60名中

レポートの内容は理解できましたか？



回答者60名中

出典：三宅町 × ココロミル 住民向け遺伝情報支援事業 アンケート結果（回答者60名）

株式会社ココロミル

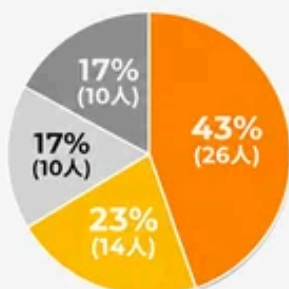
98%が「問題なく受診できた」と回答。高い受診完遂率と、病院に足を運ぶ必要がない利便性が高く評価されています。

レポートの内容については、回答者全員（100%）が「理解できた」と回答し、自身の健康状態に対する納得感を得られています。

3. 睡眠やストレス、生活習慣や食事の意識変化はありますか？

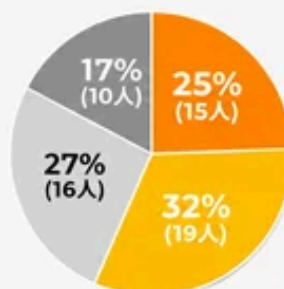
睡眠・ストレス／生活習慣への 継続向上

ストレス改善や睡眠の質への影響変化



回答者60名中

生活習慣や食事への影響変化



回答者60名中

非常に改善されたと感じる

改善されたと感じることがある

変化しているがまだ実感なし

現在、変化を感じていない

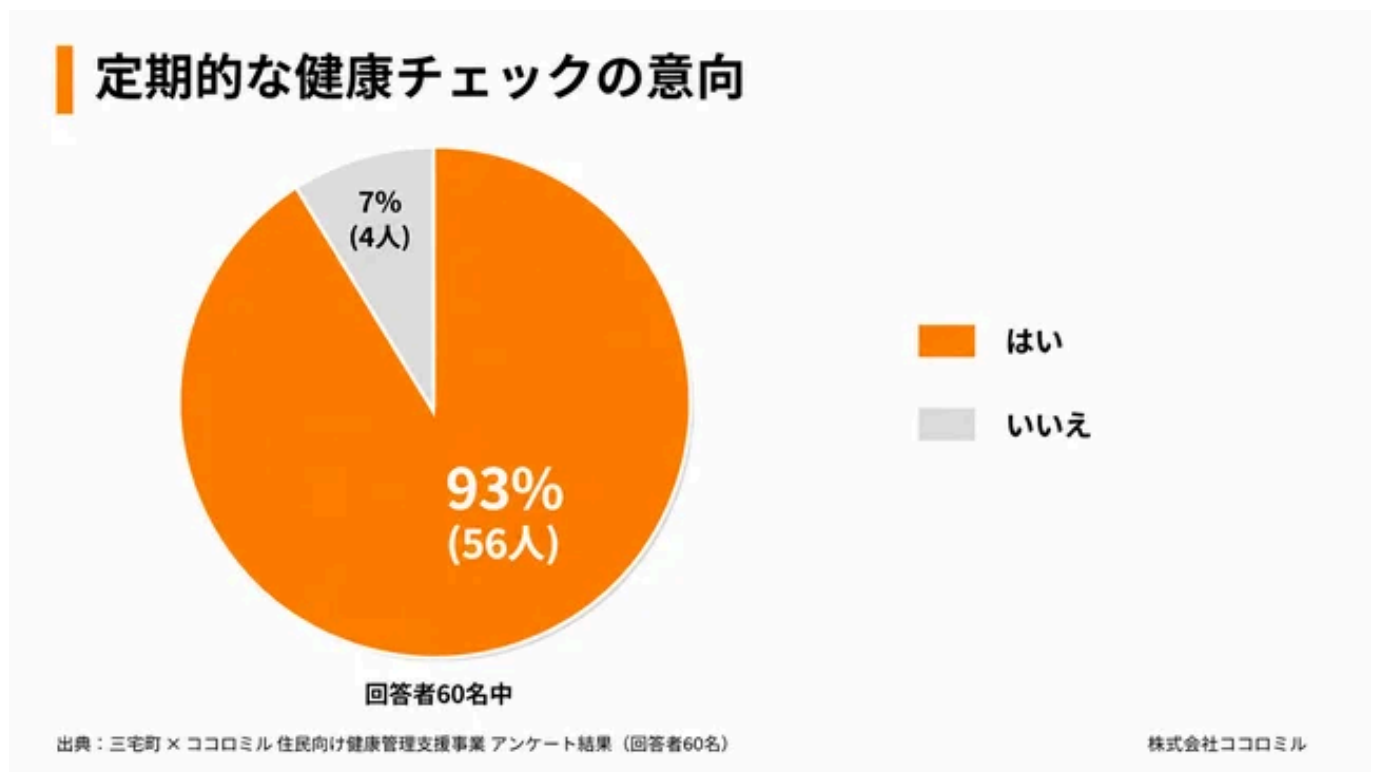
出典：三宅町 × ココロミル 住民向け遺伝情報支援事業 アンケート結果（回答者60名）

株式会社ココロミル

62%が検査をきっかけに「ストレス解消や睡眠の質に対する意識が高まった」と回答。

改善行動として、「寝る前のスマホを控える」「深呼吸をする」「塩分・油分に気をつける」といった具体的な生活習慣の改善アクションに繋がっています。

4. 今回の検査を定期的に受ける必要性を感じましたか？



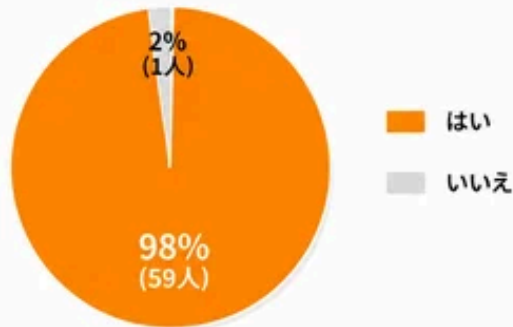
93%が「今回の検査を定期的に受ける必要性を感じた」と回答しました。

本結果は、「異常が出てから受診する」のではなく、日常生活の中で定期的に健康状態を確認する予防医療への意識が高まったことを示しています。

5. 極めて高い住民満足度

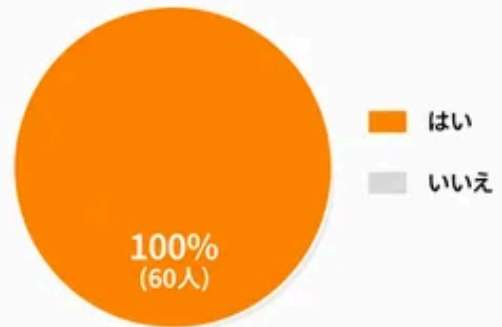
極めて高い住民満足度と 継続・推奨意向

次年度以降も定期的に受けたいと思いますか？



回答者60名中

家族や大切な方に受けてほしいと思いましたか？



回答者60名中

出典：三宅町 × ココロミル 住民向け健康管理支援事業 アンケート結果（回答者60名）

株式会社ココロミル

受診者100%が「次年度以降も定期的に受けたい」と回答しました。

98%が「家族や大切な人に受けてほしい」と回答しており、住民の信頼を得た公共事業として定着しています。

■ 住民の声（自由記述より抜粋）

病院に行かず自宅で簡単に検査できるのが便利。

個人では受ける機会が少ないので、町の事業として実施してくれてありがたい。

寝ている間も頑張る自分の体を感じ、生活習慣を見直すきっかけになった。

結果を受けて具体的にどう行動すべきか、受診の目安を知りたい。

全額無料は難しくても、一部補助がある仕組みを継続してほしい。

休日ではなく、あえて仕事の日の状態を測ってみたい

最近感じていた脈の飛びについて、治療の必要性が分かってよかった。

今後の展望

今回の実証結果を受け、ココロミルは判定後の具体的なガイダンスの強化や、より利便性の高い運用体制の構築を推進してまいります。また、三宅町での成功モデルを基に、他の自治体とも連携を深め、

「病気になる前に防ぐ」社会の実現に貢献してまいります。

(参考) 関連プレスリリース

[【実績報告】住民の40%から不整脈の兆候をスクリーニングー奈良県三宅町との官民連携プログラムで、自宅での「24時間」の高精度心電図検査により働き盛り世代の“隠れ心臓リスク”を可視化](#)

プロジェクトの背景と概要

三宅町では、通院不要で自宅にしながら病院レベルの高精度な検査ができる当社の「ホーム心臓ドック」を活用し、全町民を対象にモニターを募集しました。

特に、健康診断だけでは見落とされがちな「隠れ不整脈」の早期発見を目指し、子育て世代や働く現役世代へのリーチを強化しました。

実施期間：2025年4月～2026年2月（検査完了時点）

対象者：三宅町在住の希望者 80名

検査内容：長時間心電図測定による不整脈、睡眠時無呼吸症候群（SAS）の兆候、ストレスの可視化

ホーム心臓ドックproについて

**10種類もの不整脈を
寝ている間に早期発見！**

- 1 期外収縮
- 2 発作性上室頻拍
- 3 心房粗動
- 4 心房細動
- 5 心室頻拍
- 6 心室細動
- 7 洞停止
- 8 脚ブロック
- 9 房室ブロック
- 10 補充調律

自宅でする心電図検査で
突然死や健康のリスクを見つけます

**ホーム心臓ドックpro
ホーム心臓ドック®**

睡眠時無呼吸症候群・睡眠の質 ストレス も
一度の検査で同時にチェック！

「ホーム心臓ドックpro」は、自宅で行える長時間心電図検査サービスです。

胸に小型の心電計を貼り付け、心電図データを9時間以上取得。結果を臨床検査技師が解析しレポートにしてお渡しします。長時間の心電図計測により、従来の健康診断や人間ドックにおける15秒ほどの検査では見つからない、隠れた心疾患リスクを発見することができます。

さらに睡眠時無呼吸症候群(SAS)・睡眠の質、ストレスの兆候まで一度に検出します。

オンラインクリニックも完備しており、希望があれば自宅から医師の診察を受けたり、大学病院の紹介状も書いてもらうこともできます。

ホーム心臓ドックproは医療機器を使用しながら、自宅で検査ができるため、通院の手間なしに手軽に医療と同水準の検査を受けることができます。忙しく過ごす中高年の方はもちろん、病院へのアクセスが困難な地域の方やご高齢の方にご好評いただいております。

■ホーム心臓ドックpro(販売ページ)

<https://homeheart.health/products/homeheart-pro01>



株式会社ココロミル

ー「病気で後悔しない社会へ」をミッションに世界から突然死をなくすー

私たちは、自宅にしながら医療機関と同等の本格的な心電図チェックが手軽にできる「ホーム心臓ドック®」をはじめとする各種事業を展開しています。

長時間のデータ取得により、これまでの健診や人間ドックでは見逃されがちだった心疾患リスクも早期に“見える化”し、突然死などで「今まで救えなかった世界で1億人の命を救う」ことを実現します。

また、取得したデータを通じて、多くの方々が自分自身や家族の健康状態を可視化し、健康寿命やQOL（クオリティ・オブ・ライフ）を向上させることを目指しています。

代表取締役社長：林 大貴

所在地：〒160-0023 東京都新宿区西新宿6丁目2番16号 菅野ビル2F

設立：2021年11月

事業内容 : ヘルスケア及び臨床研究事業
提供サービス : <個人向け> 不整脈、睡眠時無呼吸症候群 (SAS)、睡眠の質、
ストレスの兆候を心電計を使って可視化する「ホーム心臓ドック®」
<医療機関向け> 使い切りホルター心電計「eclat」
<医療機関向け> 動物医療心電図モニタリング、ホルター検査

製品名 : eclat (エクラ)

一般的名称 : 長時間心電用データレコーダ

医療機器クラス分類 : 管理医療機器 (クラスII)、特定保守管理医療機器

主要許認可・認証等 :

第二種医療機器製造販売業 (許可番号 : 13B2X10584)

医療機器製造業 (登録番号 : 13BZ201797)

高度管理医療機器販売業・貸与業 (許可番号 : 5新保衛薬第162号)

ISO 13485:2016 認証取得

HP : <https://kokoromil.com/>

↓ [d98284-135-86068b5d81f04ead30de92a02b4275cd.pdf](#)

株式会社ココロミルのプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/98284

<本リリースに関するお問い合わせ先>

株式会社ココロミル 広報部

TEL : 03-5323-0010

Mail : prteam@kokoromil.com