

【働く人の健康意識調査】体調に不安があっても4割以上が「医療機関を受診しない」現実。自宅で行う長時間心電図検査が、ビジネスパーソンの「受診の壁」を壊すきっかけに

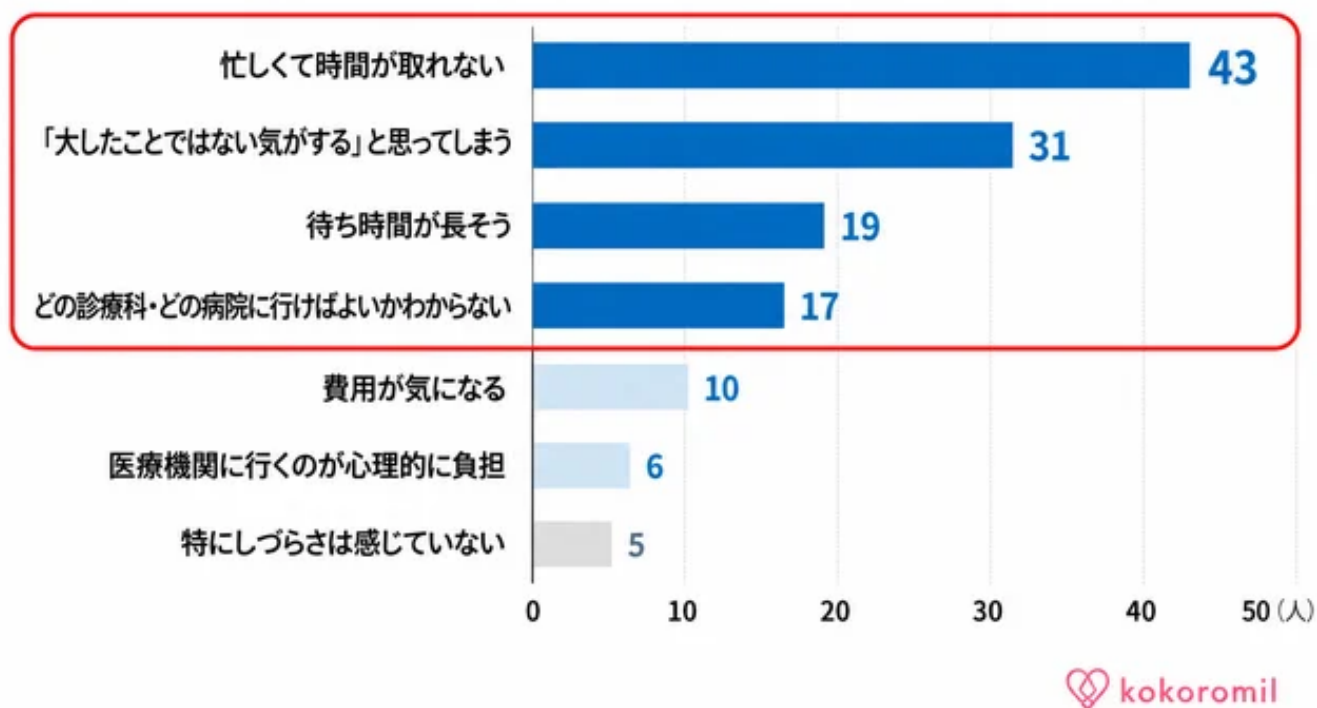
山梨県実証実験のアンケートデータを公開。自覚症状のない潜在リスク層を動かすのは「HHD（自宅心臓ドック）×オンライン診療」の一気通貫モデル

医療機器の開発および健康解析サービスを提供する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）は、山梨県「第9期TRY!YAMANASHI!実証実験サポート事業」において実施した、ウェアラブル心電計を用いた「ホーム心臓ドックpro」の参加者（県内企業従業員等）を対象に、日頃の健康意識や受診行動に関するアンケート調査を実施いたしました。

調査の結果、体調に不安を感じていても約半数が受診をためらっている現状や、オンライン診療未経験者が98%を占める地方都市における医療アクセスの課題が浮き彫りになりました。一方で、自宅で完結する心電図解析サービスを体験した後は、7割以上が「行動変容（意識改善や実際の受診）」へと繋がりました。

ビジネスパーソンの「通院ハードルについて」のアンケート結果

Q. 日頃の受診や相談の「しづらさ」を感じる理由を教えてください。(複数選択可)



① ビジネスパーソンが抱える「受診のしづらさ」の背景

「体調に不安があっても、医療機関を受診しないことがありますか？」という問いに対し、「よくある」「ときどきある」と回答した人が計45%にのぼりました。その理由（複数選択可）として、「忙しくて時間が取れない（38票）」が最多となり、次いで「これくらいなら様子を見ればよいと思った（24票）」という、自身の症状を過小評価してしまう傾向が強いことが分かりました。定期的に相談できるかかりつけ医を持たない人も約3割（28%）存在しています。

② オンライン診療「未経験98%」からのパラダイムシフト

実証参加前、オンライン診療の利用経験が「なかった／よく知らなかった」と答えた人は98%と、地方都市における遠隔医療の浸透不足が顕著でした。しかし、今回の「ホーム心臓ドックpro検査 → オンライン診療 → 地域医療機関（必要な方）」という一気通貫モデルを体験した後は、87%が「オンライン診療から地域医療機関への紹介内容や場所を理解しやすかった」と答え、実際の受診へスムーズに移行しました。

③ 検査後のリアルな行動変容と心理的效果

結果レポートを確認したのち、50%が「生活習慣の改善を行った」、さらに19%が「今回の検査をきっかけに『初めて』医療機関を受診・相談した」と回答。自由記述では「ストレスはあると思っていた

が、睡眠の質の悪さが目に見えてわかったことで、これからの生活の改善について前向きになった」など、数値による可視化が行動のトリガーになることが実証されました。

④ 社会実装に向けた「企業・経営層」からの要望

本仕組みの県内普及について「ぜひ広げてほしい」「どちらかといえば広げてほしい」が計82%を占める一方、自由記述では経営視点での現実的な意見も寄せられました。

「取り組みは素晴らしいが、経営者から見てコストは厳しく捉えられる。行政からの補助や、何かしらの加点制度に紐付けられるよう厚労省との連携も模索してほしい」

「今回のように何らかの補助があると、企業側も取り組みやすい」

当社はこれらの声を受け、単にプロダクトを提供するだけでなく、自治体の補助金制度の活用や健康経営優良法人認定における加点要素としてのスキーム構築など、企業が導入しやすい環境づくりにも注力してまいります。

調査結果まとめ

- ①「体調不安があっても受診しない」が4割以上、最大の壁は「時間（38票）」と「過小評価（24票）」
- ②地方都市におけるデジタル医療の現状：オンライン診療の「未経験者」が98%
- ③行動変容の実証：検査をきっかけに「生活習慣改善」や「初めて受診・相談」した人が多数
- ④経営者・利用者の本音：「行政の補助や健康経営の加点制度との紐付け」を期待

調査概要

調査対象：山梨県「第9期TRY!YAMANASHI!実証実験サポート事業」体験セミナー参加者等

回答者数：17名

調査期間：2025年12月中旬～2026年2月末（実証実験期間中）

調査方法：実証実験実施後のアンケート調査

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

自宅でできる心電図検査で
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ていながら、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/>

↓ d98284-140-e150494ee07ce169848c50040c8e34e8.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