



3/22 (土) ココロミルはクラブツーリズム開催の「『あるく』春の大説明会」で講座を実施 『心臓(ココロ)が見られる～心臓病を予防しよう～ホーム心臓ドック体験会』レポート

「病気で後悔しない社会へ」をミッションに掲げ、自宅で長時間の心電図検査をすることで心臓病の早期発見が可能な「ホーム心臓ドック®」を提供している株式会社ココロミル（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：林大貴、以下「ココロミル」）は、2025年3月22日（土）にクラブツーリズム株式会社（本社：東京都江東区、代表取締役社長：酒井博、以下「クラブツーリズム」）開催の「『あるく』春の大説明会」で『心臓(ココロ)が見られる～心臓病を予防しよう～ホーム心臓ドック体験会』を実施いたしました。



「『あるく』春の大説明会」は今年で第2回目を迎え、様々な『あるく』ツアーや、春からスタートする人気シリーズが紹介されるとともに、他業種による「健康にあるく」ための講座も同時開催され、総勢1,100名の方にご参加いただきました。

このたび、ココロミルはこの「『あるく』春の大説明会」で『心臓(ココロ)が見られる～心臓病を予防しよう～ホーム心臓ドック体験会』を実施いたしました。

不整脈をはじめとする心疾患による死亡者数は40代から増加し、70代で急激に増加します(*)。重症化を防ぎ、健康寿命を延ばすには、早期発見と早期治療が重要です。

今回の講座では、いつまでも健康に趣味を楽しむために、不整脈のリスクを理解していただき、心臓病の予防について学んでいただきました。

また、医療機関でも使用されている高精度な小型心電計を用いて自宅で長時間の心電図を測定できる「ホーム心臓ドック®」をご体験いただき、簡易的な心電図のチェックを実施いたしました。

本講座の参加者からは「配偶者が不整脈で心配だったので参加しました」「趣味の登山を健康に続けていくためにも、定期的な検査をすることの重要性を実感した」などの声が寄せられました。

また、実施したアンケートによると、本講座で印象に残った内容として「不整脈・心疾患について」や「簡易検査のトライアルについて」を選択した人が多く、参加者の関心が命に直結する不整脈や心疾患、ならびにその検査へと向けられていることが明らかになりました。また、多くの方が「健康診断で『ホーム心臓ドック®』を受けられるようになればいいのに」と回答するなど、このサービスに対する必要性の高まりを強く感じる結果となりました。

引き続き、ココロミルでは、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ます。

*出典：「令和5年（2023年）人口動態統計月報年計（概数）の概況」（厚生労働省）（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai23/dl/gaikyouR5.pdf>）を加工して作成

■ イベント概要

名 称：『あるく』春の大説明会

日 時：2025年3月22（土）9：00～17：00

場 所：リファレンス西新宿

■ ココロミル講座

名 称：心臓(ココロ)が見られる～心臓病を予防しよう～ホーム心臓ドック体験会
<コース番号：C4101-988>

日 時：2025年3月22（土）12：00～13：30

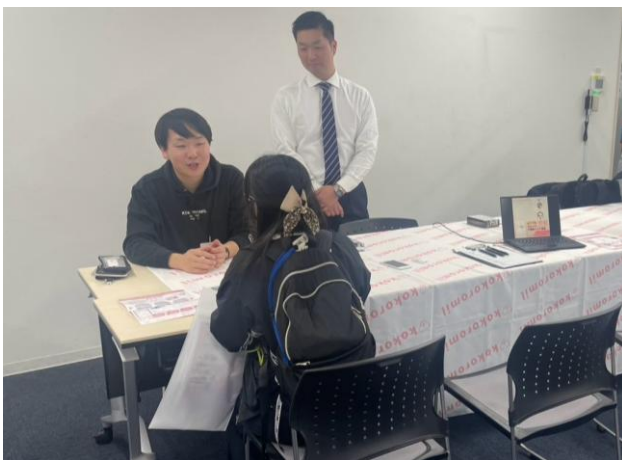
内 容：隠れた疾患を「隠れたまま」にしない！外部講師がお送りする心臓病予防講座と世界初の「自宅で受ける」心臓ドック体験会。いつまでも健康に趣味を楽しむために不整脈リスクを知ろう！説明会では「ホーム心臓ドック®」をご体験いただき、簡易的な心電図のチェックを実施します。

<不整脈セミナー>

- ・不整脈とは～主な症状と注意すべきサイン～
- ・不整脈の原因とリスク
- ・不整脈の診断と治療法
- ・早期発見のために～「ホーム心臓ドック®」の誕生と検査について～

● 『あるく』の概要

クラブツーリズムの『あるく』シリーズは、ウォーキングや登山を楽しむことを目的とした旅行プログラムです。30年以上の実績を誇り、国内・海外問わず気軽に楽しめるウォーキングから憧れの名山登山まで、初心者から上級者までレベルに応じてご参加いただける多彩なコースが用意されています。専門のガイドが同行するプランもあり、安全に配慮しながら自然や歴史、文化に触れられるのが特徴です。



講座参加者以外にもココロミルの「ホーム心臓ドック®」を体験できる簡易的な心電図検査ブースを設け、100名以上の方にお立ち寄りいただきました。自分の心拍や心電図の変化をリアルタイムで確認することで、健康への意識を高めるきっかけとなり、定期的に長時間の心電図検査を受ける重要性を改めて認識していただく機会となりました。

●ホーム心臓ドック®について

胸部に手の平サイズの心電計を装着し、心電図データを9時間以上取得します。機器が取得した心電図データは、臨床検査技師が解析してレポートを作成。医療機器を使用しているため、手軽に医療と同水準の検査を受けることができます。

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。さらに睡眠の質やストレスを可視化し、睡眠時無呼吸症候群リスクの検知も可能です。

これにより、潜在的な健康リスクの早期対処と生活の質の向上が期待できます。



※画像はイメージです

ホーム心臓ドック®：12,100円（税込）

ホーム心臓ドック®PRO：19,800円（税込）



株式会社ココロミル

「病気で後悔しない社会へ」をミッションに掲げ、自宅で長時間の心電図検査をすることで心臓病の早期発見が可能な「ホーム心臓ドック®」を提供しています。取得したデータを通じて、多くの方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

HP：<https://kokoromil.com/>

〈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