



ココロミル×福岡市「福岡100ラボ」採択プロジェクト 「ホーム心臓ドック®」を活用した介護職員のWell-being向上共同事業を実施しました！

「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、福岡市と福岡地域戦略推進協議会（FDC）が推進する「福岡100ラボ」の採択プロジェクトの一環として、介護職員のWell-being向上を目的とした共同事業を実施いたしました。



ココロミルでは、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長時間の心電図を測定する「ホーム心臓ドック®」を提供し、不整脈の兆候だけではなく、ストレスや睡眠の質を可視化し、皆様の健康をサポートしております。

今回は、介護施設の職員を対象に「ホーム心臓ドック®」を提供しました。介護職員は、利用者の身体介助や精神的サポートに加え、夜勤や長時間労働による慢性的な疲労やストレスに晒されるなど、心身ともに大きな負担を抱えています。また今後、高齢化に伴いこれまで以上に介護人材が必要となることが見込まれる中、介護職員の定着促進のためのWell-beingの向上が重要な課題であり、介護職員の働き甲斐を維持・向上するとともに、心の安定を図る取組みが求められています。

本事業は、日常生活を送りながら測定できる「ホーム心臓ドック®」を活用し、介護職員自身が自分のストレス状態を客観的に把握することを目的として実施いたしました。

実施後に行ったアンケートでは、介護職員の65%が検査を通じてストレス解消や睡眠の質に対する意識が向上したと回答。夜間のアロマやストレッチの導入、睡眠環境の改善など、具体的な行動変容が見られました。さらに、95%の方が同僚や他の施設職員にも「ホーム心臓ドック®」を勧めたいと回答しており、本サービスが、介護職員および施設管理者のWell-being向上に有効であることが示されました。

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。

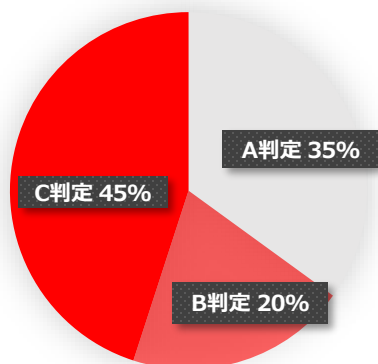
- 実施場所
特別養護老人ホームマナハウス（福岡市西区戸切3丁目20-8）
- 実施期間
2025年1月27日～2025年2月28日
- 対象者
従業員20名、管理者4名
- 評価方法
事前アンケートによるストレスの主観評価と「ホーム心臓ドック®」のストレス評価の乖離を分析

● 結果報告①

対象：従業員20名

内容：事前アンケート、ホーム心臓ドック®のストレス評価の乖離分析

検出率：65%（従業員20名のうち13名に無自覚なストレスが確認された）



【ストレス】

A判定（正常判定）：7名

B判定（注意相当）：4名

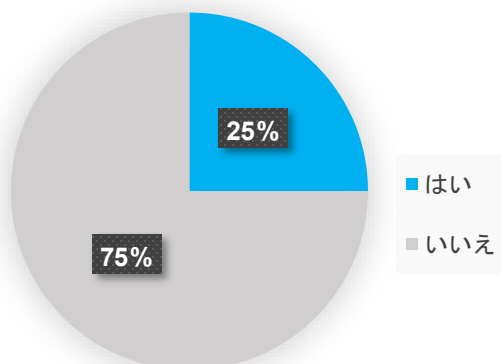
C判定（要注意相当）：9名

● 結果報告②

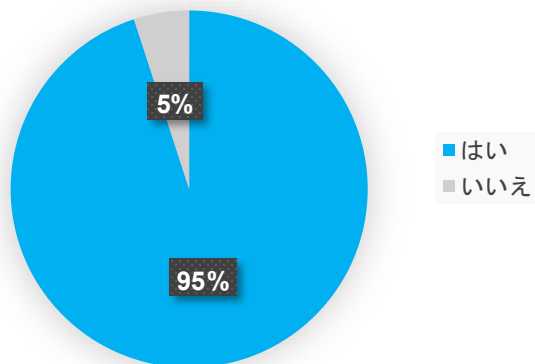
対象：従業員20名

内容：ホーム心臓ドック®受験後アンケート（一部抜粋）

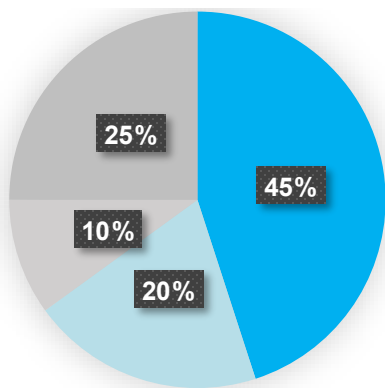
ストレス解消や睡眠の質の向上のため、日頃から意識して行動していますか？



同僚や他の施設職員に、この検査を受けてほしいと思いましたか？



検査を受ける前と後で、ストレス解消や睡眠の質に対する意識は変わりましたか？



- これまで意識していなかったが、意識するようになった
- これまでも意識していたが、さらに意識が上がった
- これまでも意識していたので、意識に変化はない
- これまでも意識しておらず、意識に特に変化はない

検査を実施した従業員のうち、65%の方が検査を受ける前と受けた後で、ストレス解消や睡眠の質に対する意識が向上したと回答した。なかには、「夜にアロマやストレッチを行う」、「睡眠環境の改善を図る」など、具体的な行動変容が確認できた。

● 結果報告③

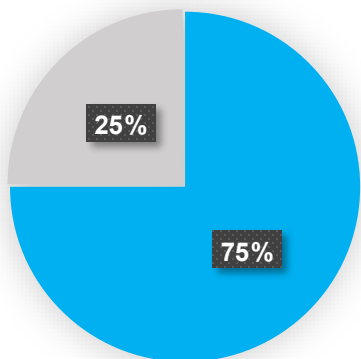
対象：管理職4名

内容：ホーム心臓ドック®受験後アンケート（一部抜粋）

今回受験しなかった他の施設職員に、この検査を受けてほしいと思いませんか？

100%

今回の検査を施設内のマネジメント（ストレスチェック等）に活用する有益性はあると思いますか？



- はい
- いいえ

施設管理者全員が「他の施設職員にも「ホーム心臓ドック®」を受けてほしい」と回答。また、75%の方が、ホーム心臓ドック®を「施設内のマネジメント（ストレスチェック等）」に活用する有益性がある」と回答した。介護職員のストレスを客観的に評価することにおける「ホーム心臓ドック®」の導入が、介護職員と施設管理者のWell-being向上に有効であることを確認した。

●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

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