



～ココロミル×(株)小田急SCディベロップメント協業イベント～

3月15日(土)開催「今日からできる!心臓ケアで健康ライフ」イベントレポート

川崎市麻生区役所の保健所支所長などを招いたトークイベントのほか、心電図の簡易検査や糖化度測定^{*}の無料体験も開催!

「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、株式会社小田急SCディベロップメント(本社:東京都新宿区、代表取締役社長:細谷和一郎、以下「小田急SCディベロップメント」)と協業し、小田急SCディベロップメントが運営する、川崎市麻生区の商業施設「新百合ヶ丘エルミロード」にて、「今日からできる!心臓ケアで健康ライフ」を2025年3月15日(土)に開催いたしました。本イベントは、神奈川県が主催するベンチャー企業と大企業によるオープンイノベーション促進事業「ビジネスアクセラレーターかながわ(BAK:バク)」に参画する小田急SCディベロップメントが、ベンチャー企業と共創に繋がる機会を提供する「BAK」内のプラットフォーム「BAK PARTNERS CONNECT」を通じてココロミルとマッチングして実現しました。



心疾患は厚生労働省によると令和5年の死因順位は腫瘍(がん)に続き第2位と、国民の健康に重大な影響を及ぼす疾患です^(*)。特に、三寒四温と言われる冬から春への移行期である今は、気温の変動による心疾患リスクが高まる時期です。患者数は年々増加傾向にあり^(*)、予防と早期発見の重要性が一層高まっています。

本イベントでは、川崎市麻生区役所医監(保健所支所長)の大塚吾郎氏を迎え、健康な心臓の状態や今後の健康的な地域づくりについて、管理栄養士で健康に特化したデリを販売している株式会社シュガコンの代表・池ノ内佳苗氏からは血糖値と心臓病の関係、血糖値を安定させる食事法など、心臓を意識した健康管理の具体的なポイントを専門家が解説するトークセッションを開催いたしました。さらに心疾患のリスクの一因とされる糖化度の測定や、ココロミルの「ホーム心臓ドック[®]」が体験できる簡易的な心電図検査を無料で実施。来場者の皆様には、実際にご自身の健康状態について確認し、心疾患のリスクについて理解を深めていただきました。来場者からは「ご家族が心疾患にかかったのをきっかけにきました」「食生活やセルフチェックの重要性を学べてよかった」などの声が寄せられました。また、実施したアンケートでは、90%の方が役に立ったと回答するなど、大きな反響がありました。

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(概況)の概況」(厚生労働省) (<https://www.nhlw.go.jp/toukei/sakin/hw/jinkou/germo/nengo23/4l/gaikyouR5.pdf>) を加工して作成

■「今日からできる！心臓ケアで健康ライフ」イベントレポート

1. トークイベント

長寿日本一となった川崎市麻生区の区役所医監（保健所支所長）大塚吾郎氏、管理栄養士で健康に特化したデリを展開する株式会社シュガコン代表・池ノ内早苗氏、救急救命士で医療メディアを運営する株式会社LFU取締役・横山浩二氏、ココロミル代表・林大貴の4名が参加し、「心臓ケアで健康ライフ」をテーマに、心臓病予防のための生活習慣や食事の工夫についてお話ししました。



大塚氏から心臓の構造についてお話がありました。心臓は血管と密接に関係しており、血管の健康維持が非常に重要とのこと。健康のために今後ターゲットにしたいのは生活習慣病の予防で、禁煙・適度な飲酒・定期的な健康診断を促進していきたいとお話されていました。



林は「健康診断や人間ドックでは心臓病が見つかる確率は約10.7%ですが『ホーム心臓ドック®』では約37%です。iPhoneで視覚的に心電図や心拍数をリアルタイムに見ることができます。この『ホーム心臓ドック®』で長寿日本一の麻生区の皆様の健康により貢献していきたい」と区とココロミルのコラボレーションの可能性を語りました。



血糖値が急激に上昇・下降すると、血管に負担がかかり、動脈硬化や心臓病のリスクが高まるため、食事による血糖コントロールが重要と語るのは池ノ内氏。食事の順番や乳製品の活用、食事のバランスについて教えていただきました。



最後に心臓に関するクイズ大会を実施。参加者の皆さんに心臓についての知識を深めていただきました。

2. 心電図の簡易検査・糖化度測定

ココロミルブースでは、心電図の簡易検査を行い、「ホーム心臓ドック®」をご体験いただきました。シュガコンブースでは、体内糖化度測定装置でわずか数分でご自身の糖化度を計測していただきました。



簡易的に今のご自身の心電図を見ることができるといことで、ココロミルブースには多く方にお越しいただきました。



スマートフォンで心電図を見れるということに興味津々の参加者の方々。



指をのせるだけで体内の糖化度測定ができるということで、シュガコンブースではお子様から大人まで、ご自身の年代でのランキングに一喜一憂されている姿が見られました。

■「今日からできる！心臓ケアで健康ライフ」イベント概要

1. トークイベント

時 間：11:00～/14:00～ 各回30分程度

ゲスト：川崎市麻生区役所医監（保健所支所長） 大塚 吾郎氏
株式会社シュガコン 代表取締役 池ノ内 佳苗氏（管理栄養士）
株式会社LFU 取締役 横山 浩二氏（救急救命士）
株式会社ココロミル 代表取締役 林 大貴

2. 心電図の簡易検査・糖化度測定

時 間：10:00～16:00

●トークイベント参加者へのアンケート調査結果報告

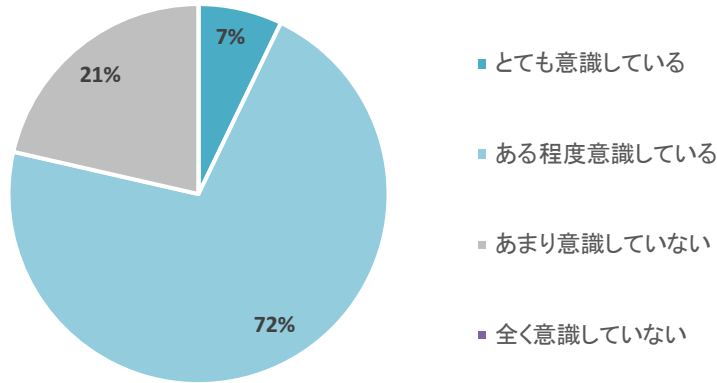
トークイベントご参加の方を対象に、健康状態やイベントの感想に関するアンケートを実施。

期間 : 2025年3月15日(土) 10:00~16:00

アンケート回収方法 : Google フォーム、アンケート用紙

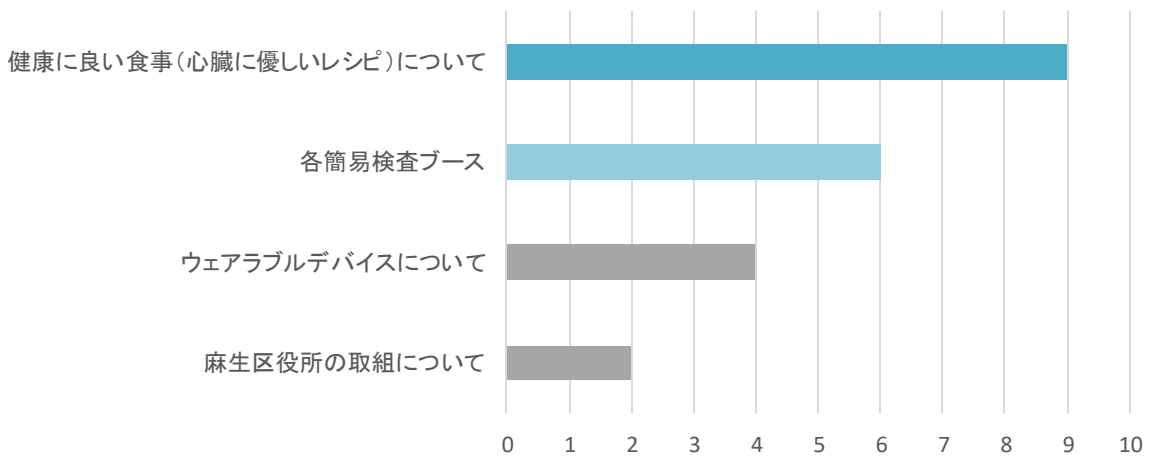
回答者数 : 14人

●日頃、健康を意識した生活習慣を送っていますか？



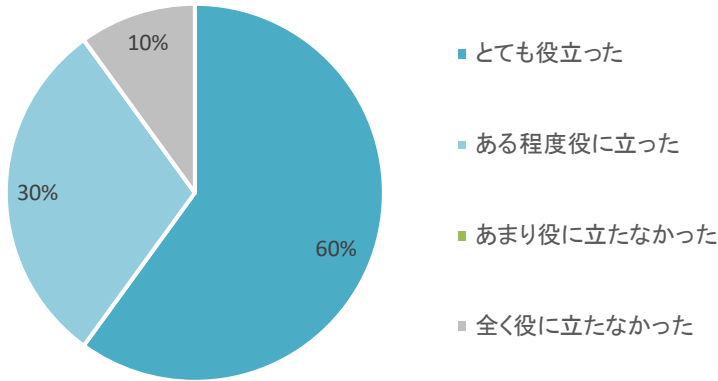
日頃、健康を意識した生活習慣を送っているかどうかという設問に対して、7%が「とても意識している」、72%が「ある程度意識している」と回答したことより、今回のイベントの参加者は日頃から健康を意識している方々だとわかる。

●本日のイベントで特に印象に残った内容は何ですか？（複数選択可）



イベントで特に印象に残った内容として、「健康に良い食事（心臓に優しいレシピ）について」と回答した人が9人と一番多く、次いで「各簡易検査ブース」が6人であった。このことから参加者は、実生活で活かせる健康情報と自身の健康状態を把握する機会に関心を持っていることが示唆される。

● イベントの内容は役に立ちましたか？



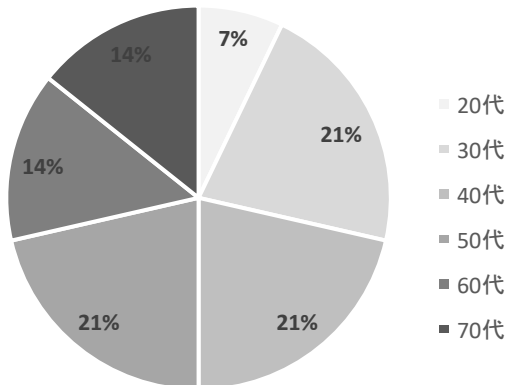
イベントの内容について、60%の人が「とても役に立った」、30%の人が「ある程度役に立った」と回答したことから、計90%の人が今回のイベントに有益性を感じたことがわかる。

<コメント（一部抜粋）>

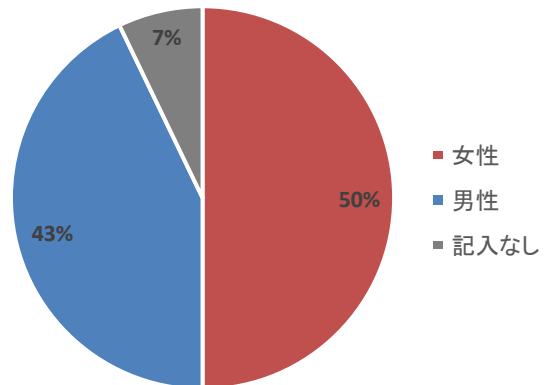
- ・勉強になりました。
- ・病院に行って不整脈と言われたけど、不整脈の種類があるかわからなかった。
- ・安静時心拍数を図ることの重要性がわかった。
- ・長時間心電図をはかることがQOLをあげることに繋がるとわかった。

アンケート回答者の詳細

年代



性別



●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、専門医が解析してレポートを作成。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。

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）



※画像はイメージです

【参考1】株式会社小田急SCディベロップメントについて
小田急グループにおける商業施設の運営・開発事業を一貫して担う会社として、2020年4月1日に設立されました。

・ URL：<https://www.odakyu-scd.co.jp/>



【参考2】新百合ヶ丘エルミロードについて
小田急線新百合ヶ丘駅前に位置する地上7階・地下1階建ての商業施設です。核店舗のイトーヨーカドーやOdakyu OXのほか、ファッションや生活雑貨、レストランなどの約90店の専門店で構成されています。

- ・所在地：神奈川県川崎市麻生区上麻生1-4-1
- ・開業年：1992年
- ・アクセス：小田急線新百合ヶ丘駅徒歩1分
- ・ URL：<https://www.odakyu-sc.com/l-mylord/>

L-MYLRD
SHIN-YURIGAOKA



【参考3】株式会社小田急SCディベロップメントの「地域共生ステートメント」について

株式会社小田急SCディベロップメントでは、より地域社会の発展に貢献していくことを目的に、2022年12月に地域共生ステートメント「エキチカは、マチチカ、ヒトチカへ。」を制定しました。今後も、株式会社小田急SCディベロップメントでは小田急の商業施設がお客さまと地域をつなげる「接点」となることを目指し、様々な取り組みを展開していきます。





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