



もくじ

- みんなで火災予防! 1
- 住宅用消火器の取扱いについて 2
- JoyLiVの多言語対応について 2
- 公社住宅のコミュニティサロン（集会所）が
無償で利用できます 3
- 長期不在時のお願い 3
- フレイル予防! 4
- お家賃等のお支払いは、口座振替をご利用ください! 5
- JKK東京入居サポートのご紹介 6
- 統計調査 7
- 国勢調査2020 8
- 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号 8

令和元年 住宅火災の主な出火原因（東京消防庁）

1 ガステーブル等

2 たばこ

3 放火（疑い含む）

4 電気ストーブ

主な防火対策として・・・



調理中に離れない！
 周囲に燃えやすいものを置かないようにしましょう



寝たばこは絶対にしない！
 吸い殻は灰皿にためず、捨てる時も水で完全に消してから捨てましょう



共用部分には物を置かない！
 住宅の周りは整理整頓を心がけましょう



外出時、就寝時は必ず消す！
 周囲に燃えやすいものを置かないようにしましょう



寝具類やエプロン・カーテンなどは防炎品を使用しましょう



消火器の使い方を覚えましょう

万が一の時は

- 自動火災報知設備の**警報が鳴ったら、119番へ通報**してください
- 消防が到着したら、消防の指示に従って避難してください

住宅用消火器の取扱いについて

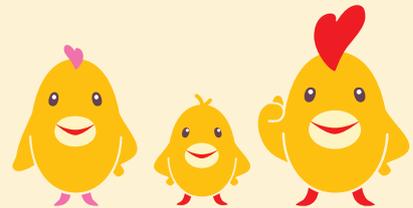
- お客様のお部屋には、住宅用消火器が設置されています。
- 出火した場合は、備え付けの住宅用消火器を使用して初期消火を行ってください。延焼が拡大した場合には、無理はせずに避難してください。ただし、忘れずに119番へ通報し、消防の指示に従ってください。
- 常時、住宅用消火器は所定の場所から動かさず、消火器に備え付けている取扱説明書に沿った使い方、管理、点検を行ってください。
- 異常があれば、8ページ「JKK 東京お客さまセンター」の電話番号②までお問い合わせください。



万が一の火災に備え、住宅用火災警報器や住宅用消火器は設置されていますか？

住宅用火災警報器はおおむね10年、住宅用消火器はおおむね5年で交換していますが、お客様の不在等により交換できていない住宅があります。劣化等により火災の発見が遅れたり、初期消火が適切に行えなくなる可能性がありますので、設置または取替えられていない場合は、

➡ 8ページ「JKK 東京 お客さまセンター」の電話番号②へご連絡ください。



JoyLiV の多言語対応について

<https://www.to-kousya.or.jp/nyukyosha/kousya/foreignlanguage.html>



JoyLiV 英語版、中国語版、韓国語版を公社ホームページに掲載しています。

JoyLiV is available in English, Chinese and Korean editions on the Metropolitan Housing Supply Corporation website.

公社网页将登载 JoyLiV 英文版、中文版、韩文版。

JoyLiV 영어판, 중국어판, 한국어판을 공사 홈페이지에 게재하고 있습니다.

公社住宅のコミュニティサロン(集会所)が 無償で利用できます

令和2年9月1日から、公社住宅の集会所を無償でご利用いただいております。

また、より親しみをもってご利用いただくため、集会所を「コミュニティサロン」に改称しました。

当公社では、これまでのサークル活動や自治会活動に加え、子育て世帯同士の憩いの場や高齢者世帯のくつろぎの場、さらにはテレワークや子どもの学習など、お住まいの皆さまの家族・個人による幅広いご利用をお待ちしております。



長期不在時のお願い



旅行・出張・入院等の理由によって、住宅を長期間不在(30日以上1年まで)とする場合は、必ず管理事務所へ「不在届」の提出をお願いいたします。

「不在届」は管理事務所及び管轄の窓口センターにあります。

不在届の提出がないと、こんな困ったことが…

- 「連絡がとれない」「最近見かけない」等の通報があり、安否確認の必要があると判断した場合、警察官や救急隊が入室する事があります。
- 漏水等の事故があったとき、迅速な対応ができなくなります。

なお、定期配達(新聞、牛乳、宅配弁当等)を利用しているお客様は、各事業者へ配達一時停止の連絡を忘れないよう重ねてお願いいたします。





フレイル予防！

自粛生活でお口の力も弱ったかも？ フレイル予防には「お口」が大切！

文責：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規

1. お口のささいな衰え、放っておくと大変なことに

未だに猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症。今回は、介護が必要になる前段階「フレイル」を予防するための身体活動、運動を紹介しました。今回は、フレイル予防に大切な食、特に口の機能維持の大切さを述べたいと思います。

「硬い食べ物を避けるようになった」、「良くむせる」、「自粛生活で会話のない日が続いたせい」、「口の動きが悪くなった気がする」、「自分の歯が少なくなってきた」といった経験はありませんか。口腔機能は噛む力や飲み込む力、味わう力、唾液など多岐に渡りますが、このような口腔機能の些細な衰えが重なった危険な状態を口腔機能のフレイル、すなわち「オーラルフレイル」と呼びます。オーラルフレイルは食事の偏りや会話が億劫になり孤食になるなど生活全般に影響を及ぼし、放っておくと全身の筋肉が衰え、介護が必要になるリスクが2.4倍も高くなります。

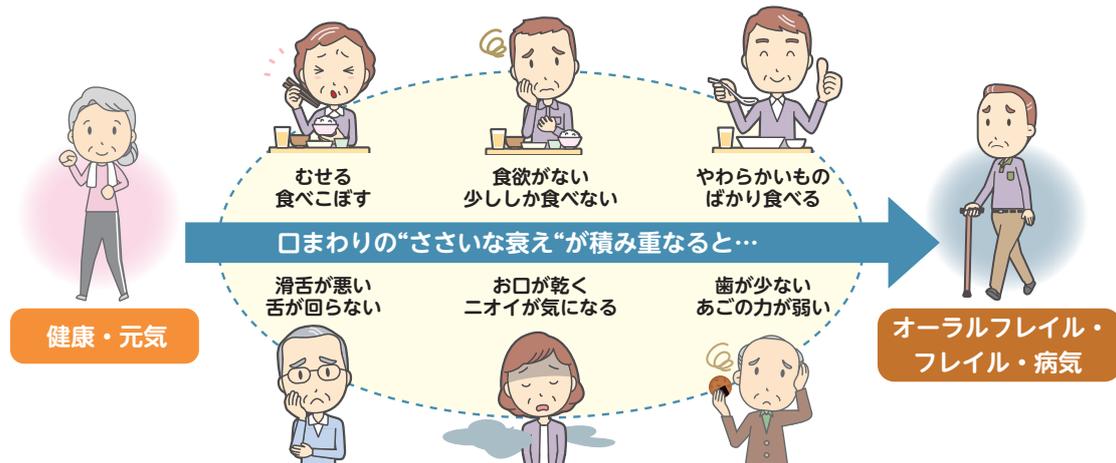


図 口まわりのささいな衰えとオーラルフレイル 出典)平野浩彦ら「オーラルフレイル Q&A」より引用

2. オーラルフレイル予防のポイント

オーラルフレイルの始まりは、滑舌の低下やむせ、噛めない食品が増えるなど些細なことで、歳のせいと見過ごされやすい特徴があります。よって、口腔機能の衰えを未然に防ぐことが大切ですが、口腔機能は高齢者で急に衰えるわけではなく、生涯に渡って歯を守り続けることが重要です。実際に、中高齢の頃に歯の状態が良かった人はオーラルフレイルの発症率が低いこともわかっています。オーラルフレイル予防の基本は毎日の口腔ケアと、歯科医院への定期的な通院で自分の歯を残すことです。その上で、様々な口腔機能を日常的に鍛えることで、予防や改善が十分に見込めます。

オーラルフレイル予防の基本は毎日の口腔ケアと、歯科医院への定期的な通院で自分の歯を残すことです。その上で、様々な口腔機能を日常的に鍛えることで、予防や改善が十分に見込めます。まずは、普段からお口の筋肉を使うことから意識してみてください。例えば、人と良くしゃべる、噛み応えのある食べ物をしっかり噛む、うがいを丁寧に行う等、意識して口を動かすことが大切です。ぜひとも継続的に実施してみてください。

GO!キャッシュレス!



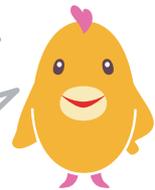
お家賃等のお支払いは、
身近なキャッシュレス決済
口座振替をご利用ください!

チェック!

- 毎月家賃を銀行に支払いに行くのが大変!
- 支払いのたびに現金を持ち歩くのは不安...
- キャッシュレス決済に興味がある!

1つでもあてはまった方には**口座振替**をおすすめします!

口座振替なら、毎月のお家賃等を**口座から自動引き落とし!**
手数料は不要で、**手間なく安心して**お支払いいただけます♪



★ お手続きはかんたん3ステップ ★

ステップ
1

口座振替依頼書をもらう。

管理事務所、窓口センターでお渡しします。郵送希望の方はお客さまセンターへお問合せください。

ステップ
2

必要事項を記入。

口座振替を開始したい口座の情報、ご契約者様の情報をご記入ください。

ステップ
3

金融機関へご提出。

口座振替を開始したい口座のある金融機関窓口へ直接ご提出ください。ご提出から約2カ月で口座振替が開始されます。口座振替が始まる月の初旬にお知らせのハガキをお送りいたします。

口座振替が始まると、当月分のお家賃等が毎月7日*に引き落とされます。
必ず前営業日までに口座残高をご確認ください。

*金融機関休業日の場合は翌営業日

利用できる金融機関や手続き方法等については
お電話にてお問合せいただくか、**公社HP掲載情報にてご確認ください。**



お問合せ先 8ページ「JKK東京 お客さまセンター」電話番号①まで
HPアドレス <https://www.to-kousya.or.jp/>

← QRコードを読み取り、【家賃のお支払いについて】をご覧ください。

JKK東京入居サポートのご紹介

公社では優先制度や家賃割引制度等の支援策で、様々なお客様のご入居をサポートいたします。

ひとり親世帯 入居サポート

【サポート①：収入審査の緩和】

申込者本人の月収が月収基準に満たない場合、各自治体から交付される「児童育成手当」「児童扶養手当」を月収額に合算して収入審査を受けることが可能です。

【サポート②：こどもすくすく割】

ひとり親世帯の方に対して市部の一部空家を対象に「子どもが18歳になる年度の末日まで」または「3年間」毎月の家賃を20%割引いたします。

新婚・夫婦世帯 入居サポート

【サポート①：子育て世帯等優先申込制度】

公社が定めるお部屋について、募集公開から7日間優先的にお申込みいただける制度です。
(※対象世帯に新婚世帯を追加しました)

【サポート②：ペアさぼ】

申込者とその配偶者がどちらも40歳代までの夫婦世帯の方に対して市部の一部空家を対象に、入居から3年間、毎月の家賃を20%割引いたします。

※他にも「近居であんしん登録制度」「ステップ35割」などで、ご入居をサポートいたします！制度の詳細や対象住宅についてはホームページをご覧ください。

お友達 紹介プレゼント

実施期間 2020年10/30(金)まで

ご紹介者様とご契約者様
それぞれにギフトカードプレゼント！



ご紹介者様

10,000 ギフトカード円分
プレゼント

ご契約者様(お友達)

10,000 ギフトカード円分
プレゼント

お部屋をお探しのお友達に、JKK東京の賃貸住宅をご紹介します。お友達紹介プレゼント紹介票のダウンロードや詳細についてはホームページをご覧ください。
<https://www.to-kousya.or.jp/chintai/campaign/2020autumn/>



[公社住宅募集センター] 営業時間 9:30~18:00 (日・祝日定休)

03-3409-2244 (代)

[貸主]

JKK JKK東京
東京都住宅供給公社
広告有効期限：2020年10月30日

あなたのために。くらしのために。



セゾん

統計調査



セゾん

高齢でも
バリバリ働く人、
最近増えてるの？

結婚・出産後も
働く女性って
たくさん
いるのかしら？

雇用が見える 労働力 調査

健康のために、
何かして
いるのかな？

お母さんは値段を
よく見てるけど、
そんなに
変化してるのかな？

消費が見える 家計調査

物価が見える 小売物価 統計調査

食生活は、
どのように変化して
いるのかな？

私のおじいちゃん
私と同じ物買ったのに
値段が
違ったみたい...!

答えは？



総務省統計局が行っている統計調査は、調査対象者の選定や調査の実施を厳重な管理のもとで行い、調査結果を正確なデータとして公表しています。

携帯・スマホはコチラから▲
※一部の機種・アプリで読み取れない場合があります。

統計調査員がお伺いしましたら、ご回答をお願いします。



皆様の個人情報は厳重に保護されます。



統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。

<https://www.toukei.metro.tokyo.lg.jp/>

東京都

検索



総務省統計局・東京都

※センサスくんとおじいちゃんは総務省統計局のイメージキャラクターです。

あなたも対象!!

国勢調査2020

国勢調査

の回答は
お済みですか？

令和2年10月1日を調査期日として、国勢調査を実施しております。
国勢調査は、国籍や年齢に関係なく、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。
まだ回答がお済みでない方は、お配りしている調査書類を確認の上、
必ず10月20日（火）までに御回答をお願いします。



＼ 回答サイトへアクセス!! /

国勢調査オンライン



<https://www.e-kokusei.go.jp/>



新型コロナウイルスの感染防止のため、できる限り、スマートフォンやパソコンなどインターネットでの御回答をお願いします。お手元に調査書類がない場合は、お住いの区市町村へお問い合わせください。



【お問い合わせ】 国勢調査コールセンター(ナビダイヤル) **0570-07-2020**

設置期間:10月31日(土)まで 受付時間:午前8時～午後9時

国勢調査は開始100年、日本で最も重要な統計調査です。



総務省統計局・東京都・区市町村

「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号

★窓口センターに御用の方も、この番号をご利用ください。

受付時間 午前9時～午後6時（土・日・祝日・年末年始を除く）

①各種手続き、家賃のお支払い、 住まい方のご相談

●ナビダイヤル

 **0570-03-0031**

●ナビダイヤルがご利用になれない方、
携帯電話の無料通話分や割引サービス
分をご利用の方

☎03-6279-2962



②修繕のお申込み、お問い合わせ

漏水等の緊急修繕、事故や火災、居住者の安否に関わる緊急のご連絡は**24時間365日対応**

●ナビダイヤル

 **0570-03-0032**

●ナビダイヤルがご利用になれない方、
携帯電話の無料通話分や割引サービス
分をご利用の方

☎03-6279-2963



ナビダイヤルに

固定電話からおかけの場合、市内通話料金を通話できます（公衆電話・PHSを除く）。
携帯電話からおかけの場合、各電話会社の無料通話分や割引サービスは適用されません。

**月曜日及び休日の翌朝午前9時から10時まで
は、電話が混み合いつながりにくい状態となる
場合がありますので、お急ぎでない方は他の時間
帯をご利用ください**



← ホームページ

公社住宅にお住まいの
皆さま向け