

JKK東京 すまいる通信

JoyLiv

令和5年 12月 No.63



【発行】東京都住宅供給公社 公社住宅事業部 公社管理課
〒150-8543 東京都渋谷区渋谷 1-15-15 テラス渋谷美竹



もくじ

◆ 年末年始のご案内	1
◆ 防災コミュニティ活動のご紹介	2
◆ フレイル予防	3
◆ 長期間お住まいのお客さまへの修繕対応について	4
◆ 駐車場のEV割引について	5
◆ 粗大ゴミの出し方について	5
◆ 住宅用火災警報器が鳴った時は…	6
◆ みんなで火災予防！	7
◆ ブロック！特殊詐欺	7
◆ ヒートショックを防ぐために	8
◆ 暮らしの音に気配りを	9
◆ 口座振替のご案内	9
◆ 人権週間 ～「誰か」のことじゃない。～	10
◆ 申請・届出のご案内	11
◆ ユトジラと遊ぼう	12
◆ 「JKK 東京 お客さまセンター」の電話番号	12

○ 当社の年末年始の休業日は以下のとおりです

➔ **12月29日(金)から1月3日(水)まで**

○ 管理事務所の年末年始の休業日は以下のとおりです

➔ **12月30日(土)から1月4日(木)まで**

緊急時のお問い合わせ先

年末年始の休業期間中における漏水等の緊急を要する修繕や、事故や火災が発生した際は下記まで

「JKK 東京 お客さまセンター」

☎0570-03-0032 (24時間365日対応)

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をご利用の方

⇒ **☎03-6279-2963**

※ 事故や火災が発生した場合は警察・消防へ併せて通報してください

防災コミュニティ活動のご紹介

コーシャハイム志村

防災会を結成しました



昨年12月に防災活動を開始したコーシャハイム志村防災会（板橋区）の皆さんに、防災会立上げの経緯や今後の取組みについてお話を伺いました。

防災会立上げのきっかけ

元々、町内会で防災活動を行っており、コーシャハイム志村にも災害時の備えが必要だと強く感じていました。こうした中、公社が防災活動の支援をしていることを知りました。

この度、お住まいの方の過半数から賛同を集めることができ、防災組織の設立に至りました。



(左から) 安田さん・石田会長・石田さん・佐藤さん

防災用品の購入とAEDの導入

防災用品の購入にあたり防災会役員が会議を5回行い、購入品の選定には何度も検討を重ねました。個人では購入が難しいものを優先し、搬送用の担架・車いす、ゼッケンベスト、発電機、災害時の安否確認用マグネットシート等を購入しています。マグネットシートを居住者の皆さんにお渡ししたことは、防災会を立上げてよかった点のひとつです。

また、コーシャハイム志村にはご高齢の方が多くお住まいになっていることから、AEDを導入しました。防災会役員はAEDの講習を受講済みですが、災害時にスムーズに使えるようにするため、定期的に使用方法を確認していきたいです。



トランシーバーとヘルメットはお住まいの方からの寄付。



災害時の「安否確認用マグネットシート」
無事の場合は、緑色の「無事です!」。救護が必要な場合は、赤色の「救助求む!」を玄関ドアの外側に貼ります。玄関ドアにステッカーが貼られていない場合は、防災会役員が確認します。



住宅入口に設置のAED

今後の活動について

今後は、消火器の使用訓練、災害用トイレの設営訓練、防災訓練を予定しています。また、防災関連の活動だけでなく、住民同士が“つながる”ことのできるイベントを実施します。

防災活動やイベントを通して、お互いが顔見知りになることで、いざという時に助け合える関係を築き上げることが大切です。

防災会に関心のある方は活動に参加してみませんか?防災会役員がフロントスタッフ（管理員）までお気軽にご連絡ください。

「顔の見える付き合いを大切にしたい」という会長のお言葉が印象に残っています。



フレイル予防!

転ばぬ先の「住まいかた」

フレイルとは身体や心が衰え、社会との関わりが希薄になった状態です。フレイルを予防することで、健康でいられる時間を延ばすことにつながります。

東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規

「転倒・骨折」は介護が必要になる理由の上位です。転倒や怪我を未然に防ぐ努力や工夫が大切です。心身機能等が衰えた高齢者は、転倒しやすく、骨折等の怪我につながりやすいことが知られています。一方で、転倒を怖がるがあまり、社会活動や生活範囲が制限され、フレイル状態が進行してしまうこともあります。私たちは社会との関わり合いを維持しながらも、転倒を予防することが大切です。

バランス能力を始めとする身体機能や骨や筋肉といった栄養状態、精神状態などを健康な状態に保つためには、栄養・運動・社会参加などの健康的な生活習慣が大切です。ご高齢になるほど、今の習慣を継続することが難しくなりますが、できる限り続けてみてください。

一方で、周辺環境や住環境は意外と見過ごされがちな視点ではないかと思えます。「家が整理整頓されている」、「手すりがある」など安全・安心な住宅に住む高齢者では、特に身体機能が衰えた方であっても転倒や怪我を経験した人が少ないことが報告されています。ご自宅や日常生活で頻回に訪れる場所など、転倒の視点で見直してみましよう。



長期間お住まいのお客さまへの修繕対応について (畳、ふすま、塗装、ビニールクロスの修繕対応)

令和元年9月に修繕費用負担区分を公社負担に変更した、畳、ふすま、塗装、ビニールクロス（以下「畳床等4項目」といいます。）の修繕対応については、継続居住年数が長い方から順次対応をしております。

※修繕費用の負担区分の詳細については、ホームページに掲載している「修繕費等の費用負担区分一覧表」をご覧ください。



今回対象のお客さま

令和5年9月30日時点で継続居住年数が35年を超えるお客さま
(昭和63年9月30日までに契約された住戸にお住まいのお客さま)

なお、対象のお客さまには、令和6年1月下旬頃から郵送にて「修繕のお申込みに関するお知らせ」をお送りしますので、しばらくお待ちください。

※昨年度までにご案内している方には再度通知しませんが、修繕のお申込みは可能です。

※建替事業による移転案内が開始されている住宅及び近々開始する住宅（赤堤住宅、上石神井住宅、祖師谷住宅の一部、及び大蔵住宅の一部）にお住まいの方については、今回のお申込みの対象外となります。

修繕の申込み

お申込みの方法や修繕内容は、対象のお客さまにお送りする「修繕のお申込みに関するお知らせ」をご覧ください。

●継続居住年数が35年を超え、「畳床等4項目」の修繕をお申込みする場合でも、以下の事例に該当するものにつきましては、公社負担での修繕はできないため、あらかじめご了承ください。

項目	公社負担で修繕ができないもの（お客さまのご負担で修繕していただくもの）	
①畳床の取替え	■畳表、縁の擦り切れ・変色 ■水をこぼしたことによる腐食 ■タバコ等によるコゲ穴	■ピアノなど重量物によるへこみ ■ダニの発生
②ふすま・障子（骨・縁）の取替え	■開閉に支障がない反り・破損 ■ふすま・障子紙の汚れ・破損	■日焼け等によるふすま・障子紙の変色
③壁・天井・建具の部分塗装	■浴室以外の居室、台所（壁・天井）で下地材に影響のないはがれ ■カビによる汚損	
④壁・天井のビニールクロス <small>の部分張替</small>	■下地材に影響のない、部分的なはがれ ■カビによる汚損	■日焼け等による変色

※詳細は、対象の方にお送りする「修繕のお申込みに関するお知らせ」をご確認ください。

※修繕等の実施に伴って家具の移動が必要となった場合の移動作業や費用は、お客さまのご負担です。

電気自動車（EV）等の保有者を対象とした駐車場使用料の減額制度の更新手続きについて

当社では、EV（電気自動車・電動バイク）及びFCV（燃料電池自動車・燃料電池バイク）を保有する方を対象に、公社住宅の駐車場使用料を令和5年2月から最長5年間減額する制度を実施しています。

本制度は1年ごとに更新申請が必要なため、令和5年11月に当該制度をご利用の方に更新手続きのご案内を送付いたしました。

送付書類をご確認のうえ、申請書類を管理事務所にご提出いただきますようお願いいたします。



上記お問い合わせ先

12ページ「JKK 東京 お客さまセンター」の電話番号①までお問い合わせください。

粗大ゴミの出し方についてのお願い

住宅内のゴミ置場に粗大ゴミが放置されているケースが見受けられます。

粗大ゴミを出す際には、お住まいの区市に事前の申込みが必要です。

申込みをせずに粗大ゴミを置いた場合、回収されず、他の居住者の方に迷惑がかかります。

必ず各区市のルールに従い、申込みを行ってから粗大ゴミを出すようお願いいたします。



家電リサイクル法の対象となる廃棄物の処分について

家電リサイクル法の対象は、家庭用の「エアコン」「テレビ（ブラウン管式、液晶・プラズマ式）」「電気冷蔵庫・電気冷凍庫」「電気洗濯機・衣類乾燥機」の4品目です。これらの家電は、粗大ゴミで出せません。

処分方法は、経済産業省のホームページ等をご確認ください。

住宅用火災警報器が鳴ったときは…



住宅用火災警報器とは？

住宅用火災警報器は、火災による煙や熱を感知して警報音でお知らせするもので、東京都火災予防条例により設置及び維持管理が義務付けられた設備です。

もし警報音が鳴ったときは…

火災のとき

火元を確認し、避難してください。119番通報して、可能であれば初期消火を行ってください。

火災ではないとき

たばこの煙、調理の湯気や煙などを感知して、警報が鳴ることがあります。警報音停止ボタンを押す（ひもがついているタイプのものは、ひもを引く）か、室内の換気をするると警報音は止まり通常の状態に戻ります。

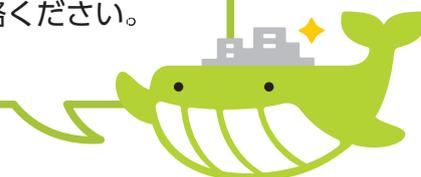
煙の出る殺虫剤などを使用すると、警報が鳴ることがあります。使用時は警報器をビニール袋で覆うなどし、使用後は速やかに元に戻してください。また、物をぶつけるなど、衝撃を与えると警報が鳴ることがありますのでご注意ください。

公社からのお願い

住宅用火災警報器はおおむね10年で公社にて交換しています。

お客様の不在等により交換できていないお部屋については、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

➡12ページ「JKK東京 お客様センター」の電話番号②へご連絡ください。



みんなで火災予防！

住宅火災の 主な出火原因

1 コンロ

2 たばこ

3 放火

4 ストーブ

主な防火対策として…



調理中に離れない！

調理中にコンロから離れる場合には、必ず火をとめましょう。



寝たばこは、絶対にやめましょう！

寝たばこによる火災が多く発生しています。布団やベッドの上では絶対に吸わないようにしましょう。



共用部分には物を置かない！

廊下や階段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！

ストーブの周囲に燃えやすいものを置かないようにしましょう。

ブロック！特殊詐欺

特殊詐欺の被害者は、「自分だけは被害にあわない」「まさか自分が被害にあうとは」と思っている方がほとんどです。「わかっているけど、ダメされる！」意識をもって、日頃から対策が必要です。

ダメされない！ための対策

① 留守電モードで ブロック！

在宅時も留守番電話設定にして、電話の相手が知り合いかどうか確認しましょう

② 知らない電話は無視して ブロック！

電話をかけてきた相手に警告メッセージを流したり、通話内容を録音できる「迷惑電話防止機器」を利用しましょう

③ 個人情報は教えず ブロック！

電話でお金、カードの話は詐欺です。家族の名前や銀行名など個人情報は伝えないようにしましょう

不審な電話がかかってきたときは、110番通報またはお近くの警察署にご相談ください。

「広報けいしちょう秋号 令和5年9月」より引用

実際に詐欺犯人からどのような電話がかかってくるのか、聞いてみませんか？

ウェブサイト「特殊詐欺根絶アクションプログラム・東京」では、詐欺電話の音声や、最新の手口を掲載しています。



ヒートショックを防ぐために

ヒートショックは、冬場の浴室・洗面室・トイレなど、急激な温度の変化がある場所で血圧が大きく変動し、心臓や血管などに負担がかかる事で起きています。

高齢者、高血圧・糖尿病などの方は、特に注意が必要です。



主な対策

入浴前に脱衣所や浴室を暖かくする

シャワーでの給湯や、お湯はり後は浴槽のふたを開けておくなどしましょう



※洗面室、トイレを含め、暖房器具を使用する際は、火事や換気にご注意ください。

湯温は41℃以下にする

お湯につかる時間は10分までを目安にしましょう



食事直後や飲酒時の入浴は控える

気温が下がる深夜や早朝の入浴にも注意しましょう



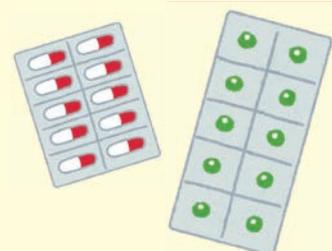
入浴の前と後に水分を補給する



浴槽から急に立ち上がらない



精神安定剤や睡眠薬などの服用後の入浴は避ける



暮らしの音に気配りを

集合住宅では、隣室や下の階からの指摘ではじめて騒音を自覚するケースも少なくありません。在宅勤務等により、在宅する時間が長くなる方も増えており、日常の何気ない生活音がトラブルになることがあります。

快適な生活には「お互いさま」の気持ち大切です。ご協力をお願いします。



家賃等のお支払いには便利な 口座振替をご利用ください

口座振替 お手続き 方法

①用紙に記入

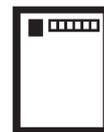


②銀行に提出



③通知が届く

※振替開始月初旬



④振替開始

※当月分毎月7日引落し



※口座振替依頼書は管理事務所・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。

利用可能機関やお手続き方法は、お電話またはホームページでもご確認いただけます。



お問合せ先 下記「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コードを読み取ると口座振替に関するページがひらきます。



東京都からのお知らせ

「誰か」のことじゃない。

12月10日は「人権デー」、12月4日から10日までは「人権週間」です。

12月4日～12月10日は人権週間です。「人権のないところに平和は存在しない」と言われ、人権の尊重が平和の基礎であるとの認識が世界共通となっています。

「人権」とは、「全ての人々が生命と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利」あるいは「誰もが生まれながらにもっている、人間が人間らしく生きる権利」です。しかし今でも、差別的な表現、いじめや虐待、ストーカー行為など、他者の人権を考えないような問題が起きています。

誰もが幸せに暮らせるようお互いを思いやり、人権を尊重する社会を築いていくことが大切です。

東京都人権プラザのご案内

東京都人権プラザは、東京都が設置した人権啓発のための拠点施設です。「セサミストリート」がナビゲートする子供の権利をテーマとする特別展示のほか、東京2020大会のレガシーである「パラリンピックマール」の展示や、高齢者、障害者、妊婦等が感じている様々なバリアの一部を体験できるゾーン、図書資料室等もあり、人権について「体験し」「交流し」「気づき」「理解する」ことができます。是非一度訪れて、人権について学んでみませんか。



所在地：東京都港区芝 2-5-6
芝 256 スクエアビル 1階・2階
電話：03-6722-0123
開館時間：9時30分から17時30分まで
休館日：日曜日、年末年始

ホームページは
こちら



12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です 東京に関連する拉致被害者・特定失踪者等も数多く存在します

政府が認定した拉致被害者のほかにも、特定失踪者など、拉致の可能性を排除できない方々が多数存在します。この中には、都内に住んでいたたり、都内で失踪した方々も数多く含まれており、少なくとも50人の消息がいまだに掴めていません。

すべての拉致被害者の早期帰国が実現するよう、一人ひとりの声によって、拉致問題解決を後押ししていきましょう。

- 「拉致被害者救出運動」オンライン写真展
12月1日(金)～28日(木)
- 都庁ブルーリボンライトアップ&ブルーリボン旗掲出
12月10日(日)～28日(木)

都庁第一本庁舎を、「ブルーリボン」にちなんでブルーにライトアップするとともに、都庁前中央通りにブルーリボン旗を掲出

東京都総務局人権部人権施策推進課 03-5388-2588(直通)

人権部ホームページ

じんけんのとびら 検索

東京都 くらし・住まいX
(旧Twitter)



申請・届出のご案内

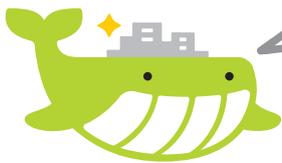
入居中にご家族の構成に変更があった場合等は、ホームページをご確認の上、お手続きをお願いします。

賃借人の死亡又はやむを得ない転出等により同居者へ名義の変更を希望するとき	➔	名義変更申請
入居時に届出のあった同居者以外の親族との同居を希望するとき	➔	同居申請
連帯保証人の変更（家賃等保証制度の利用を含む）を希望するとき	➔	連帯保証人変更申請
賃借人、同居者又は連帯保証人の届出事項や緊急連絡先に変更が生じたとき	➔	登録事項変更届
出生、死亡又は転出等により同居者の構成に変更が生じたとき	➔	家族増減員届

*各申請・届については、資格要件や条件があります。事前にお客さまセンターにお確かめの上、お手続きをお願いします。

*書類提出時は、必ず提出者の本人確認をさせていただきますので、来所される際は、本人確認できる書類をお持ちください。

*申請・届の書類とともに添付書類のご提出が必要な場合がありますが、その際には個人番号（マイナンバー）が記載されていない書類をご提出ください。（※住民票については、特に記載を希望しなければ、個人番号は記載されません）



下記の書類がホームページからダウンロードできます

- 登録事項変更届
- 家族増減員届
- 証明書交付兼契約書再交付申請
- 同居申請 ●成年後見制度等利用届



▲用紙ダウンロード

公社住宅にお住まいのお客さまから多く寄せられるお手続き等に関するご質問を、Q & A形式でホームページに掲載中！

『名義変更申請』の
流れを教えてください

家賃額の証明書 又は
賃貸借契約の証明書を
発行してもらえますか？



▲よくあるご質問

お問い合わせは、12ページ「JKK 東京 お客さまセンター」の電話番号①まで

ユトジラと遊ぼう♪

JKK東京のイメージキャラクター「ユトジラ」と一緒に遊べるコンテンツを公開！
ペーパークラフトの作り方やユトジラのお散歩動画などもりだくさんだよ♪チェックしてね♪

ユトジラんど | JKK東京ホームページ



JKK東京の

ユトジラんど



ユトジラ散歩
@Instagram



ペーパー
クラフト



台紙
ダウンロード



作り方
@YouTube

スマホ用壁紙
プレゼント

「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
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
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、市内通話料金で通話できます（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ぐりにくい状態とな
る場合があります。お急ぎでない方は他の時間
帯をご利用ください

NEW 混雑予想し

「電話の繋がりにくい時間帯につ
いて」の掲載を始めました。

