

新型 コロナウイルス 感染症対策の 徹底を！

もくじ

- 新型コロナウイルス感染症対策の徹底を！ …… 1
- 新型コロナウイルスの影響で収入が減少し
家賃の支払いにお困りの方へ …… 2
- 第11回公社賃貸住宅居住者実態調査の実施について …… 2
- 各種手続きのご案内 …… 3
- フレイル予防！ …… 4
- お友達紹介プレゼント …… 5
- 家賃等の口座振替ができる金融機関が増えました！ …… 6
- 家具転倒防止対策 …… 7
- 暮らしの音に気配りを …… 7
- 粗大ゴミの出し方についてのお願い …… 8
- 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号 …… 8

都内での感染が多数報告されている新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、基本的な感染症対策を徹底しましょう。



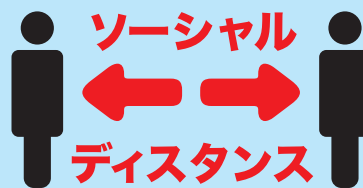
ウイルス感染防止の3つの基本



① 身体的距離の確保 ② マスクの着用 ③ 手洗い

① 3密を避ける

- ・換気の悪い密閉空間
- ・多数が集まる密集場所
- ・間近で会話や発生をする密接場所



② 正しいマスクの装着方法

- ・鼻と口の両方を確実に覆う
- ・フィットするように調節する



③ 手洗いの、5つのタイミング

- ・公共の場所から帰った時
- ・咳やくしゃみ、鼻をかんだ時
- ・ご飯を食べる時(前と後)
- ・病気の人のケアをした時
- ・外にあったものに触った時



新型コロナウイルスの影響で収入が減少し 家賃の支払いにお困りの方へ ～自治体支給による「住居確保給付金」のお知らせ

●「住居確保給付金」とは

自治体(区市等)が家賃相当額(上限あり)を本人に代わって公社に支払う制度です。

期間は原則3か月間で、最長9か月間または12か月間まで延長される場合があります。

●対象者

離職・廃業から2年以内で
または
休業等により収入が減少し

} 住居を失うおそれがある方

※収入・資産・求職活動等の要件審査があります。

◇詳細はお住まいの区市等の自立相談支援機関または下記までお問い合わせください。

厚生労働省住居確保給付金相談コールセンター

☎0120-23-5572(9時～21時/土日・祝日含む)

<https://corona-support.mhlw.go.jp/jukyokakuhokyufukin/counter.html>



第11回公社賃貸住宅居住者実態調査の 実施について

東京都住宅供給公社では、よりよい住まいづくりに必要な管理計画等の基礎資料を得るため、概ね3年に1回「公社賃貸住宅居住者実態調査(アンケート調査)」を行っております。公社賃貸住宅にお住まいの全世帯の中から無作為に選んだ5,000名の方々を対象に、アンケートを郵送させていただきます。

なお、今回の調査については、新型コロナウイルスの感染拡大を防止する観点から、居住者の方々と接触しない方法で行う予定です。インターネット又は郵送での回答にご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

実施時期：令和3年2月18日(木)～3月15日(月)

調査委託会社：一般社団法人 輿論科学協会



各種手続きのご案内

ご入居中にご家族の構成や連帯保証人に変更があった場合等はお手続きが必要です。

名義変更申請	借借人の死亡ややむを得ない転出等により同居者に名義を変更しようとするときに申請します。
連帯保証人変更申請	連帯保証人の変更（家賃等保証制度の利用）をしようとするときに申請します。 ※令和2年4月1日より施行された改正民法に伴い、連帯保証人変更申請書の書式が新しくなりました。今後は、個人の連帯保証人へ変更する場合の保証の上限額となる「極度額」を記載した申請書を郵送にてお渡しします。
登録事項変更届	借借人、同居者又は連帯保証人の届出事項と緊急連絡先に変更が生じたときに届出ます。
家族増減員届	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に届出ます。

- *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。
- *書類の提出方法は、管理事務所又は管轄の窓口センターへ直接提出するか管轄の窓口センターへ郵送する方法があります。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



▲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！

?

借借人が亡くなりました。
同居している家族は、何か
手続きが必要ですか？

?

住宅の家賃額の証明書は
発行してもらえますか？

?



?

?

?

▲よくあるご質問

お問い合わせは、8 ページ「JKK 東京 お客さまセンター」の電話番号①まで



フレイル予防！

フレイル予防に大切な食生活のはなし

文責：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規

1. 高齢者こそ「しっかり食べる」が必要

私達の身体は食べた食品でできているといっても過言ではありません。私達は高齢者となる以前では、生活習慣病対策を推奨され、食べる量を抑えて、肥満を防ぐことを求められます。しかしながら、私達は加齢に伴い食欲や食べる量の低下から、体重が減りやすくなります。その結果として、筋肉も少なくなり、フレイルを悪化させてしまいます。過度な肥満や、筋肉量が減少している肥満には注意が必要ですが、私達は年齢別で栄養管理の考え方を変えていかなければなりません。過栄養と低栄養のグレーゾーンを設けつつも、高齢者ではむしろ3食きちんと・間食も含めてしっかり食べるのが大切です。

2. 身体を作るものを中心に、バランスに富んだ食事を

では、実際に何を食べればよいのでしょうか。日本では厚生労働省と農林水産省が策定した食事バランスガイドがあります。食事バランスガイドは独楽の形をしており、バランスが良くなければ独楽は回らず倒れてしまうこと、コマを回すのは身体活動・運動であることが表現されています。高齢者のフレイル予防では、たんぱく質摂取やカルシウムやビタミンDといった身体をつくる役割をもつ栄養素を多くとることが推奨されます。筋肉を維持するには、3食＋間食で良質なたんぱく質を摂ることが大切です。たんぱく質源は魚・肉・卵のみならず多様な食品に含められており、多様な食材から摂取できます。近年では、たんぱく質を多く含んだ食品がコンビニでも手に入るようになったので、これらを活用していきたいところです。

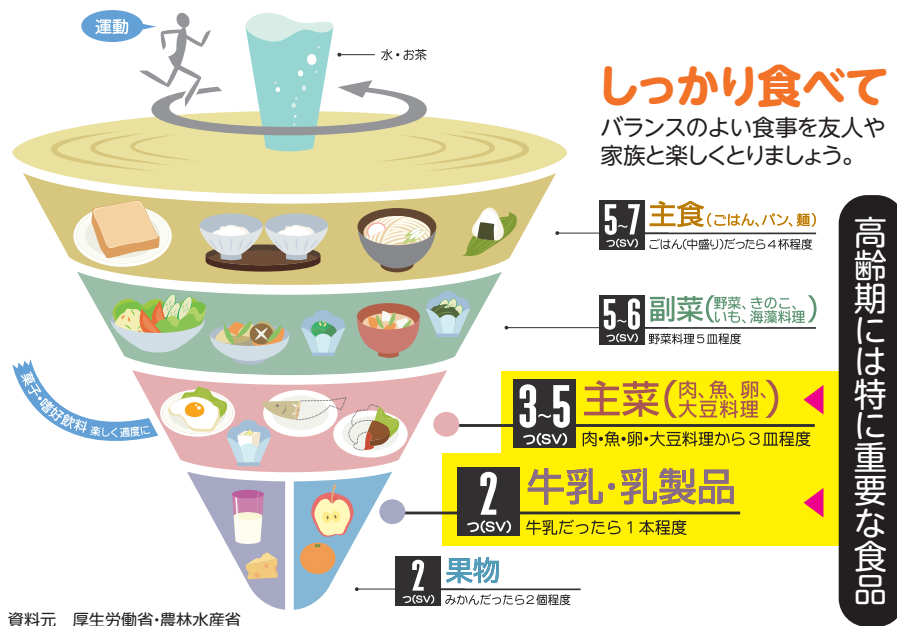


図 食事バランスガイドに沿った食事を心掛けて

お友達 紹介プレゼント



ご紹介いただいたお友達が
対象住宅に申込・契約いた
だくと「ご紹介者様」に

10,000^{ギフトカード}円分

プレゼント!

実施期間 2021年5/31(月)まで

ご紹介者様に
ギフトカードプレゼント!

お部屋をお探しのお友達に、JKK東京の賃貸住宅をご紹介ください。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/1133haru/>



JKK東京では、様々な世帯の方が入居しやすいように「家賃割引」「優先申込」「審査基準の緩和」などさまざまな応援制度でサポートします。

近居^であんしん
登録制度

対象エリア
拡大

「育児に奮闘中の子世帯の手助を…」
「孫の成長を近くで見たい…」
「介護のために、両親の近くに引越したい…」など、
親族の近くでの生活 = 「近居」をご希望するお客様に、
優先的に部屋の紹介をする登録制度です。

【対象エリア拡大!】

ご好評につき、さらに多くの住宅が対象になるように、
近居対象エリアを2kmから5kmに拡大いたしました。

ひとり親世帯
入居サポート

収入審査の緩和 / 家賃20%OFF(こどもすくすく割)

【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

7日間優先申込み / 3年間家賃20%OFF

【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。

※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。

[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)

JKK東京
東京都住宅供給公社
広告有効期限：2021年5月31日

[貸主]

～家賃等のお支払いについて～

家賃等の口座振替ができる金融機関が増えました！

このたび、新たに**新生銀行・イオン銀行**で口座振替の取扱いを開始しました。口座振替のご登録がお済みでない方は、ぜひこの機会に口座振替のご利用をご検討ください。

口座振替依頼書を金融機関へご提出されてから約2か月後に口座振替が開始されます。

口座振替 3つのメリット

らくらく

当月分を毎月7日*に
指定口座から自動振替。

*金融機関休業日の場合は翌営業日

あんしん

銀行に並ぶ必要なし。
払い忘れの心配も不要。

うれしい！

口座振替手数料は
もちろん0円！

口座振替 お手続き 方法

①

用紙に
記入



②

銀行に
提出



③

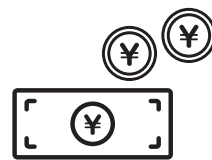
通知が
届く



※振替開始月初旬

④

振替開始



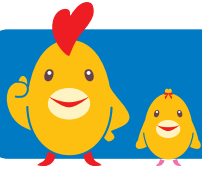
口座振替依頼書は管理事務所・窓口センターでお渡しします。
郵送をご希望の場合はお客さまセンターへお問合せください。



利用可能機関やお手続き方法については、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＞ 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。



家具転倒防止対策

あなたの部屋は
だいじょうぶ!?

いつ起こるかわからない地震！4つのポイントをチェックし、わが家の安全性を確保しましょう。

対策の
ポイント
1

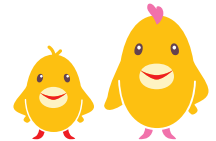
安全空間を 確保する

- 部屋の出入り口付近には、キャスター付きの家具類を置かない。
- 地震時の出火を防ぐため、火気の周辺に家具を置かない。
- 寝室、幼児・高齢者のいる部屋にはなるべく家具を置かない。
- 家具の上に物を置かない。

対策の
ポイント
2

家具の 正しい設置・ 使用を行う

- 家具が転倒しても、避難路をふさがない置き方をする。
- じゅうたんや畳に背の高い家具を置かない。
- 重い物を下の方に収納し、倒れにくくする。
- 前のめりより、後ろもたれ気味に置く。

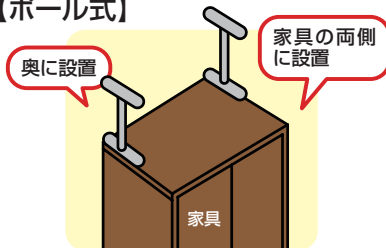


対策の
ポイント
3

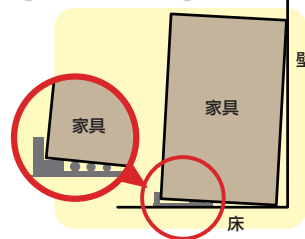
家具・家電 の転倒を 防止する

- 固定に用いる器具は家具類の重さや形状に応じて選ぶ。
- 2種類以上の器具で上下から固定する。【ポール式とストッパー式】
- 上下が分割している家具は必ず金具で連結する。【連結金具】
- 高いところや不安定なところに家電を置かない。

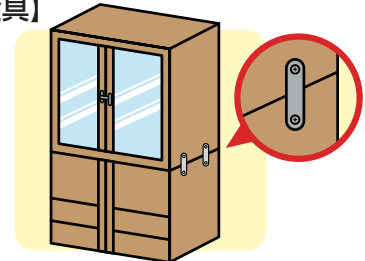
【ポール式】



【ストッパー式】



【連結金具】



対策の
ポイント
4

収納物の 飛散を 防止する

- 開き戸タイプの家具には開き扉ストッパーを取り付ける。
- ガラス扉には飛散防止フィルムを貼る。
- 扉のない収納家具には、落下防止バー・落下防止テープを取り付ける。

暮らしの音に気配りを

外出の自粛や在宅勤務等により自宅で過ごす時間が長くなることで、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。集合住宅の場合、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。

快適な生活には一人ひとりの心がけが大切です。お互いのために気配りをお願いします。

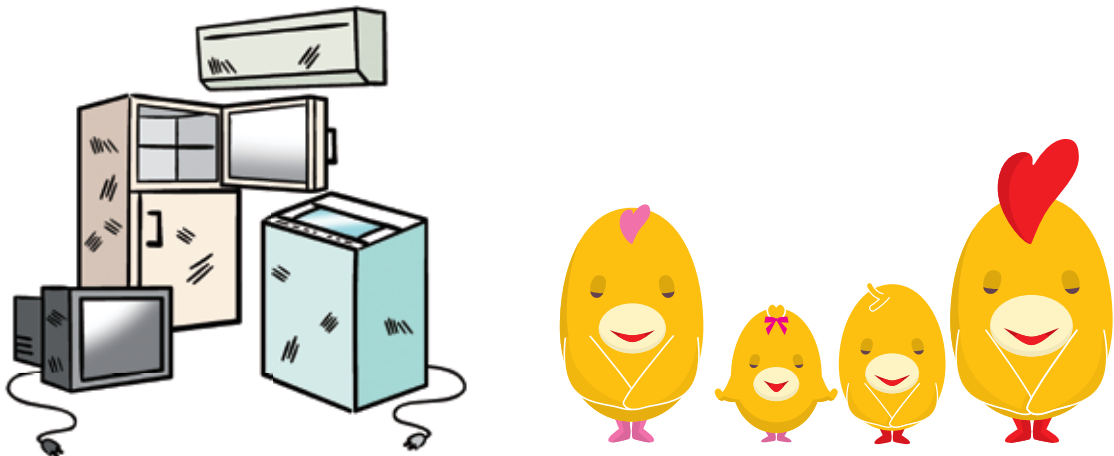


粗大ゴミの出し方についてのお願い

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。



「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