

# みんなで 火災予防



## 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
- フレイル予防に! ..... 3
- 修繕費用の負担区分を改定しました(居室編) ..... 4
- JKK東京入居サポートのご紹介 ..... 6
- 統計調査 ..... 7
- 共用廊下・階段・バルコニーの使用方法について ..... 8
- 共用部における自転車の持ち運びについて ..... 9
- 家賃等の支払いは口座振替をご利用ください! ..... 9
- エレベーター利用上の注意 ..... 10
- 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号 ..... 10

## 平成30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 **電気ストーブ**



調理中はガステーブルのそばを離れない。離れるときは短い時間でも火を消しましょう



寝タバコは「しない」「させない」を徹底しましょう



ストーブの近くには燃えやすいものを置かないようにしましょう



寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用しましょう



お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくりましょう



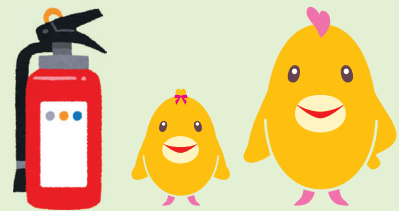
消火器の使い方を覚えましょう

### 万が一のときは

- 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

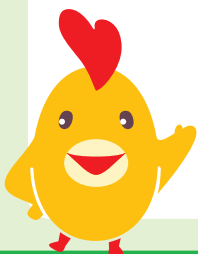
- お客様のお部屋には、住宅用消火器が設置されています。
- 出火した場合は、備え付けの住宅用消火器を使用して初期消火を行ってください。ただし、延焼が拡大した場合には、119番へ通報してください。無理はせずに避難し、消防の指示に従ってください。
- 常時、住宅用消火器は所定の場所から動かさず、消火器に備え付けている取扱説明書に沿った使い方、管理、点検を行ってください。
- 異常があれば、  
10ページ「JKK東京 お客様センター」の  
電話番号②までお問い合わせください。



### 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、

➡ 10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。



## 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.

# フレイル予防に!

## 運動編：第1回 踏み台昇降

『フレイル』とは、加齢とともに、心身の活力(筋力、認知機能など)が低下し、要介護になってしまう手前の状態のことです。

正しい対処をすれば、進行を抑制したり、健康な状態に戻すことができます。

運動・バランスの良い食事などにより筋力の低下を抑え、健康寿命(健康で自立して暮らせる期間)を伸ばして、趣味や外出を楽しめる身体づくりをしましょう。

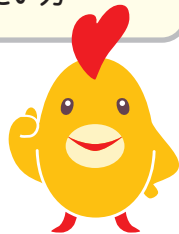
1回目は、運動編として踏み台昇降をご紹介します。

### 踏み台昇降とは…

階段や、踏み台を使用して、昇ったり降りたりを繰り返す有酸素運動(※1)です。

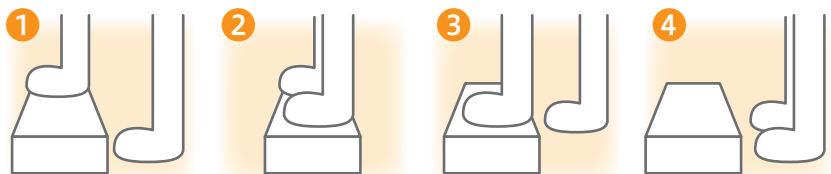
### こんな方におすすめ…

- ・よくつまづいてしまう方
- ・すぐに息が切れてしまう方
- ・ダイエットしたい方



軽

### 方法…



- ① 右足(もしくは左足)を台に乗せる
- ② まだ台に乗せていない方の、左足(もしくは右足)を台に乗せる
- ③ 先に乗せた足を降ろす
- ④ まだ台に乗せたままの方の足を降ろす
- ⑤ ①に戻り、④までを繰り返す



### … 高齢者・初心者(負荷軽め)

台の高さ：5～10cm位

回数：10～20回を1セットとして、1日2・3セット

#### 注意

- 手すりや壁に掴まりながら安全に行う
- 痛みがある場合や、体調に心配がある場合は、無理に行なわない
- やり過ぎない(心配の場合は主治医に相談)
- 雑誌や新聞を重ねるなど、滑りやすく、動いてしまうものは避けるか、しっかりと固定してから行う
- 水分をとりながら行う

#### 慣れてきたら

- 台の高さを徐々に上げたり、セットの回数を増やしてみましょう

### … もうちょっと頑張れる方・慣れてきた方(負荷重め)

台の高さ：10～15cm

回数(時間)：10分～無理しない程度

#### 注意

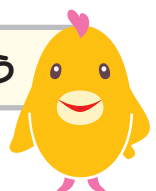
- 手すりや壁に掴まりながら安全に行う
- やり過ぎない
- 雑誌や新聞を重ねるなど、滑りやすく、動いてしまうものは避けるか、しっかりと固定してから行う
- 水分をとりながら行う

#### 慣れてきたら

- 姿勢を正して行う
- しっかりと腕を振る

運動は継続できるよう、日々の体調に合わせ、無理せず・楽しく行ないましょう

(※1) 有酸素運動とは、呼吸をしながら(酸素をたっぷりとりいれながら)継続的に行なえる運動の総称です(例：ウォーキング・サイクリング・ゆっくりした水泳等)。



# 修繕費用の負担区分を改定しました

公社では、民法の改正、国土交通省の賃貸住宅標準契約書の改定及び賃貸住宅市場における状況等を勘案して、本年9月に修繕費用負担区分を見直しました。前号(第1回)から見直しを行った修繕負担区分についてイラストでお示ししています。【本号(第2回)は、居室編です(次回は浴室編、洗面所編を予定しています)。】

## 1 見直し適用日

令和元年9月2日(月)

## 2 修繕費用負担区分

公社負担となっている項目においても、次の場合はお客様のご負担となります。

- お客様の故意・過失、又は日常の手入れをしなかったことにより生じた汚破損や、住宅の使用に支障のない範囲の汚破損・変色・損耗  
また、日常的な手入れ(簡単な手入れ、ビス・ねじ締め、油差し、清掃)はお客様のご負担となります。
- お客様が設置した設備機器等の取替・修繕
- 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

### 居室編

#### ① 床

- ・ 畳の表替、縁の取替、ダニの駆除 **お客様負担**
- ・ クッションフロアのはがれ **公社負担 ※ 1**
- ・ 畳寄せの腐食、反り **公社負担**
- ・ 床落ち、きしみ、床材の反り **公社負担**
- ・ 畳床の腐食、反り **公社負担 ※ 2**

#### ② ふすま

- ・ ふすま紙の破れ **お客様負担**
- ・ 開閉不良、金具の破損 **公社負担 ※ 2**
- ・ 量産ふすまの開閉不良 **公社負担**

#### ③ 壁・天井

- ・ 天井断熱材、タイルのはがれ **公社負担**
  - ・ ビニールクロス、塗装の著しいはがれ **公社負担 ※ 2**
- (生活上支障が無いもの(部分的なめくれ等)は除く。)

#### ④ 敷居・鴨居

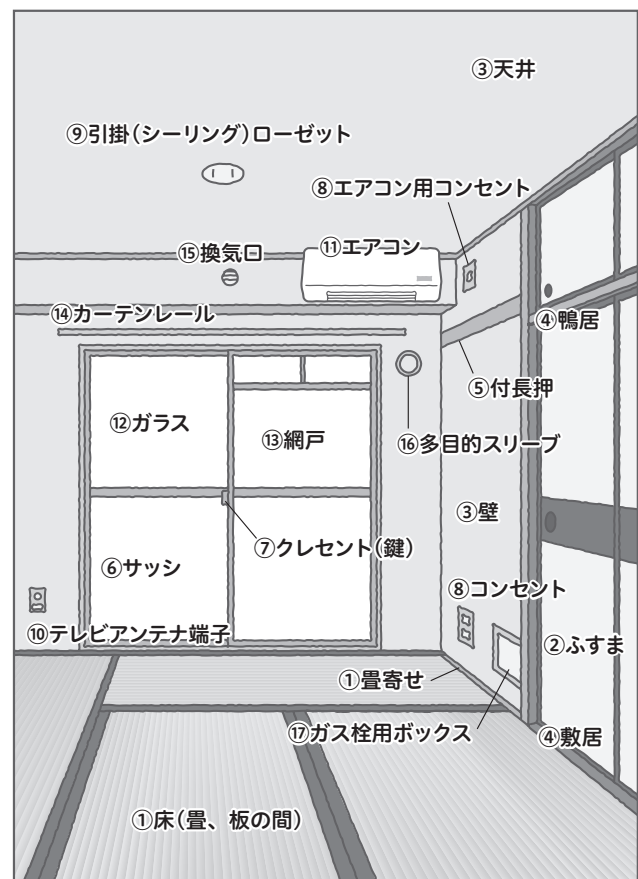
- ・ 反った、下がった、すり減った **公社負担**

#### ⑤ 付長押

- ・ がたつき、脱落 **公社負担**

#### ⑥ サッシ

- ・ スムーズに開閉しない、変形した **公社負担**
- ・ 安否確認に伴う破壊・復旧 **公社負担**



## ⑦ クレセント(鍵)

- ・鍵がかかりにくい **公社負担**
- ・がたつき、破損 **公社負担**
- ・鍵をなくした **お客様負担**

## ⑧ スイッチ・コンセント

- ・作動不良、破損 **公社負担**
- ・経年による変色 **お客様負担**

## ⑨ 引掛(シーリング)ローゼット

- ・がたつき、脱落 **公社負担**
- ・照明が点灯しない **公社負担**

## ⑩ テレビアンテナ端子

- ・映像不良、破損 **公社負担**

## ⑪ エアコン・暖房用放熱器

- ・フィルターの清掃・交換 **お客様負担**
- ・作動不良・リモコンの故障 **公社負担**
- ・リモコンの電池交換 **お客様負担**

## ⑫ ガラス

- ・網入りガラスの熱割れ **公社負担**
- ・台風・強風、地震等自然災害による破損 **公社負担 ※1**
- ・安否確認に伴う破損 **公社負担**

## ⑬ 網戸(公社が設置したもの)

- ・網の張替 **お客様負担**
- ・スムーズに開閉しない、変形した **公社負担**

## ⑭ カーテンレール

- ・脱落した **公社負担 ※1**
- ・カーテンランナーがこわれた **お客様負担**

## ⑮ 換気口

- ・破損、脱落 **公社負担 ※1**
- ・シャッターの動作不良 **公社負担 ※1**

## ⑯ 多目的スリーブ

- ・ふたの紛失・破損 **お客様負担**

## ⑰ ガス栓用ボックス

- ・ふたの破損 **公社負担 ※1**

※1及び※2の項目は、令和元年9月2日から公社負担となった項目です。

※2の項目は、継続居住年数の長い方から順次対応させていただきます。

### 3 畳、ふすま、塗装、ビニールクロスの修繕対応について

次の修繕項目については、お客様から一斉に修繕のお申出をいただいても対応することが困難なため、継続居住期間が長い方から順次対応してまいります。

畳床の取替	腐食、反り等
ふすま(骨・縁)の取替	開閉不良を伴う骨・縁の破損、反り等
壁・天井・建具の部分塗装	下地材に影響を及ぼす著しいはがれ
ビニールクロスの部分張替	下地材に影響を及ぼす著しいはがれ

#### 継続して50年以上お住まいのお客様

##### 対象のお客様

令和元年9月2日時点で継続居住年数が50年を超える方が対象です。

※令和元年9月3日以降に継続居住期間が50年を超える方は、上記の方への対応後、順次対応させていただきます。

※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(石川町、弦巻、用賀の各住宅)にお住まいの方については、今回のお申込みの対象外とさせていただきます。

なお、緊急の修繕については対応しますのでお申出ください。

##### 対象のお客様への通知時期

令和元年12月から令和2年1月頃を予定しています。

##### 修繕のお申出

お申出の方法や修繕内容は、対象のお客様にお送りする通知文をご覧ください。

#### お住まいの期間が50年未満のお客様

継続居住期間が50年未満のお客様には、上記50年以上お住まいのお客様からの受付状況を判断した後、居住期間の長い方から順次ご案内させていただきます。

# 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。

**【NEW】**

## 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日間優先的に申し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。

# お友達紹介フェア



**実施期間** 10/1(火)～10/31(木)

ご紹介者様とご契約者様それぞれに商品券プレゼント！

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。  
 お友達紹介フェア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/2019autumn/>

お友達を紹介すると  
 ご紹介者様とご契約者様にそれぞれ  
**10,000** ギフトカード円分  
 プレゼント

ご紹介者様が子育て世帯の場合  
 ご紹介者様とご契約者様にさらに  
**10,000** ギフトカード円分  
 プレゼント



[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** 東京都住宅供給公社

広告有効期限：2019年10月31日

あなたのために。くらしのために。



セゾん

# 統計調査



みん

高齢でも  
バリバリ働く人、  
最近増えるの？

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ございます。

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.stat.go.jp/>

統計局

検索



総務省統計局・東京都

※センサクさんとみらいちゃんは総務省統計局のイメージキャラクターです。

## 共用廊下・階段・バルコニーの使用方法について

### 1 共用廊下、階段に物を置くのはやめましょう

共用廊下や階段は重要な避難路です。荷物や自転車等が置いてあると、日常の通行の妨げになるだけでなく、火災等で避難するときの障害になります。

### 2 防火扉の開閉に障害となる物を置いてはいけません

防火扉の前に物が置いてあると、防火扉が機能せず延焼につながるので、絶対に物を置かないください。物が置いてあった場合は片付けてください。

### 3 戸境板等の付近に物を置かないようにしましょう

バルコニーの戸境板や階下へ下りる避難ハッチは、火災等があった場合の避難口として設置されています。それらの付近に障害物があると、避難の妨げになるので、物を置かないようにしましょう。

### 4 バルコニーに布団・洗濯物等を干すときは落下に注意しましょう

布団・洗濯物等はバルコニーの内側に干し、風で飛ばされないようしっかりと固定してください。

また、バルコニーの柵の上に物を置いたり、バルコニーの柵に物をかけたりするのは、落下の危険があるのでやめましょう。

### 5 バルコニーの床に水は流さないようにしましょう

バルコニーの床は完全防水をしていません。ここに水を流すと、下階へ漏水するおそれがあります。また、排水口の目皿に泥やゴミがたまっていると、雨水が詰まり漏水の原因になるので、定期的に掃除してください。

### 6 共用廊下・階段・バルコニーでの喫煙は、近隣に配慮し、火の取扱いに注意しましょう

共用廊下・階段・バルコニーでの喫煙は、臭いや煙が広がって近隣の方の迷惑や子どもの受動喫煙のきっかけになることがあります。

また、タバコの不始末による火災が多く発生しています。タバコの火を確実に始末しないと、洗濯物やふとんなどに燃え移る可能性があり大変危険です。

近隣の方への配慮を心がけ、吸殻の処分にも十分注意しましょう。





## 共用部における自転車の持ち運びについて

最近、自転車を一時的に居室内に持ち運ぶ方を多く見かけます。共用部でトラブルが発生していますので、以下の点にご注意願います。

- 廊下やエントランスで自転車に乗って運転することはおやめください。
- 建物内共用部(階段・廊下等)には自転車を置かないでください(自宅の玄関前であっても同様です)。
- 緊急時の避難通路となっているバルコニーには自転車を置くことはできません。
- 階段や廊下など狭いところで自転車を運ぶ際、他の通行者が安全に通れるよう配慮してください。
- 住宅の壁などに自転車をぶつけて傷つけることの無いよう細心の注意を払ってください。

## 家賃等の支払いは口座振替をご利用ください!

らくらく

毎月7日に  
当月分を指定口座から  
自動で振替!

あんしん

銀行の窓口  
支払いに行く手間ナシ!  
払い忘れもナシ!

口座振替  
3つのメリット

かんたん

申込用紙に記入して  
銀行へ提出すると  
約2ヶ月後から開始!

### 口座振替の申込用紙

ご自宅にお送りしますのでJKKお客さまセンターにご連絡ください。お手続きは2ヶ月程度で完了します。

ホームページでお手続きに関するご質問をQ&A形式で掲載中!

こちらから→



# エレベーター利用上の注意

～ エレベーター設置住宅にお住まいの皆さまへ～

## ご利用の際は次のことを守ってください。

(閉じ込め、手や指の引き込まれ(挟まれ)などの事故・故障の原因になります。)

- ◆ 扉に手をふれたり、寄りかかったりしないでください。  
また、扉に物をぶつかけたり、挟んだりしないでください。  
※長いひも状のもの(なわとび、マフラー、きんちゃく袋等のひもなど)は、扉に挟まったままエレベーターが動き出す場合があり、重大な事故を招く危険があります、特にご注意ください。
- ◆ 扉が開ききってから、乗り降りしてください。動作中の扉にぶつかると挟まれ事故や、故障の原因になります。  
※ベビーカーや台車等を利用される際は特にご注意ください。
- ◆ お子さまのご利用は、保護者の方のご配慮をお願いします。
- ◆ 中で跳びはねたり、暴れないでください。
- ◆ 押しボタンは丁寧に扱きましょう。
- ◆ 扉の敷居溝にゴミや小物などを落とさないよう注意してください。



## 「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)

11月以降、「この通話は品質向上のため、録音しています」という自動ガイダンスが流れてから、オペレーターへ繋がります

●各種お手続き、家賃のお支払い、住まい方のご相談

① ▶  **0570-03-0031**

・0570の番号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)

●修繕のお申込み、ご相談

② ▶  **0570-03-0032**

・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。

※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も②へ **(24時間365日対応)**

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

☎ **03-6812-1171** 自動音声にて問合せ内容を番号で選択していただいた後、オペレーターへ繋がります。

**11月5日(火)以降**、以下の電話番号がご利用になれます(問合せ内容の番号選択は不要)。

●各種お手続き、家賃のお支払い、住まい方のご相談

① ☎ **03-6279-2962**

●修繕のお申込み、ご相談

② ☎ **03-6279-2963**

**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。**