



2024年10月 No.68

【发行】东京都住宅共给公社 公社住宅事业部 公社管理课  
邮编150-8543 东京都涩谷区涩谷1-15-15 涩谷美竹公寓

## 在冬季前做好空调准备！

### 目录

◆ 在冬季前做好空调准备！	1
◆ 自治会活动介绍（鹭宫西住宅）	2
◆ 请协助防止公共场所的二手烟危害	3
◆ 电动汽车（EV）活动的举办介绍	4
◆ 防灾物品都准备好了吗？	4
◆ 家具防倾倒措施	5
◆ 地震时使用电梯的注意事项	6 · 7
◆ 发生大型地震时，将进行“应急危险度判定”。	7
◆ 2023年公社租赁住宅居民实际情况调查的结果概要	8 · 9
◆ 强身健体，预防传染病！	10
◆ 统计调查	11
◆ 账户汇款的指引	12
◆ “JKK 東京客服中心”电话号码	12
◆ 大型 YUTOJIRA 登场！～说不定还会去您所住的小区哦？～	12

在接下来的时期，早晚温度可能会骤降，仿佛令人感受到冬天的到来。

因此，请从肌肤觉得有些寒冷的11月左右开始试运转空调吧。

重新启动在夏季后停止运作的空调时，可能出现因故障而无法立即使用，或发生灰尘堆积及异味散发等问题。

为了您舒适的居住体验，推荐您在正式进入冬季前，试运转空调及清洁空调滤网。  
试运转结果，发现公社安装的空调有问题时请及时联络。

### 试运转方法的示例

- ① 将电源插头插入插座。  
(长时间插在插座时应拔出后擦除灰尘)
- ② 确认遥控器电池是否有电，液晶是否正常显示。
- ③ 将运作模式设为“制热”并将设定温度调为最高，出热风后运作10分钟左右，确认空调可正常吹送暖风。  
继续运作30分钟左右，注意在运作时是否产生不熟悉的声音或令人不快的气味等。
- ④ 出现以下现象时有可能是发生了故障。若是公社安装的空调，请联系公社。

- 不吹送暖风。
- 有异常声音或气味。
- 表示异常的灯光亮起。



\*公社不提供客户自行购买安装的空调的修理，请咨询购买的销售店或厂家。

\*试运转方法因机型不同而有差异。详情请确认“使用说明书”。

\*请定期进行空调滤网的清洁。(如果滤网的网页被灰尘等堵塞，会导致风力下降，室内难以升温，并耗费多余电费。)

## 自治会活动介绍

## 鹭宫西住宅(中野区)烟花大会



为您介绍2024年8月17日(星期四)由鹭宫西住宅(中野区)自治会举办的烟花大会。

鹭宫西住宅每年在小区公园内举办烟火大会，许多居民及附近邻居会前来参加。采访当天，超过90名儿童与其监护人参加了大会。在接待处，自治会干部分发了果汁与手持烟花，大家随着自治会长的致辞同时燃放烟花。人们欣赏着烟花绽放的美景，孩子们脸上洋溢着笑容。



鹭宫西住宅有许多家中有儿童的外国居民，其中来自尼泊尔的居民尤其多。自治会出谋划策，除日语的活动通知海报外，还翻译并刊登了尼泊尔语海报。

此外在活动当天，从清晨开始在小区内的广播设备中用日语与尼泊尔语邀请大家参加。同时，在烟花开始燃放后，还用日语与尼泊尔语播放了燃放烟花时的注意事项及规则说明等。



照片右：右起，鹭宫西住宅自治会山本会长、干部本多先生、来自尼泊尔的楼栋代表YOGENDORA先生与抱着女儿的林先生

在装饰灯笼等活动开始前的准备中，除自治会干部外，楼栋代表的尼泊尔居民们也提供了热心帮助。

不仅是参加活动，更是通过从准备期间开始共同行动，让大家产生了身为小区一员的一体感。孩子们也收获了夏季的快乐回忆。

本公司今后也将介绍此类自治会活动。

# 请协助防止公共场所的 二手烟危害

～ 请勿在露台吸烟～



从增强都内居民健康的观点出发，为了进一步推进二手烟对策，在东京都制定了“东京都二手烟防止条例”。

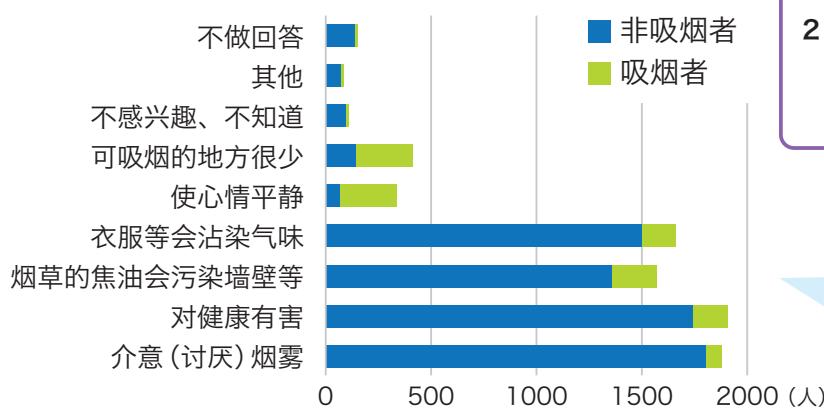
本公司也致力于防止二手烟的举措，例如在2024年7月竣工的世田谷区“CALMEST 樱新町”，将包含住户内专用部分在内的所有用地定为“完全禁烟”等。

期间，我们根据本公司客服中心及窗口中心每天收到的吸烟相关意见，于上一年度以公社住宅内的居民为对象，实施了“吸烟相关意识调查”。本调查的结果显示，即使是吸烟人士也可接受在露台等公共场所禁烟。

本公司不仅为了吸烟人士自身的健康，更是出于共同住宅中的彼此照顾，请大家继续配合，禁止在露台及其他公共场所吸烟。

## “吸烟相关意识调查”调查结果（摘录）

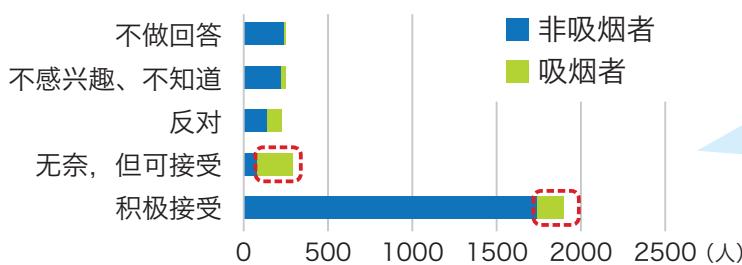
### ■ 对烟草（吸烟）的印象（可多选）



1 调查时期 2024年3月  
2 回答人数 2,960人  
其中吸烟者 492人  
非吸烟者 2,468人

绝大部分非吸烟者回答  
介意气味、烟雾及对健  
康的危害

### ■ 如果露台禁烟



7成吸烟者回答“接受”  
露台禁烟

## KOSHA HEIM中野弥生町

# 让电动汽车(EV)更贴近生活!

## 举办老少皆宜的体验型活动

以集合国内外主要厂商EV的试驾、展示会为首，我们在社区沙龙内准备了迷你太阳能汽车手工学习会与科学实验秀等丰富多彩的愉快内容！

不妨趁此机会，体验EV的魅力吧？



**时 间** 2024年10月26日(星期六)、27日(星期天)  
每天10点～下午4点(预定)

在此处查看  
活动详情

**会 场** KOSHA HEIM中野弥生町  
中野区弥生町6-2-1



**路 线** 东京METRO地铁丸之内线“方南町站”步行7分钟

(公社官网)

**咨询方式** ➤ 请致电第12页“JKK 东京客服中心”电话号码①

## 防灾物资都准备好了吗？

主要储备用品	① 食 品	水(1人1天3L)、罐头、真空包装食品、巧克力等无需加热的即食食品
	② 燃 料	石油气炉、备用储气瓶等
	③ 贵重物品	现金(用于公共电话的10日元硬币等)、存折、保险证、驾照等
	④ 急救用品	创可贴、消毒液、非处方药、常用药、绷带、病历本等
	⑤ 衣 物	上衣、内衣、袜子等
	⑥ 生活用品	垃圾袋、厕纸、面巾纸、湿纸巾、尿布、卫生巾、手帕、毛巾、保鲜膜、牙具、口罩等
	⑦ 其 他	收音机、手电筒、简易厕所、干电池、军用手套、一次性暖贴、打火机、开罐器、纸盘、纸杯等

发生灾情时，各人所需必需品各有不同(眼镜、假牙、牛奶、奶瓶等)。

根据情况收集储备用品。数量标准为3天～1周左右。

请将备齐的用品放在背包等避难时可空出双手的包袋中，做好出现紧急情况时，可迅速带出背包的准备。

防止家具倾倒，  
保障安全!!

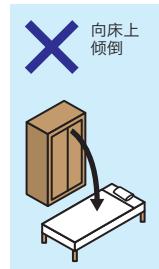
# 家具防倾倒措施

无法预测的地震！请检查4个要点，确认您住宅的安全性。

## 措施要点 1 确保安全空间

- 减少放置家具的数量。
- 请勿在房间出入口附近放置带脚轮的家具。
- 请勿在明火周围放置家具，以免在地震时引发火灾。
- 尽量避免在卧室、幼儿及老年人生活的房间内放置家具。
- 请勿在家具上放置物品。

## 措施要点 2 正确设置及使用家具

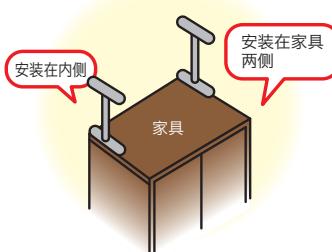
- 放置家具时注意朝向，防止倾倒在床。 
- 放置家具时，应确保其倾倒也不会挡住逃生路线。
- 请勿在地毯及榻榻米上放置较高的家具。
- 将重物收纳在低处，以防倾倒。
- 后倾程度略大于前倾程度。



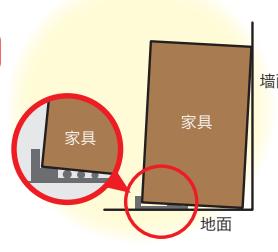
## 措施要点 3 防止家具、家电倾倒

- 用于固定家具的器具请根据家具的重量和形状选择。
- 用2种以上的器具从上下两端进行固定。【连杆式和锁止式】
- 必须用金具连接上下分离的家具。【连接金具】
- 请勿在高处或不稳定处放置家电。

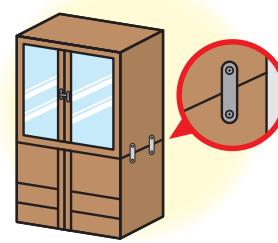
【连杆式】



【锁止式】



【连接金具】



## 措施要点 4 防止收纳物飞散

- 为开门式家具安装开门锁止器。
- 在玻璃门上粘贴防爆膜。
- 在橱柜搁板上粘贴防滑贴纸，防止餐具掉出。
- 在电视和电视柜之间铺上胶垫，避免振动。
- 对没有门的收纳用家具安装防掉落围栏／防掉落隔离带。

为防止家具等倾倒而使用螺杆器具等在墙上打孔时，如果在口径9mm、深度2.5cm以内，则可免除恢复原状的义务。

(无需联系或向本公司申请)

# 地震时使用电梯的注意事项

## ① 地震时请勿使用电梯

电梯安装有地震感应器，感应到地震后会在最近楼层停止后，电梯门打开，灯光关闭，催促人群避难。一定时间(15~20秒)后，门会自动关闭，若按下“开门”按钮会再次开启。

电梯根据震级会在短暂停止工作后再次启动，但是地震时存在余震，请勿在电梯内避难。



## ② 如果在地震时被关在电梯里……

**长按约5秒以上**电梯内的紧急呼叫按钮，将接通电梯维护管理公司、管理事务所内，或位于1楼电梯厅的内线电话，可进行对话。

切勿试图撬开电梯门。存在可能坠落至升降通道内的危险。



## ③ 若发生地震时前台无工作人员，请确认是否有人被困住。

### 1. 通过内线电话确认是否有人被困在电梯内。

若1楼电梯口有内线电话，请使用内线电话呼叫电梯内部，确认是否有人被困在电梯内。

### 2. 从电梯口周围确认是否有人被困在电梯内。

(1) 请通过电梯口层数显示灯确认电梯停靠的楼层，并通过防盗窗查看是否有人被困在电梯内。另外，若确认已在楼层停靠的电梯内有人被困其中，请引导被困者按住“开门”按钮并尝试打开电梯门。此时，若电梯门无法打开，请联系电梯维护管理公司。



(2) 电梯口层数显示灯熄灭时，无法得知电梯的停靠位置，请在所有楼层向电梯内呼喊询问。若有人被困在电梯内，请联系电梯维护管理公司。

## ① 地震发生后关于电梯修复

若发生震级约4级以上的地震，电梯维护管理公司会以栋为单位，确保最低限度的垂直流线，进行“1栋1部修复”工作（所需时间比修复所有电梯所需时间少30%）。此时优先以救出被困电梯内人员为主，按照医院等体弱者所需建筑、公共设施高层建筑、约60m（20层）以上高层住宅的顺序进行修复。

因此，60m以下（19层）或安装有多部电梯的住宅楼若要完全修复所有电梯，需要花费更多时间，敬请谅解。

并且，若发生震级约4级以上的地震，无论是否联系电梯维护管理公司，其都会依序对电梯进行修复处理。



## 发生大型地震时， 将进行“应急危险度判定”。

本公司在发生大型地震时，将迅速着手进行应急危险度判定。但是根据地震规模，判定可能需要一些时间。发生地震时，请先保护好自身安全，不要等待判定结果而是前往避难所等，请根据情况进行对应。

### 什么是应急危险度判定

地震有主震和余震，据称在发生大型地震时，极有可能发生于主震同程度的余震。应急危险度判定包括尽可能迅速地判定地震造成的受灾建筑物因后续余震等而倒塌或倾倒的危险性等，并提供在持久修复前使用建筑物的危险性相关信息，以防止余震带来的二次灾害。



请居住在受判定建筑的居民根据判定结果进行对应。

关于灾害时的准备详情刊登在JKK东京官网中。敬请确认。

[在此处查看JKK东京官网 ➤](#)



# 2023年度 公社租赁住宅居民真实情况调查的结果概要

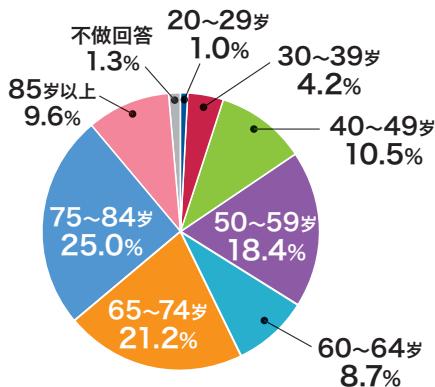
调查时间 2024年3月13日(星期三)～4月15日(星期一)

本公司大约每3年左右实施一次“公社租赁住宅居民实际情况调查(问卷调查)”，从所有居住在公社住宅的家庭中任意选出5,000人作为调查对象，就家庭情况、住宅评价、地方社区活动等进行询问。

本次整理了3,133名(回答率62.7%)居民的调查结果，并汇成报告。本调查资料将作为向大家提供更好住宅的基础资料。非常感谢大家对我们工作的配合。

## 1. 公社租赁住宅居民的性质

- 户主的平均年龄65.8岁，65岁以上人群占所有户主的5成以上。  
此外，最多的家庭结构是“单身”。



### 家庭结构



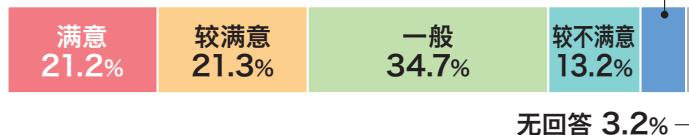
### 公社住宅居民

户主年龄	平均65.8岁 (2020年度 64.9岁)
65岁以上的比例	55.8% (2020年度 56.5%)《户主》
户均人数	平均1.9人 (2020年度 2.0人)

## 2. 住宅评价

- 入住理由为“因为是公社住宅”和“房租相对适宜”。
- 当前住宅的满意点主要为“光照、通风”、“垃圾放置处的使用便捷性”，不满点主要为“结露、发霉”、“浴室、厕所等的换气”等问题。

### 对现居住宅的总体评价



### 主要的入住理由

第1名	因为是公社住宅
第2名	房租相对适宜
第3名	因为上班或上学方便

### 对现居住宅的分项评价

高评价项目

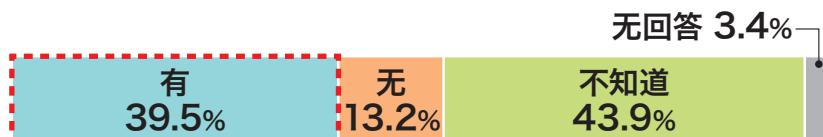
第1名	光照、通风条件
第2名	垃圾放置处的使用便捷性
第3名	清洁状况

低评价项目

第1名	结露、发霉
第2名	浴室、厕所等的换气
第3名	浴室、盥洗室篇

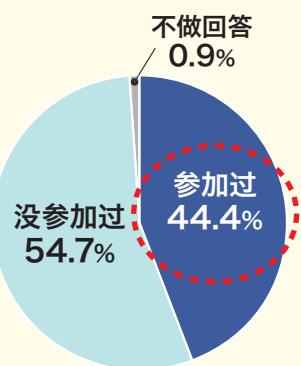
### 3. 地方社区活动

- 39.5% 的受访者回答所住的住宅(小区)有地方社区活动。



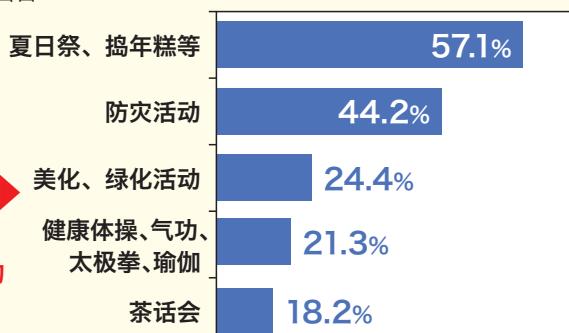
仅在地方社区活动中回答“有”的受访者

#### 参加地方社区活动



#### 参加过的地方社区活动 前5名

※多个回答



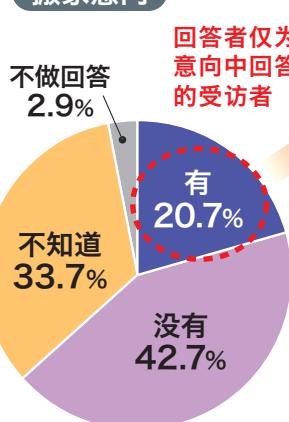
参加过地方社区活动

- 在回答“住宅内有地方社区活动”的人中，只有不到一半的人回答“参加过”。其中，参加夏日祭、捣年糕等活动及参加防灾活动的比例增高。

### 4. 今后的居住意向

- 有搬家意向的人士(20.7%)中，66.0%的人士希望搬至租赁住宅。此外，希望搬入租赁住宅的人士中，75.4%的人士希望搬至公共住宅。

#### 搬家意向



#### 理想的住宅

回答者仅为在搬家意向中回答“有”的受访者



#### 理想的住宅类型



# 强身健体，预防传染病！

日趋干燥的秋冬是传染病流行的季节。请配合进行洗手、漱口、预防接种等，打造抵御传染病的强健身体！

口腔及喉咙的黏膜、唾液等可保护身体免受病毒及细菌的侵害。因此，清洁口腔、充分摄取水分可以促使粘液及唾液的分泌，有助于预防感染。唾液分泌少或口腔容易干燥的人士，可在清洁口腔后使用口腔专用的保湿剂。关于口腔专用保湿剂，可向附近的医生咨询。

请记得勤洗手！指尖及指缝、手腕等也要充分清洗。睡眠不足或营养不足也是大敌。一起战胜传染病，度过秋冬吧。



东京都济生会中央医院  
小儿科部长 藤野 元子

## 正确的洗手方法

洗手前  
· 剪短指甲  
· 摘下手表或戒指



在流水下湿润双手后，涂抹肥皂，  
充分揉搓掌心。



沿指尖方向搓洗手背。



仔细清洗指尖和指缝。



清洗指间。



旋转揉搓大拇指和掌心。



记得清洗手腕。

“请配合传染病对策”摘录自（厚生劳动省 (<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf>)）

10月起开始接种流感疫苗及新冠疫苗。为预防重症化，请务必考虑接种疫苗。65岁以上推荐接种肺炎球菌疫苗、60岁以上推荐接种RS病毒疫苗\*、50岁以上推荐接种带状疱疹疫苗等。

\*RS病毒疫苗可在东京都济生会中央医院接种。

## 东京都济生会中央医院

东京都港区三田一丁目4番17号  
(都营大江户线“赤羽桥”站 赤羽桥口出发步行3分钟)



## 东京都济生会向岛医院

东京都墨田区八广1-5-10  
(京成押上线“京成曳舟”站步行7分钟)



JKK东京与社会福祉法人恩赐财团济生会支部东京都济生会为了实现居民健康与安心安全的生活，签订了总包合作协议。

③つの調査で、くらしをよりよく

# 統計調査

とうけい ちょうさ  
国が実施する調査です



## 家計調査

家庭のお金がどのように使われているかを明らかにします。



## 労働力調査

人々が働いている状況、失業の状況などを明らかにします。



## 小売物価統計調査

モノやサービスの価格の変化などを明らかにします。消費者物価指数の基になります。



1か月分の食費はいくら？



どれくらいの人が仕事をさがしているの？



だいこんは何月が安いのかしら？



たまには映画でも見ようかな。



昔に比べて働く女性、増えたよね。



物価が高い県と低い県の差はどのくらい？

答えは？



<https://www.stat.go.jp/>

統計局



◀くわしい情報はこちらから

※一部の機種・アプリでは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。

インターネットでの回答が可能です

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 ☺ 調査の結果は、暮らしをより良くする様々な取り組みに活かされています



総務省統計局・都道府県

## 请通过方便的账户汇款方式支付房租等费用

**账户转账  
手续办理  
方法**

①填写表格



②提交银行



③收到通知

※账户转账开始月上旬



④开始账户转账

※每月7日自动扣去当月金额



※在管理事务所、窗口中心领取账户转账委托书。想采用邮寄方式的客户请咨询客服中心。

可利用机构或手续方法，可通过电话或网页确认。



咨询方式

请拨打下列“JKK 东京客服中心”电话号码①

H P 地址

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

←扫描二维码可打开账户转账相关网页。



## “JKK 东京客服中心”电话号码

★联系窗口中心时，也请拨打此号码。

**受理时间 上午9点～下午6点(星期六、日、节日、年末年初除外)**

①各类手续、支付房租、  
居住方式的咨询

●Navi Dial



**0570-03-0031**

●无法使用Navi Dial电话的客户，或使用  
手机免费通话时间、折扣服务的客户

**03-6279-2962**



②维修申请和咨询

与漏水等紧急维修、事故或火灾、居住者安危相关的紧急联络为**24小时365天受理**

●Navi Dial



**0570-03-0032**

●无法使用Navi Dial电话的客户，或使用  
手机免费通话时间、折扣服务的客户

**03-6279-2963**



拨打Navi Dial 用手机拨打时，不适用于各电话公司的免费通话时间或折扣服务。

※星期一及假日的次日上午9点到10点之间，可能  
由于电话忙线而无法接通。非紧急客户请选择其  
它时间段

手续等相关常见  
问题请见此处



B I G YUTOJIRA  
全长 约180cm

说不定还会去您  
所住的小区哦？



传递活动及有趣公园等的信息！

←查看官方Instagram ✓

