



JoyLiV PDF版



【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

コミュニティサロンを ご活用ください



もくじ

◆ コミュニティサロンをご活用ください	1
◆ 地域コミュニティ活動の紹介(堀江住宅)	2
◆ エレベーター利用上の注意	3
◆ 電気自動車(EV)充電設備の設置に向けた ウェブアンケート調査について	3
◆ 階層変更申請について	4
◆ 長期居住高齢者向け住みかえ制度について	5
◆ 住宅の模様替えについて	6
◆ JKK東京の入居サポートについて	7
◆ ちょっと怖い糖尿病の合併症のお話	8
◆ 共用部での受動喫煙防止にご協力をお願いいたします	9
◆ 小金井本町あんしん住まいプロジェクト	9
◆ 住まいのカビ対策!	10
◆ 「領収のお知らせ」年次発行を終了します	10
◆ 東京都防災・建築まちづくりセンターからのお知らせ	11
◆ 口座振替のご案内	12
◆ 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号	12

お住まいの住宅にあるコミュニティサロン(集会所)は、お住まいのみなさま等が使用できる共用施設です。

趣味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、さらにはお一人でのテレワークなど、ぜひお気軽にご活用ください。

予約方法

管理事務所にて申込書をご記入ください。
利用日の1か月前からお申し込みできます。

※未成年の方のみで使われる場合は、保護者の方からお申込みいただきますようお願いいたします。



- コミュニティサロンは、**午前9時から午後9時まで**使用することができます。
 - 12月29日～1月3日は原則として使用することはできません。
- ※一部の住宅で利用時間等が異なることがあります。



- 鍵の受渡しはフロントスタッフが行います。管理事務所の営業時間外は対応いたしかねますので、営業時間内にフロントスタッフまでご相談ください。
- 予約時間から30分経過しても連絡なく管理事務所に鍵を受取りに来ない場合は、キャンセル扱いとなります。



- コミュニティサロンでは、**無料Wi-Fi**が使えます。
- ※一部の住宅は設置されていません。



- 使用後は後片付けや清掃を行い、火気、電気、水栓の確認及び戸締りをお願いします。

地域コミュニティ活動のご紹介



堀江住宅 堀江くらぶ

活動日：毎週金曜日
時 間：10:00～12:00

今回は、堀江住宅（江戸川区）で活動している「堀江くらぶ」をご紹介します。



堀江くらぶの皆さんと
代表者の松永さん（前
列右から二番目）。

松永さんは、お誕生
日会などで皆さんに
盆踊りを教えてくれて
いるそうです。

「堀江くらぶ」について

毎週金曜日の10時から12時に堀江住宅のコミュニティサロン（集会所）に集まって活動されています。主な活動内容は、トランプやかると、将棋、折り紙、工作、グランドゴルフなど好きなことを楽しんでいます。また、月2回、区の職員主導の認知症体操をされており、さらには、メンバーの誕生日会を月に1回開催しています。誕生日会では、お誕生日月の方に出身地や堀江地域のお住まい歴などのインタビューを行ったり、好きな歌を歌ったりされています。

活動の様子

取材にお伺いした日は、JKK住まいるアシスタントによる防災イベントを行っており、この日は15名の方が参加されていました。毎回恒例のラジオ体操を終えると、メンバー同士で堀江住宅近隣であった詐欺被害や不審者情報などの情報交換をされていました。その後、「防災かるた」や「防災すごろく」など、遊びを通じて楽しみながら防災の知識を深めるとともに、防災対策について改めて考えるきっかけとなるイベントでした。



災害伝言ダイヤルの練習



防災かるた



防災すごろく

代表者の松永さんにお話を伺いました！

◆ この活動を始めたきっかけは？

2023年8月にJKK住まいるアシスタントが堀江住宅のコミュニティサロン（集会所）で開催した「涼み処」というイベントをきっかけに活動を始めました。会を始めたときは、当初は8名ほどでしたが、現在では約20名のメンバーで活動を行っています。

◆ 活動をやっていてよかったことは？

毎週顔を合わせることで、メンバーの些細な変化に気づくことができ、認知症などの早期発見に繋がっています。また、地域包括支援センターの職員による相談室が開催され、困りごとを気軽に相談できる場があって嬉しいという声があります。今後も、みんなでお互いを見守り、助け合いながら元気に過ごしていきたいと思います。

当社はこのようなコミュニティ活動立上げのきっかけづくりに取り組んでいます。
ご興味がありましたら12ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号①までお問合せください。

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、扉に物をぶついたり、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ます、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、保護者の方が付き添ってください。

◆ 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ってください。

◆ 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。



電気自動車(EV)充電設備の設置に向けた ウェブアンケート調査について

当社は電気自動車を普及促進するため、公社住宅において電気自動車の充電設備を順次設置しております。

今後、さらに充電設備の設置を進めていくにあたり、公社住宅にお住まいの皆さまのニーズを的確に把握するため、ウェブアンケートを実施しております。アンケート結果につきましては、令和8年度以降の設置住宅選定の参考とさせていただきます。何卒、アンケートへのご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

アンケートの実施方法

右の二次元コードから、公社ホームページを経由して、ウェブアンケートにアクセスし、アンケートにご回答ください。



アンケート対象者

公社住宅にお住まいの皆さま

アンケート実施期間

令和7年2月3日(月)から令和7年3月3日(月)まで

上記内容のお問い合わせ先

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。

公社住宅へ住みかえをお考えの方へ

公社住宅にお住まいの方が、公社住宅へ住みかえを希望する場合、優先的にご案内する以下の申請・制度があります。

01

エレベーターのない住宅で、同一住宅の下層階へ住みかえ 階層変更申請

対象の方

名義人または同居者が以下のいずれかに当てはまる世帯

- 身体障害者手帳の交付を受けている（聴覚障害者は除く）
- 愛の手帳の交付を受けている
- 戦傷病者手帳の交付を受けている
- 歩行困難者である
- 妊娠中である
- 小学生以下の子がいる

住みかえ先のお部屋

- 現在お住まいの住宅の1階または2階のお部屋

申請方法

- ① 申請書類は管理事務所でお受け取りいただけます。申請書類の郵送をご希望の場合は「JKK東京 お客さまセンター」にご連絡ください。
- ② 申請書類に、住みかえ先として希望する棟や階層等をご記入の上、添付書類とともに管轄の窓口センターまたは管理事務所にご提出ください。あっせん可能なお部屋が発生次第、ご連絡します。

お申込み・お問い合わせ先

P.12 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号①





02

長期居住高齢者向け住みかえ制度

(同一住宅・他の住宅への住みかえ)

対象の方

以下のどちらにも当てはまる世帯

- 公社住宅の同じお部屋に25年以上住んでいる
- お申込み時点で名義人または主たる生計者のご年齢が70歳以上

住みかえ先のお部屋

- お申込み時点で、現在お住まいのお部屋の支払い家賃より低額家賃のお部屋 ※新築物件等の一部住宅を除きます。

お申込方法等

下記お問合せ先にご連絡ください。住みかえ先として希望するお部屋や間取り等を当社へ事前登録していただきます。あっせん可能なお部屋が発生次第、ご連絡します。

なお、収入を証明する書類の提出は不要です。

お申込み・お問い合わせ先

シニア住みかえ相談ダイヤル 03-6812-1351

(営業時間：9:30～18:00 定休日：日曜日・祝日)

※いずれの申請・制度も、お申込み時点及び住みかえ先のお部屋の賃貸借契約時において家賃等の滞納がある世帯は、お申込みできません。

住宅の模様替えについて

住宅内の改修等の模様替えを行う際は、住宅の保全のため、事前に当社へ申請し、承認を受ける必要があります。

承認を受ける必要がある模様替え（一例）

廊下や居室等に、手すりや補助器具を取り付けたい。※



※別途申請により、高齢の方やお体が不自由な方には、公社負担で手すりの設置等ができる場合があります。

玄関扉を二重ロックにしたい。
(補助錠を取り付けたい。)



食器洗い機を置きたい。



「住宅模様替え等承認申請」の提出が必要です。

- ★自費で施工していただきます。
- ★内容によっては承認されないことがあります。(増改築・共用部分の模様替えは承認できません。)
- ★原則として、退去するときに原状回復していただきます。



添 付 書 類	・ 部屋の平面図等（模様替えを行う場所が分かる図。手書きで結構です。） ・ 設置する製品のカタログ等（写しで結構です。） ・ その他に書類が必要な場合があります。
手 続 き 場 所	・ 管理事務所又は管轄の窓口センター

申請が不要な模様替え（一例）

項 目	適 用
コンクリートプラグ (壁等にドリルで穴を開け) ビスを差し込むもの)	・ 家具類等を固定する場合 ・ 穴(口径9mm・深さ2.5cm以内) * 電気スイッチ・コンセント・ブレーカー周辺への設置はできません。
エアコン等の設置	・ 室外機置場があり、ドレンを処理できる設備が設置されている場合 ・ 窓にパネルを取り付けて給排気孔を設置し、室外機をベランダに設置する場合 ・ 共用廊下に面した部屋は、スリーブ・エアコン用コンセントがある場合 * 詳細は当社ホームページをご確認ください。

公社住宅で
エアコンの
設置を検討
される
皆さまへ



模様替えを行う場合は、JKK東京 お客さまセンターまでご相談ください。
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

JKK東京の入居サポートについてご親族、ご友人等にご紹介ください

JKK東京では、①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、②ご結婚予定、パートナー関係になるおふたりは募集開始から7日間優先的にお申込みいただける制度がございます。
ご親族、ご友人の方にご紹介いただけると幸いです。

お互いに見守り、ふれあい、助け合える

近居で あんしん 登録制度



詳しくはホームページへ



近居であんしん登録制度とは？

育児に奮闘中の子世帯を手助けしたい。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

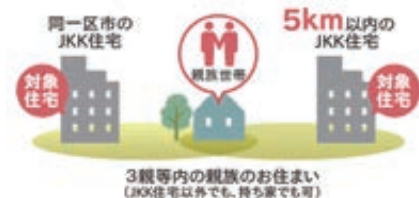
「親族条件」及び「世帯条件」の両方を満たすお客様

- 親族条件 … 希望する住宅の同一区市、またはおおむね半径5km以内に3親等内の親族世帯が居住していること
- 世帯条件 … ご登録世帯または親族世帯が「子育て世代」「高齢者世帯」「障がい者世帯」のいずれかに該当すること

対象住宅

親族世帯の住まいと同一区市
またはおおむね半径5km以内
にあるJKK住宅

※ただし、一部住宅を除く



結婚予定者 優先申込制度



詳しくはホームページへ



結婚予定者優先申込制度とは？

募集開始から7日間優先的にお申込みいただけます。

対象

「ご結婚予定のおふたり」または「パートナー関係になるおふたり」
ご入居する全員が40歳未満に限ります ※お申込み時

対象住宅

駅から徒歩10分程度の住宅のうち、公社が指定する住戸

[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)



ひとと、くらしをあったかく。

JKK東京

ちょっと怖い糖尿病の合併症のお話

糖尿病は、血液中のブドウ糖（血糖）が多くなりすぎて血糖値が高くなる病気です。糖尿病が進行すると、さまざまな合併症が起こることがあります。

ここでは代表的な3つの合併症、「糖尿病神経障害」「糖尿病網膜症」「糖尿病腎症」について説明します。



東京都立大塚病院
糖尿病・内分泌代謝内科
部長 中村 佳子

糖尿病の3大合併症



しめじ
と覚えましょう



糖尿病の予防
についてはコチラ

<糖尿病神経障害>

最も多い合併症で、早い段階から起こります。神経が傷つき、しびれや痛みを感じることがあります。進行すると感覚が鈍くなり、怪我ややけどをしても気づかないことがあるため注意が必要です。

<糖尿病網膜症>

目の奥にある網膜の血管が傷つくことで起こる病気です。初期段階では症状がないことが多いですが、進行すると視力を失うこともあります。糖尿病と診断されたら、年に1回など定期的に眼科で検査などを受けましょう。

<糖尿病腎症>

高血糖が続くと、腎臓の働きが悪くなることがあります。初期には症状がないことが多いですが、進行すると透析が必要になることもあります。定期的に血液や尿の検査を受けて、腎臓の状態をチェックしましょう。

糖尿病は、初期には症状が出にくい病気です。合併症を防ぐためにも、糖尿病を理解して、適切なケアをすることが大切です。糖尿病だからと落ち込まず、まずは「知る」ことから始めてみましょう。



東京都立病院機構では、
公式LINEアカウントにて
健康に役立つコラムや都立
病院の情報などを発信中！



お友だち
登録は
こちらから

JKK東京と東京都立病院機構は、お住まいの方等の健康で心豊かな生活の支援や地域コミュニティの活性化を目的とした包括連携協定を締結しています。

共用部での受動喫煙防止にご協力をお願いいたします



～バルコニーでの喫煙はお控えください～

東京都では、都民の健康増進の観点から、受動喫煙対策をより一層推進していくため、「東京都受動喫煙防止条例」を定めました。

当社でも、令和6年7月に竣工した世田谷区の「カーメスト桜新町」では住戸内の専有部分を含めた敷地全体を「完全禁煙」とするなど、受動喫煙防止に取り組んでいます。

こうした中、日々、当社のお客さまセンターや窓口センターに寄せられる喫煙に関する声を踏まえ、昨年度、公社住宅にお住まいの方を対象とした「喫煙に関する意識調査」を実施しました。本調査の結果では、喫煙されている方でもバルコニーなど、共用部での禁煙を受け入れるとのお声が聞かれました。

当社といたしましては、喫煙されている方ご自身の健康のためだけでなく、共同住宅におけるお互いへの気配りから、バルコニーを含む共用部での喫煙はお控えいただくよう引き続き協力を求めてまいります。

小金井本町あんしん住まいプロジェクト

当社では、小金井本町住宅（小金井市）の団地再生事業を「小金井本町あんしん住まいプロジェクト」と位置づけ、地域にお住まいの皆さまが、いくつになっても住み慣れた場所で自分らしい暮らしを続けることができるよう、安心の住まいとサポートをご提供します。

「JKKシニア住宅」 誕生

高齢になっても自立した生活を継続して送ることができるようにバリアフリーや緊急通報装置を整備しています。



本プロジェクト
の詳細はこちら



住まいのカビ対策！



次の4つの条件が揃うとカビが繁殖してしまいます。居室内のカビを放置してしまうと、建物の老朽化に繋がるだけでなく、健康に悪影響を与える可能性があります。快適な生活を送るためにも、すぐにできるカビ対策を行いましょう。

湿度(水分)

カビは水と仲良し。約60%以上から活発に活動し、約80%以上で一気に繁殖します

温度

高めの気温が好きで、15～30℃の気温(25～28℃が最も活発化します。)

栄養分

食品の食べカスや衣類、木、ホコリ、汚れ、ダニなど家にあるほとんどのものがエサになります。

酸素

カビも生物なので、酸素を必要とします。



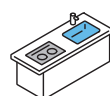
浴室

- 入浴後、カビの栄養源となる石鹸カスや皮脂などの汚れを落とします。水のシャワーでさっと流し室温を下げるのも効果的です。
- 最後にタオルで水分を拭き取ったら換気をしましょう。



洗面所

- 濡れた場所はこまめに拭き取り、換気をしましょう。
- 洗面台の下扉や引き出し時々開けて換気をしましょう。
- バスマットも湿ったら床に置いておかないことが大切です。



キッチン

- 水蒸気が発生する場所なので、調理中や食器洗いのときも換気扇を回します。
- キッチンはキャビネットの隅など普段は手の届かない部分の掃除を念入りに行いましょう。



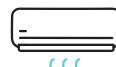
玄関

- 外から家の中に入る際は汚れなどを落とし、一日履いた靴や雨で濡れた傘は、ひと晩玄関に置いて乾かしてから収納します。
- 重曹を小さな箱やコップに入れて下駄箱に入れておくと、重曹の除湿・消臭効果があります。



リビング・寝室

- 棚やソファなどの家具が壁に密着していると裏側がカビやすいため、5センチ程度離して設置します。
- 日頃から衣類の保管場所の通気性を確保しておきましょう。
- 押入れには、すのこを置いて湿気がこもらないようにしましょう。



エアコン・窓

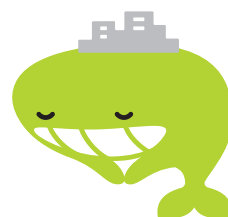
- アレルギー体質の場合、喘息などの症状を発生させる原因になる場合もあるため、定期的なフィルターの掃除が大切です。
- 窓の結露は冬場を中心に発生しやすいので、放置しているとカビの原因になります。掃除や換気、カーテンの洗濯などを定期的に行いましょう。

「領収のお知らせ」年次発行を終了します

これまで、公社住宅家賃等を口座振替にてお支払いされているお客さまに毎年4月頃発行していた「領収のお知らせ」(圧着ハガキ形式)については、ペーパーレス推進のため、次回、令和7年発行分をもって一斉発送を終了いたします。

今後、特に発行が必要なお客さまについては、領収のお知らせが必要な時期に、お客さまセンターに発行をご依頼ください。

※お客さまの契約状況、支払方法等によっては発行できない場合があります。あらかじめご承知おきください。



● ● ● 東京都防災・建築まちづくりセンターからのお知らせ ● ● ●

あんしん居住制度のご案内

住み慣れた住宅、住み続けたい地域でのあんしん生活を支えます！

預り金タイプ

お住まいでの「見守り」を実施します。1年ごとの更新です。

あらかじめ一定の費用をお預かりして、死亡時に葬儀・残存家財の片付けのサービスを実施します。契約期間は5年間で更新も可能です。

A 見守りサービス

利用料 49,100円/年
事務手数料 6,600円/年
安否の確認、緊急時に出動

B 葬儀の実施

預り金 297,000円
事務手数料 55,000円/5年
遺体搬送、火葬、遺骨引渡し等

C 残存家財の片付け

預り金 154,000～616,000円
事務手数料 55,000円/5年
家具・家電・その他物品を片付け

BとC両方を契約した場合も、事務手数料は55,000円になります。

※ A B Cのサービスは、単独でも、組み合わせでも、ご利用できます。

※ Cの残存家財の片付けの預り金は、お住まいの住居面積により異なります。

月払いタイプ

月々のお支払いで、死亡時に葬儀・残存家財の片付けのサービスを実施します。

B・Cのセット
の契約です

B 葬儀の実施

遺体搬送、火葬、遺骨引渡し等



C 残存家財の片付け

家具・家電・その他物品を片付け

住居面積：20㎡未満

利用料 4,000円/月 事務手数料 11,000円/年

住居面積：20㎡以上 50㎡未満

利用料 5,000円/月 事務手数料 11,000円/年

(住居面積50㎡以上は設定なしです。預り金タイプをご利用ください。)

※以下の①～③の全ての要件を満たした方が対象です

- ①ご契約時点で79歳以下の方
- ②東京都内（島しょを除く）の賃貸住宅（戸建て住宅を除く）に居住、あるいはこれから居住する方
- ③健康状態等に関する「告知事項」に該当する方

※上記の料金には、すべて消費税が含まれています。

ご希望の方に、詳しいパンフレットをお送りします。お気軽にお電話ください。

お問合せ先

公益財団法人 東京都 防災・建築まちづくりセンター
☎ 03-5989-1784

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/>

←二次元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。



「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号

JKK東京ホームページに「電話がつながりにくい時間帯について」を掲載しています。

受付時間 午前9時～午後6時（土・日・祝日・年末年始を除く）



① 各種お手続き、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、入居者の安否に関わる
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。
- ・すべての電話番号で通話料がかかります。
- ・月曜日及び休日の翌日の午前9時から10時までの時間帯は電話が混み合い、つながりにくい状態となる場合があります。お急ぎでない方は他の時間帯をご利用ください。
- ・「居住者コード」をお伝えいただくと、お問い合わせに要する時間が短縮されます。

各種お知らせや、
お手続き・修繕に
関する『よくある
ご質問』はこちら



あなたの住宅にも
ユトジラがくるかも!?

公式Instagramをフォローして、
イベント情報や団地のおもしろ
遊具をチェックしよう!

JKK東京
公式Instagram

**バルコニーを含む
共用部での喫煙は
お控えください。**



みなさまの
健康のために
受動喫煙防止
にご協力お願い
します。