



JoyLiv PDF 版



JKK 東京

ひとと、くらしをあったかく。

【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

適切な対策をして

熱中症を  
防ぎましょう!

今年の夏も  
**沸とう京**

東京都熱中症対策  
ポータルサイト



## もくじ

- ◆ JKK住まいるアシスタントの取組みについて…………… 2
- ◆ 涼み処開催のお知らせ…………… 3
- ◆ 健康コラム:いち早く脳卒中の兆候に気づき命を守る…………… 4
- ◆ 高齢者向け「見守りサービス」のご紹介…………… 5
- ◆ 給湯設備取替工事についてのお知らせ…………… 6
- ◆ 台風に備えましょう! / 水漏れ事故に注意しましょう…………… 7
- ◆ あつまれ! JKKキッズ / ユトジラでアートコンテスト…………… 8
- ◆ JoyLiVにお子さんの写真を掲載してみませんか?…………… 9
- ◆ 東京都環境局からのお知らせ…………… 10
- ◆ 国勢調査の回答をお願いします / 口座振替のご案内…………… 11
- ◆ 令和7年度 JKK住宅計画修繕実施予定一覧…………… 12
- ◆ 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号…………… 12

### こまめな 水分補給



1時間に1回、  
コップ半分程度

のどが渇く前に水を  
飲むことを心がける

### 迷わず エアコン利用



無理な節電はせず、  
夜もしっかり使用する

### 涼しい服装 などの工夫



ネッククーラーなどの  
冷却グッズを活用する

### 日傘・帽子 の活用



直射日光を避ける

### クーリング シェルター等の利用



外出時は涼しい場所で  
こまめに休憩する

### 周りの人への 声かけ



家族、友人、ご近所の方  
などで声をかけあう

### 暑さ指数 (WBGT)の確認



気温、湿度、日差しなどの  
「暑さ指数」を日々確認

### 規則正しい 生活を送る



十分な睡眠とバランス  
の良い食事を心がける

熱中症に関する  
情報を発信中!

クーリングシェルター・  
クールシェアスポット



東京暑さマップ



救急車を呼ぶか迷ったら…  
東京消防庁 救急相談センター  
電話 #7119



## 水道局からのお知らせ

物価高騰下の暑さ対策の一環として水道の基本料金を無償にします

- 今年度の夏場4か月(6～7月分と8～9月分、又は7～8月分と9～10月分)  
・従量料金・下水道料金は対象外です。
- 東京都水道局と小口径(13、20、25mm)の給水契約の方  
・4か月分で、3,784円～6,424円(税込)が無償になります。申込不要です。

【お問い合わせ】水道局お客さまセンター ☎ 0570-091-100

ナビダイヤルをご利用できない方は、以下にご連絡ください。

☎ 03-5326-1101 (区部)、又は ☎ 042-548-5110 (多摩地区 26 市町)

※受付時間 午前8時30分から午後8時まで(日曜日及び祝日を除く。)

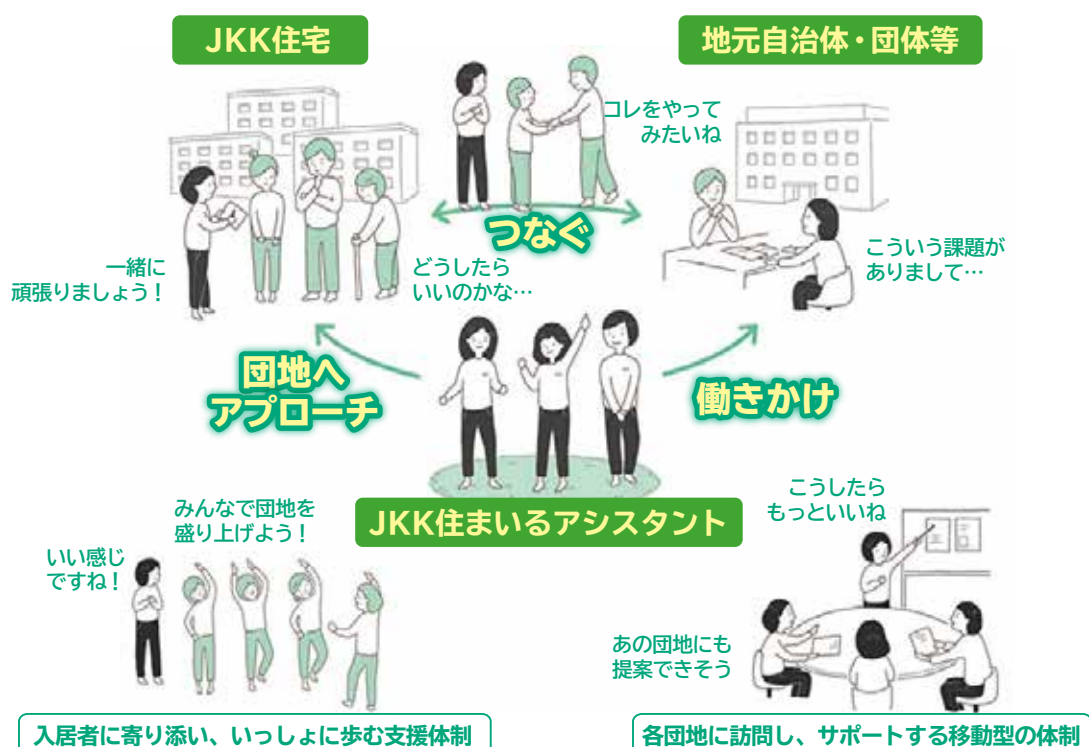
詳しくは  
こちらから



# JKK住まいるアシスタントの 取組みについて

JKK 住まいるアシスタントは、地域のつながりや福祉に関するみなさまの声を直接うかがい、地域の行政や福祉団体などにつなぐお手伝いをしています。その橋渡しを通じて、みなさまの暮らしや地域の活動がもっと元気になるよう、寄り添いながらサポートしています。

## 「JKK住まいるアシスタント」による団地コミュニティの再活性化



## 〈取組事例〉

### 事例1 八王子市との連携 (トミンハイム南大沢東)

#### 「つながる処<sup>どこ</sup>すまいる」



コミュニティサロンで、高齢の方を対象に「スローエアロビク」を行いました。無理なくできる運動で体をほぐしたあとは、みんなでお茶を飲みながら楽しくおしゃべり。

体も心もリフレッシュできる、ほっとできる時間になりました。

### 事例2 地域との連携 (カーメスト大蔵の杜)

#### 「和み処<sup>なご</sup>どこ



コミュニティサロンで、高齢の方と近くの保育園の子どもたちが集まり、いっしょに工作やゲームを楽しみました。

笑顔がいっぱいの、あたたかい世代間交流の時間になりました。

# 涼み処<sup>どころ</sup>

快適 & 楽しい時間を♪

予約不要  
参加無料  
出入り自由



冷房の効いたコミュニティサロンで  
適なひとときをお過ごしください。

当日は、住みいるアシスタントによる  
イベントも行います。

詳しくはこちら



## 開催場所・開催時間

- |             |                                        |
|-------------|----------------------------------------|
| 堀江          | 8月15日（金）10時～12時                        |
| トミンハイム加平一丁目 | 8月18日（月）13時～15時                        |
| コーシャハイム中村北  | 8月19日（火）13時30分～15時                     |
| 小金井本町       | 8月中毎週水曜日 10時～12時<br>（8月6日、13日、20日、27日） |
| カーメスト大蔵の杜   | 9月30日（火）10時～11時30分                     |

### JKKクーリングスポット

一部の管理事務所では、熱中症対策の一環として『JKKクーリングスポット』をご利用いただけます。詳細は、HPをご確認ください。

※クーリングスポット：熱中症予防のために、暑さを避けて一時的に休憩できる場所のこと





## 「いち早く脳卒中の兆候に気づき 命を守る」

脳卒中は脳の血管が急に破れたり、詰まったりして発症します。脳の血管が破れてしまうものを「出血性脳卒中」、脳の血管が詰まってしまうものを「虚血性脳卒中（脳梗塞）」といいます。

脳卒中を発症し、要介護状態になるケースは少なくありません。脳卒中は早期対応がとても重要になります。

今回は、脳卒中の兆候を見逃さないための

「FAST チェック」についてお伝えします。



都立墨東病院  
脳神経外科医長  
土屋 掌

F

### Face (顔)

頬の片方が  
下がる



左右のどちらかの口元がゆがんでいないか、瞼が下がっていないかチェックします。鏡の前で「イー」と口の端を引いて、左右の口角の高さがずれていないか見てみましょう。顔の筋肉が麻痺すると顔の片側にゆがみが生じます。

A

### Arm (腕)

片腕に力が  
入らない



両手を肩の高さまで「前ならえ」のように上げ、静止します。このとき手のひらは上に向けておきます。どちらか片方の手が落ちてくるようならば脳卒中の兆候と考えます。

S

### Speech (おしゃべり)

うまく話せない



ろれつが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できないなどは脳卒中の兆候です。

T

### Time (時間)

すぐに救急車を要請



顔、腕、おしゃべりを観察して1つでも異常を感じたら、すぐに救急車を呼び、病院へ行きましょう。脳卒中は早期対応が鍵になります。

これらの兆候以外にも、意識を失う、視野が半分消える、ものが二重に見える、激しい頭痛などの症状も脳卒中が疑われます。

脳卒中の大きな原因は高血圧です。血圧が高めの方、最近太ってきたと気になる方は生活習慣を見直しましょう。

そして、脳卒中の兆候に気づいたら、ためらわずに救急車を呼んでください。脳卒中の兆候を知り、もしものときに備えましょう。

脳卒中の詳細についてはこちら↓



地方独立行政法人

東京都立病院機構

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！



お友達登録はこちらから→



## 高齢者向け「見守りサービス」のご紹介

当社では、JKK住宅における高齢者世帯の増加を踏まえ、事業者と提携しセンサー等の機器による見守りサービスを提供しております。

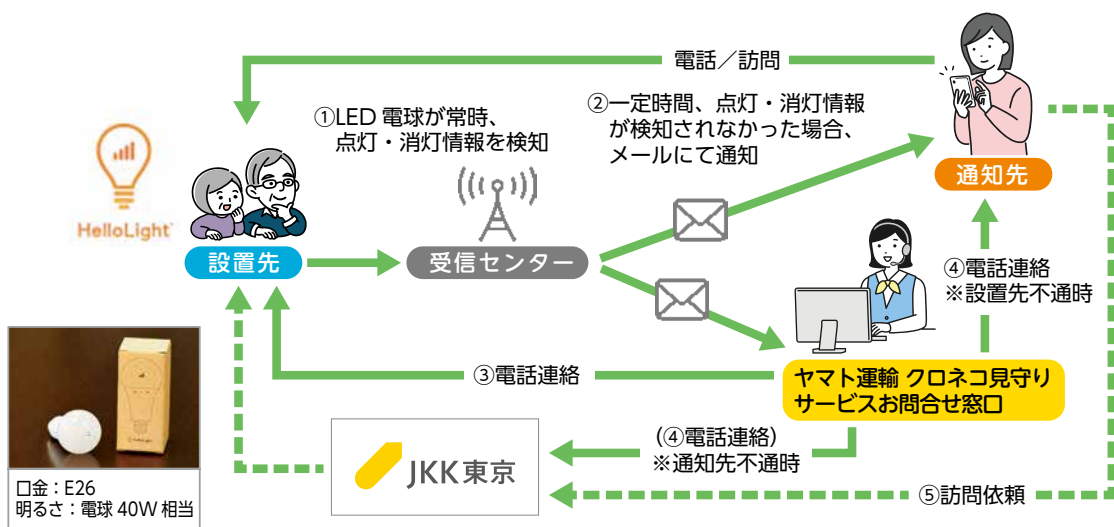
ご利用を希望される方は、以下のお問合せ先へお申し込みください。

### ヤマト運輸 「クロネコ見守りサービス」

月額  
**1,078円**  
(税込)

通信機能を備えた LED 電球「ハローライト」を日常的に使用するトイレ等に設置し、一定時間、点灯・消灯が確認できなかった場合、事前に登録いただいた通知先へご連絡いたします。

#### サービス全体イメージ



通知先のご親族等が設置先の状況を確認できず、依頼を受けた場合に公社が代わって安否確認を実施

前日 9:00 ～ 当日 8:59 の間に電球の ON/OFF が確認できない場合に異常を検知し、当日朝 9:00 ～ 10:00 の間に事前設定した通知先へメールでお知らせ。

#### お申込み・お問合せ先

ヤマト運輸 クロネコ見守りサービスお問合せ窓口

電話 **0120-86-2220**

受付時間 9:00 ～ 18:00 (年末年始を除く)

以下の二次元コードにアクセスしていただくと申込画面に進みます。



## 給湯設備取替工事についてお知らせします

### ● 当社が給湯設備を設置したお部屋について

管理開始当初からすべてのお部屋に給湯設備（給湯器、風呂釜）を設置している住宅（昭和58年度以降に建設）では、更新時期に合わせて計画的に公社が取替工事を行っております。

管理開始当初に給湯設備を設置していない住宅（昭和58年度以前に建設）では、あき家補修工事等において公社が給湯設備を設置しています。お部屋によって設置した時期が異なることから、更新時期が到来したお部屋ごとに個別にお知らせし、取替工事を行っております。

※お客さまご自身で浴槽・風呂釜を設置されている場合は、対象外となります。

### ● お客さまご自身で浴槽・風呂釜を設置したお部屋について

当社による浴槽・給湯設備の取替を希望される場合は、下記のお申し込みを受け付けております。

※取替前の浴槽・風呂釜の撤去費用はお客さまのご負担になります。

### 「浴槽・給湯設備設置工事」の申し込みについて

|      |                                                                        |
|------|------------------------------------------------------------------------|
| 対象世帯 | お客さまご自身で浴槽・風呂釜を設置されているすべての世帯                                           |
| 家賃   | 現在お支払いいただいている家賃の4%相当の増額となります。ただし、1点給湯（浴室）は3%相当となります。                   |
| 給湯方式 | 一部の住宅を除き、2点給湯（浴室及び台所）となります。<br>※南砂住宅、建替選定住宅及び事業化住宅については、1点給湯（浴室）となります。 |

工事をお待ちいただいているお客さまにおかれましては、順次対応しておりますので、今しばらくお待ちくださいますようお願い申し上げます。

お問い合わせ先

#### ● 給湯方式等に関するお問い合わせ先

⇒12 ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号②まで

#### ● 申込書の内容等に関するお問い合わせ先

⇒12 ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号①まで

※申込書については、お住まいの住宅の管理事務所で配布・受付いたします。

## 台風に備えましょう！

バルコニーに私物を置いていると、強風で倒れてガラスを破損することがありますので、あらかじめ部屋の中に入れておいてください。

また、バルコニーの排水口が詰まっていると水が流れませんので定期的にゴミなどは取り除いておいてください。

サッシから雨水が入ってくる場合は、布類やビニールなどで浸水しないよう処置してください。

災害に備え、ぜひ定期的に情報を確認し、必要な準備を進めてください。  
詳細は JKK東京ホームページをご覧ください。



<https://www.to-kousya.or.jp/nyukyosha/saigai/index.html>



## 水漏れ事故に注意しましょう

生活上の不注意による水漏れ事故が発生しています。水漏れ事故はご自身が困るだけでなく、階下の方にも迷惑がかかります。

**水漏れ事故を起こさないように、以下のことに気をつけましょう。**



洗濯機と給水口・排水口がきちんと繋がっているか、今一度確認しましょう。



玄関やトイレの床、バルコニーには、水を流さないようにしましょう。



断水時に外出する際は、水道などの蛇口をしっかり締めるようにしましょう。



洗濯機・台所・洗面所・浴室などの排水口はこまめに掃除しましょう。

※万が一、不注意が原因で他の世帯の家財などを水損させてしまった場合は、被害の補償などご自身で行わなければなりません。





# あつまれ!

# JKKキッズ



千尋とみづき、  
花火のように大きく育って!



今年の夏まつりでは、かき氷を  
たくさん楽しみました!

## ユトジラでアートコンテスト

当社は、『ひとと、くらしをあったかく』をテーマに、ユトジラが登場する4コマまんがの社内コンテストを実施しました。上位入賞者の作品を紹介します。



1 ぽかぽかいい天気で気持ちいいなあ

おーい ユトジラー



2 やあ、団地さん どうしたのー?

ユトジラはお空を自由に飛びまわっていいねえ。



3 それなら ユトジラの背中にのせてあげるよ!

団地は ずっとここに立ちばなしてたいくっだよ。

わあ いいの?



4 利かどー

ぼくたち 23棟兄弟なんだ!

### ユトジラと高ヶ坂

動けない団地が空を飛びたいのでユトジラにお願いしてみた。



# JoyLiVにお子さんの写真を 掲載してみませんか



JoyLiVを見たお住まいの皆さまが、思わず笑顔になるような、お子さんの写真を募集しています。お誕生日の記念、お兄ちゃん・お姉ちゃんになった記念、家族の思い出の写真などを JoyLiV に掲載しませんか？ たくさんのご応募お待ちしております。

## ① 応募資格

JKK住宅にお住まいの皆さま

## ② 応募方法

応募フォームからご応募ください

## ③ 掲載内容

- 室内または住宅敷地内で撮影し、写真の中に人物が写っていること
- 保護者からのメッセージ  
(メッセージの中にお子さんのお名前(ニックネーム可)を入れてください)

## ④ 注 意 点

- 採用、不採用についてのお問い合わせはご遠慮ください。
- ご応募いただいた写真は、JoyLiVに無償で使用させていただきます。
- 有名キャラクターなど他人の著作物を撮影した作品は、応募できません。
- 第三者の著作権、肖像権その他の権利を侵害し、または侵害する恐れのあるものは応募できません。
- 応募に際し発生する通信費用は、応募者のご負担となります。
- 使用するに際しては、トリミングや写真の明るさ調整等の軽微なデータ修正やいただいたコメントの調整をさせていただく場合がありますので、予めご承諾ください。

写真を応募し広報紙に掲載された全ての方に、感謝の気持ちを込めてささやかなプレゼントをご用意しております。すでにご応募いただき、広報紙に掲載された方にもプレゼントをお届けいたしますので、ぜひ楽しみにお待ちください。



※写真はイメージです

公式Instagramで

おもしろ遊具や  
団地のイベント情報を発信中!

フォロー  
してね!

JKK東京  
公式Instagram



## 東京都環境局からのお知らせ

# HTT ④へらす①つくる①ためる を進めよう!

東京都では、電力の「HTT」(④へらす・①つくる・①ためる)をキーワードに脱炭素社会の実現とエネルギーの安定確保に向けた取組を推進しております。

特に、冷房の使用などで電力消費量が多くなりやすい夏は電力の削減<④>がポイント!

家族みんなで暮らしを見直し、工夫することで地球にも家計にもやさしい省エネに取り組みましょう!



電力をへらす 少しの工夫で大きな成果 わが家の省エネを初めましょう!

### ①エアコンのフィルターをこまめに掃除 約 1,100 円節約

月 2 回を目安にフィルターを掃除しましょう。目詰まりすると吸い込む空気の量が減り、冷やす力が弱くなります。

### ②テレビ画面は明るすぎないように設定する 約 600 円節約

省エネモードに設定して、画面の輝度を下げましょう。明るさ調節する前に、画面の掃除をすることも効果的。

の値は一般の家庭における年間の節約金額(目安)です。  
その他の HTT (④へらす ①つくる ①ためる) の取組は東京都環境局の HP に掲載しています。  
[https://www.kankyo.metro.tokyo.lg.jp/climate/tokyo\\_coolhome\\_coolbiz/index.html](https://www.kankyo.metro.tokyo.lg.jp/climate/tokyo_coolhome_coolbiz/index.html)

### ③蛍光灯器具から LED 照明器具に交換する 約 2,310 円節約

長くつけておくことが多いリビングや玄関から LED 照明に交換すると、より省エネです。  
人感センサーを使用すると消し忘れを防げます。



東京HTT 検索

より省エネ性能が高い家電への買い替え等で東京ゼロエミポイントがもらえます!

家電製品の省エネ性能は年々進化しており、買替えにより大きな省エネが図れます。省エネ性能の高いエアコン、冷蔵庫等の対象製品に買い替える際、その場で値引きが受けられる「東京ゼロエミポイント」事業をご利用下さい。



東京ゼロエミポイント 検索

- 登録店舗で対象製品を購入する際に申請すると、ポイント相当分が販売価格から値引き
- 製造から 15 年以上経過した冷蔵庫・エアコンからの買替えはポイント上乘せあり(最大 8 万円相当)
- 特に省エネ性能の高い冷蔵庫・エアコンについては、新規購入の場合も対象

#### ■ 節電・省エネの取り組みについてのお問い合わせ先

東京都環境局 家庭エネルギー対策課 ☎ 03-5388-3533

#### ■ 東京ゼロエミポイントについてのお問い合わせ先

東京ゼロエミポイントコールセンター ☎ 0120-083-255 (フリーダイヤル)  
受付時間: 9時~17時(年末年始を除く) ☎ 03-6834-2621

\ 全員参加! /

国勢調査 2025



# 国勢調査の 回答をお願いします。

インターネット  
回答が  
おすすめ!

令和 7 年 10 月 1 日に国勢調査を実施します。

国勢調査は日本に住むすべての人と世帯(外国人も含む)が対象です。

必ずご回答ください。

9月下旬頃から  
調査書類を  
お届けします

インターネット回答期間

9.20[土]▶10.8[水]

【問合せ】東京都国勢調査実施本部 広報渉外担当  
☎ 03-5321-1111 (内 25-516)<https://www.kokusei2025.go.jp/>

国勢調査2025

検索



総務省統計局・東京都・区市町村

## JKK住宅家賃等の支払いには 振替口座の登録が必要です

口座振替  
手続き  
方法

①用紙に記入

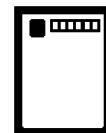


②銀行に提出



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。

住宅家賃等の適切な支払いのため、当社に登録済みの家賃等振替口座の口座名義人名の変更を行った場合には、改めて、口座振替依頼書の提出が必要です。(当社の「登録事項変更届」とは異なります)

戸籍の読み仮名の設定、婚姻等による姓の変更等に伴って金融機関口座の名義の変更を行う際は、速やかに金融機関に当社の口座振替依頼書の提出をお願いします。当社での口座名義人名の登録変更までには約 2 か月かかり、手続きされないと家賃等の支払いについて支障が生じるおそれがあります。

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 12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/>

← 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。



## 令和7年度 JKK住宅計画修繕実施予定一覧（巨大樹木剪定）

工事を実施する際には、事前にお住まいの皆さまへご案内いたします。  
その他の工事の計画修繕実施予定はJoyLiV No.72(6月号)にも掲載しています。

### 《実施についてのお願い》

工事期間中は、何かとご不便をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

| 工事項目 / 工事内容             | 住宅名      |              |               |
|-------------------------|----------|--------------|---------------|
| 巨大樹木剪定<br>巨大樹木の剪定を行います。 | コーシャタワー佃 | 中台町住宅        | 江ノ島道東住宅       |
|                         | 本村町住宅    | コーシャハイム光が丘第二 | 富士見町住宅        |
|                         | 越中島住宅    | 興野町住宅        | 富士見町東住宅       |
|                         | 南砂住宅     | 千住東町住宅       | 霞台第一住宅        |
|                         | 霞台第二住宅   | 南砂七丁目住宅      | 堀江住宅          |
|                         | 多摩川住宅    | 西大島住宅        | 新田第二住宅        |
|                         | 木曽住宅     | 亀戸九丁目住宅      | コーシャハイム南大沢第二  |
|                         | 小金井本町住宅  | トミンハイム東陽六丁目  | コーシャハイム南大沢五丁目 |
|                         | 小金井貫井住宅  | 豪徳寺住宅        | トミンハイム上柚木     |
|                         | 久留米西住宅   | コーシャハイム芦花公園  | トミンハイム南大沢西    |
|                         | 平尾住宅     |              |               |

## 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号

月曜日及び休日の翌日は、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、別の日にご利用ください。

**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



**0570-03-0031**

**☎ 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、断水、入居者の安否に関わる緊急のご連絡は **24 時間 365 日対応**



**0570-03-0032**

**☎ 03-6279-2963**



- ・ナビダイヤルは、各携帯電話事業者が提供する無料通話や通話料定額プランの対象外です。また、使用している回線・端末によって通話料が異なります。料金ガイダンスもしくはナビダイヤルのホームページをご確認ください（ナビダイヤルに発信後、冒頭に流れる料金ガイダンス中については通話料は発生しません）
- ・「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



あなたの周囲に、**虐待** が疑われるような  
**子ども** はいませんか。



チェックリスト詳細

### ✓ 虐待に気づくための チェックリスト（抜粋）

- ☐ 不自然なあざ・打撲・火傷のあとがある
- ☐ 家の外にしめ出されている
- ☐ 衣服や身体がいつも汚れている
- ☐ 食事を与えられていない
- ☐ 夜遅くまで遊んだり、徘徊している

子どもや保護者の様子に「何か変だ」と思ったら、



いちはやく  
**「189」**

**に電話してください。**  
(児童相談所虐待対応ダイヤル)

**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。