

JKK 东京宣传杂志 JoyLiV

2025年12月 No.75



【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

目录

◆ 自治会活动的介绍（久留米西住宅）	2	◆ 关注生活噪音／拉黑！特殊诈骗	8
◆ 健康专栏：“皮肤虚弱”对策	3	◆ 关于粗大垃圾的处理方法的请求	9
◆ 大家一起预防火灾！／关于加入损害保险	4	◆ 关于停车场使用费减额制度的更新手续	9
◆ 当住宅用火灾警报器响起时	5	◆ 集合！JKK小朋友们／使用UTOJIRA创作的艺术竞赛	10
◆ 关于对长期居住客户的维修应对	6	◆ 人权周～不是“某个人”的事。～	11
◆ 关于阳台与窗户栏杆的故障	7	◆ 自动扣款的通知	12
◆ 预防儿童坠落事故	7	◆ “JKK东京客户中心”的电话号码	12

年末年初通知

本公司年末年初的休息日如下：

12月27日（星期六）至1月4日（星期日）

管理事务所的年末年初休息日如下：

12月30日（星期二）至1月3日（星期六）

紧急联系方式

在年末年初休息期间，如发生漏水等
需要紧急维修的情况



“JKK东京 客户中心”(全年365天24小时服务)
 0570-03-0032 ☎ 03-6279-2963

※如发生事故或火灾，请先向警察或消防部门报案，
然后再联系“JKK东京 客户中心”。

在官方Instagram上
有趣的游乐设施和
小区的活动信息正在发布中！

欢迎关注！
JKK东京
官方Instagram



自治会活动介绍

久留米西住宅（东久留米市） 举办了交通安全课堂和灾害时安否确认训练！

2025年10月12日（星期日），久留米西住宅的自治会举办了“交通安全课堂”和“灾害时安否确认训练”。当天阳光明媚、秋天气爽，共有约50名住户参加。



在交通安全课堂中，邀请了田无警察署交通科的警官担任讲师，说明了将于明年4月起在自行车上实施的“交通违章通告制度”。在提问环节中，住户们就“正确的自行车骑行方式”“哪些行为会成为通告对象”等进行了提问，可见大家对此十分关心。警官也呼吁大家“为预防事故，请务必遵守规则”。

同时，自治会也实施了灾害时的安否确认训练。这是在地震等灾害发生时，通过在阳台或窗户上挂出“黄色毛巾”来告知自身平安的做法。

在此次训练中，约三成住户挂出了毛巾，小区内随处可见黄色醒目的标志。久留米西住宅是一个高龄居民较多的大型住宅区，因此在灾害时迅速进行安否确认尤为重要。通过此类训练，可以强化全社区的互相关怀机制，营造安心生活的环境。”



照片右：
久留米西住宅自治会的
干部们

久留米西住宅的自治会每年都会举办训练、学习会等防灾活动，同时也非常重视社区互相关怀。自治会向全体住户投递“自治会通讯”（每月1次）和“防灾通讯”

（每年2次），并向有需要的住户投递每周2次的“元气便笺”。这些信息不仅用于安否确认，也形成了居民之间通过邮筒状况互相关怀健康的机制。必要时也会与政府部门合作，为居民营造安心生活的环境。

此次活动是守护社区安全与安心的重要一步。

今后我司也将持续介绍类似的自治会活动。

健康专栏

守护皮肤的健康寿命 “皮肤虚弱 (Skin Frailty) ” 对策



都立医院 皮肤・排泄护理特定认证护士

“皮肤虚弱 (Skin Frailty) ” 是指主要出现在高龄者或体力下降人群中的“皮肤脆弱”状态。如果最近出现皮肤皱纹增多、松弛、容易受伤、伤口难愈合等情况，可能就是皮肤虚弱的表现。

皮肤虚弱自我检查

请观察自己的手臂等部位，对符合的项目打勾。若在“弹性下降”项目中符合 1 项以上，或在“干燥”项目中符合 3 项以上，则可能存在皮肤虚弱。

弹性下降	(1) 捏起皮肤时，很容易被拉伸
	(2) 捏起皮肤后放开，却无法恢复原状 ※ 若符合此项，也请勾选 (1)
	(3) 皮肤像纸巾一样薄且干燥
	(4) 反复出现无痛、无痒的紫色瘀斑（不含注射痕迹）
干燥	(5) 皮肤表面出现白色粉状物
	(6) 皮肤表面有类似“小头皮屑”的薄皮 ※ 若符合此项，也请勾选 (5)
	(7) 皮肤不硬，但触摸时有刺刺的感觉
	(8) 皮肤变硬，抚摸时呈沙沙的粗糙感 ※ 若符合此项，也请勾选 (7)
	(9) 部分皮肤变红，按压后会消失
	(10) 出现细小网状的皱纹



皮肤虚弱的预防与对策

- 为防止皮肤干燥，要使用保湿霜等保持滋润。特别是洗澡后要特别注意！
- 外出时不分季节，请务必涂抹防晒霜并做好防紫外线措施。
- 注意营养均衡的饮食，充分摄取能量与蛋白质。
- 皮肤受伤可能导致感染，因此要注意避免受伤。
- 通过充足睡眠与适度运动，保持规律的生活。



让我们一起预防皮肤虚弱，保持健康有活力的肌肤吧！

了解更多有关皮肤虚弱的信息请点击这里▼



地方独立行政法人
東京都立病院機構

东京都立医院机构正在通过LINE官方账号发布对健康有益的专栏与都立医院相关信息！

添加LINE官方账号好友请点击这里。





大家一起预防火灾!



住宅火灾的主要起火原因

1 香烟

2 取暖炉

3 炉灶

4 电线

主要的防火对策有…



切勿在被褥、床上或其他易燃物旁抽烟



做饭过程中切勿离开炉灶



切勿在取暖炉周围烘干衣物



电源插座应遵守额定容量使用, 电源线不可困扎使用



请注意锂离子电池的使用与操作!



使用于移动电源等产品中的锂离子电池发生过起火事故。请仔细确认使用方法, 一旦感觉有异常, 应立即停止使用。

另外, 由于垃圾处理过程中的火灾也急剧增加,
绝对不要混入普通垃圾丢弃, 请务必按照当地政府的规定进行处理。

请考虑加入损害保险

各位住户支付给公社住宅的房租及管理费等当中, 未包含火灾时的家庭财产保险或赔偿责任保险等的保险费。以防万一, 建议您加入可赔付自身家庭财产损失或漏水等造成第三者损失的损害保险。

家庭财产 保险	对入住者家庭财产的赔偿	发生火灾或水灾等事故时, 对租户的家庭财产等损失进行补偿
租户赔偿责任 保险	对出租人的赔偿	发生火灾或水灾等灾害时, 对(租客向)出租人承担的损失赔偿责任进行补偿
个人赔偿责任 保险	对第三者的赔偿	破坏他人物品或致他人受伤时, 针对相应损害赔偿责任进行补偿

此外, 依据保险业法规定, 本公司无法对应与保险内容、介绍相关的咨询等。请您自行向各个保险公司直接咨询。

住宅用火灾警报器鸣响时…



什么是住宅用火灾警报器？

住宅用火灾警报器，是感应火灾产生的烟和热量，并通过警报声提醒居民的装置，根据东京都火灾预防条例，所有住宅都必须装设并进行维护管理。

一旦警报声鸣响…

发生火灾时

请确认火源并尽快避难。请拨打119报警，并在可能的情况下进行早期灭火。

未发生火灾时

在感应到香烟的烟雾、烹调产生的热气及烟雾等时，警报可能也会鸣响。按下警报声停止按钮（若为拉绳型，则拉动拉绳），或对室内进行通风换气，就能让警报声停止，恢复到正常状态。

使用会产生烟雾的杀虫剂，同样可能会引发警报。使用时请用塑料袋等盖住警报器，并在使用完成后尽快复原。此外，用物体撞击等外力冲击同样可能引发警报，敬请注意。

公社的须知

公社每隔约10年更换一次住宅用火灾警报器。因居民不在等原因而无法进行更换的房间，可能会无法及时发现因老化等原因导致的火灾，或无法在初期有效灭火。

→ 请拨打第12页的“JKK 东京客服中心”电话号码②咨询详情。



关于长期住户的修复对应

(榻榻米、拉门、涂装、塑料纸的修复对应)

公社于2019年9月调整过维修费用分担责任,对于榻榻米、拉门、涂装和塑料纸(以下简称“榻榻米地板等4个项目”。)的维修事宜,将从持续居住年数长的客户开始依次处理。

※关于维修费用分担责任详情,请浏览刊登在网站上的“维修费用等费用分担责任一览表”。



此次的对象客户

截至2025年9月30日持续居住年数超过25年的住户

(在2000年9月30日及之前就已签订合同的住户)

此外,我们将于2026年1月下旬左右向**对象客户**发送“维修申请相关须知”,请耐心等待。

※去年已发送通知的客户将不再通知,但可申请维修。

※由于改建工程而开始搬迁或即将搬迁的住宅(祖师谷住宅的一部分,大藏住宅的一部分)住户,不列入本次申请对象。

维修申请

申请方法及维修内容请参阅发送给对象客户的“维修申请相关须知”。

- 即使持续居住年数超过25年的住户提出“榻榻米地板等4个项目”的维修申请,如果属于以下情况,公社也将无法承担维修费,敬请谅解。

项目	公社承担部分中 无法维修的东西 (需要住户自行承担维修)			
①更换榻榻米	<input type="checkbox"/> 榻榻米表面、边缘的磨损、变色 <input type="checkbox"/> 沾水引起的腐蚀 <input type="checkbox"/> 香烟烧焦的孔	<input type="checkbox"/> 钢琴等重物导致的凹痕 <input type="checkbox"/> 蟑虫滋生		
②更换拉门和障子 (骨架、边框)	<input type="checkbox"/> 不影响开合的翘起、破损 <input type="checkbox"/> 拉门和障子纸脏污、破损	<input type="checkbox"/> 日晒引起的拉门和障子纸变色		
③墙面、天花板、木门的局部涂装	<input type="checkbox"/> 浴室以外的房间、厨房(墙壁/天花板),不会对基材产生影响的剥落 <input type="checkbox"/> 霉印			
④墙壁和天花板的塑料纸部分重贴	<input type="checkbox"/> 不会对基材产生影响的部分剥落	<input type="checkbox"/> 霉印 <input type="checkbox"/> 日晒引起的变色		

※详情请参阅发送给对象客户的“维修申请相关须知”。

※由于实施维修等需要搬运家具时的搬运作业和费用,由**住户承担**。

若您发现阳台或窗边扶手异常, 请联系我们

公社会通过各类法定检查、定期修缮等服务, 尽力向客户提供安全安心的居住环境, 但为防止住宅内部发生事故, 必须请广大住户配合我们的工作。

阳台或窗户扶手、栏杆、嵌板部件松动摇晃等细微的问题, 也有可能会引发事故。一旦发现任何异常, 请您及时上报至JKK 东京客服中心。

咨询方式

请咨询第12页“JKK 东京 客服中心”的电话号码②。



防止儿童坠落事故

在集合住宅中, 儿童可能会将阳台、窗户等附近的物品当做踏板进而发生坠落事故, 极有可能危及生命。

为防止儿童坠落, 请在儿童触及不到的位置安装辅助锁。此外, 请勿在阳台、窗户周边放置任何可作为踏板的物品。

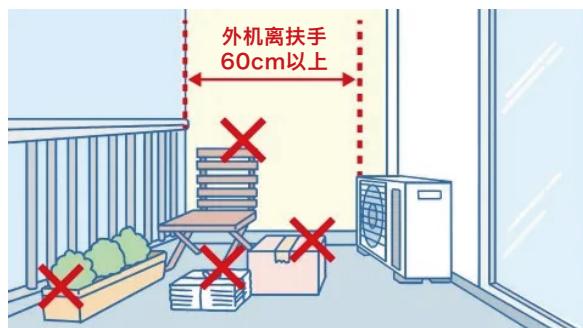
想要每时每刻不能让孩子离开视线, 是有极限的。重要的是在守护孩子的同时, 打造杜绝坠落事故的环境。

打造窗户及阳台周边良好环境的要点

(1) 安装辅助锁



(2) 不要放置可能被用作踏板的物品



插图出处: 政府宣传在线 (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202107/3.html#firsrSection>)

请关注日常生活中的噪音

由于混凝土结构的住宅在构造上更容易传递声音，日常生活中不可避免产生的“生活噪音”，在集合住宅中往往会给上下左右的住户带来意想不到的困扰。请注意以下事项：



音响、电视、乐器等的音量



开关门、窗时的声音



在室内奔跑或跳跃的声音



深夜洗澡、洗衣、使用吸尘器的声音

在舒适生活中，“互相体谅”的心态非常重要。
感谢您的配合。



拉黑！特殊诈骗

绝大部分特殊诈骗受害人都认为“我肯定不会被骗”、“没想到我竟然会被骗”。“即使心里明白，也会上当！”必须提高意识，在日常生活中加以防范。

要求在便利店购
买电子货币卡，
并告知卡号

有退款

需要更换现金卡

可在ATM
办理手续

有退税

在电话中听到金钱相关话题时，请先挂断电话，并立即与家人等商量！

**绝不上当！！
的对策**



- ✓ 日常预设语音留言功能
- ✓ 使用可录下通话内容的“骚扰电话预防设备”
- ✓ 提前决定好与家人间的暗号
- ✓ 不告知家人姓名等个人信息或密码
- ✓ 感到可疑时，与家人商量
- ✓ 不理会“请汇现金”、“请去便利店买电子货币”之类的指示

接到可疑电话时，请致电警视厅综合咨询中心**#9110**，或前往附近的警察署。

出处：警察厅网站(<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/sos47/case/>)

大件垃圾丢弃须知

我们会在住宅区内的垃圾回收点，发现大件垃圾被弃置的情况。

在丢弃大件垃圾之前，必须向所在区市提交申请。

若在未进行申请的情况下擅自弃置大件垃圾，垃圾将不会得到回收，并对其他居民造成困扰。

请务必遵守各区市的规定，在提交申请之后丢弃大件垃圾。



关于家电回收法适用废弃物的处理

家电回收法的适用范围为“空调”、“电视机（显像管式、液晶、等离子）”、“冰箱、冷柜”、“洗衣机、烘干机”4个品类。这类家电不得作为大件垃圾处理。
处理方法请查阅经济产业省的主页等。

关于面向电动汽车(EV)等车主的停车场使用费减免制度更新手续

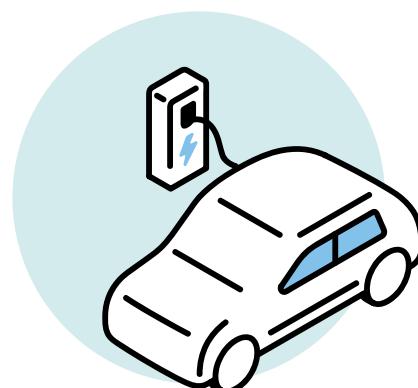
自2023年2月起，本公司面向EV（电动汽车、电动摩托车）及FCV（燃料电池汽车、燃料电池摩托车）车主实施最长可减免5年的减免公社住宅停车场使用费制度。

本制度需要每年更新申请，因此我们于2025年11月向使用本制度的居民发送了更新手续指南。

请认真确认所发送的材料，并将完整的申请文件提交至管理事务所。

上述内容咨询方式

请咨询第12页“JKK 东京 客服中心”的电话号码①。



集合！JKK小朋友们

我未来的梦想是
当一名
公交车司机

正在接受报名！

和彩虹
合影！！

要不要在JoyLiV上刊登您孩子的照片呢？

[QR code](#)

使用UTOJIRA创作的艺术竞赛作品

JKK东京以“温暖您和您的生活”为主题，举办了让UTOJIRA出现在里面的公社内部四格漫画比赛。下面刊登的是获奖作品。



东京都的通知

不是“某个人”的事情。

12月10日为“人权日”，从12月4日到10日为“人权周”。

12月4日～12月10日为人权周。常说“没有人权的地方就没有和平”，全世界都认可尊重人权是和平的基础。

“人权”指“确保所有人的生命与自由，并追求各自幸福的权利”或“每个人与生俱有的、作为人活得像人的权利”。然而如今还在发生歧视性表述、霸凌或虐待、跟踪行为等忽视他人人权的问题。

重要的是构建起互相关心、让所有人过上幸福的生活，尊重人权的社会。

东京都人权广场的指引

东京都人权广场是东京都设立的人权启蒙基地设施。除了由“芝麻街”指引的儿童权利特别主题展外，还开设了作为东京2020年奥运会遗产的“残奥会签名墙”展示，以及可体验老年人、残障人士、孕妇等各类不便人员感受的体验区、图书资料室等，可“学习”、“体验”、“享受”、“感受”、“理解”人权。欢迎到访，学习人权相关的知识。



地 址：东京都港区芝2-5-6
芝256广场大厦1楼、2楼
电 话：03-6722-0123
开馆时间：从9点30分至17点30分
休 馆 日：星期日、年末年初

扫码查看主页



12月10日至16日为“朝鲜侵犯人权问题启蒙周” 有多名与东京有关的绑架受害者、特定失踪者等

除了政府认定的绑架受害者之外，还有众多特定失踪者等无法排除被绑架可能性的人士。其中，包括多名居住或在都内失踪的人士，至少有50人至今仍杳无音信。

为了让所有被绑架受害者早日回国，让我们每个人都来发声，推动解决绑架问题。

- “解救被绑架者行动”线上照片展
12月1日（周一）～26日（周五）
- 东京都厅点亮蓝丝带和悬挂蓝丝带旗
12月10日（周三）～26日（周五）
在都厅第一本厅舍点亮象征“蓝丝带”的蓝色灯光，并在都厅前的中央通路悬挂蓝丝带旗
- “人权周”及“北朝鲜人权侵害问题启发周”相关咨询处
东京都总务局人权部人权政策推进课

人权部主页

じんけんのとびら

搜索

東京都 くらし・住まいX
(原Twitter)



要支付JKK住房的房租等费用 须登记转账账户

**账户转账
手续办理
方法**

①填写表格

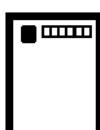


②提交银行



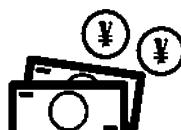
③收到通知

※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。

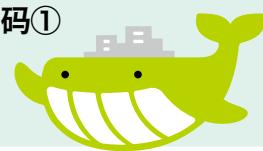
可利用机构或手续方法，可通过电话或网页确认。



咨询方式 请拨打第12页“JKK东京客服中心”电话号码①

HP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

星期一及假日的次日，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拨打电话。

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**

 **0570-03-0031**
 **03-6279-2962**

②维修申请和咨询

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

 **0570-03-0032**
 **03-6279-2963**

- 电信运营商提供的免费通话或包月套餐不包含 Navi Dial。此外，通话费用根据您使用的线路和设备而有所不同。请查看价格指南或 Navi Dial 主页。(拨打 Navi Dial 后，在开始播放的费用指南期间不产生通话费用。)
- 提供“居民码”可有效缩短咨询时间。

各类通知、手续
及维修相关的
“常见问题”
请扫二维码



您的周围是否有
疑似受到**虐待**的**儿童**？



 **用于发现虐待的
检查表 (摘录)**

- 有不正常的淤青、磕碰、烫伤疤痕
- 被关在家门外
- 衣服和身体总是很脏
- 不给饭吃
- 在外玩耍或徘徊至深夜

检查表详情请查看此处

如果觉得儿童或监护人的情形“好像不对劲”，

 **「189」**

いちはやく
请尽快致电

(儿童咨询所虐待应对热线)

**请避免在阳台等
共用区域吸烟。**



为了大家的健康，
请协助防止被动吸烟。