

# JKK 东京宣传杂志 JoyLiV

2026年1月 临时刊



【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

- |            |   |                    |   |
|------------|---|--------------------|---|
| ◆ 预防热休克!   | 2 | ◆ 账户转账程序说明         | 4 |
| ◆ 住宅的防霉对策! | 3 | ◆ “JKK东京客户中心”的电话号码 | 4 |



## 开始线上申请 《停车场使用许可证明书》!



以往在填写申请表和领取时需要两次前往管理事务所办理手续，今后只需在领取时前往一次即可！

申请可通过手机或电脑24小时随时进行，方便又顺畅。



### 使用方法

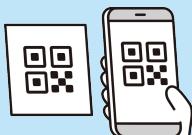
※ 《停车场使用许可证明书》是购买新车或因搬家等原因需要使用停车场时所需的文件。

#### 步骤 01

请访问以下网址或扫描二维码（根据自身情况选择对应表单）

▼居住在本公社住宅的人员      ▼居住或工作在住宅附近的人员

<https://logoform.jp/form/sVy9/1140928>    <https://logoform.jp/form/sVy9/1290516>



#### 步骤 02

在“停车场使用许可证明书申请表”中填写必要信息并上传相关文件。



#### 步骤 03

申请下来后即可领取许可证！

※ 《停车场使用许可证明书》仍将以纸质形式发放。

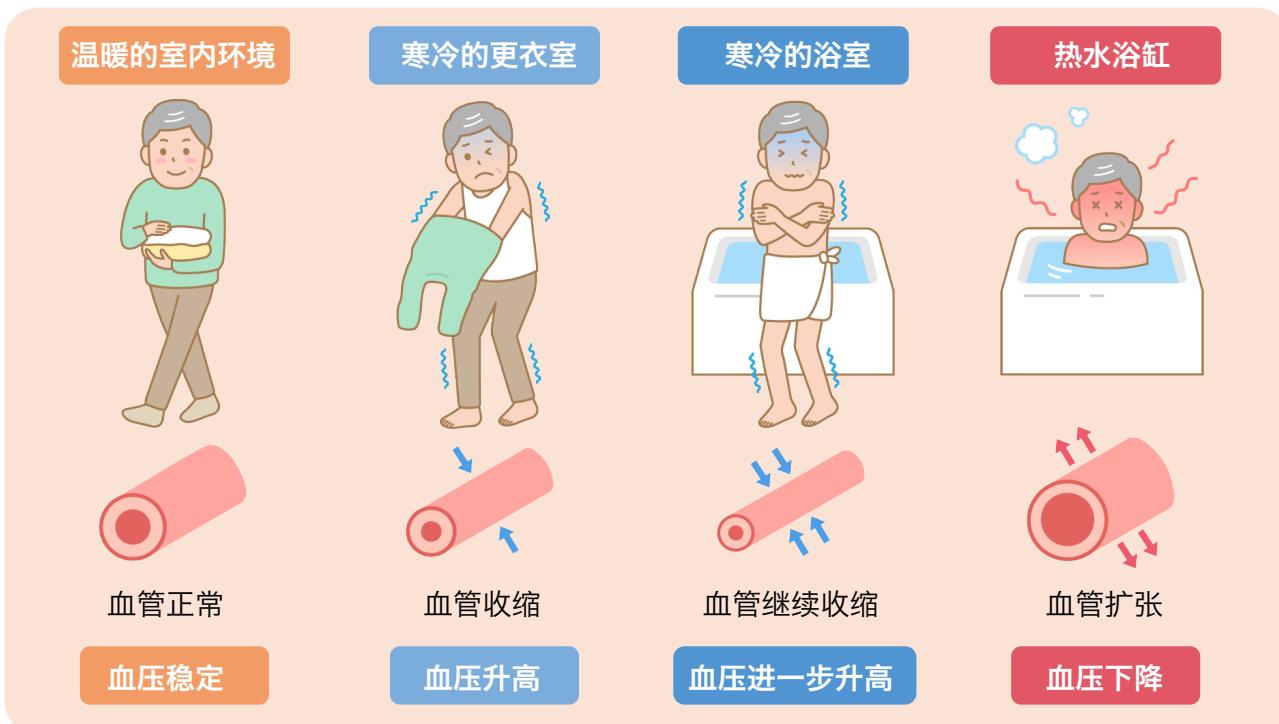
申请下来了，管理事务所的前台工作人员将打电话通知您，请您到管理事务所领取文件。（申请后约一周即可领取。）



# 预防热休克!

热休克往往发生在冬天的浴室、盥洗室、厕所等温度急剧变化的场所，其原因为血压发生较大变化，对心脏及血管等造成压力。老年人以及高血压、糖尿病患者等需要特别注意。

## 发生热休克机制的示例



## 预防热休克的对策

- 沐浴前先预热更衣室  
放好热水后，就打开浴缸的盖子等
- 泡澡前一定要先淋浴或冲水
- 水温保持41°C以下  
浸泡时间10分钟以内为宜
- 避免在饭后马上沐浴或酒后，服药后沐浴
- 要经常补充水分



### 热休克的症状

头晕、眼前发黑、昏厥、  
心肌梗塞、心律不齐、脑梗塞

## 热休克发生时的应对方法

- 不要突然站起来
- 在失去意识之前放掉浴缸的热水  
在意识尚清醒时拔掉浴缸的塞子，可以稍微降低在浴缸内倒下溺水的风险。

# 住宅的防霉对策!



当同时满足下述4个条件时，霉菌就会生长。房间内长霉会导致建筑物老化并对健康造成负面影响。为了保障舒适生活，请立即动手采取防霉措施吧。

## 湿度(水分)

霉菌喜欢水分。从约60%以上湿度开始活跃，约80%以上湿度就会迅速繁殖。

## 温度

喜欢较高的气温，15~30℃的气温(25~28℃最为活跃。)

## 营养成分

食物残渣、衣服、木头、灰尘、污渍、螨虫等几乎所有家中物品都可以作为其食物。

## 氧气

霉菌也是生物，氧气不可或缺。



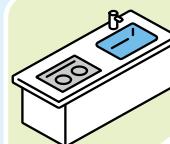
### 浴室

- 沐浴后，清理可成为霉菌营养来源的肥皂渣及皮脂等。用淋浴头的冷水快速冲洗以降低室温也是有效的。
- 最后用毛巾擦拭水分并保持通风。



### 盥洗室

- 经常擦拭潮湿处并保持通风。
- 经常打开洗漱台下方的柜门或抽屉进行通风。
- 若踏脚垫湿了，请勿直接放在地板上。



### 厨房

- 烹饪及洗碗时也需要打开排风扇，进行通风。
- 厨房内需要注意清洁橱柜角落等平时无法触及的位置。



### 玄关

- 从外面回到家中时，需要清除污渍等，并将穿了一天的鞋子、雨淋湿的伞放在玄关晾干后一夜后再行收纳。
- 将小苏打倒进小盒子或杯子内，然后放进鞋柜里，小苏打会起到除湿除臭的效果。



### 卧室·客厅

- 家具若靠墙摆放，靠墙一侧很容易发霉，因此摆放时应离墙5厘米左右。
- 平时存放衣物的场所需保持通风。
- 壁橱内需放置板条，防止湿气集聚。



### 空调、窗户

- 若为易过敏体质，可能会引起哮喘等症状，因此需要注意定期清洁过滤器。
- 窗户在冬天容易出现结露现象，放任不管的话，容易导致霉菌滋生。请定期清洁、通风换气、清洗窗帘等。

# 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4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。