

JJK 도쿄 스마일 통신 JoyLiV

2026년 1월 임시호



JoyLiV PDF 버전



【발행】도쿄도주택공급공사 공사주택사업부 공사관리과
(우) 150-8543 도쿄도 시부야구 시부야 1-15-15 테라스 시부야 미타케

목차

- ◆ 히트쇼크를 예방합니다 2
- ◆ 계좌 이체 안내 4
- ◆ 생활 속 곰팡이 대책! 3
- ◆ 「JKK도쿄 고객센터」전화번호 4



보관장소 사용승락 증명서의 온라인 신청을 개시했습니다!



지금까지 신청서 기입과 수령으로 두 번 관리사무소에 오실 필요가 있었지만 앞으로 수령 때 만으로 OK!

신청은 스마트폰이나 컴퓨터에서 24시간 언제든 가능함.
편리하고 스무스하게 이용하실 수 있습니다.



이용 방법

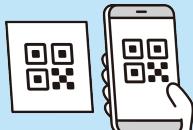
※ '보관장소 사용 승락서'는 새로 차를 구입하거나 이사 등으로
앞으로 주차장을 이용하는 경우에 필요합니다.

STEP 01

이하 URL 또한 QR 코드에 접속 (자신에게 해당하는
양식에 접속해 주십시오.)

▼공사주택에 사시는 분

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



▼주택 근처에 자택이나 직장이 있으신 분

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



STEP 02

'보관장소 승락서 발행 신청서' 양식에서
필요한 사항이나 서류를 입력·첨부



STEP 03

심사완료후, 승락서를 받으실 수 있습니다!

※보관장소 사용승락서는 종래대로 지면에서의 발행이 됩니다.

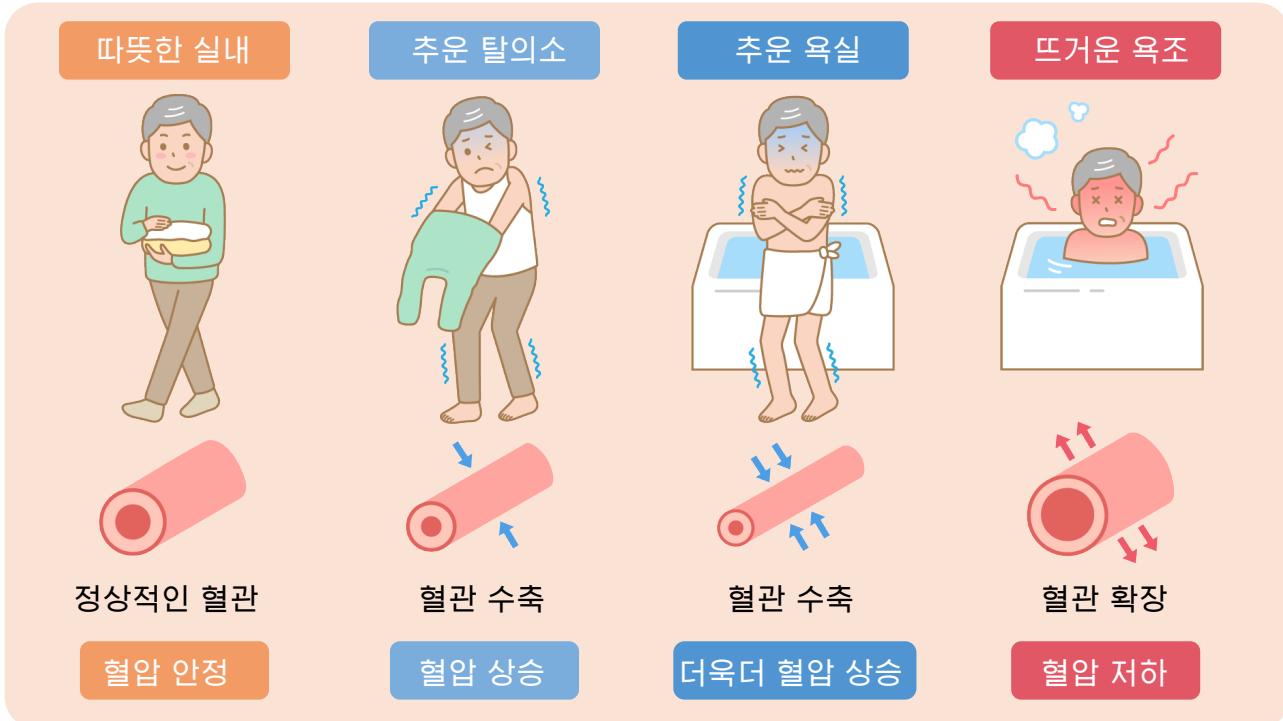
발행이 완료하면 관리사무소 프린트 스태프로부터 전화연락을
드리겠습니다. 관리사무소에서 받아 주십시오.
(신청부터 1주일쯤 후에 건네 드립니다.)



히트쇼크를 예방합시다!

히트쇼크는 겨울철 옥실·세면실·화장실 등 급격한 온도 변화가 있는 장소에서 혈압이 크게 변동하여 심장 및 혈관 등에 부담이 가서 일어납니다. 고령자, 고혈압·당뇨병 등이신 분은 특히 주의가 필요합니다.

히트쇼크가 일어나는 구조의 일례



히트쇼크 예방 대책

- 입욕 전에 탈의실이나 옥실을 따뜻하게 한다
입욕 후에는 옥조의 뚜껑을 열어주거나 합시다
- 옥실에 들어가면 우선은 따뜻한 물을 끼얹거나 샤워를 한다
- 물 온도는 41°C 이하로 한다
옥조에 몸을 담그는 시간은 10분 까지를 기준으로 합시다
- 식사 직후의 입욕이나 음주 후, 약복용 후 입욕을 피한다
- 자주 수분을 섭취한다



히트쇼크가 일어났을 경우의 대처법

- 갑자기 일어서지 않다
- 기절하기 전에 목욕물을 뺀다
의식이 있는 동안에 옥조의 마개를 따므로서 옥조내에서 넘어지고 익사하는 위험을 조금이라도 낮출 수 있습니다

히트쇼크의 증상
어지러움, 현기증, 실신,
심금 경색, 부정맥, 뇌경색

생활 속 곰팡이 대책



다음 네 가지 조건이 충족되면 곰팡이가 번식합니다. 거실 내 곰팡이를 방지하면 건물이 노후될 뿐만 아니라 건강에도 악영향이 미칠 수 있습니다.

쾌적한 생활을 위해 지금 바로 실천할 수 있는 곰팡이 대책을 세워 봅시다.

습도 (수분)

곰팡이는 물과 친합니다. 약 60% 이상부터 활발하게 활동하며, 약 80% 이상부터는 급격히 번식합니다.

온도

따뜻한 기온을 좋아하며, 15~30°C의 기온 (특히 25 ~ 28°C)에서 가장 활발합니다.

영양분

음식 찌꺼기나 의류, 나무, 먼지, 찌든 때, 진드기, 등 집에 있는 거의 모든 것이 먹이가 됩니다.

산소

곰팡이도 생물이기 때문에 산소를 필요로 합니다.



욕실

- 목욕 후 곰팡이의 영양원이 되는 비누찌꺼기나 피지 등의 오염물질을 제거합니다. 물 샤워로 행구어 내어 실내 온도를 낮추는 것도 효과적입니다.
- 마지막으로 수분을 수건으로 닦아낸 후 환기를 시킵니다.



세면장

- 젖은 곳은 자주 닦고 환기를 시킵니다.
- 세면대 아래 문이나 서랍을 가끔 열어 환기를 시킵니다.
- 욕실 매트도 젖은 상태로 바닥에 두지 않는 것이 중요합니다.



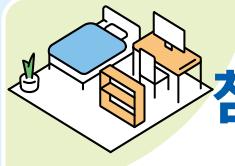
주방

- 조리 중이나 설거지 시에도 환풍기를 돌립니다.
- 주방은 수납장의 구석 등 평소 손이 닿지 않는 부분 까지 꼼꼼하게 청소합시다.



현관

- 밖에서 집 안으로 들어올 때는 오염물지질 등을 털어내고, 하루동안 신은 신발과 비에 젖은 우산은 하룻밤 현관에 두고 말린 후 수납합니다.
- 베이킹소다를 작은 상자나 컵에 담아 신발장에 넣어 두면 제습·탈취 효과가 있습니다.



침실 · 거실

- 가구가 벽에 밀착되어 있으면 뒤쪽에 곰팡이가 슬기 쉬우므로 5cm 정도 간격을 두고 설치합니다.
- 평소 의류 보관 장소의 통기성을 확보해 둡니다.
- 옷장에는 발판을 놓아 습기가 차지 않도록 합시다.



에어컨·창문

- 알레르기 체질인 경우 천식 등의 증상을 유발하는 원인이 될 수도 있기 때문에 정기적인 필터 청소가 중요합니다.
- 창문의 결로는 주로 겨울철에 발생하기 쉬우며, 방지하면 곰팡이의 원인이 됩니다. 청소와 환기, 커튼 세탁등을 정기적으로 합시다.

집세 등의 납부는 편리한 계좌 이체를 이용해 주십시오

계좌 이체 수속 방법

① 용지에 기입

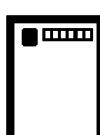


② 은행에 제출



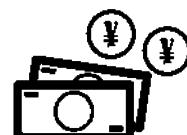
③ 통지가 도착

※이체 개시 월 초순



④ 이체 개시

※당월분 매월 7일 이체



※계좌 이체 의뢰서는 관리사무소, 창구 센터에서 전달해 드립니다. 우편 발송을 희망하시는 분은 고객 센터로 문의해 주시기 바랍니다.

이용 가능 기관이나 수속 방법은 전화 또는 홈페이지에서도 확인할 수 있습니다.



문의처

4페이지 'JKK 도쿄 고객센터' 전화번호①로 연락 주십시오.

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

← QR 코드를 찍으면 계좌이체에 관한 페이지가 열립니다.



'JKK 도쿄 고객센터' 전화번호

월요일 및 휴일 다음날은 전화가 몰려서 잘 연결되지 않는 상황이 되는 경우가 있습니다.
급한 용무가 아니 분은 다른 날을 이용해 주십시오.

접수 시간 오전 9시~오후 6시 (토·일·공휴일·연말연시를 제외)

① 각종 수속, 집세 지불,
주거 방식의 상담

0570-03-0031
03-6279-2962



② 수선 신청, 문의

누수 등의 긴급 수선, 사고나 화재, 주거자의 안부에
관련된 긴급한 연락은 24시간 365일 대응

0570-03-0032
03-6279-2963



- 내비 다이얼은 각 통신사가 제공하는 무료통화나 할인 서비스는 적용되지 않습니다. 또한 사용하고 있는 회선·단말에 따라 다릅니다. 요금 안내 혹은 내비 다이얼의 홈페이지를 확인해 주십시오. (내비 다이얼에 발신후 처음 나오는 요금 안내 중에는 통화료가 발생하지 않습니다)
- '거주자 코드'를 알려 주시면 문의하는데 소요되는 시간이 단축됩니다.

각종 안내나 수속 ·
수선에 관한
'자주 있는 질문'은
이쪽으로



여러분 주변에 **학대** 가 의심되는
어린이는 없습니까?



상세한 체크 리스트

학대를 발견하기 위한
체크 리스트 (抜粋)

- 부자연스러운 멍·타박·화상의 자국이 있다
- 집 밖으로 쫓겨 나고 있다
- 의복이나 옷이 항상 더럽다
- 식사를 주지 않고 있다
- 밤 늦게 까지 놀고 있거나 배회하고 있다

어린이나 보호자의 모습에 '뭔가 이상하다' 라고 생각하면



189
로 전화해 주십시오.

(아동 상담소 학대 다이얼)

발코니를 포함한
공용부에서의 흡연을
삼가해 주십시오.



여러분들의 건강을 위해
수동 흡연 방지에 협력을
부탁드립니다.