



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

もくじ

- ◆ 高齢者向け「見守りサービス」料金改定のお知らせ……………2
- ◆ 健康コラム：現役世代から始める認知症予防……………3
- ◆ 防災コミュニティ活動のご紹介(コーシャハイム清新)……………4
- ◆ 防災コミュニティ活動を応援します……………5
- ◆ 住宅設備改善工事について……………6・7
- ◆ インターネットについて……………8
- ◆ 粗大ごみの出し方／退去時の自転車・バイクについて……………9
- ◆ 住宅用消火器の取扱い……………10
- ◆ 「領収のお知らせ」は年次発行を終了しました……………10
- ◆ あつまれ！JKKキッズ／ユトジラでアートコンテスト……………11
- ◆ 口座振替のご案内……………12
- ◆ メールフォームでの住戸内修繕申込みについて……………12
- ◆ 「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号……………12



緊急時の安否確認について



住宅内で最近姿を見ない、連絡が取れない、新聞や郵便物の滞留、電気の点けっぱなし等で安否確認が必要と思われる場合は、12ページ「JKK東京お客さまセンター」電話番号②までご連絡ください。

状況を確認し、必要に応じて警察立会いのもと居室内へ立ち入る等の対応を行います。

JKK東京は、対応マニュアルの整備と自治体・自治会等との連携強化により、迅速・的確な安否確認に努めています。



長期不在時のお願い

❗ 短期でも！3～4日以上留守にするとき・・・

外出や帰省などで3～4日程度でも住宅を空ける場合は、防犯のため、不在が目立たないようにご配慮をお願いいたします。

- 新聞・牛乳・宅配弁当など、定期配達物の一時停止
- 洗濯物をベランダ等に干したままにしない

❗ 30日以上長期不在のときは「不在届」を

旅行・出張・入院などの理由で30日以上留守にする場合は、**必ず管理事務所へ「不在届」の提出**をお願いいたします。

※「不在届」は管理事務所及び管轄の窓口センターにあります。

不在届の提出がないと、こんな困ったことが…

- ◆ 近隣の方等から、「室内で倒れているのではないか？」との通報があったとき、室内に入室して安否を確認する場合があります。
- ◆ 漏水や火災等の事故があったとき、迅速な対応ができなくなります。

高齢者向け「見守りサービス」料金改定のお知らせ

JKK東京では、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。
 なお、令和8年4月からサービス料金が以下のとおり改定となります。

ヤマト運輸

「クロネコ見守りサービス」

変更前

1,078円(税込)

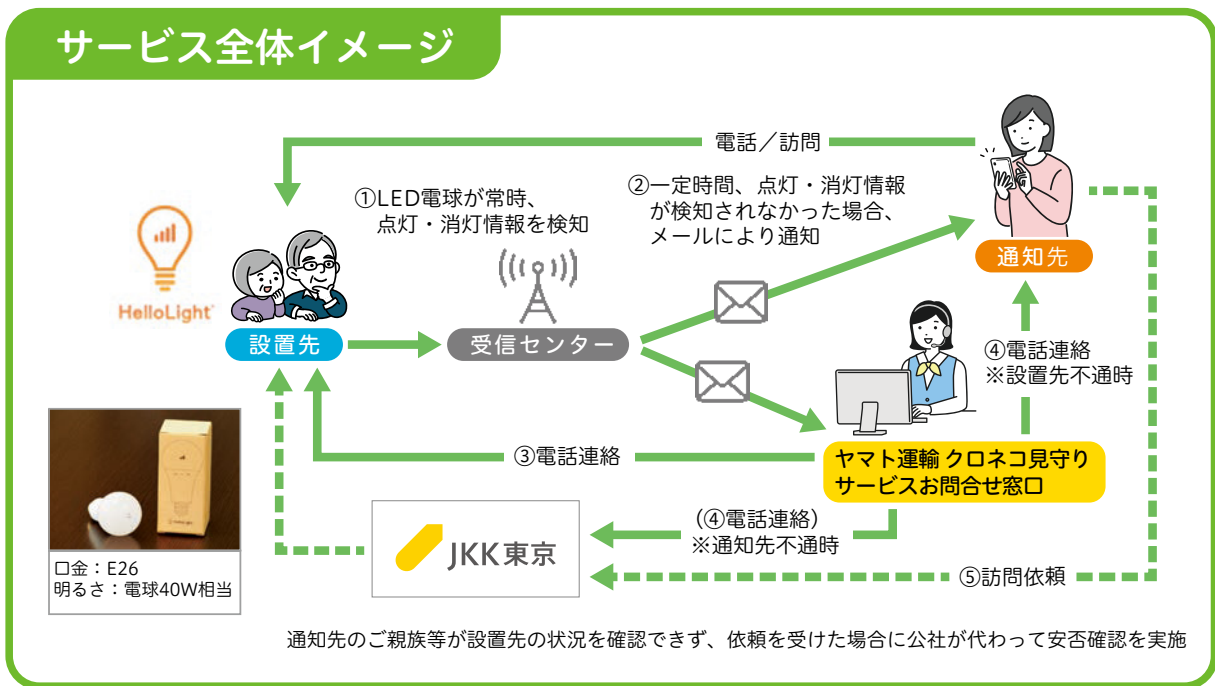
変更後

⇒ 月額1,738円(税込)

高齢者向け「見守りサービス」とは・・・

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



前日朝9：00～当日朝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ことで、申込画面に進みます。





健康コラム

現役世代から始める認知症予防



超高齢社会である日本において、認知症患者はますます増えると考えられます。認知症発症のメカニズムを正しく知り、現役世代から予防に努めるようにしましょう。

認知症のリスクとなる生活習慣病

認知症の発症のリスクとなるものは、糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満などがあります。いわゆる生活習慣病といわれるものです。

様々な研究結果から、「糖尿病の発症時期が早いほど認知症になるリスクが高い」ということが導き出されています。とくに中年期の血糖コントロールが認知症の発症予防には必要です。

認知症というとアルツハイマー型認知症がよく知られていますが、ほかにも「脳血管性認知症」というタイプがあります。脳血管性認知症は、脳卒中(脳梗塞・脳出血)によって起こります。このため、脳卒中にならないことが何よりの予防といえます。高血圧も脂質異常症も肥満も脳卒中のリスクになりますので、これらのリスクを回避することが認知症の予防にもつながります。

また、血圧の管理がうまくいかないと、微小脳出血(マイクロブリーズ:脳のなかの非常に細い血管から漏れた出血の痕跡)が増える危険があります。マイクロブリーズはほとんど自覚症状がありませんが、それが生じた箇所では確実に脳の組織破壊が進みます。マイクロブリーズは脳血管性認知症だけではなく、アルツハイマー型認知症の進行にも関連性があるといわれています。



都立多摩北部医療センター
神経内科医長 有井 一正

生活習慣病予防の先に認知症予防もある

認知症予防を視野に入れて、生活習慣病予防の王道である運動と食事について考えてみましょう。

運動については、体脂肪の燃焼が期待できる有酸素運動がおすすめです。現役世代の皆さんなら毎日の通勤時間を利用して、駅の階段を使うなど、日々の生活のなかに運動を取り入れましょう。運動量の目安としては、1週間で150分を目標にしましょう。平日は20分くらいで、土日のどちらかに1時間運動すると目標はクリアします。

食事に関しては、バランスのよい食事を心がけましょう。生活習慣病の予防の食事というと、「肉はダメ!」と考える人がいますが、そんなことはなく、肉も含めてバランスよく召し上がってください。



脳への刺激を増やそう

認知症予防には外出したり、母国語以外の言語や音楽など多彩な音に触れるなどして、脳への刺激を増やすことがよいです。外から受ける刺激が多ければ多いほど脳も活発に動きます。現役世代の皆さんも、どんどん新しいことにチャレンジして脳に刺激を与えてください。

認知症予防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、LINE公式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!

LINE公式アカウントの友だち追加はこちらから



防災コミュニティ活動のご紹介

コーシャハイム清新「わがまち清新」を開催 ～遊んで！学んで！未来につなぐ笑顔のきずな～

江戸川区の JKK住宅「コーシャハイム清新」と、近隣の UR賃貸住宅「葛西クリーンタウン清新プラザ」で、地域交流イベント「わがまち清新～遊んで！学んで！未来につなぐ笑顔のきずな～」を開催しました。



コーシャハイム清新自治会の皆さんと JKK 職員

このイベントは、防災をテーマに国際色豊かな清新町で地域のつながりを深めることを目的に企画されたもので、今年で 2 回目の開催となりました。当日は、子どもからシニアまで幅広い世代に加え、多様な国籍の住民が参加し、総勢 200 名を超える来場者で終始活気に満ちた一日となりました。

会場では、さまざまな防災体験や展示が行われ、子どもたちも楽しめる内容が多く、遊びながら防災の知識を身につける機会となりました。



コーシャハイム清新自治会によるアルファ米試食



JICE による「しごとのための日本語」研修紹介



葛西消防署による煙体ハウス



自衛隊東京地方協力本部による車両・グッズ紹介



葛西消防団による AED 体験



ミニ消防車体験



親子で初期消火体験



紙コップを使った防災ゲーム



ビニール袋でつくる三角巾作成体験



新聞紙でつくる紙皿・スリッパ作成体験



青森大学教授による防災講座

地域での人と人とのつながりは、日常の暮らしをより豊かにするとともに、災害時には大きな力となります。身近な地域で関係が希薄になりがちなか中、こうしたイベントを通じて住民同士が知り合い、顔の見える関係を築くことは、防災への備えとしても重要です。その積み重ねが、いざというときに地域全体を支える力につながっていきます。

JKK東京では、防災意識の向上と地域交流の促進を通じて、安心して暮らせるコミュニティづくりに取り組んでいます。

防災コミュニティ活動を応援します

JKK東京では、JKK住宅における自主防災組織の活動を支援するため、防災資機材の提供などを行っています。

すでに自主防災組織として活動しており、支援をまだ受けていない団体は、本支援制度の活用をご検討ください。

また、これから自主防災組織の立ち上げを考えている住宅についても支援を行っています。ぜひお問い合わせください。

支援の内容

1 自主防災組織の立ち上げ支援

- 自主防災組織のない住宅に対して、立ち上げに関する相談や情報提供などの支援を行います。

2 防災セットの提供

- 住宅の管理戸数に応じて防災セットを提供します。

3 防災資機材の購入費用助成

- ヘルメットや救急セットなど防災資機材の購入に係る費用を助成します。

4 AED導入に係る費用及び救命講習受講費用の助成

- AED 購入・リース・レンタル費用等を助成します。 ※AED…自動体外式除細動器
- 普通救命講習及び上級救命講習の受講費用を助成します。

5 防災資機材の保管場所提供

※すでに上記 2 ~ 4 の助成を受けられた団体におきましては、当該支援部分は対象外です。



自主防災組織の条件

1 お住まいの皆さまの過半数の世帯により構成され、自治体や防災関連の公的機関等への登録等を行い、自主防災活動を実施している団体

2 JKK東京が上記と同等の組織であると判断した団体

支援には条件があります。詳細は12ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号①までご連絡ください。

住宅設備改善工事について



**ご高齢の方やお身体の不自由な方を対象に
公社負担で住宅設備等を改善します**

JKK東京では、ご高齢の方やお身体の不自由な方がお住まいの住戸を対象に、住宅設備等の改善工事を実施しています。

下記の「申込条件」を満たしており、日常生活のうえで住宅設備等の改善を必要とされる方は、年間を通してお申込みいただけます。なお、申込状況によっては、実施するまで1~2か月かかる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

申込条件

原則、次の①、②の全てを満たしていることが条件となります。

- ① 次のア、イ、ウのいずれか1つ以上に該当する方が居住している
 - ア 65歳以上の方
 - イ 4級以上の「身体障害者手帳」（視覚、聴覚、肢体不自由）の交付を受けている方
 - ウ 恩給法別表第1号表ノ三第1款症以上の「戦傷病者手帳」の交付を受けている方
- ② 家賃、共益費、駐車場使用料の滞納がない方

※建替事業化住宅は工事の対象外となります。

※申込条件①を満たしていない方でも、医師の診断書により設備改善工事が必要と当社が判断する場合は申込を受付けています。まずは、「JKK東京 お客さまセンター」へご相談ください。

申込方法

申込書は、管理事務所・窓口センターでご用意しています（申込書の郵送をご希望の方は「JKK東京お客さまセンター」へ「申込書の郵送を希望」とお申し付けください）。

申込書に必要事項をご記入のうえ、管理事務所または管轄の窓口センターへお申込みください。

※身体障がい者または戦傷病者の方は、そのことを証明できる書類（「身体障害者手帳」又は「戦傷病者の手帳」の氏名、住所、等級がわかる部分のコピー等）が添付書類として必要になります。

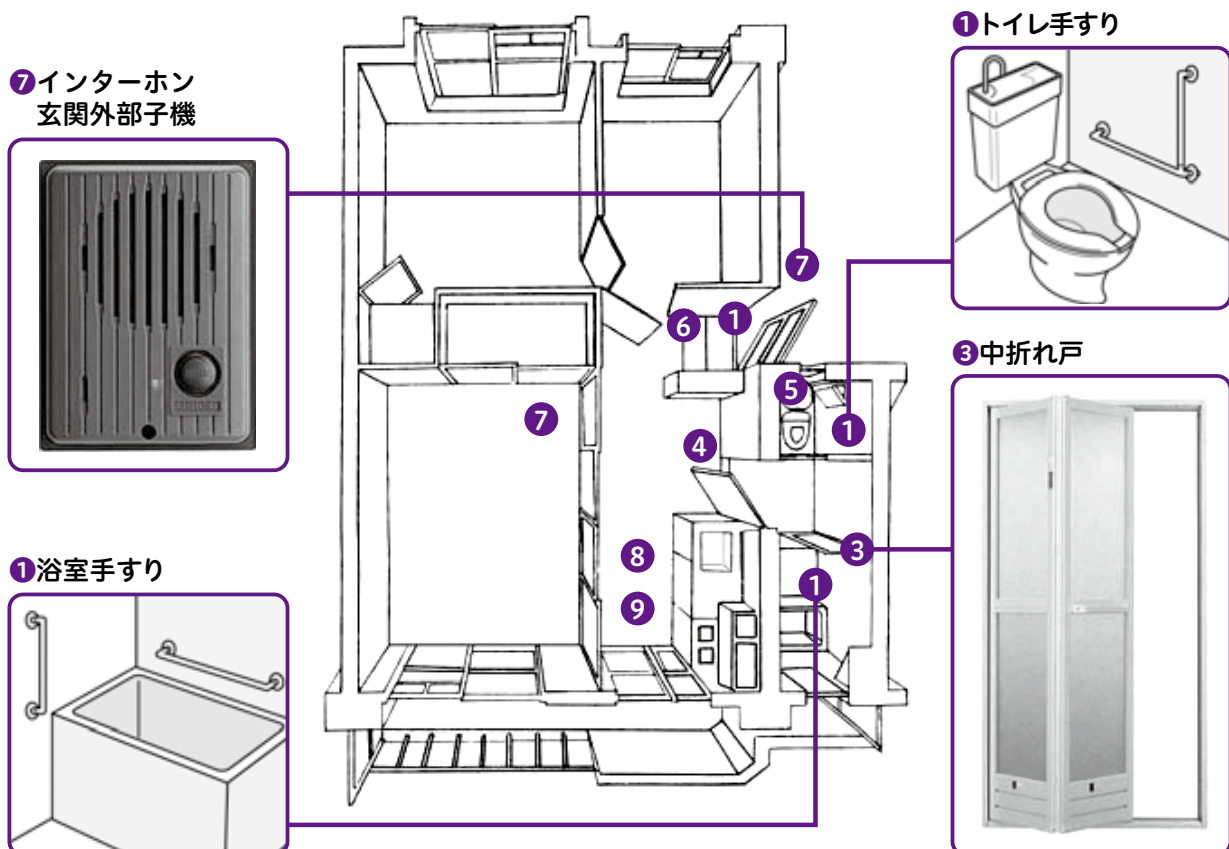
お問い合わせ先

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。

改善工事の内容

次の改善工事から、必要とされる項目についてお申込みいただけます。

- ① 玄関、トイレ、浴室の内側への手すりの設置
※65歳以上の方、視覚障がいの方、肢体不自由の方が対象となります
- ② 玄関、トイレ、浴室の内側以外の場所への手すり設置
※65歳以上の方、視覚障がいの方、肢体不自由の方が対象となります
- ③ 浴室の内開き戸を中折れ戸等に改修
- ④ 洗面所入口のまたぎを解消
※1階住戸のみとなります
- ⑤ トイレにコンセントの設置
※浴室と一体型のトイレには設置できません
- ⑥ 玄関付近に照明器具の設置（住戸内）
※玄関専用の照明器具がない場合のみとなります
- ⑦ 玄関にインターホンの設置（玄関外部子機に非常警報装置付）
- ⑧ 台所に火災報知器（回転灯付）の設置
※65歳以上の方、視覚障がいの方が対象となります
- ⑨ 台所にガス漏れ警報機の設置



イラスト・写真はイメージです

- ※すでに当社が設置している設備については、お申込みできません（手すりを除きます）。
- ※仕様は、イラスト・写真と異なる場合があります。
- ※建物の構造上の理由等により、ご希望の場所に設置できなかったり、お断りすることがあります（ユニットバスに手すりの設置など）。



インターネットについて



インターネットサービスのご利用にあたっては、お客さまからインターネットサービス通信事業者（以下、通信事業者）にお問い合わせください。

インターネット回線開通の流れについては、当社ホームページをご参照ください。



インターネット回線開通について

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

よくあるご質問

Q. インターネットを通信事業者に申し込んだところ、住宅の管理会社の許可を得るように言われたが、確認したい。

A. インターネット導入に関しては工事方法や手続き方法が決められております。お客様は通信事業者へ申し込みのみ行ってください。その後の調査・導入可否の判断・手続き・鍵の手配は、通信事業者からの連絡を受け、当社と通信事業者で調整いたします。

ご注意

- 通信事業者とのご契約、工事費、使用料等はお客さまのご負担になります。
- 接続障害が発生した場合を含め、当社は一切の責任を負いかねます。
- 各物件の利用状況等により、開設に時間がかかる場合や、回線が増設できない場合がございますので、事前に各通信事業者へご確認ください。
- 建物共用部や内装工事の必要ない無線によるインターネットのご使用については、サービス提供者に直接お問い合わせください。
- 点検、故障、事故等により共用部の電源の供給が停止された場合は一部のインターネットサービスがご利用できなくなります。



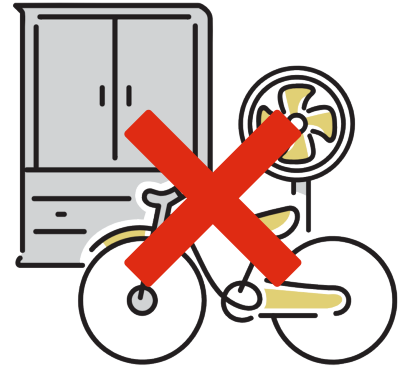
粗大ごみの出し方についてのお願い

住宅内のごみ置場に粗大ごみが放置されているケースが見受けられます。

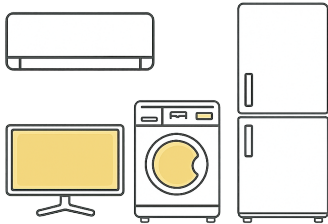
粗大ごみを出す際には、お住まいの区市に事前の申込みが必要です。

申込みを行わずに粗大ごみを置いた場合、回収されず、他の入居者の方に迷惑がかかります。

必ず各区市のルールに従い、申込みを行ってから粗大ごみを出すようお願いいたします。



× 粗大ごみでは捨てられません



以下の家庭用の家電4品目は、家電リサイクル法の対象です。これらの家電は、粗大ごみで出せません。

- ・エアコン
- ・テレビ（ブラウン管式、液晶・プラズマ式）
- ・洗濯機・衣類乾燥機
- ・冷蔵庫・冷凍庫

処分方法は、経済産業省のホームページ等をご確認ください。

退去時に自転車やバイクを放置しないでください

住宅を退去する際には、自転車やバイクは転居先に移動するか、粗大ごみとして廃棄していただくなどの方法により、住宅の敷地内に残していかないようお願いいたします。

退去後に駐輪場に自転車やバイクが置いてあった場合は、当社から対象のお客さまにご連絡のうえ、改めて撤去をお願いすることとなります。

なお、お客さまご自身で撤去していただけなかった場合は、当社にて廃棄処分を行い、**処分に要した費用を入居時にお預かりした敷金から差し引く等の対応を取らせていただく場合があります**ので、ご了承ください。



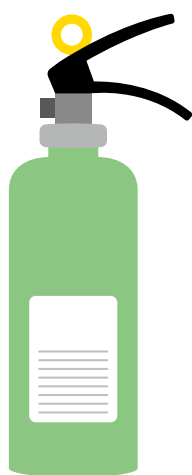
お住まいの皆さまに快適に駐輪場をご利用いただくため、ご理解とご協力をお願いいたします。



住宅用消火器の取扱いについて

- お客さまのお部屋には、住宅用消火器が設置されています。
- 出火した場合は、備え付けの住宅用消火器を使用し初期消火を行ってください。
初期消火の範囲は炎が天井に達するまでと言われています。危険と感じた場合は、直ちに安全な場所に避難するとともに、119番へ通報し、消防の指示に従ってください。
- 住宅用消火器は所定の場所から動かさず、消火器に備え付けている取扱説明書に沿った使い方、管理、点検を行ってください。

消火器の交換について



住宅用消火器につきましては、おおむね5年ごとに当社にて交換を行っております。しかしながら、お客さまのご不在等により、交換が完了していないお部屋があります。消火器には使用期間の終了年月が記載されていますので、ご自身のお部屋の消火器についてご確認ください。

使用期間を過ぎた消火器は、初期消火が適切に行えなくなる可能性があります。消火器が取り替えられていない場合や、異常が見られる場合は、12ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号②までご連絡をお願いいたします。

「領収のお知らせ」は年次発行を終了しました

これまで、JKK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、毎年度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、SDGs推進と自然環境保護のため、令和6年度分（令和7年度発行）をもって一斉発送を終了いたしました。

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、12ページ「JKK東京 お客さまセンター」の電話番号①に発行をご依頼ください。

※お客さまの契約状況等によっては発行できない場合があります。
あらかじめご了承ください。



あつまれ! JKKキッズ



玄関のお雑様♡
みいみ、健やかに育ってね!



みづきと千尋、2人の笑顔が
家族の宝物!

ご応募受付中♪

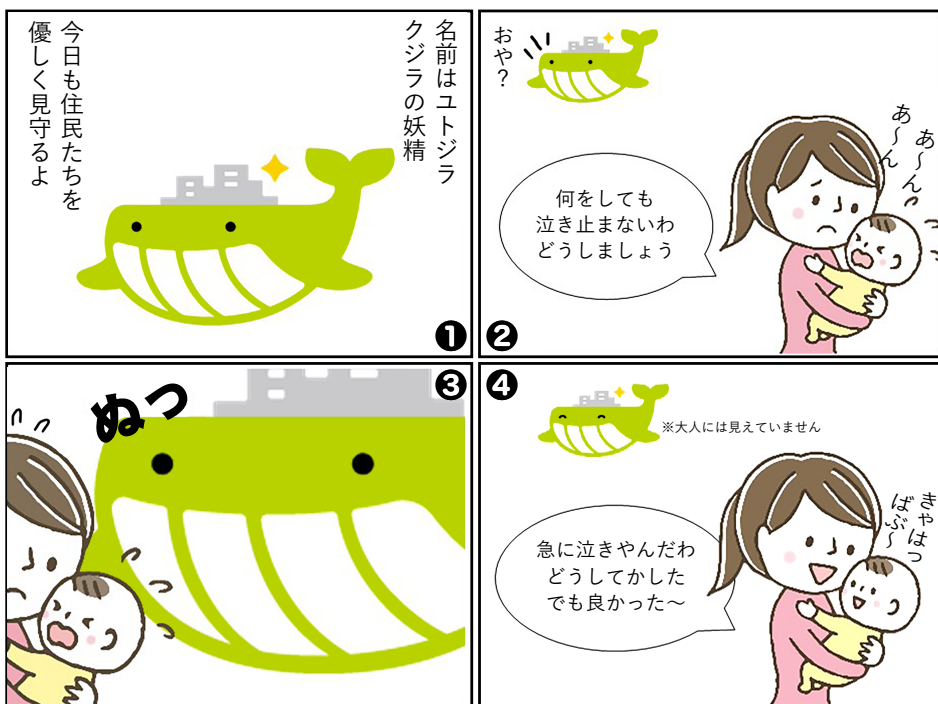


JoyLiVにお子さんの写真を掲載してみませんか?



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コマ漫画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。



笑顔にできるよ

住民たちを見守るユトジラは、大人には見えないけど赤ちゃんには見えるかも?

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 お手続き 方法

①用紙に記入

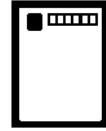


②銀行に提出



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い合わせください。

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



お問い合わせ先 「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。

住戸内の修繕はメールフォームからお申し込みが可能です！

JKK東京お客さまセンターでは、電話に加えて、メールフォームでも住戸内の修繕のお申し込みが可能です。ぜひご利用ください。



メールフォームで
お申し込みできる内容



住戸内の修繕のお申し込み

例：「台所だけお湯がでなくなった」
「トイレの鍵が固くてかかりにくい」
「玄関の電球交換をしたが
電気がつかない」



メールフォームで
お申し込みできない内容



緊急を要する修繕等のお申し込み

※漏水・断水等の緊急を要する修繕のお申し込み、
火災の発生、またお住まいの方の安否に関わる
ご連絡は、お手数ですがお電話にてお問合せく
ださい（営業時間外でも受け付けています）。



共用部の修繕等のお申し込み

※共用部の修繕等のお申し込みは、お手数ですが
お電話にてお問合せください。

「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各種お手続き、家賃のお支払い、 住まい方のご相談



0570-03-0031



03-6279-2962



②修繕のお申し込み、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
関わる緊急のご用件は **24 時間 365 日 電話対応**



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、
お手続き・修繕に
関する『よくある
ご質問』はこちら



住戸内専用
「修繕メール
フォーム」は
こちら

