すまいのひろば

ユトジラんどへの入口

2026年（令和8年）11月号

JKK東京

【発行】東京都住宅供給公社　公営住宅管理部　〒150-8322 渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山

親子ふれあい住み替え募集について

高齢者世帯が子世帯の支援のもとで安心して生活ができるよう、親子ふれあい住み替え募集を実施します。

この募集に応募できるのは、現在お住まいの都営住宅に１年以上居住している方（令和７年12月１日以前に現在お住まいの都営住宅の使用許可を受けた方）で、次の１又は２に該当し、３の条件を満たす方です。

応募資格

1　親世帯募集
都営住宅にお住まいで、かつ世帯全員が65歳以上（昭和36年12月15日以前の生まれ）の親世帯（単身も可）で、子世帯の近くへ住み替えを希望する方（子世帯の住宅の種類は問いません。）

2　子世帯募集
都営住宅にお住まいの子世帯で、世帯全員が65歳以上（昭和36年12月15日以前の生まれ）の親世帯（単身も可）の近くへ住み替えを希望する方（親世帯の住宅の種類は問いません。）

3　住み替えにより、親世帯と子世帯の間の最短所要時間が30分以上短縮されること。
又は、親世帯と子世帯の間の所要時間が30分以上かかっており、住み替えにより、所要時間が30分未満に短縮されること。
（最短所要時間は、公共交通機関を使用した場合の標準的な時間です。）

＜申込上の注意＞

①都民住宅、定期使用住宅、福祉住宅（民生住宅）及び引揚者住宅にお住まいの方は応募できません。

②使用料等を滞納している方、高額所得者に認定されている方は応募できません。

③申込みは、親世帯又は子世帯のどちらかのみとなります。両方の世帯でそれぞれ申込みをした場合は失格となります。

もくじ

●親子ふれあい住み替え募集について …… 1 2 3
●放火を防ぐ４つのポイント …… 3
●火の取扱いには十分ご注意を！ …… 4
●スプレー缶の事故にご注意を！ …… 4
●東京都公式アプリ（東京アプリ）からのお知らせ …… 4
●令和９年度分 雑排水管清掃の申込受付について …… 5
●東京都立病院機構からのお知らせ …… 6

11月分の住宅使用料等の納期限（口座振替引落し日）は、11月30日（月）です。

口座振替ご利用の方は事前に残高の確認をお願いします。

募集戸数

25戸（詳細は３ページのとおり）
【内訳：親世帯募集14戸、子世帯募集11戸】

必要書類

（申込時）

1　申込書
2　郵便ハガキ（85円）**２枚**（表面に申込者の住所・氏名を書いたもの。抽せん番号の通知用及び抽せん結果の通知用）
　※ **申込書に記入もれ等がある場合は、無効となることがありますのでご注意ください。**

（当せん後）

1　親世帯、子世帯の住民票（「世帯全員」と記載のある続柄入りのもの）
2　親子の関係が確認できる書類（子世帯の戸籍謄本など）

申込方法

必要書類を以下の申込先まで「郵送」してください。
【申込先】〒150-8322 渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山
JKK東京 都営住宅募集センター 入居案内係　行
申込みは郵送で、**12月14日(月)**までにJKK東京 都営住宅募集センターに届いたものに限り受け付けします。

申込書の配布期間及び場所

配布期間：令和８年12月１日(火)～12月９日(水) ９時～18時 ※土･日を除く
配布期間中に、都営住宅募集センター入居案内係及び各窓口センターで配布します。

抽せん日

令和９年１月中旬予定
日時等は抽せん番号の通知のハガキでお知らせいたします。

住宅のあっせん

1　新築住宅、車いす住宅、シルバーピア住宅へのあっせんはありません。
2　あっせんは、募集住宅にあき家が発生した場合に行いますので、**階層等の指定はできません。**
3　住宅は、令和９年６月頃から順次あっせんしていく予定ですが、あき家の発生状況等により時間がかかる場合があります。

そ の 他

入居に際しては、現在お住まいの住宅の返還や必要書類の提出など、所定の手続きが必要になります。

パン田先生と都道府県について学ぼう！～パン田先生と行く日本全国の旅～

第７回　福島県（県庁所在地：福島市）

福島県は、東北地方で一番南に位置していて、全国で３番目の面積を誇っているんだ。大きく３つの地域（会津、中通り、浜通り）に分かれていて、同じ県のなかでも気候や文化が異なるよ。名物の「喜多方ラーメン」は日本三大ラーメンの一つとして人気だよ。

問題▶福島県の会津地方に伝わる、首がゆらゆらと動く赤い牛の張り子人形を何というかな。答えてみよう。

➡答えは4ページ



令和８年12月　親子ふれあい住み替え募集　住宅一覧

〈親世帯が申込みできる地区〉

申込番号	区市名	住　宅　名	代表的な所在地	募集戸数	入居対象	間取り	面積(㎡)	エレベータの有無
1	新 宿 区	百人町四丁目アパート	新宿区 百人町 4-8	1	1～2人	1DK	35	有
2	江 東 区	北砂一丁目アパート	江東区 北砂 1-1	1	1～2人	2DK	33	有
3	世田谷区	下馬二丁目アパート	世田谷区 下馬 2-33 ほか	1	1～2人	1DK	34	有
4	杉 並 区	高井戸西一丁目アパート	杉並区 高井戸西 1-31 ほか	1	1～2人	1DK	33	有
5	北　　区	神谷三丁目第２アパート	北区 神谷 3-13	1	1～2人	2DK	37	有
6	板 橋 区	坂下二丁目アパート	板橋区 坂下 2-8	1	1～2人	2DK	33	有
7	練 馬 区	石神井町二丁目第３アパート	練馬区 石神井町 2-18	1	1～2人	1DK	34	有
8	足 立 区	扇二丁目アパート	足立区 扇 2-36 ほか	1	1～2人	1DK	32	有
9	葛 飾 区	南水元三丁目アパート	葛飾区 南水元 3-3	1	1～2人	1DK	34	有
10	江戸川区	下篠崎町アパート	江戸川区 下篠崎町 2	1	1～2人	1DK	34	有
11	府 中 市	府中南町四丁目アパート	府中市 南町 4-40	1	1～2人	1DK	32	有
12	昭 島 市	中神第３アパート	昭島市 中神町 1237 ほか	1	1～2人	1DK	32	有
13	調 布 市	国領町八丁目アパート	調布市 国領町 8-1	1	1～2人	1DK	35	有
14	国 立 市	国立富士見台四丁目アパート	国立市 富士見台4-18 ほか	1	1～2人	1DK	34	有

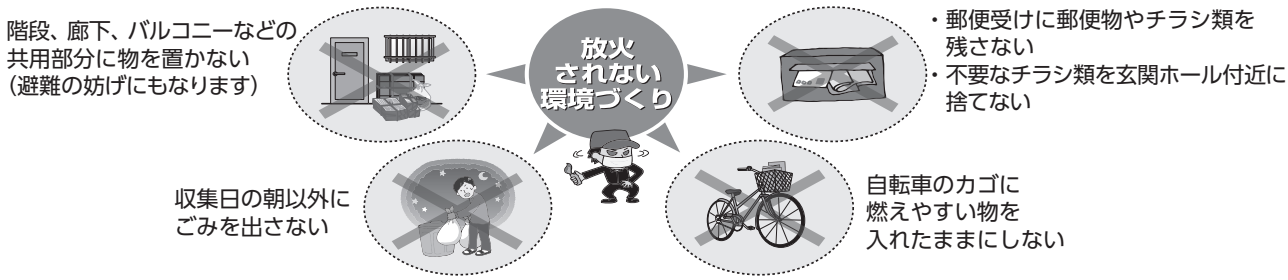
〈子世帯が申込みできる地区〉

申込番号	区市名	住　宅　名	代表的な所在地	募集戸数	入居対象	間取り	面積(㎡)	エレベータの有無
15	新 宿 区	百人町四丁目第２アパート	新宿区 百人町 4-7	1	1～2人	1DK	33	有
16	江 東 区	枝川一丁目アパート	江東区 枝川 1-5	1	2人以上	2DK	40	有
17	世田谷区	粕谷二丁目アパート	世田谷区 粕谷2-19	1	1～2人	1DK	34	有
18	中 野 区	弥生町二丁目アパート	中野区 弥生町 2-47 ほか	1	2人以上	2DK	52	有
19	荒 川 区	町屋六丁目第２アパート	荒川区 町屋 6-37	1	2人以上	2DK	54	有
20	葛 飾 区	東新小岩一丁目アパート	葛飾区 東新小岩1-14	1	2人以上	2DK	40	有
21	江戸川区	松江四丁目アパート	江戸川区 松江 4-1	1	2人以上	3DK	55	有
22	三 鷹 市	上連雀六丁目アパート	三鷹市 上連雀 6-21 ほか	1	2人以上	3DK	55	有
23	町 田 市	高ケ坂アパート	町田市 金森東 1-28	1	2人以上	2DK	53	有
24	国 立 市	国立西三丁目アパート	国立市 西 3-8	1	2人以上	3DK	55	有
25	東久留米市	東久留米中央町二丁目アパート	東久留米市 中央町 2-3 ほか	1	1～2人	1DK	34	有

■親子ふれあい住み替え募集についてのお問い合わせ先
JKK東京 都営住宅募集センター 入居案内係　☎03-3498-8894㈹

放火を防ぐ４つのポイント

都営住宅等において放火による火災が発生しています。
放火を防ぐためのポイントを紹介しますので、チェックしましょう。



火の取扱いには十分ご注意を！

都営住宅等における火災の主な原因は、調理中の出火、たばこの不始末、放火などです。

調理中に調理台のそばを離れると、重大な事故につながる可能性がありますので注意が必要です。たばこ等の火の取扱いにも十分注意しましょう。



火災・事故発生時のお願い

お住まいの団地で火災や事故が発生した場合は、警察・消防への通報のほか、JKK東京お客さまセンター（6ページの電話番号❷）にご一報ください。24時間365日お受けしています。

ボヤなど軽微なものでも、安全確認や修繕が必要となる場合があります。

スプレー缶の事故にご注意を！

殺虫剤、ヘアスプレー、消臭剤などのスプレー缶製品には可燃性ガスが使用されており、都営住宅等においても、爆発や引火による火災などの事故につながった事例があります。

スプレー缶の使用については以下の点に注意しましょう。

- 火気のある場所の近くでは使用しない。
- スプレー缶使用後に風呂釜などの燃焼機器を点火しない。
- 使用時や使用後は十分に換気を行う。
- 暖房器具の近くや直射日光が当たる場所など、高温になる場所にスプレー缶を置かない。
- 必ず中身を使い切ってから廃棄する。



東京都公式アプリ（東京アプリ）からのお知らせ

11,000円相当のポイントもらえる！ 東京アプリ生活応援事業に参加しましたか？

東京都では、東京アプリの更なる普及促進を図るとともに、都民のみなさんの生活をより一層応援するため、東京アプリを活用し、マイナンバーカードによる本人確認を行った方に迅速かつ効率的に東京ポイント(11,000pt)をお届けする「東京アプリ生活応援事業」を実施中。（令和９年４月１日まで）

東京アプリ

参加方法詳細はこちら

東京アプリ生活応援事業の対面サポートも実施中！

スマートフォンの操作に不慣れな方等に、講義形式で参加方法をサポートします。（要電話予約）

都政ギャラリー（都議会議事堂１階）	多摩拠点（東京都公文書館）	区市町村施設
火・水・木	月・金	実施場所、実施期間、予約開始日は区市町村ごとに異なります。
1日3回各50分	1日3回各50分	

開催情報の詳細はこちら

お問い合わせ 音声ガイダンスに従い、お問い合わせ内容に応じたメニュー番号を押してください。

東京アプリ専用コールセンター

☎03-6901-7979

（9時～19時、年末年始除く）

1番→東京アプリの新規登録・ログイン
2番→マイナンバーカードによる本人確認方法
3番→それ以外の東京アプリの操作
4番→対面サポートの申し込み・キャンセル
9番→その他の内容

答え 赤べこ

令和９年度分 雑排水管清掃の申込受付について

雑排水管清掃を希望する団地について、清掃に要する費用を共益費としてご負担いただき、東京都がみなさんに代わって年１回の清掃を実施します。

令和９年度実施分から、清掃範囲を「台所系統」のみから「台所、浴室、洗面、洗濯系統」に見直し、順次、対象地域を拡大していく予定です。お住まいの地域によって清掃範囲、共益費が異なりますので、以下の「清掃範囲と共益費」をご確認ください。

清掃範囲と共益費

下表のとおり、お住まいの地域によって清掃範囲・共益費が異なります。

	お住まいの地域	清掃範囲	共益費
①	千代田区、中央区、港区、台東区、墨田区、江東区、品川区、大田区、荒川区、葛飾区、江戸川区	台所、浴室、洗面、洗濯系統（台所流し、浴室、洗面台及び洗濯機置場から屋外の「第1ます」まで） ※新規・継続申込ともに「台所系統のみ」を申し込むことができなくなります。	月額：　345円／戸 年額：4,140円／戸
②	①以外の区市町	台所系統(台所流し部分から屋外の「第１ます」まで)	月額：　245円／戸 年額：2,940円／戸

申込条件

■原則として団地単位での申込みですが、棟単位でも受け付ける場合があります。
お住まいのみなさんへ周知し、同意を得たうえで申し込んでください。
新規申込の場合は、「自治会総会の決議」又は「署名簿」が必要です。

■令和９年４月から毎月の使用料とともに共益費として支払っていただきます。

申込方法

【新規申込】

■代表者の方（自治会等）から、JKK東京お客さまセンター（６ページの電話番号❶）までご連絡ください。

【継続申込】

■代表者の方（自治会等）に令和９年度分の申込用紙を10月下旬に送付しました。申込前に、お住まいのみなさんへ清掃内容、共益費について周知し、ご理解いただいた上で申し込んでください。

申込受付期間・申込先

■期間：令和８年11月２日(月)から11月30日(月)まで

■申込先：受持ちの窓口センター（継続申込の場合、オンライン申込が可能です。）

【継続申込の団地】オンライン申込について

令和８年度分に引き続き、雑排水管清掃を申し込まれる団地の方は、オンライン申込が可能です。新規申込団地の方はオンライン申込できません。

〔申込フォーム〕

JKK東京ホームページから申し込んでください。



JKK東京ホームページ＞都営住宅等にお住まいの皆さまへ
＞オンライン申請一覧＞自治会関連の手続き
＞８．雑排水管清掃の申込み（継続申込団地）
※初めてご利用の際は、「LoGoフォーム」新規アカウント登録が必要です。

東京都立病院機構からのお知らせ

QOL(生活の質)の低下につながる糖尿病の合併症

地方独立行政法人
東京都立病院機構
Tokyo Metropolitan Hospital Organization

糖尿病は、血糖値が高い状態が続くことで全身の血管が傷み、さまざまな合併症を引き起こします。

これらの合併症は、命に関わるだけでなく、日常生活の質(QOL)を大きく低下させる点が問題です。特に「しめじ」と呼ばれる三大合併症である神経障害(し)・網膜症(め)・腎症(じ)は、早期から進行しやすく、生活に直接影響します。神経障害では足のしびれや痛み、感覚低下が起こり、歩行や家事などの基本動作が難しくなることがあります。網膜症は視力低下や失明につながり、腎症は進行すると透析が必要となり、生活の自由度が大きく制限されます。

さらに、動脈硬化が進むと心筋梗塞や脳梗塞などの大血管障害を引き起こし、命に関わる重大な結果を招くこともあります。糖尿病足病変では、わずかな傷が重症化し、壊疽による足の切断に至ることもあります。これらを防ぐためには、血糖値の適切な管理と、定期的な検査が欠かせません。糖尿病を正しく理解し、早期から生活習慣の改善と治療に取り組むことが、QOLを守る最も大切なポイントです。

し	め	じ
糖尿病神経障害	糖尿病網膜症	糖尿病腎症
手足のしびれ・足の切断のリスク	眼が見えなくなることも	人工透析のリスク





糖尿病の合併症 詳細はこちらから

機構LINEにて その他のコラムも発信中

JKK東京お客さまセンター

月曜日及び休日の翌日は、電話が混みあい、つながりにくい場合があります。
お急ぎでない方は、別の日にご利用ください。

受付時間 9時～18時（土日・祝日・年末年始を除く）

❶ 各種お手続き 使用料のお支払い 住まい方のご相談

ナビダイヤル 0570-03-0071
☎03-6279-2652

❷ 修繕のお申込み・ご相談
漏水等の緊急修繕、事故や火災、断水、居住者の安否に関わる緊急のご用件は
24時間365日電話対応

ナビダイヤル 0570-03-0072
☎03-6279-2653

- **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。
  料金ガイダンス又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。
- **「名義人番号」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。**

お手続き等に関する「よくある質問」はこちら

都営住宅等の「オンライン申請一覧」はこちら

緊急を除く住戸内専用「修繕メール」はこちら

東京都住宅政策本部ホームページ
東京都住宅政策本部 検索

JKK東京ホームページ「都営住宅等にお住まいの皆さまへ」
都営住宅　お住まいの皆さま 検索

「すまいのひろば」外国語版はこちら
Foreign-language versions

古紙パルプ配合率70%再生紙を使用しています。
「すまいのひろば」は再生紙を使用しています。
SAVE THE GREEN EARTH!