














目次

仙台市の沿革 32
仙台にお住まいの外国人の方に 32
仙台市の情報を発信しています 33
東日本大震災に関する情報 33
 防災・災害対策 34 災害に備えて／災害に遭ったとき／指定避難所等一覧／非常持ち出し品の準備／災害時給水施設
 住民票・戸籍など 38 証明書の交付／マイナンバーの記載・通知など／証明書コンビニ交付サービス／住所変更・戸籍の届出
 国民健康保険 42 加入と手続き／主な給付の種類／特定健康診査・特定保健指導
 後期高齢者医療制度 43 加入と手続き／保険料と給付
 国民年金 44 加入と保険料
 市税 45 納付・税証明／こんなときは
 ごみの出し方・減量 47 ごみの処理／ごみの減量／環境を知り、守る
 暮らし 51 生活に困ったとき／暮らしの情報／ペット／公的住宅への入居／緑化／農業／斎場・霊園
 ガス・水道・下水道 54 ガス／水道／下水道・浄化槽
 交通 57 バス・地下鉄・JRなどのご利用案内／バス・地下鉄のご利用方法／道路／自転車・バイク
 働く人 61 学習／働く人のために／能力開発／お仕事をお探しの方へ／市職員採用試験
 相談 63 市政の相談／人権の相談／女性のための相談／外国人相談(情報提供)／生活の相談／税金の相談／国民健康保険・後期高齢者医療制度

年金の相談／いろいろな相談窓口
 健康 70 急病・けがのときは／各種健診／特定健康診査・特定保健指導／健康・医療相談／こころの健康相談／健康づくり
 子ども 73 妊娠が分かったら／赤ちゃんが生まれたら／乳幼児健康診査・予防接種／幼稚園・保育所など／小・中学校／子どもの相談／子育て支援／障害のある子どものために／児童手当／ひとり親家庭支援／子どものための施設・団体など
 高齢の方 80 元氣な活動の支援／健康管理のために／介護予防事業／介護保険／ひとり暮らし等の方の支援／在宅の方の支援／高齢の方のための住まい／相談窓口・情報提供／老人ホームなど
 障害のある方 85 手帳の交付、相談窓口／自立支援給付等／各種手当と医療費助成など／在宅サービス／社会参加／障害のある方のための住まい
 生涯学習・市民活動・文化振興 89 楽しく生涯学習／市民活動支援／メディア・情報／文化振興
 観光・交流 91 市内観光／国際交流・国際化推進／姉妹都市・友好都市・協定締結都市
 議会・選挙 92 議会／選挙
 広聴・市政情報 93 広聴／市政情報
 施設案内 94 市役所・区役所など／図書館／緑と公園／文化施設／会館・ホールやスポーツ施設の利用申し込み／会館・ホール／スポーツ施設／スキー場・キャンプ場／子どものための施設／高齢の方のための施設／消防施設／市営駐車場
さくいん 117

平成28年度版 せんだいくらしのガイド 市民便利帳

防災・災害対策	
住民票・戸籍など	
国民健康保険	
後期高齢者医療制度	
国民年金	
市税	
ごみの出し方・減量	
暮らし	
ガス・水道・下水道	
交通	
働く人	
相談	
健康	
子ども	
高齢の方	
障害のある方	
生涯学習・市民活動・文化振興	
観光・交流	
議会・選挙	
広聴・市政情報	
施設案内	

●せんだいくらしのガイド／市民便利帳(行政情報)は、平成28年4月1日を基準に、できる限り最新の情報で編集しています。

●市役所・区役所などの電話番号

仙台市役所	TEL 022-261-1111(代)	太白区役所	TEL 022-247-1111(代)
青葉区役所	TEL 022-225-7211(代)	泉区役所	TEL 022-372-3111(代)
宮城野区役所	TEL 022-291-2111(代)	宮城総合支所	TEL 022-392-2111(代)
若林区役所	TEL 022-282-1111(代)	秋保総合支所	TEL 022-399-2111(代)

●せんだいくらしのガイド／市民便利帳(行政情報)31～122ページ編集

仙台市総務局広報課
TEL 022-214-1143 FAX 022-211-1921
〒980-8671 仙台市青葉区国分町三丁目7-1

仙台市の沿革 仙台市の礎は1601（慶長6）年、初代仙台藩主・伊達政宗によって築かれた城下町にさかのぼります。時代の変化とともに、街並みが変わった今もなお、城下町の町割の名残や寺社などに、当時の面影を見ることができます。

1889（明治22）年、市制施行によって「仙台市」が誕生しました。その前後から、軍事・司法・運輸・通信などの国の機関や、東北帝国大学（現東北大学）をはじめとする重要な教育機関が続々と設置され、仙台は東北を代表する近代都市へと大きく発展していきます。「学都仙台」と呼ばれるようになったのは、この頃からです。

また、江戸時代から受け継がれてきた屋敷林や寺社林の豊かな緑に由来して、「杜の都」と称されるようにもなりました。その豊かな緑は1945（昭和20）年の仙台空襲によって失われてしまいましたが、戦災復興事業で街路樹が整備され、「杜の都」は復活しました。現在、青葉通・定禅寺通などのケヤキ並木や広瀬川に沿って連なる木々が四季折々に街を彩ります。

仙台市は数度の合併を経ながら市域を拡大し、平成元年には東北初の政令指定都市となり、平成11年には人口100万人を突破しました。平成23年3月11日の東日本大震災では、甚大な被害を受けましたが、復興に向けて一歩一歩、力強く歩んでいます。

■ 仙台にお住まいの外国人の方に

生活情報ガイド「仙台生活便利帳」（多言語版。日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語）は仙台国際センター交流コーナーやすべての区役所の戸籍住民課にあります。

■ For non-Japanese residents of Sendai

The City of Sendai publishes a multilingual booklet called Life in Sendai. This booklet contains practical information on daily life for non-Japanese residents of Sendai. It is available at Sendai International Center Koryu Corner and the Family and Resident Registration Section (koseki-jumin-ka) of each ward office.

■ 为方便生活在仙台的外国人士

生活信息指南《仙台生活方便手册》（日语、英语、中文、韩语、越南语的多种语言版本）已印制成册，在仙台国际中心交流角及各区役所户籍住民科发放，请大家广为利用。

■ 센다이에 거주하시는 외국인분들을 위하여

생활 정보 가이드「센다이 생활 편리 수첩」（다언어판・일본어, 영어, 중국어, 한국어, 베트남어）은 센다이 국제센터나 교류코너 각 구청의 호적 주민과에 비치되어 있습니다.

■ Sổ tay cuộc sống tại Sendai

Sách hướng dẫn「Cuộc sống ở Sendai」（Bản nhiều ngôn ngữ Nhật, Anh, Trung, Hàn, Tiếng Việt）được phân phát tại Sendai International Center Koryu Corner hoặc tại bộ phận Hộ khẩu dân trú của trung tâm hành chính các quận.

■ Website: <http://int.sentia-sendai.jp/foreigner/>

外国人相談（情報提供） ☎224-1919（9:00～20:00）（休館日を除く）

日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、タガログ語、ベトナム語
にほんご、English、中国語、한국어、Português、Tagalog、Tiếng Việt

仙台の観光情報・生活情報の提供と通訳のお手伝いをします。

We offer information about sightseeing and daily life in Sendai, and interpretation support.

用中文为您提供仙台市内旅游观光信息及生活信息。

센다이의 관광・생활정보 제공 및 통역을 도와드립니다.

Oferecemos informações sobre turismo e o dia a dia em Sendai, assim como serviços de tradução por telefone.

Ibinibigay namin ang mga imformasyon nauukol sa paglililiwaliw at kabuhayang pang-araw-araw. At tumutulong pa din kami sa interpretasyon.

Chúng tôi giúp đỡ thông dịch và cung cấp các thông tin về cuộc sống, du lịch ở Sendai.

仙台国際センター交流コーナー ☎265-2471（9:00～20:00）