

# 目次

仙台市の沿革 8  
 仙台にお住まいの外国人の方に 8  
 仙台市の情報を発信しています 9  
 東日本大震災に関する情報 9

**防災・災害対策 10**  
 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 14**  
 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 18**  
 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 19**  
 加入と手続き／保険料と給付

**国民年金 20**  
 加入と保険料

**市税 21**  
 納付・税証明／こんなときは

**ごみの出し方・減量 22**  
 生活ごみの分け方・出し方／ごみの減量／環境を知り、守る

**暮らし 27**  
 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 30**  
 ガス／水道／下水道・浄化槽／し尿

**交通 32**  
 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 37**  
 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 39**  
 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 44**  
 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 47**  
 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 54**  
 元気な活動の支援／健康管理のために／介護予防・日常生活支援総合事業／介護予防・生活支援サービス事業／一般介護予防事業／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 60**  
 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 64**  
 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 66**  
 市内観光／多文化共生・国際交流／姉妹都市・友好都市・協定締結都市

**議会・選挙 67**  
 議会／選挙

**広聴・市政情報 68**  
 広聴／市政情報

**施設案内 69**  
 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／市営駐車場／消防施設

さくいん 93

令和三年度版

# 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、令和3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。掲載内容は新型コロナウイルスの感染拡大防止等のため変更となる場合があります。
- 仙台市総合コールセンター TEL 022-398-4894
- 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)7～98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