

はじめに 読んでください 2
 ■このガイドの ルール

もくじ
目次 3

つくばみらい市は こんな ところ 4

つくばみらい市役所から 情報を 得る
 5
 ■つくばみらい市ホームページ
 ■広報つくばみらい ■SNS / アプリ

日本に いるための 手続き (在留) 6
 ■在留カード ■生活・就労ガイドブック

つくばみらい市役所での サービス・手続き
 など 7~19
 ■詳しい 内容を 知る 方法 7

【住民登録】 8

【戸籍の 届出】 9

【公的医療保険】 10

【公的年金制度】 11

【大人の 健康】 12

【介護 (生活の 世話を する)】 13

【生活が 苦しいとき】 13

【お年寄りの 福祉】 14

【障がい 福祉】 14

【税金】 15

【妊娠・出産】 16

【子どもを 育てる】 17

【ひとり親への 支援】 17

【子どもを 預ける / 教育】 18~19

生活の こと 20~21

【家庭 (家の) ごみ】 20

【水道に ついて】 21

【犬・猫などの ペット】 21

つくばみらい市の 公共交通 22
 ■電車 ■バス ■タクシー

学ぶ / 情報 / 相談する 23
 ■日本語ひろば ■生活・就労ガイドブック
 ■外国人相談センター

つくばみらい市に ある 施設 .. 24~25

自然災害 (台風・地震など) 26~27

【災害に 備える】 26

【災害が 起きた とき】 27

危険なときに 連絡する ところ 28

