



Contents

- 04 茅野市職員採用試験
- 06 令和7年度の予算
- 10 「茅野市のDX」のススメ方
- 12 各種検診
- 14 行財政改革待ったなし! ～持続可能な茅野市であるために～
- 15 ピックアップ情報
- 18 情報カレンダー
- 20 情報ネットワーク
- 23 脳卒中にも要介護状態にもなりたくない
- 24 スポーツ関連情報
- 26 フォトニュース
- 27 健康体操・病院コラム
- 28 こども通信
- 30 国民年金だより
- 31 国保だより
- 32 ミュージアム&ライブラリー情報
- 34 ちのでじ・ゆいわーくお知らせ
- 35 市民掲示板・編集後記
- 36 地方税お支払サイト「eL-QR」



今月の写真 / 小泉山中沢口からの景色

昨年、「小泉山体験の森」山開きの日に撮影した小泉山中沢口から見る田園と八ヶ岳の風景です。
初夏の新緑と八ヶ岳ブルーの青空がとてもきれいな写真です。初夏の暖かさが伝わってくる田園風景は、どこか懐かしさも感じますね。



5月の納税等
納期限 6月2日(月)

軽自動車税（全期）
税 務 課 ☎72-2101（内線 180）

上下水道料金（5月分）
上下水道課 ☎75-5500（直通）

下水道受益者負担金（1期）
上下水道課 ☎75-5500（直通）

市営住宅使用料（5月分）
都市計画課 ☎72-2101（内線 537）

保育料等（5月分）
幼児教育課 ☎72-2101（内線 623）

納付書は切り離さずに金融機関やコンビニエンスストアへ提出してください。ただし、バーコードが印字されていない納付書はコンビニエンスストアでは使用できません。



4月1日現在の
茅野市の人口

人口 54,871人 （-109）

男 27,534人 （-62）

女 27,337人 （-47）

世帯数 24,775世帯 （+38）

※（ ）内は先月比
※令和2年国勢調査を基に推計



ビーナチャンネル 11ch

オ
ス
ス
メ

「健康体操」
毎日午前8時から放送

一日の始まりにおススメな「朝の体操」や
諏訪中央病院監修の運動などを紹介します。



茅野市インターネット動画サイト
ビーナネットChino



【食改さんおススメレシピ】
かぼちゃのミルク煮
食生活改善推進協会によるおススメ
レシピの紹介です。
かぼちゃのミルク煮は、牛乳のうまみ
を生かした副菜です。
かぼちゃの代わりにさつまいもにしても
作ることができます。