能登原子力センター

あともす

2022/No. 255　7月号

contents

- 図でみる原子力発電のしくみ …… 1
- 原子力なあるほど教室
  エネルギーや環境について考えてみよう！… 3
- わが町トピックス …… 5
- モニタリング関連 …… 7
- こんなことをしました …… 9
- 特別寄稿
  七尾鹿島のことわざ …… 10

夏の訪れを告げる不動滝

７月５日は滝開きです。（今年は新型コロナウイルスの影響で規模を縮小して開催します）不動滝でリフレッシュしませんか。

（中能登町）

原子力発電はどんなものなのか図で紹介するよ！

図でみる 原子力発電のしくみ

～　原子力発電の特徴　～

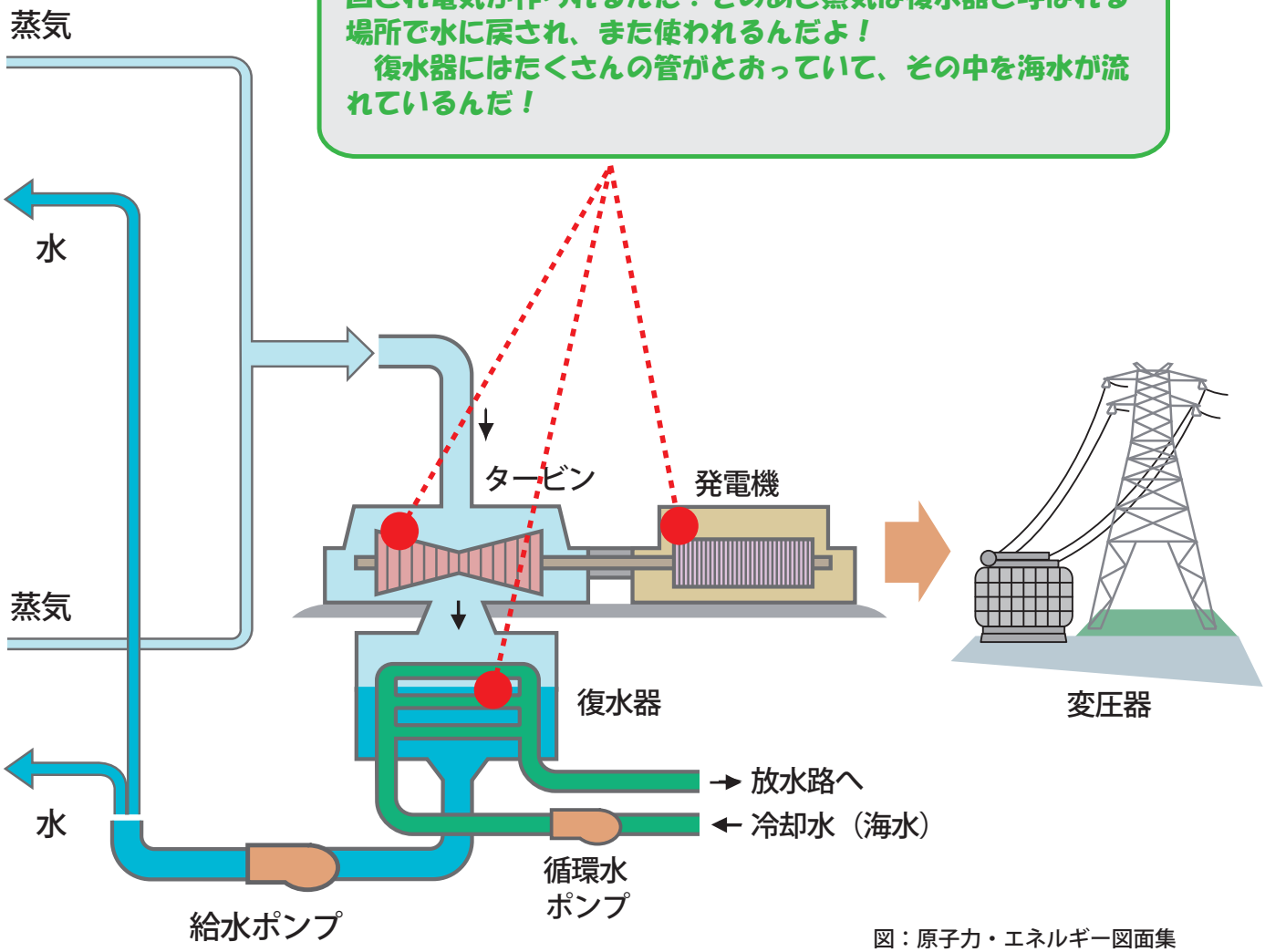
　原子力発電は大きな電力を安定的に発電でき、また、発電時に地球温暖化の原因となる二酸化炭素を出さないことなどのメリットがあります。

　一方、発電の過程で放射性物質を発生させるため、それが外に漏れないよう、安全を最優先に運転することがとても重要です。

蒸気は繰り返し使う

　起こした蒸気をタービン（羽根車）に当てることで発電機が回され電気が作られるんだ！そのあと蒸気は復水器と呼ばれる場所で水に戻され、また使われるんだよ！

　復水器にはたくさんの管がとおっていて、その中を海水が流れているんだ！



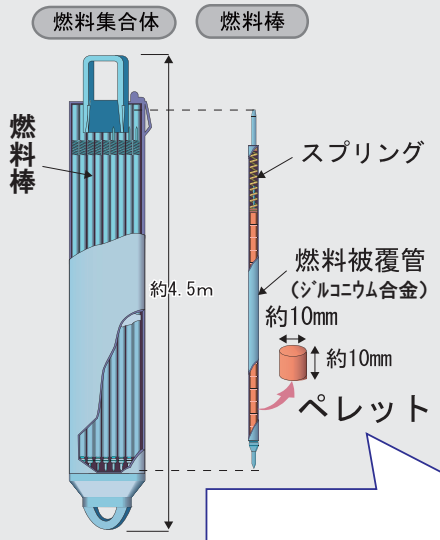
図：原子力・エネルギー図面集

火力発電との違い

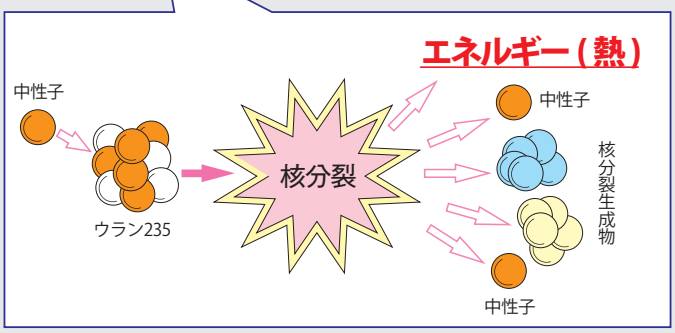
原子力発電も火力発電も水を沸騰させて蒸気を作り、その蒸気の力で発電しているという点では同じなんだ！
でも、火力発電は**石油、石炭、ガス等**を燃やしているのに対し、原子力発電は、**ウラン燃料の核分裂**という現象を利用しているよ！

核分裂のしくみ

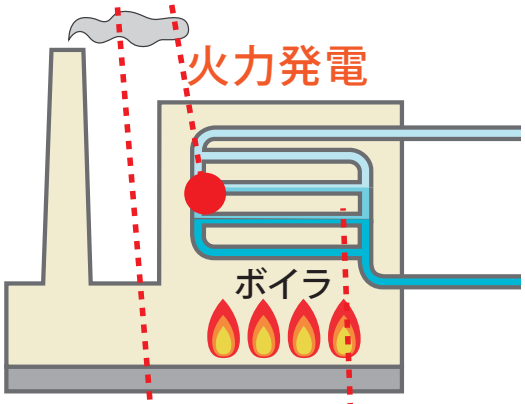
原子力発電では下の図のように、ウランを燃料として加工したペレットがたくさん詰まった燃料棒を束ね、燃料集合体としたものが使われているよ！



この燃料には核分裂しやすいウラン235と核分裂しにくいウラン238という物質が含まれていて、**ウラン235の原子核に中性子があたるとウラン235が核分裂して、同時に大きな熱エネルギーを発生させるんだ！原子力発電はこの熱エネルギーを利用し発電しているよ！**



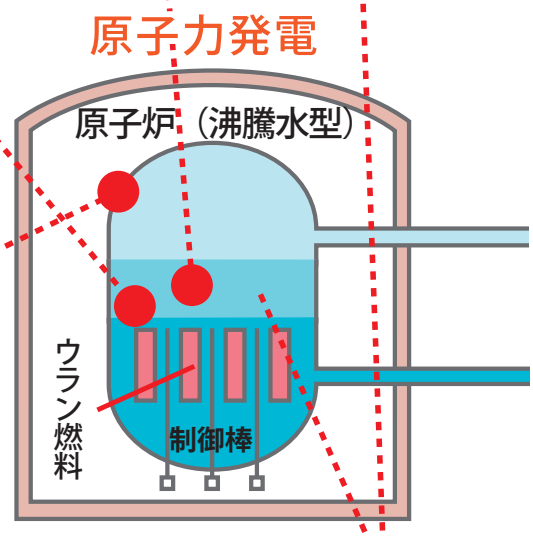
核分裂の原理（出典：原子力・エネルギー図面集）



石油・石炭・ガス等の燃焼

2種類の原子炉

日本で使われている原子炉には大きく分けて「**沸騰水型**」と「**加圧水型**」の2種類があるんだ。志賀原子力発電所は沸騰水型原子炉が使われているよ！



水を沸騰させ蒸気を作る

原子力なあるほど教室

エネルギーや環境について考えてみよう！

日本で発電の割合が多い電源は何だろう？

原子力なあるほど教室では前回から、エネルギーや環境について紹介しています。今回は、現在日本で多く発電を行っている「電源」にはどのようなものがあるかや、その特徴などについて紹介します。

「電源」ってなあに？

私たちが普段使用している電気は、電気を作る工場である「発電所」で作られています。発電所にはさまざまな種類がありますが、どれも電気の源となるため「電源」といいます。

電源には、安定供給をはじめ、電気料金や地球温暖化に関わる経済性や環境性といった面において、それぞれ特徴（長所、短所）があります。（図1）

各電源の特徴と現状※

※2019年度実績（図2グラフ左）

・火力発電

現在、日本で発電の割合が最も多い電源は火力発電です。火力発電には、燃料に天然ガス（LNG）、石炭、石油を使う方法があり、3つ合わせると日本で使う電気の76％程度を火力発電がまかなっていることになります。

多くの電気を作り安定供給することのできる火力発電ですが、燃料のほとんどを海外から輸入しているため、燃料を安定供給することへのリスクや地球温暖化の原因となるCO_2（二酸化炭素）を排出するなどの課題があります。

・再生可能エネルギー

再生可能エネルギーには太陽光、風力、水力、地熱、バイオマスがあり、発電実績は全体の18％程度です。発電時にCO_2を出さないなど、環境面において優れていますが、太陽光や風力においては、自然条件に左右されるため、出力が安定せず、コスト面でも課題があります。

火力発電（天然ガス、石炭、石油）

長所
- 電力の安定供給が可能
- 発電量を調整できる

短所
- 発電時にCO_2を排出する
- 燃料の安定供給が課題

再生可能エネルギー（太陽光、風力、水力など）

長所
- 発電時にCO_2を出さない
- 自然の力を利用するためエネルギーが枯渇することがない

短所
- 太陽光、風力は出力が安定せずコスト面が課題

原子力発電

長所
- 出力が大きい
- 電力の安定供給が可能
- 発電時にCO_2を出さない

短所
- 発電時に放射性物質が発生するため、安全性の確保が大前提

図1　各電源の特徴

・原子力発電

原子力発電は、発電の原理や多くの電気を作り安定供給することができるという点は火力発電と同じですが、ウラン燃料を使うという点が異なります。（1・2ページで紹介しています。）

発電時にはCO_2を出しませんが、放射性物質が発生するため、その管理や処分が課題となっています。

２０１１年に起きた福島第一原子力発電所の事故以降、全国の原子力発電所は順次停止し、事故前には30％程度あった発電割合が、２０１４年度には０％となりました。その後、安全性が確認できた原子力発電所を稼働させ、２０１９年度の発電実績は全体の６％程度となっています。

電源はバランスが大事

このように、すべてが長所という完璧な電源は存在しないため、それぞれの特徴を考慮しながら、電源をバランスよく組み合わせることが大切です。これを「エネルギーミックス」といいます。

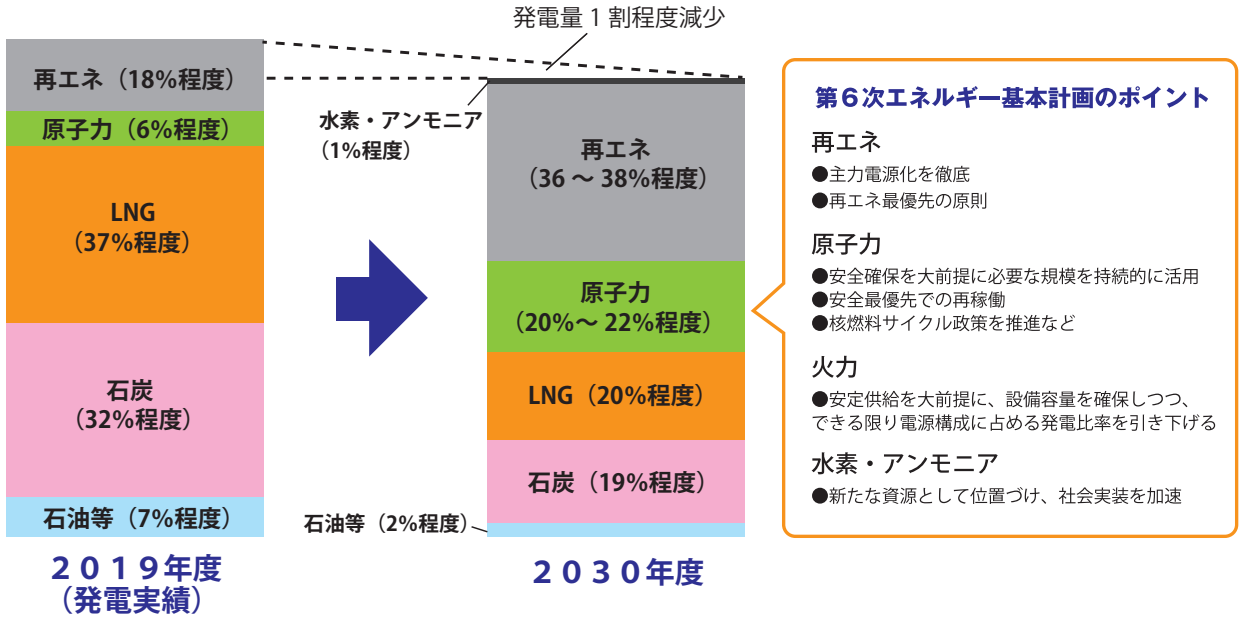
将来のエネルギー目標

日本では、エネルギー政策の基本的な方向性を示すため、２００３年から「エネルギー基本計画」を定めています。昨年（２０２１年）策定された第６次エネルギー基本計画では、２０５０年カーボンニュートラル※や安定供給の確保、エネルギーコストの低減に向けた取り組み方針が決定されました。

これを踏まえ、２０３０年度の電源構成（図２グラフ右）が示されました。

省エネルギーの推進により、電力需要を減らし、それに合わせて発電量も２０１９年度と比べ１割程度減少させています。

参考　原子力総合パンフレット２０２１
日本原子力文化財団発行



※カーボンニュートラルとは
温室効果ガスをできる限り低減し、排出せざるを得なかった分については、同じ量を「吸収」または「除去」することで、全体として温室効果ガスの排出を差し引きゼロにすること。

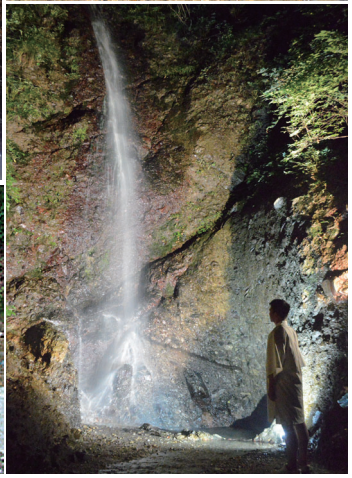
図２　第６次エネルギー基本計画で示された 2030 年度の電源構成
参考：原子力総合パンフレット 2021

中能登町

夏の訪れ告げる　不動滝

不動滝は、かつて山岳信仰の霊場・石動山の修験者の修行の場で、約20メートルの高さから落ちる水しぶきは、夏の訪れを感じさせてくれます。7月5日の滝開きから、夏場は涼を楽しもうと県内外からたくさんの方が訪れます。涼感たっぷりで、夏休みには、親子で楽しむ姿が見られ避暑スポットとして人気です。ぜひ訪れてみてください。

お盆の8月13日から15日までは夜のライトアップも開催しております。



不動滝滝開きライトアップ

■日　時　令和4年8月13日(土)～15(月)　18時頃

■入場料　無料

■主　催　不動滝を護る会

■お問い合わせ　中能登町観光協会（道の駅織姫の里なかのと内）TEL　0767-76-8000

羽咋市

歩いてみよう！妙成寺周辺めぐり

妙成寺ゆかりの旧跡・伝承地

北陸の日蓮宗本山 妙成寺は、国指定の重要文化財建造物十棟を有する羽咋市の歴史ある寺院であり、特に五重塔は北陸随一の圧巻と称されています。

このたび、妙成寺の由緒や地元の伝承をより多くの人に伝えるため、寺院周辺の旧跡・伝承地七か所に解説看板を設置しました。看板の解説文とイラストは地元の西北台小学校6年生（令和三年度卒業生）が作成しました。

七か所のスポットを一部紹介しますと、妙成寺のはじまりの場所とされる「槐の杖塚」（看板①）があります。日蓮の弟子の日像は、愛用の槐の杖を地面に刺し「この杖が根を張り樹木となったらこの地に寺院を建立すべし」と言い残しました。その後、本当に樹木になったことから、「滝谷法華堂」（のちの妙成寺）が建てられたと云われており、今もその場所には槐の木が植えられています。

また、「七面宮と蛇ノ池」（看板③）は、法華経の守護神とされている七面天女と八大竜王が祀られています。その近くの蛇ノ池の水は眼病に効くと信じられ、この池のドジョウは、片方の目しかないものばかりで眼病が治りますようにと願いに来た人の身代わりになったと云われています。

そのほかにも妙成寺の開山初期を支えた有力豪族の「柴原将監」の居館伝承地や五重塔の風景を眺めることができるビュースポットなどにも設置されており、すべてを巡ると約1時間半の散策となります。

みなさんも荘厳な妙成寺の建造物とともに、旧跡・伝承地を巡って地域の歴史に触れてみませんか？

■住所　妙成寺（羽咋市滝谷町ヨ1）周辺

※妙成寺周辺詳細地図（上図）をご確認ください。

■お問い合わせ（妙成寺ゆかりの旧跡・伝承地看板について）TEL　0767-22-5998（市文化財課）

看板③ 七面宮と蛇ノ池

看板②滝谷八幡神社

看板⑥ 五重塔の風景

看板① 槐の杖塚

各行事につきましては、「お問い合わせ先」にお尋ねください。

七尾市

石川県七尾美術館
池田文夫氏の「眼」

七尾市出身の実業家・池田文夫氏（1907～87）が蒐集した美術工芸品「池田コレクション」は、平成7年（1995）の開館以来、当館所蔵品の中核と位置づけられています。

本展覧会ではこの「池田コレクション」の中から、織部や志野といった桃山時代のやきものや近代の日本画家たちによる作品など優品を幅広く紹介します。

「不白茶碗　銘千鶴万亀」川上不白
当館蔵（池田コレクション）

会　期　7月2日(土)～7月24日(日)
※毎週月曜日（7／18は除く）、7／19（火）は休館

開館時間　午前9時～午後5時
※入館は閉館時間の30分前まで

観覧料　一般 350円　大高生 280円
※中学生以下無料

お問い合わせ　石川県七尾美術館
TEL 0767-53-1500
HP https://nanao-art-museum.jp

石川県能登島ガラス美術館
日本ガラス工芸協会 創立50年記念
「'21日本のガラス展」

巡回最終館である当館では、協会員77名の新作を前期と後期に分けて展示します。また、創立50年を記念した「ガラスアートの先輩たち」展を開催。日本のガラスアートの発展に貢献した協会功労者15名の作品をあわせて紹介します。

関連プログラム
パート・ド・ヴェールに挑戦！
出品作家・西悦子さんを講師に迎え、ガラスの小皿を作ります。

日　時　7月30日(土)、31日(日)
※詳細は美術館HPでお知らせします。

追憶 ／西 悦子／ 2021年
撮影：池本一三

会　期　8月28日(日)まで
※休館日　毎月第3火曜日

開館時間　午前9時～午後5時
※入館は閉館時間の30分前まで

観覧料　高校生以上　800円
※中学生以下　無料

お問い合わせ　石川県能登島ガラス美術館
TEL 0767-84-1175
HP https://nanao-af.jp/glass/

志賀町

海辺を彩る感動のイルミネーション
「ときめき桜貝廊2022」

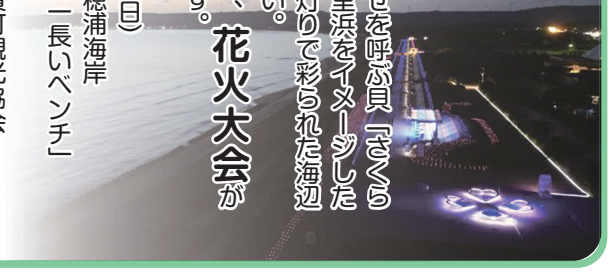
期間　7月23日(土)～11月30日(水)
開催予定
日没から4時間程点灯

志賀町の増穂浦海岸沿いに設置された「世界一長いベンチ」（全長460.9m）は、県内屈指の夕日のスポットです。

今年は、3年ぶりに地元住民や富来小学校の児童、中学校の生徒らで、ペンキの塗り替え作業をして、きれいなベンチに復活しました。

「ときめき桜貝廊」は、そんなロケーションを舞台に開催されるイルミネーションイベントです。増穂浦海岸に打ち寄せられる、幸せを呼ぶ貝「さくら貝」のピンクと、里浜をイメージしたブルーの幻想的な灯りで彩られた海辺をお楽しみください。

開催期間中には、**花火大会**が開催される予定です。



開催日　8月7日(日)
場　所　志賀町増穂浦海岸「世界一長いベンチ」

お問い合わせ　志賀町観光協会
TEL 0767-42-0355

新型コロナウイルス感染防止のため、開催が変更になることがあります。

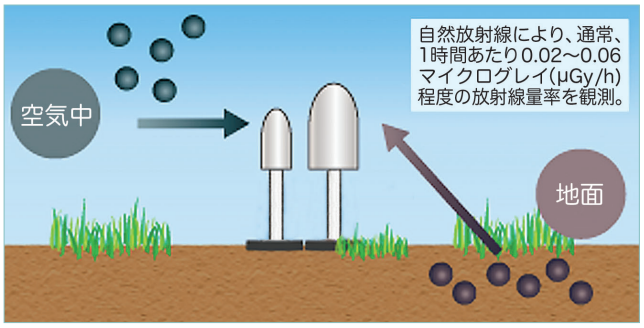
空間放射線の測定について

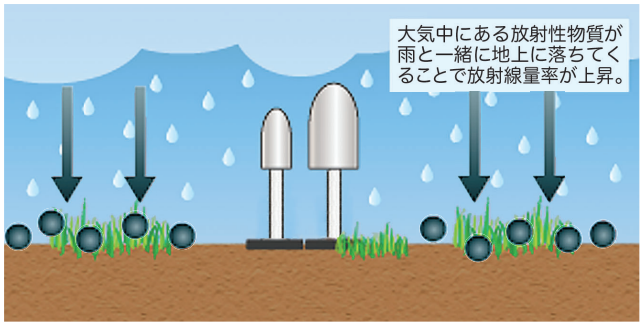
「あともす」では、志賀原子力発電所及び周辺の環境放射線監視について、四半期ごと及びそれをとりまとめた１年間の測定結果をお知らせしています。

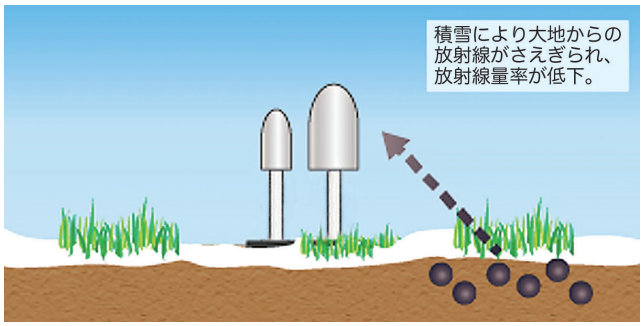
私たちの身のまわりにある空気、大地、建物などあらゆるものに、微量ながら放射性物質が含まれていますが、これらから出る放射線により、石川県の放射線観測局では、通常、１時間あたり0.02～0.06マイクログレイ(μGy/h)程度の空間放射線量率が観測されています。

この空間放射線量率は、天候等の影響で一時的に測定値が上下することがあります。

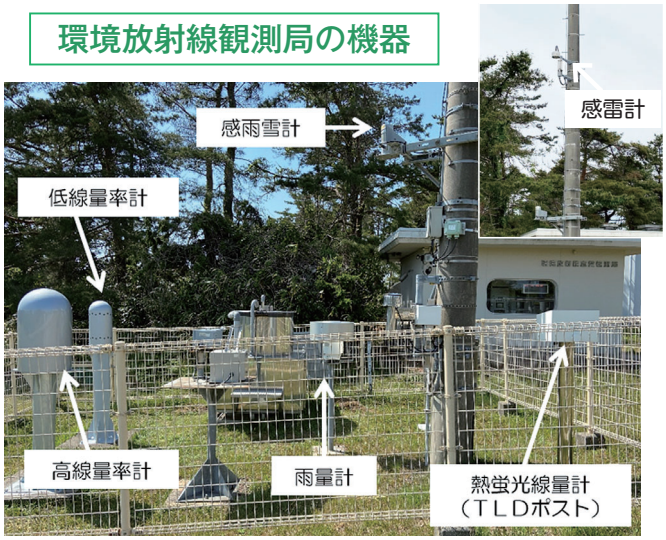
日常よく見られる変動としては、大気中のラドンと呼ばれる天然の放射性物質が放射壊変し新たに生じた放射性物質が雨と一緒に地上に落ちてくることで、空間放射線量率が上昇（１時間あたり0.1マイクログレイ(μGy/h)程度）したり、積雪により大地からの放射線がさえぎられることで空間放射線量率が低下することがあります。







環境放射線観測局の機器



（写真は志賀局）

低線量率計：平常時の低いレベルの空間放射線量率を測定します。（ホームページでは、この測定値を公表）

高線量率計：緊急時の高いレベルの空間放射線量率を測定します。

熱蛍光線量計：四半期毎の積算線量を測定します。（電源がなくても放射線量を測定可能）

感雨雪計、雨量計：空間線量率の上昇が降雨や降雪によるものか確認するために設置しています。

感雷計：雷による空中電界を測定しています。

非常用発電装置：外部からの電気が無くなったときに、測定に必要な電気を供給します（観測局横に設置）。

こうした空間放射線の変動要因の主なものについては、「平常時モニタリングについて（原子力災害対策指針補足参考資料）」（原子力規制庁監視情報課）に、次のように記載されています。

ア　測定器の性能、測定方法等の測定条件の変化

イ　降雨、降雪、雷、積雪等の気象要因及び地理・地形上の要因等の自然条件の変化

ウ　核爆発実験等の影響

エ　医療・産業用の放射性同位元素等の影響

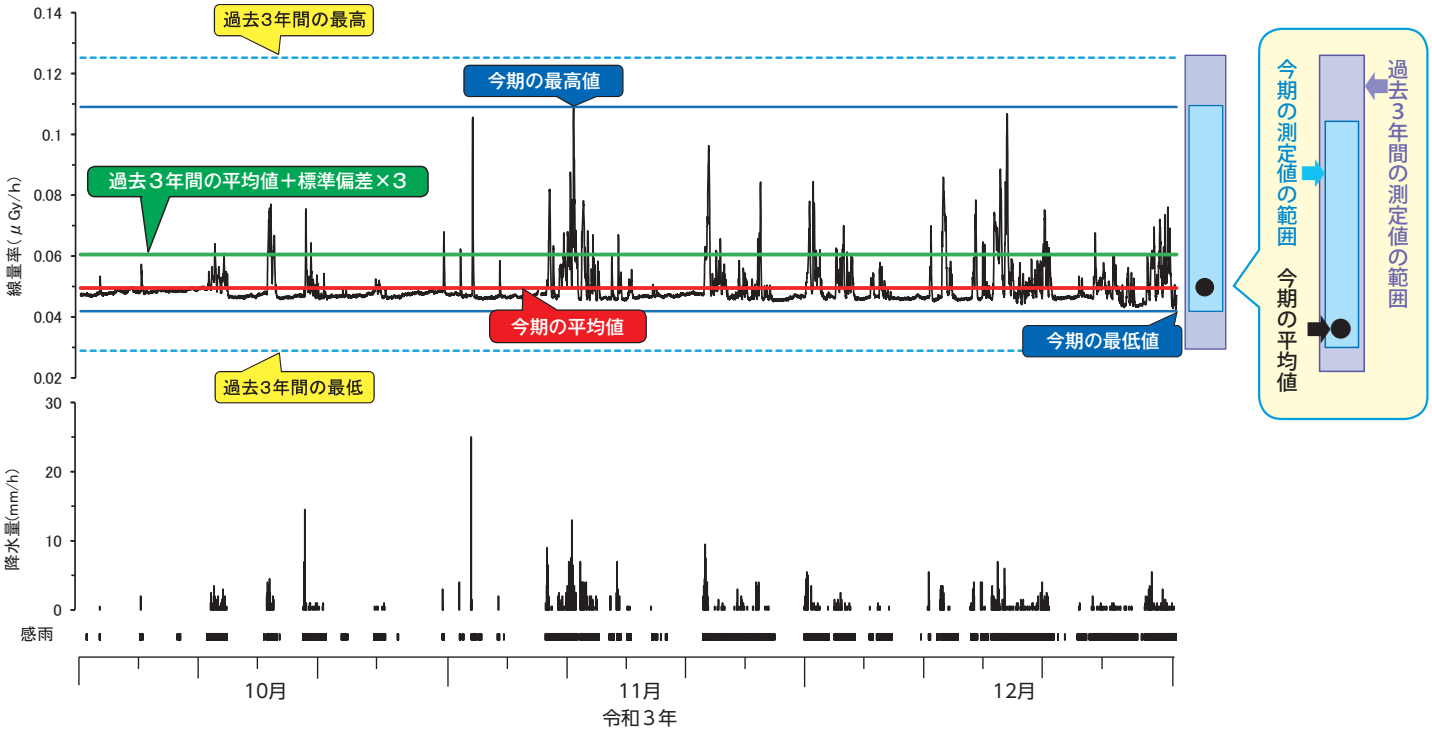
オ　原子力施設の運転状況の変化

石川県では、国の指針に基づき、過去３年間の測定値の「平均値＋（標準偏差×３）」を平常の変動の上限値とし、この値を超過した測定値については、原子力発電所からの影響によるものか確認しています。なお、志賀原子力発電所運転開始以降、発電所からの影響は観測されていません。

最終的な測定結果のとりまとめにあたっては、環境試料中の放射能の測定結果とあわせて、学識経験者や住民代表で構成される専門の委員会で検討、評価された上で、石川県原子力環境安全管理協議会で審議され、公表しています。

空間放射線量率と降水量及び感雨の連続測定の結果（志賀局）

令和３年10月～ 12月



環境放射線観測局・簡易局の測定結果（空間放射線量率）

- パソコン　https://atom.pref.ishikawa.lg.jp/monitoring/
- 携帯電話　https://atom.pref.ishikawa.lg.jp/iev/

携帯電話
URL

またスマートフォンをお持ちの場合は、アプリでの確認もできます。
ＱＲコードを読み込むか、AppStore,Google Playで「石川県」「環境放射線」で検索してインストールしてください。アプリ名称は「石川県環境放射線データ表示」です。

iPhone用　　Android用

能登原子力センターで こんなことをしました

新型コロナウイルス感染防止対策のうえ実施しました。

≪こどもの広場≫

５月29日（日）にこどもの広場を開催しました。はてな先生による空気砲などの身近なものを使った楽しくわかりやすいサイエンスショーの他、科学アトラクションではドローンでの空撮体験や科学工作・縁日など行いました。

はてな先生のサイエンスショー

はてな先生のサイエンスショー

科学工作（ハンディ扇風機）

科学アトラクション（科学体験ドローン）

科学アトラクション（自家発電にゃんワット）

射的卓球

射的

９ゴール

スポーツ縁日

≪志賀原子力発電所バーチャル見学会≫

動画などを通じた志賀原子力発電所の安全対策の状況などの見学やオフサイトセンターなどを見学しました。

４月26日(火)　赤住そくさい会（志賀町）

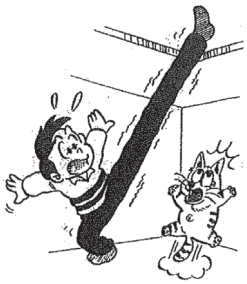
５月28日(土)　米町そくさい会（志賀町）

七尾鹿島のことわざ

ことわざには作者名がない。誰が言い始めたのかも分からない。
長い長い生活の中から多くの人達の共感に支えられてきた民衆の知恵の結晶である。ここから地域での一般人の物の考え、人生観などが読みとれて興味深い。
以下、七尾鹿島地域でのことわざをいくつか紹介しよう。

アマに足をかける

アマとは天井裏のことで、農家の多くは母屋のアマには薪を、納屋には藁束を貯蔵していた。アマに足をかけるとは、梯子なしでひとまたぎで上がることを言うが、不可能なことのたとえである。「お前な、アマに足かけたみたいこと言うなま」といった使い方をする。



開いた口にゃ、戸が立たん

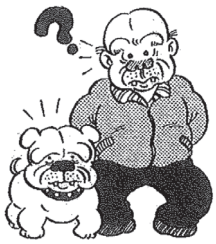
いったん喋ったことは、後から口をふさいでも手遅れ。一人歩きをしてどんどん広がって行く。「誰にも言わんといて。あんただけに教えたげさき」はその典型。伝言ゲームでどんどん広がって行く。

なまくら者にゃ、雨ゃ当たる

仕事中にポツンと雨しずくが当たると、なまくら者はこれで、仕事を止められると喜ぶ。一方、集中している人は雨には気付かないし、気付いても無視して仕事を続けようとする。仕事には段取りがあり、簡単には止められない。なまくら者を揶揄することわざである。

犬を見りゃ、飼い主が分かる

犬は動物といえども、そのしぐさから飼い主の性分が分かると言う。
躾の悪い犬は無駄吠えをしたり、追いかけたり等々、始末が悪い。
犬の散歩姿をよく見かけるが、糞便処理のカバンを持ってはいるがどれだけの人が真面目に処理をしているものやら。飼い主の性が窺えて面白い。「子を見りゃ親ぁ分かる」も同じ意味あいか。



他人のママ食ぇや、賢なる

「親の意見と春降る雪は、積もり積もっても荷にならん」ということわざがある。春先のドカ雪には驚かされるけど、たいしたことはない。すぐに溶けてしまう。同様に、親がどんだけ口を酸っぱくして子供に意見をしても当の子供は上の空で、何の効き目もない。
これが、他人に奉公した時に、親の小言が蘇る。「親の意見と冷や酒は直ぐに効かんと後に効く」、「親の意見とナスビの花は千に一つもあだ(無駄花)はない」とも。かわいい子には旅をさせよ、など同類のことわざか。

村を残しても、人を残すな

他意は無くても個人に嫌な思いをさせてはいけない。
全戸への配り物中、一軒分だけ足りないことに気づいた。補充には日がかかる。さあどうする。一軒だけ後回しにするか？
このことわざを話した老婆は、こういう場合、一軒だけでなく、その班全体を後日に回す、と教えてくれた。一人だけ残されたのは何ともつらい、仲間がいればまだ救われる。集落が助け合って生きていくには気配りが要る、という。「食い物の恨みは、オトロシイ」と言うことか。

木を切る時ゃ、ダラになれ

はかいきに(急いで)切ろうとしても、木の種類や立地場所などで思うようには行かない。ただ息切れがするだけである。あわてないで、その木に合わせてゆっくり切った方が、むしろはかどる。
相手に合わせて動くことが大切である。

仕事を追え、仕事に追われるな

追われてする仕事は面白くない。また出来も良くなかったりする。どうせする仕事なら、先々と段取りをしてやって行くと楽しい。仕事は「段取り八部」といい、仕事もうまく行く。

七鹿地域でのことわざのいくつかを紹介しました。
各地域の「ことわざ」も貴重な文化財です。みんなで記録に残して行きましょう。

（七尾歴史文化研究会T.K）　カット：井家利之さん（金沢市）

あともす　7月号　No.255　令和4年7月1日発行

あともすとは、物質をこれ以上分けることができないという意味のギリシャ語。英語のアトム（原子）の語源

催し物ご案内

お待ちしています

参加団体募集

通年開催

● 志賀原子力発電所バーチャル見学会（大人の団体）
- 町内会、老人会など各種団体　20名まで
- 志賀原子力発電所の安全対策の状況などについてのバーチャル見学やオフサイトセンターなどを見学します。

● 親子エネルギーバス（こどもを含む団体）
- 親子、子ども会など各種団体　20名まで
- 子供向けの電気や原子力発電などのおはなしを聴いたり、実験を行ったりします。

● 放射線測定出前教室
- 放課後児童クラブや小学校などに出向き、自然放射線の楽しい実験をします。

お申込み・お問合せは、能登原子力センター（☎0767-32-3511）まで

● 来館スタンプラリー
1日1回スタンプを押します。
3個集めたら賞品進呈。

● 館内クイズラリー
館内をまわって3つのクイズに挑戦。
全問正解者には賞品進呈。

● 工作体験コーナー
工作を自由に作って下さい。
持ち帰って遊んで下さい。

来館された方はいつでも参加できます。

新型コロナウイルス感染防止対策のうえ実施しております。

おたよりコーナー

今まで「あともす」は見なかったのですが、クイズが出ているのを見て1ページから10ページまで読むようになり、楽しみにして待っています。（七尾市）

特別寄稿は毎回興味深く読んでいます。今回は特に興味深くためになりました。（七尾市）

放射線測定結果の表がわかりやすく、これからも安心して暮らしていけるよう「あともす」を読みます。クイズを答えるとき、読み返しするので、勉強になりました。（羽咋市）

表紙の「青柏祭でか山」はとてもいい感じでよかったです。（志賀町）

エネルギー自給率の説明がとても分かりやすく書かれていました。（中能登町）

わが町トピックスで「のとキリシマツツジ土田の郷」を知りました。樹齢100年以上の古木を所有しているお宅が30軒以上。見事ですね。訪ねたいと思います。（七尾市）

観光ボランティアガイドについての説明がわかりやすく、すごく勉強されていることがわかりました。機会があれば直接ガイドさんの説明を聞きたいと強く思いました。（七尾市）

あともすクイズ

問題

ヒント　それぞれの数字の赤枠に入る文字を順に並べると答えになります。

電源はバランスが大事！

① 羽咋市で国指定の重要文化財建造物10棟を保有する寺　□□□□□□寺
② 「こどもの広場」での科学アトラクションの1つ　自家発電□□□□□□
③ 現在日本で発電の割合が最も多いもの　□□□□発電
④ 「七尾鹿島のことわざ」の一つ　村を残しても人を□□□□

エネルギー ①□ ②□ ③□ ④□

前号のこたえ　エネルギー　ジ キ ュ ウ リ ツ

とじ込みハガキに答えと必要事項を書いて、能登原子力センターまでお寄せください。正解の方には景品をお送りします。
（正解者多数の場合、抽選で40名の方にお送りします。**締め切りは7月31日必着**）

公益財団法人
能登原子力センター
〒925-0166 石川県羽咋郡志賀町安部屋亥の34の1
電話（0767）32-3511　ファックス（0767）32-3512
https://www.noto-gen.or.jp

原子力センターHP

［見学のご案内］
- 開館時間／9時30分～16時30分
- 休館日／毎月曜日（祝日の場合は、その翌日）年末年始（12月29日～1月3日）
- 入館無料（団体・グループでの見学はあらかじめご連絡ください。）

広報誌「あともす」は石川県と志賀町・七尾市・羽咋市・中能登町の委託を受けて公益財団法人能登原子力センターが作成したものです。
（令和4年度　広報・調査等交付金事業）

「印刷用の紙にリサイクルできます」
この広報誌は高精細340線で印刷したものです。
PIN No.P13-0179

キ リ ト リ

郵 便 は が き

お手数ですが
63 円切手を貼って
お送りください

締切は
7月31日必着

9 2 5 - 0 1 6 6

羽咋郡志賀町安部屋亥34の1

公益財団法人
能登原子力センター
行

住　所	〒		
氏　名		年齢	歳
電話番号	（　　）		

＊お寄せいただいた情報は、個人情報保護法に基づき、「あともす」 製作、景品の発送、お問い合わせへの回答以外の目的では使用いたしません。

あともす
クイズ答え：

アンケートにご協力ください

7月号の『あともす』はいかがでしたか
各記事について、あてはまる□に✓をつけてください。
（チェック）

表　紙	□ とても良い　□ 良い　□ 普通 □ あまり良くない　□ 良くない
原子力発電のしくみ（P1）	□ とてもわかりやすい　□ わかりやすい □ 普通　□ 少しわかりにくい　□ わかりにくい
原子力なあるほど教室（P3）	□ とてもためになった　□ ためになった　□ 普通 □ あまりためにならない　□ ためにならない
わが町トピックス（P5）	□ とても良い　□ 良い　□ 普通 □ あまり良くない　□ 良くない
モニタリングについて（P7）	□ とてもわかりやすい　□ わかりやすい □ 普通　□ 少しわかりにくい　□ わかりにくい
こんなことをしました（P9）	□ とても良い　□ 良い　□ 普通 □ あまり良くない　□ 良くない
特別寄稿（P10）	□ とてもおもしろい　□ おもしろい □ 普通　□ あまりおもしろくない　□ おもしろくない
うら表紙	□ とても良い　□ 良い　□ 普通 □ あまり良くない　□ 良くない

ご意見・ご感想がありましたら、自由にお書き下さい

ありがとうございました