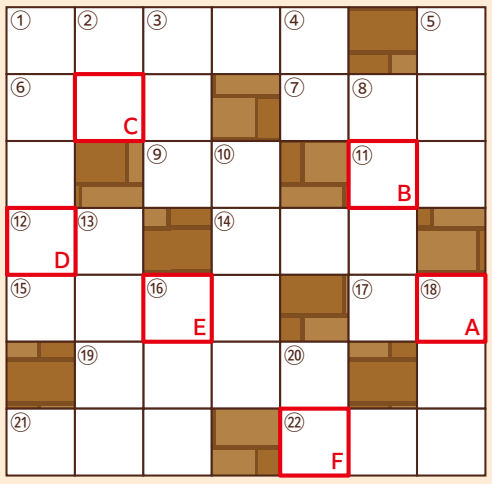
クロスワードパズル

タテとヨコのカギをヒントに、マスの中に文字を入れてパズルを解いてください。**A～F**のマスに入った文字でできる言葉は何でしょう？



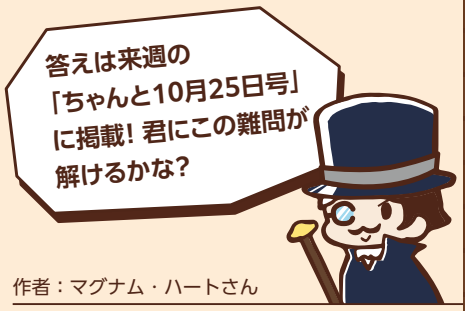
タテのカギ

① 筋肉を伸ばす運動です
② ラブのスペルで最後の文字
③ スースーするハーブ
④ 参った、〇〇の音も出ないよ
⑤ 顔の上に別の顔。〇〇〇舞踏会
⑧ 吸上げた液体をポトポト…する実験器具
⑩ 頭からシャーッ。浴びてサッパリ
⑬ オデコに垂らしてシワ隠し
⑯ かき分けて店内へ。布看板
⑱ コンソメよりポタージュがいいかな
⑳ 自分のお金で出す「〇〇出版」

ヨコのカギ

① シンクロ→アーティスティック〇〇〇〇〇に
⑥ 口調。言い返されて〇〇〇ダウン
⑦ 少し開けた目。〇〇〇を開ける
⑨「何年生まれ？」と遠回しに聞く
⑪ 麻雀の「鳴き」〇〇とチー
⑫ お刺身の添え物、大根の細切りなど
⑭ 青物市場は何を売る？
⑮ 金属の輪っかを外すパズル
⑰ セッターさん、イイ位置に上げてね
⑲ 車庫兼作業所？〇〇〇〇セール
㉑ ちょっと睡眠。夜勤に備えて〇〇〇を取る
㉒ スリーサイズのH

怪盗ちゃんとからの 挑戦状



作者：マグナム・ハートさん

作者略歴：パズル作家歴25年、東京在住。パズル誌、携帯アプリ、社内報などに問題を提供。2011年単行本「連番禁止ナンプレ」（パブリック・ブレイン）出版。

まちかどトピックス

「えにわヨガフェス」開催 参加者がヨガの基本学ぶ

恵庭ヨガフェス実行委員会が主催するヨガの一大イベント「えにわヨガフェス２０２４」が９月29日、恵庭市黄金ふれあいセンター（黄金南５）で開かれました。今回で４回目を数えるイベントには市民ら約２３０人が参加しました。

今年は、恵庭近郊で活躍する７人のヨガインストラクターのレッスンがオープン形式で体験できるスタイルで実施。「骨盤整え身体めぐりヨガ」「体を緩めて呼吸を深めるヨガ」など様々なヨガのほか「ヨーガの呼吸（プラーナヤーマ）」「クリスタルの倍音に包まれる音浴会」などの体験型講座に94人が参加しました。

館内ではコーヒーやパウンドケーキ、パンなどの飲食店やハンドメイドアクセサリーなどの雑貨店、ワークショップが集まるマルシェも同時開催。さらにキッチンカー６台も集結し、参加者は「食べるも良し、ヨガも良し、学ぶも良し」のおまつりを楽しんでいました。

主催した斉藤天伸さんは「今年の来場者数は過去最高となり、今までで一番の盛り上がりを見せていました。『ヨガのまち恵庭』を目指して、これからも開催を重ねてさらに大きいイベントにしていきたいです」と意気込みを語りました。

参加者は体験後、晴れ晴れとした表情を浮かべ「身体もスッキリして、心も軽くなりました」「初心者でも分かりやすく、ヨガにさらに興味を持ちました。来年もまた参加したいです」などと笑顔を見せていました。

千歳市からのお知らせ　10月24日

ちとせゼロカーボンシンポジウム2024

市民・事業者・行政が一体となって地球温暖化を防止するための現状や課題、先進事例について紹介します。ぜひご参加ください。

と　き　10月24日（木）　15時30分～17時（開場15時）
ところ　北ガス文化ホール中ホール（千歳市民文化センター）
定　員　400人（先着順）
参加料　無料
申込方法　WEB（右記二次元コード）の応募フォームより申込
申込期限　10/24（木）15時30分まで

応募はこちら

問合せ　千歳市市民環境部環境課カーボンニュートラル推進係
電話 0123-24-0590（担当／田口・篠田）