



肌寒くなりましたが、今は紅葉が楽しめる時期ですので、森林浴はいかがでしょう？

アルパではポトスを育て、リラックスしています。就職に向けてそれぞれが日々自分のペースで頑張っていきましょう。

Hさん 秋の5days コーデ

自分の気持ちを上げるために、毎日、その日の気分にあったコーディネートをしています。

元々モデル経験はありますが、ブライダルが中心だったので、今はカジュアルなコーデを日々勉強しています。



ENJOY TODAY

Perfect Image



新しいアルパメンバーより😊

前職を辞めてから引きこもりがちになりそれを改善するためにアルパに通うことに決めました。まだ通い始めて少しですが日々新しい事を学ばせてもらっています。S・K

SNS も見てね♪来月号もお楽しみに!



📷写真

上(左):大人っぽい色合いのライダースジャケットに差し色でピンクを合わせ、遊び心を出しています。

上(中):シャツがホワイトの時は、ブラックのパンツを合わせモノトーンコーデで仕上げています。

上(右):遊びが多いジャケットなので、インナーはシンプルなものを合わせています。

下(左):ジージャンにカーゴパンツを合わせ、ピンクのパーカーを入れて大人しすぎないようにしています。

下(右):アウターは自分が好きなオレンジ色なので、中はベーシックなボーダーで自分らしさを出しています。

個別課題の取り組み

私は、PC タイピング練習や調べ物をしています。タイピング練習では、速く打てるように寿司打ソフトを使って単語や短文、歌詞の入力などを行っています。調べ物は、苦手なコミュニケーションや自己理解について調べて、少しでも人と話せるように、また、自己を深めて就活に生かせるようにノートに書いて学んでいます。

N・T

自分が個別課題で行っているのは、刺繍の一種である「クロスステッチ刺繍」というものです。この刺繍は、タイル状の布に糸を交差させながら刺して形成していきます。

自分が取り組み出した理由は、学生時代から手芸が趣味で、時間がある時や気持ちを落ち着かせたい時にやっていたのでプログラムの息抜きになると思ったからです。

今自分の中で挑戦したいことは、クロスステッチの図案を自分で一から考えて作品を仕上げることです。

H・Y

