

## コミュニケーション アシスト講座2025

\ 夏休みに学ぼう! /

夏期集中講座  
受講生募集中!

「コミュニケーション アシスト講座」(通称:コミュアシ)は、都立高校生(都立中等教育学校後期課程の生徒を含む)のための学校外で開催される講座です。ソーシャルスキル(人間関係、自己管理など)やコミュニケーションなど高校生活に役立つ内容を学びます。これまで9年間で約1670名の高校生が参加しました。

(主催:東京都教育委員会/運営:株式会社Grow-S)

## コミュニケーションの基礎から学べる!

## I 期 オンライン実施 全5回

7/28<sup>月</sup> ~ 8/1<sup>金</sup> AM 11:00~12:30  
PM 14:00~15:30

## 1時間目 オンラインコミュニケーション講座

「聞き上手になるう!」「ポジティブな言葉での話し方」など

## 2時間目 オンライングループワーク「コミュニケーションゲームを企画しよう」

オンラインで楽しめるコミュニケーションゲームを企画して、みんなで仲を深めよう!

## グループワークにチャレンジ!

## II 期 会場実施 全5回

8/18<sup>月</sup> ~ 22<sup>金</sup> AM 10:30~12:30  
PM 14:00~16:00

【東部】日本社会事業大学文京キャンパス(茗荷谷) 【西部】KTAビル(永山)

## 1時間目 2学期からの高校生活に生かせる4つのスキル

「友達作りのコツ」「生活リズム」「自己理解」「予定管理」

## 2時間目 夏の特別活動(集団活動)「プレゼンテーション」

グループでプレゼンテーションにチャレンジ!  
企画会議や発表を通じてコミュニケーションスキルを磨こう!

## 特別講座

## 声優体験! ~声で楽しく表現しよう~

ナレーター・声優  
中村郁先生西部 8/19<sup>火</sup> 東部 8/21<sup>木</sup>

内容:「声優体験」にチャレンジして、楽しく声を出してみよう!第一線で活躍するプロから、声で表現する方法を学ぶ体験型講座!

講師紹介:テレビ番組のナレーションに多数出演する大人気ナレーター。複数のキャラクターで声優をつとめる。著書『発達障害で「ぐちゃぐちゃな私」が最高に輝く方法』(秀和システム/2023)『発達障害・グレーゾーンかもしれない人のためのコミュカ』(大和書房/2025)など。

## \ お申し込みはWEBから! /

## お申し込み期間

令和7年6月2日(月)~6月27日(金)まで

※会場、AM・PMはいずれかお選びいただけます。

※I期・II期の両方に申し込むことも可能です(それぞれのフォームから、必ずどちらもお申し込み手続きをしてください)。

毎週  
土曜日開講中!  
通年講座Aの  
受講生も募集  
しています!スマホやPCから  
申し込みができます!講座の雰囲気を  
Check!

Youtube

コミュアシ公式X  
(旧:Twitter)コミュアシ公式  
Instagram

お問い合わせ

教育庁都立学校教育部  
☎03-5320-7838申込フォームに  
関するお問い合わせ株式会社Grow-S  
communication.assist.0602@gmail.com

# コミュニケーション アシスト講座2025で 高校生活やコミュニケーションのコツを学ぼう!

開講  
10年目!



「コミュニケーション アシスト講座」(通称:コミュアシ)は、都立高校生(都立中等教育学校後期課程の生徒を含む)のための学校外で行う講座です。土曜日等を利用して、ソーシャルスキル(人間関係、自己管理など)やコミュニケーションなど高校生活に役立つ内容を学びます。(主催:東京都教育委員会/運営:株式会社Grow-S)

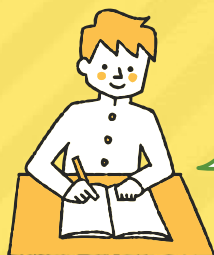
## 受講生の声 9年間で約1670名が参加!



友達との会話が  
はずむようになった!



時間管理を学んで  
遅刻が減った!



計画的に勉強  
できるようになった!



人前での発表が  
できるようになった!

## どんなことを学ぶの?

- ✓ コミュニケーションスキル
- ✓ 計画立てのスキル
- ✓ 気持ちのコントロール方法など

高校生活に必要な様々なスキルを都立高校生の仲間と学びます。「自分の長所を見つけたい」「一歩踏み出せようになりたい」という高校生にもおすすめ!

## コミュアシの授業

### [1時間目]「話し合いから学ぼう」

高校生活の困りごとについて、グループで話し合い、自分に合った方法を考えます。

### [2時間目]「高校生活・自立に役立つスキルを学ぼう」

高校生活に活かせるスキルと実践の方法を、全体授業で学びます。



### 講座A

#### [通年/全30回] 毎月受講生募集!

→1年を通して自己理解を深め、様々なスキルを学びたい人におすすめ!

令和7年 **6/7土** ▶ 令和8年 **2/28土** **毎週土曜日**

### 講座B

#### [全10回] →まずは短期間から始めたい人におすすめ!

令和7年 **6/7土** ▶ 令和7年 **9/20土** **毎週土曜日**

### 講座C

→夏休み明けから活かせるコツを集中的に学びたい人におすすめ!

**[CI]** [全5回] 令和7年 **7/28日** ▶ **8/1金** **オンライン**

**[CII]** [全5回] 令和7年 **8/18日** ▶ **8/22金** **会場実施**

**会場** 【東部】日本社会事業大学文京キャンパス(茗荷谷) 【西部】KTAビル(永山)

#### クラス

**[AMの部]** 10:30~12:30  
**[PMの部]** 14:00~16:00(いずれかを選択)

#### 会場

**[東部]** TKP飯田橋ビジネスセンター(飯田橋)  
**[西部]** KTAビル(永山)

**[AMの部]** 11:00~12:30  
**[PMの部]** 14:00~15:30(いずれかを選択)

**[AMの部]** 10:30~12:30  
**[PMの部]** 14:00~16:00(いずれかを選択)

## スペシャル講師による「コミュアシイベント」!

道化師に学ぶコミュニケーション  
～言葉を使わない「ノンバーバル表現」にチャレンジ!～

ラストラダカンパニー Chang先生&LONTO先生

講座内容:緊張した空気を一気に和らげ、見る者の心をあっという間に掴む道化師。言葉を使わずにどんなテクニックで観客と距離を縮めているのか。パントマイムの技法を体験し、日常のコミュニケーションで活かせる、動作や表情などの「ノンバーバル表現」を学んでみよう!

講師紹介:道化師。国内外で道化を学び、海外のサーカスやフェスティバルに招聘される他、受賞歴も多数。



〈弱いロボット〉から学ぶ  
「関わり合いの中で生きること」

筑紫女学園大学・副学長 現代社会学部・教授/ICD-LAB代表 岡田美智男先生



講座内容:自立=何でも一人でできること?周りを味方にして、互いに補い合う関係性をつくる「弱いロボット」たち。環境や出会いを活かして一歩踏み出す、しなやかな生き方について考えよう!

講師紹介:〈弱いロボット〉を手掛かりに、ロボットとのコミュニケーションや共棲について研究。著書に『〈弱いロボット〉から考える』(岩波ジュニア新書)など。

笑いで人気者になろう!  
「オシエルズのお笑い道場」

オシエルズ先生



講座内容:毎年コミュアシで大人気の特別講座!お笑い芸人が「笑いを活かすコミュニケーション術」を伝授します。即興漫才を楽しみながら、周りを笑顔にするコツを学んで友達ともっと仲良くなろう!

講師紹介:矢島ノブ雄・野村真之介による現役大学教員のお笑いコンビ。「日本一学校を回るお笑いコンビ」として活動。

## お申し込みはWEBから!!

### 講座A

#### 毎月受講生を募集します!!

(※定員になり次第締切)

6月からスタートする場合は…  
**令和7年5月8日(木)**までにお申し込みください!  
7月以降スタートの場合は…  
**前月中旬締切** (月ごとにHPでご案内します)

### 講座B

**令和7年5月8日(木)**までにお申し込みください!

### 講座C

令和7年6月2日(月)～申し込みができます!  
**令和7年6月27日(金)**までにお申し込みください!

[https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/high\\_school/event\\_and\\_information/assist\\_seminor.html](https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/high_school/event_and_information/assist_seminor.html)



スマホやPCから  
申し込みができます!



コミュアシの雰囲気動画でわかる!  
YouTubeをチェック!



[https://youtube.com/channel/UCI7\\_LsgrbOof7SUZnxa80Bg](https://youtube.com/channel/UCI7_LsgrbOof7SUZnxa80Bg)



講座の内容や受講生の声を紹介! SNSもチェック!

コミュアシ公式X  
(旧:Twitter)



[https://twitter.com/komyuashi\\_info](https://twitter.com/komyuashi_info)

コミュアシ公式  
Instagram



[https://www.instagram.com/komyuashi0602\\_info](https://www.instagram.com/komyuashi0602_info)

保護者の方へ

この講座は都立高校の教育課程外かつ学校外で実施する講座で、都立高校に在籍し、何らかの悩み、困り感をもつ生徒が対象です。専門性を有する民間事業者の指導のもと、ソーシャルスキルやコミュニケーションスキルを学んで高校生活に活かすことが目的です。

#### コミュアシ2024 受講生保護者の声

- 相手に合わせた伝え方ができるようになり、友達が増えた。
- 計画的に行動するようになり、提出物の管理ができるようになった。
- 気持ちを前向きに切り替えられるようになった。

[お問い合わせ] 教育庁都立学校教育部 電話:03-5320-7838

[申し込みフォームに関するお問い合わせは…] 株式会社Grow-S [communication.assist.0602@gmail.com](mailto:communication.assist.0602@gmail.com)まで!