

コミュニケーション アシスト講座2024で 友達と一緒に! 高校生活をもっと楽しく、自分らしく!



「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)

こんな高校生におすすめ!

- ✓ 友達を作りたい!
- ✓ 自分の良い所を見つけたい!
- ✓ 一歩踏み出せるようになりたい!
- ✓ 計画や気持ちのコントロールができるようになりたい!

8年間でのべ約1450名が参加! 受講生の声

- 人との関わりに自信がついた!
- 言葉で気持ちを伝えられるようになった!
- 積極的にチャレンジできるようになった!

3つのコースから選ぼう!

- **講座A(通年/全30回)**
自分とじっくり向き合い、高校生活に役立つスキルを仲間と一緒に学びたい人におすすめ!
- **講座B(短期6月~9月/全10回)**
部活や行事で忙しい人、短期間から始めたい人におすすめ!
- **講座CI(夏期7月後半/全5回) ※オンライン**
- **講座CII(夏期8月後半/全5回)**
夏休みの短期集中講座で、2学期からの高校生活を楽しく過ごすコツを学べる!

高校生活に活かせる学び

1時間目:グループワーク
「みんなと違う」自分を大切にする方法
 精神科医・本田秀夫先生の本で、「10代のための生き方のヒント」について考えます。
 ● 友だち関係でモヤモヤする
 ● 自分に自信が持てない
 ● 勉強や人間関係がうまくいかない など

『10代からのメンタルケア「みんなと違う」自分を大切にする方法』
 精神科医・医学博士 本田秀夫先生 (KADOKAWA)

2時間目:全体授業
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、クラスで学びます。
 ● テスト勉強の計画を立てる ● 自分の意見をわかりやすく伝える
 ● SNS やスマホとの付き合い方 など



コミュニケーション力アップ!! スペシャル講師による「コミュアシイベント」!



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
 講座内容:あなたも「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)。

お笑い芸人から 『愛されコミュニケーション術』を学ぼう!

オシエルズ先生
 講座内容:どうやったら友達ができるのか? その答えは…愛されることだった!? 話す力や伝える力ではない「愛される力」を身につけて、自然とみんなを笑顔にできる人になっちゃおう!
 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、全国の学校で漫才授業を展開。M-1では2021年・2023年に3回戦進出。

その他、高校生活に役立つ!
 ★SNS・スマホ利用や
 ★スケジュール管理の
 スペシャル講座も実施!
 詳しくはコミュアシX・Instagramを
 チェック!



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6年5月9日(木)までにお申し込みください!

講座B 令和6年5月9日(木)までにお申し込みください!

講座C 令和6年6月3日(月)~申し込みができます!
令和6年6月28日(金)までにお申し込みください!

スマホやPCから申し込みができます!

https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/high_school/event_and_information/assist_seminor.html
 ※Web以外の申し込みを希望の場合は、在籍校に相談してください。

コミュアシの雰囲気が動画でわかる!
 YouTubeをチェック!
 URL:<https://www.youtube.com/@user-bl8sz2ic3t>

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

コミュアシ公式Instagram https://www.instagram.com/komyuashi0602_info/

保護者の方へ

この講座は都立高校等の教育課程外かつ学校外で実施する講座で、都立高校等に在籍し、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2023 受講生保護者の声

- 友達ができて表情が明るくなった。
- 計画を立てて勉強に取り組めるようになった。
- 学校でも家庭でも話題の幅が広がった。

講座A・講座B

講座A 令和6年 6/8(土) ▶ 令和7年 2/22(土) 毎週土曜日

講座B 令和6年 6/8(土) ▶ 令和6年 9/21(土) 毎週土曜日

【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】味覚糖UHA館TKP浜松町カンファレンスセンター(浜松町・大門) 【西部】KTAビル(永山)

講座C

前半CI期 令和6年 7/26(金)・27(土)・29(月)▶31(水) 全5日間/オンライン

【AMの部】11:00~12:30 【PMの部】14:00~15:30 (いずれかを選択)

後半CII期 令和6年 8/19(月)▶23(金) 全5日間/会場実施

【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】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)

[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まで!

コミュニケーション アシスト講座2024

\ 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8年間でのべ約1450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

7/26_金・27_土・29_月~31_水 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 オンライン特別活動「自己PRプレゼンテーション」
自己理解を深め、自信を持って長所を伝えられるようになる!オンラインで学びたい人、
コミュアシを体験したい人
におすすめ!

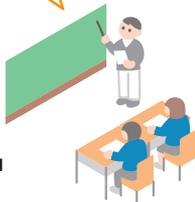
グループワークにチャレンジ!

II 期 会場実施 全5回

8/19_月~23_金 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)「コミュアシゲームSHOW」
休み時間に皆で遊べる、コミュニケーションゲームを作ろう!
グループでプレゼンテーションにチャレンジ!他校の友達と一緒に
集団活動を通して
学びたい人におすすめ!

特別講座

毎年大人気!
お笑いを通して学ぶ、
友達づくりのコツ!お笑い芸人から
「愛されコミュニケーション術」を学ぼう!
オシエルズ先生東部 8/20_火西部 8/21_水どうやったら友達ができるの
か?その答えは...愛されるこ
と!?「愛される力」を身につけ
て、自然と皆を笑顔にできる人
になっちゃおう!

【講師プロフィール】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、全国の学校で漫才授業を展開。M-1では2021年、2023年に3回戦進出。

\ お申し込みはWEBから! /

お申し込み期間

令和6年6月3日(月)~6月28日(金)まで

[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)

※WEB以外の申し込みを希望する場合は、在籍校に相談してください。
※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)。

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