

コミュニケーション アシスト講座で 新しい友達を作りますか？

「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。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。



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
- 計画・気持ちのコントロールができるようになりたい

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/全10回)

I: 6/5~9/25 II: 10/2~12/4 III: 12/11~2/26
部活や行事で忙しい人、まずは少人数で学びたい人におすすめ!

◆ 講座C(夏期/全10回)

夏休みならではの特別活動に挑戦したい人におすすめ!
2学期からの高校生活を楽しく過ごすコツを学べます!

話し合いから学ぶ!

1時間目



高校生活の困り感について、仲間とのグループワークから自分に合った方法を考えよう!

- ✓ 友達を作るにはどうしたらいい?
- ✓ 自分に合った進路とは?
- ✓ イライラや不安と上手く付き合うには?
- ✓ 自分の良い所を見つけるには? など

高校生活・自立に役立つ20のスキル! 2時間目



高校生活に活かせるスキルと実践の方法を、クラスで学ぼう!

- ✓ 自分の意見を分かりやすく伝える
- ✓ SNSやスマホとうまく付き合う
- ✓ テスト勉強の計画を立てる
- ✓ カバンの中をすっきりさせる(整理整頓) など

チャレンジタイム

みんなで協力して一つのものを作り上げたり、自分を自由に表現したりしてみよう。新しい活動に挑戦して、新しい自分を見つけよう!



「チャレンジ! ボディパーカッション♪」
(講師/元田 優香先生)

★「Percussion Performance Players (PPP)」代表。誰もが楽しめる「打楽器エンターテイメント」を全国各地で公演!
楽器がなくても大丈夫!
体を楽器にしてリズムアンサンブルに挑戦しよう!



「歌で表現しよう!」

(講師/いちろー先生)
★元・東京カラコロン gt.vo. 2020年度はコミュアシ高校生の曲作りを指導。(コミュアシ公式Youtubeで公開中!)
気持ちを言葉にして、歌で表現することの面白さを体験しよう!

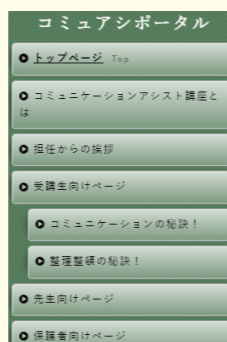


「コミュアシお笑い道場! 笑いで伝えてみよう」
(講師/オシエルズ)

★日本一、学校を回るお笑いコンビ!
お笑いからコミュニケーションを学ぼう。

~その他、活動例~

- ◆ 「コミュアシ小説講座」仲間と一緒に表現の楽しさを味わおう!
- ◆ 「みんなで行こう! オンライン修学旅行」コミュアシのみんなと、高校生活の思い出を作ろう!



受講生の高校生活を応援!!

◆ コミュアシ・ポータルサイト/公式LINE

コミュアシで学んだことをいつでもどこでも振り返れる! 高校生活に役立つお知らせを配信します。

◆ 高校生活応援手帳

スケジュールや目標管理に役立つ手帳をプレゼント!
コミュニケーションに役立つページもたくさん!



講座A・講座B

期間 令和3年 **6/5**土 ▶ 令和4年 **2/26**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】TKP 飯田橋ビジネスセンター(飯田橋) 【西部】クロスウェーブ府中(北府中)

講座C

期間 令和3年 **8/9**月 ▶ **12**木・**8/16**月 ▶ **21**土 全10日間

[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】多摩永山情報教育センター(永山)

お申込み

東京都教育委員会のホームページより
申込用紙をダウンロードし、在籍校へ
提出してください。

東京都教育委員会 HP / https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/high_school/event_and_information/assist_seminor2017.html



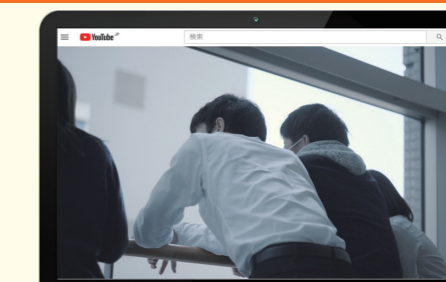
保護者の方へ

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。

● お問い合わせは...(教育庁都立学校教育部) 電話:03-5320-7838

YouTube

詳しい活動内容は「コミュアシ公式 Youtube」をチェック!



コミュアシ 2020の活動「あなたの気持ちが曲になる!」PVも見れます。

https://www.youtube.com/channel/UCI7_LsgrbOof7SUZnxa80Bg

