

高校生のためのグループプログラム

高校生になると、コミュニケーションの大切さに改めて気づく人も多いのではないのでしょうか。もっと人と上手に関わりたい、自分の気持ちをうまく伝えたい…そんな思いに応えられるよう、コミュニケーションに悩みを持つ高校生の皆さんを対象に講座を開催します。同年代の仲間たちと一緒に、コミュニケーションスキルのポイントを学んだり、実践したりします。また、ゲームやワークを通して参加者同士で交流する機会もあります。夏休みを利用して、仲間と一緒に、日常生活で使える様々なスキルを身につけましょう。



■日時・プログラム内容 時間はすべて **10:00～11:30** です。 ※警報が発令された場合の予備日は8/21(金)です。

日程	テーマ	プログラム内容
① 7/24(金)	表現する・説明すること	・自己紹介で、自分のことを伝えるポイントを学ぶ ・伝えたいことを、他者に分かりやすく伝える方法を学ぶ
② 7/31(金)	聞く・受け止めること	・人の話を最後まで聞く ・人の話を否定せずに聞く
③ 8/7(金)	非言語で伝えること	・表情、身振り手振り（ジェスチャー）、声のトーンを活用する
④ 8/14(金)	会話すること	・質問することで会話を広げる工夫をする ・あいさつする、感謝や謝罪の気持ちを伝える
★ 9/18(金)	保護者会（時間 14:00～15:30）※中高生合同、保護者の方のみが対象です。 プログラムの様子をご報告したり、みなさんとお話ししたりします。ぜひご参加ください。	

■会場 神戸市立総合福祉センター（中央区橋通3-4-1）

神戸市営地下鉄「大倉山」駅より徒歩5分、神戸高速鉄道
「高速神戸」駅より徒歩3分、JR「神戸」駅より徒歩7分

■定員 8～10名（初めて参加される方を優先します。）

■対象 以下の条件を全て満たす方

- ① 神戸市在住の高校生の方（特別支援学校を除く）
- ② 事前シートにご回答いただける方
- ③ 意欲を持ってプログラムに参加できる方
- ④ 本人のみで4日とも参加できる方
（全日程の参加が難しい場合はご相談ください）

■申込期間・申込方法

2026年6月5日(金)～7月8日(水)まで

メール(support@kobeymca.org) でお申し込みください。

件名「高校生のためのグループプログラム」

本文 ①本人氏名（フリガナ）

②学年

③学校名

④保護者氏名

⑤連絡先（郵便番号・住所・電話番号）をご記入ください。

3日以内に返信がない場合は、お問い合わせください。

また、お申し込み後に事前シートを郵送しますので、

ご記入のうえご返送ください。

主催・お問い合わせ 神戸YMCAサポートプログラム事務局（西宮ランチ） 担当：竹林・落合・野崎・橋本

メール：support@kobeymca.org 電話：0798-35-5987（平日9:00～18:00） ※土・日・祝日は電話受付を行っておりません。