

中学生のためのグループプログラム

もっと人と上手にかかわりたい、自分の気持ちをうまく伝えられるようになりたい！
そんな思いがかなうよう、普段から周りの人たちとのコミュニケーションに悩む中学生の
皆さんを対象に短期講座を開催します。

このプログラムでは、同年代の仲間たちと一緒にコミュニケーションスキルを学ぶ時間を
持ちます。座学だけでなく、身体を動かす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、日常生活で意識できそうな、ちょっとした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14:00~15:30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)	話そう・伝えよう	・自分を知ってもらうための自己紹介を考える ・伝えたいことを相手に分かりやすく発信する
② 7/31(金)	相手の話を聞こう	・相手のことばをきちんと最後まで聞く ・相手の話を否定せずに聞く
③ 8/7(金)	しぐさや表情を考えよう	・あいづちを学ぶ ・身振り手振り(ジェスチャー)や表情を考える
④ 8/14(金)	会話をしよう	・相手を知るためにインタビューをする ・数人での会話に参加する
★ 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、みなさんとお話したりします。	

■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 神戸市在住の中学生の方 (通常学級在籍の方を優先します。)
- 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)
- ⑤ 講座終了後の保護者会に保護者をご参加いただける方

■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「中学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。

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いません。