



2026 スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーのお知らせ

皆さんこんにちは。新入生の皆さん、入学おめでとうございます。上級生の皆さん、昨年1年はどんな1年だったでしょうか？新しい春の始まりです。クラスが変わったり、やるべきことが増えたりと4月は新しい出会いや出来事など色々なことが変わっていく「変化のひと月」ではないかと思います。上溝南高校にはそうした日常の変化やそれによって感じる気持ちの揺れについて一緒に考えるスクールカウンセラーとスクールソーシャルワーカーがいます。カウンセリングと聞くと、「何を話せばいいの？」「こんなこと相談していいのかな？」と思う人もいるかもしれません。一人で抱えている日々の悩みや心配事、整理できない思いを一緒に考えていければと思いますので、気軽に相談に来てください。

スクールカウンセラー 自己紹介

- 瀧森 わたる 渉



- 好きな時間

好きなゲームをしたり、ゆっくり映画を見たりする時間が好きです！

- 好きな音楽

「スピッツ」や「スガシカオ」、「RADWIMPS」など。穏やかで、でも少しクセのある曲が好きです！

相談室では悩み事はもちろん、「好きなこと」の話やちょっとホッとしたい時に來ることも大歓迎です！

スクールソーシャルワーカー 自己紹介

- 堀井 あきこ 晶子



- 好きな時間

沖縄が好きで三線という楽器を習っています。下手ですがポロンポロンと弾いているときは幸せを感じます。

- 好きな音楽

青春時代？に好きだった80年代の曲には今でもジーンと聴き入ってしまいます。BIGINなどの沖縄ポップスも聞きます。

皆さんの過ごしやすさに少しでも役に立てたらと思っています。どうぞよろしく。

相談は毎週水曜日にできます。申し込みは保健室で予約をお願いします。

