



上智大学
SOPHIA UNIVERSITY

上智大学アルペ国際学生寮 生活ガイド

上智大学 学生センター

2026 年 9 月 改訂

目 次

1. 上智大学アルペ国際学生寮の概要	2
2. 入寮資格・諸手続き	3
3. 寮費	4
4. 延長・更新・退寮手続き	5
5. 寮生活とリビンググループ	6
6. 寮の規則	7
7. その他	13
8. 寮周辺の施設	14

1. 上智大学アルペ国際学生寮の概要

(1) 設置の目的

アルペ寮は、国籍、宗教、文化、言語等の多様な価値観をもつ人々がともに生活し、互いに学びあうことができる混住型の寮として、2019年4月に運用を開始しました。寮名は、本学の設立母体であるカトリック・イエズス会の総長を務め、「他者のために生きる」というスローガンを掲げて、イエズス会教育機関の教育方針の策定に尽力したペドロ・アルペ神父に由来します。本学の教育精神である“*For Others, With Others* (他者のために、他者ととともに)”に連なるアルペ神父の想いを受け継ぎ、多文化・多言語環境の中での共同生活を通じた人間的成長を促し、国際感覚豊かな人材の輩出を目指します。

アルペ寮は、上智大学の教育目標に基づき、グローバル人材育成の実践の場として運営されている学生寮として、次のような「ミッション」と「ビジョン」を掲げています。寮生には、寮生同士や地域等との交流活動への強い動機や積極的な参加、寮生同士の助け合い、寮規則の遵守が求められます。

◇ミッション◇ “For Others, With Others”

上智大学アルペ国際学生寮は、上智大学の建学の精神であるキリスト教ヒューマニズムに基づいた人間教育を実践し、「叡智が世界をつなぐ」という使命感を持ったグローバル人材の育成の場とする。

◇ビジョン◇

- ・自由と責任

寮生は、本寮のミッションに適う学習機会を自ら創造する自由を有し、同時に寮内の秩序を保つ義務を持つ。

- ・他者理解と共生

寮生は、他者のもつ個性と多様性を積極的に受け入れ、共に生きる姿勢を重んじる。

- ・グローバルリーダーとしての自己研鑽

寮生は、人類が直面している社会的課題に対する高い見識と解決のための方策を探究し、グローバルリーダーとしての資質を身につけるよう努める。

(2) 設置者

学校法人 上智学院

〒102-8554 東京都千代田区紀尾井町7番1号 <http://www.sophia.ac.jp/>

(3) 所在地

〒160-0016 東京都新宿区信濃町33-7

TEL: 03-3351-1028

(4) アクセス

JR 総武線「信濃町」駅より徒歩1分

(5) 施設・設備

- 共用部分

多目的エリア、学習室(2室)、シアタールーム、自販機コーナー、祈りの部屋、コモンリビング、軽スポーツスタジオ、屋上テラス、ランドリールーム(洗濯機・乾燥機完備)

- 個室：180 室 ... 9～10 m²
 部屋の備品：収納家具、机、デスクランプ、Wi-Fi ルータ、椅子、ベッド、エアコン、カーテン、鏡、クローゼット（970×1950×200 mm）
 共用設備（ユニットごと）：キッチン、シャワー室、トイレ、洗面台

（6）寮オフィス（1 階）

業務時間：8:00～22:00 *土・日・祝日含む毎日。年末年始（12 月 30 日～1 月 3 日）は除く。

TEL: 03-3351-1028 E-mail: dorm-arrupe-ofc@sophia.ac.jp

- * 各種申請書受付、郵便・宅配便預かり、共用施設利用受付、備品提供・貸出
- * 宅配便やおよび施設の鍵の受け渡しについては、24 時間対応します。
- * 寮生活について心配ごとや質問がある場合は、寮オフィスに来訪または電話してください。

（7）上智大学学生センター直営寮担当（四谷キャンパス 2 号館 1 階）

窓口時間：月～金 10:00～11:30、12:30～15:30（授業期間中）

月～金 12:30～15:30（授業期間以外）

*土・日・祝日や夏期・冬期一斉休業期間中は閉室となります。

TEL: 03-3238-4621 E-mail: dorm-co@sophia.ac.jp

2. 入寮資格・諸手続き

（1）入寮資格

- ① 本学に在籍する正規生、交換留学生、ノンディグリー生又は研究生
- ② その他学生センター長が認めた者

（2）入寮期間

- ① 入寮期間は1年を超えない範囲で学生センター長が指定した期間とします。ただし、学生センター長が特別に認める場合には、入寮期間を更新することができます。
- ② 更新基準については、別に定めます。
- ③ 入寮期間の更新手続きは定められた期間のみ受け付けます。

（3）入寮申請

入寮の申込は、上智大学ウェブピロティ掲載の募集要項に従い、指定された期間中のみ行います。

（4）入寮手続き

- 入寮登録（入寮当日～翌日）
 - ・ 入寮登録受付は 8:00 から 20:00 までです。20:00 以降に到着した場合、スタッフから鍵を受け取り居室に入ることができますが、翌日、寮オフィスで改めて登録を行ってください。
 - ・ 入寮登録時に、在館者ファイル作成のための顔写真を撮影します。
 - ・ 寝具レンタルをお申し込みの方は、寝具を受け取ってください。
 - ・ 入寮登録時に以下の書類をお渡しします。
 - ① 「誓約・同意書および届出書」
 「生活ガイド」（本冊子）と「上智大学アルペ国際学生寮運営取扱要領」をよく読んで、必要事項を記入・署名して、オリエンテーション時に提出してください。

② 「備品リスト」

入寮後は、すぐに居室の備品が揃っているかを備品リストでご確認のうえ、翌日までに寮オフィスへリストを提出してください。

③ 区役所提出書類

サンプルを参考に、各自で必要事項を記入して、区役所ツアー時（下記参照）に持参してください。

● オリエンテーション（入寮当日～翌日）

- ・ 入寮当日または翌日にオリエンテーション（所要時間：約 1 時間）を実施しますので、私用で予定を入れないようにしてください。
- ・ オリエンテーションブックの表紙に記載された指定時間に、1 階多目的エリアに集合してください。記入・署名済みの「誓約・同意書および届出書」を提出してください。

● 住民登録と国民健康保険加入のための区役所ツアー（入寮後 2 週間以内） *留学生のみ

- ・ 入寮者は、国籍を問わず、入寮後 2 週間以内に住民登録・国民健康保険加入が必要です。登録・加入申請は新宿区役所で行います。管理スタッフが新入寮生を区役所に引率して登録のお手伝い（区役所ツアー）をしますので、オリエンテーションブックの表紙に記載された指定時間に、区役所提出書類を持って、多目的エリアに集合してください。

住民登録を行って 1～2 週間後に、12 桁のマイナンバーが記された通知が郵送で届きます。マイナンバーは、携帯電話を契約するときや、アルバイトをするときに必要ですので大切に保管してください。利用目的が不正もしくは不明なままでの第三者への提供、他人との貸し借りは絶対にしてはいけません。

- ・ 入寮時に 20 歳以上の方は国民年金への加入も義務付けられています。区役所ツアー時に合わせて手続きします。なお、申請すれば、学部・大学院の正規の学生は支払い猶予、交換留学生等正規以外の学生は支払い免除を受けることができます。

● 入寮許可書（入寮後 1 ヶ月以内）

「入寮許可書」を各自のメールボックスへお届けします。当寮での入寮許可期間を示す書類なので、大切に保管してください。

3. 寮費

寮費は毎年度変更の可能性あります。

（1）寮費の支払い

入寮費（入寮時のみ、返金なし）	95,000 円
寮費（月額）	95,000 円

寮費には、水光熱費・インターネット利用料が含まれます。毎月の支払い期限までに当月分をお支払いください。

入退寮月の寮費は以下のとおりです。

当該月の 21 日～末日に入寮 該月の 1 日～10 日に退寮	31,000 円
当該月の 11 日～20 日に入寮・退寮	62,000 円
当該月の 1 日～10 日に入寮 当該月の 21 日～末日に退寮	95,000 円

*入寮期間開始時（一斉入寮期間）については、上表は適用せず、次のとおりとなります。

・春学期一斉入寮：実入寮日（現に居住開始した日）にかかわらず、3月分寮費は免除とし、4月1日以降の寮費は発生します。

・秋学期一斉入寮：実入寮日（現に居住開始した日）にかかわらず、9月21日以降の寮費は発生します。

ただし、9月分寮費は31,000円です。

*退寮時については、退寮届の提出日から少なくとも1ヶ月後までの寮費が発生します。詳細は、「4. 延長・更新・退寮手続き」を参照してください。

例1 6月12日に退寮希望で、退寮届を5月12日までに提出した場合、退寮月（6月）の寮費は上記の表に基づき「当該月の11日～20日に入寮・退寮」に該当するため62,000円です。

例2 6月12日に退寮希望だったが、退寮届の提出が遅れてしまい6月2日に提出した場合、1ヶ月後の7月2日までの寮費が発生します。6月分寮費は満額（95,000円）、7月分寮費は上記の表に基づき「当該月の1日～10日に退寮」に該当するため31,000円です。

● 寝具レンタルについて

寝具レンタルする場合は別途料金がかかります。レンタル料は契約後、寮費と合わせて請求されます。途中解約の場合の返金はありません。詳細は寮オフィスまでお尋ねください。

（2）支払い方法

寮費等の支払方法は以下の2種類です。デビットカードやクレジットカードは使えません。

① コンビニ払い

支払月の前月末に寮費の請求ハガキが各自のメールボックスに届きます。支払月の6日までにコンビニエンスストアにて現金でお支払いください。手数料として別途671円(税込)がかかります。レシートは記録用として保管しておいてください。

② 自動引き落とし（日本国内の銀行口座のみ）

支払月の前月末に寮費の引き落とし確認書が各自のメールボックスに届きます。支払月の6日（土・日・祝日の場合はその翌営業日）に銀行口座から引き落とされますので、引き落としの前日までに必ず入金しておいてください。手数料はかかりません。

<自動引き落としを希望の方へ>

寮オフィスにある申込書に必要事項を記入し、提出してください。オンラインで開いた銀行口座からは、実店舗でサイン登録をしないと引き落としが始まりません。申込後、引き落とし開始まで2ヶ月ほどかかります。それまではコンビニでお支払いください。

なお、退寮月の寮費は自動引き落としではなくコンビニ払いとなりますので、ご注意ください。

4. 延長・更新・退寮手続き

（1）延長・更新手続き

入寮許可期限の遅くとも2か月前まで（5月または11月）に、入寮期間の延長・更新手続きまたは退寮手続きに関する案内をメールでお送りします。滞在延長・更新を希望する場合も、期限内に退寮する場合も、必ず期日までに必要な手続き（オンライン申請）をしてください。期日後の申請は受け付けません。

● 滞在延長

- ・滞在延長の対象者は、交換留学生です。
- ・入寮許可期限が7月31日までの場合は5月、1月31日までの場合は前年11月に、滞在延長または退寮の手続きについてご案内します。
- ・申請に基づき、最長1ヶ月の延長が可能です。延長許可となった場合、延長分の寮費や寝具レンタル代（該当者）が発生します。

- 更新
 - ・更新の対象者は、次の学期に本学に在籍する正規生、ノンディグリー生、外国人特別研究生、研究生です。
 - ・入寮許可期限が9月10日までの場合は5月、3月20日までの場合は前年11月に、更新または退寮の手続きについてご案内します。
 - ・入寮期間は原則として1年間ですが、学生センター長が特別に認める場合には、入寮許可期間を更新することができます。
 - ・申請内容に基づき、最長1年の更新が可能です。なお、選考が実施されるため、希望者全員が更新できるとは限りません。
 - ・現在の学期で卒業・修了予定の方は更新できませんので、必ず期限内（春学期は9月10日まで、秋学期は3月20日まで）に退寮してください。

（2）退寮手続き

- 退寮希望日の1ヶ月前までに「退寮届」（所定用紙）を寮オフィスに提出してください。また、退寮届の提出時にお渡しする「退寮の流れ」をよく読んでおいてください。
- 退寮届提出時に、1回目ルームチェックと退寮時ルームチェックの日程を決定します。原則として、1回目ルームチェックは退寮届提出の1～2日後、退寮時ルームチェックは退寮当日または退寮日直前の平日です。ルームチェックには、本人の立ち合いが必要です。退寮当日は時間に余裕をもって手続きをしてください。
- 退寮月の寮費は、コンビニ払いとなります。退寮時ルームチェックまでに支払いを済ませて、レシートを寮オフィスまでに提出してください。提出確認ができないと退寮が遅れることがあります。請求ハガキは通常とは異なり、退寮希望日の約一週間前にメールボックスに届きます。
- ルームチェックの結果、特別清掃を要する汚損、壁紙・床の修繕等を要する破損、または備品の紛失等がある場合は、原状復帰に要した費用を請求します。
- 私物は自分で処分してください。居室や共用施設（ユニット内、コモンリビング、ランドリールーム、駐輪場等）に私物が残っていた場合は処理費用を請求します。
- 固定電話や新聞等を契約している場合は、必ず解約を済ませてください。

注意 1 退寮希望日は退寮届提出の1ヶ月後以降となります。例えば7月31日に退寮希望の場合、遅くとも6月30日までには退去届を提出しなければなりません。もし7月1日に提出した場合、退寮期限日は8月1日となり、その結果、8月分の寮費（31,000円）が発生します。

注意 2 退寮届提出後の内容の変更は原則認めません。

5. 寮生活とリビンググループ

アルペ国際学生寮には「リビンググループ」というコミュニティがあり、すべての寮生は26のリビンググループのいずれかに属します。リビンググループは寮生が多様性の中で協力を深められる基本的なコミュニティです。全寮生の活動への参加が義務付けられています。以下はリビンググループ制度の概要です。

目 的	○ 多様な人間関係と国際交流の促進（コミュニティ作りの概念） ○ 寮の文化の醸成、環境、秩序の担い手となる
構 成	異なる国籍、言語等の、男女それぞれ同じユニットに居住する7名からなるグループ 計26組
活 動	○ <u>グループメンバー全員で毎月集まることを義務とする。</u>（共同生活での様々な課題解決に向けて相談するとともに、交流の機会とする。） ○ 寮やグループによるその他の活動、イベント運営（下記の例を参照） ・一斉入寮時の新入寮生の案内、オリエンテーションの手伝い ・教育プログラムの積極的参加や、文化交流の行事の開催等

	○ 各居住エリアをメンバーの責任で清潔に保つ（下記の例を参照） ・キッチンでの私物は指定された棚等に保管 ・共有の場所に私物を置いたままにしない ・流し台やテーブル等を清掃し、汚れや私物を残さない ○ リビンググループを越えての交流 ・コモンリビングでの積極的交流 ・リビンググループ同士でのイベントの開催やプロジェクトの企画
L G L	各リビンググループに、原則 1 名のリビンググループリーダー（LGL）が任命されます。LGL は寮生を代表し、学生センターのパートナーとして、共によりよい寮を作り上げることに貢献します。LGL は、リビンググループ活動以外にも、皆さんの日常生活上の相談に応じていますので、気軽に相談してください。 LGL は、組織的観点から学生センターが編成を調整し、学生センター長が任命します。

***リビンググループごとの月例ミーティングの参加状況を Attendance Sheet と LGL からのヒアリングで把握し、入寮許可期間更新時の選考の参考にします。**

6. 寮の規則

様々な背景を持つ寮生が快適に生活するため、以下のルールを遵守してください。違反した場合は退寮処分になることがあります。

（1）寮全域

- **寮内全域（各居室内、ユニット、共有施設、屋外含む）は、加熱式や電子タバコといった新型の形態も含め、完全禁煙です。喫煙室はありません。**
また、新宿区では、区内全域の道路、公園で、指定喫煙場所を除き喫煙は禁じられています。
***寮内または近隣地域で寮生の喫煙に関する行為を発見した際には、時間帯等に関係なく、直ちに寮オフィスのスタッフ・警備員へ通報してください。**
- 居住エリアは男女別です。**異性の居住エリア（1 階の男女エリアへと続くフラッパーゲート以降）には通路や共有施設も含め一切立ち入りできません。**
- 各階の非常口は、安全のため緊急時のみ使用してください。
- **夜 23:00-翌朝 6:00 はクワイエットアワーです。**これ以外の時間帯も、大きな声で話したり、楽器を弾いたり、大音量で音楽を聴いたりする等、近隣や他の寮生の迷惑になるような行為は控えてください。

（2）居室

- 寮生の居室は、学生センター長が指定します。LGL 配置や寮内の多様性確保等、教育寮運営上の必要性に応じて学生センター長が居室の移動を命じることがあります。寮生が居室を希望、指定することはできません。
- 建物の維持管理および衛生上、**居室およびユニット内では靴を脱いでください（土足厳禁）。**
- 居室の管理・清掃は、寮生各自の責任で行なってください。
- 居室に備え付けの備品は大学から貸与したものですから大切に使用してください。居室の模様替えや、床・壁にテープ、釘を使用してはいけません。また、これらの備品を居室の外に持ち出さないでください。
- 備品の故障や不具合を発見した場合は、速やかに寮オフィスへご連絡ください。
- 居室では**電子レンジやトースター等調理家電を使つての調理をしてはいけません。**
- 寮生および周囲の迷惑になるため、夜 23:00 から翌朝 6:00 までは他人の居室へは立ち入らないでください。
- **来訪者を居住エリア（1 階の男女エリアへと続くフラッパーゲート以降）に入れること、宿泊させ**

ることはできません。家族や友人を招待する時は、寮生同伴で寮オフィスにて入館手続きをした上で、1 階共用施設を使用してください。

(3) 共用施設・設備

- 共用施設を利用するときは、他人の迷惑にならないようにしてください。夜 23:00 から翌朝 6:00 まではクワイエットアワーのため、大声で話をしたり、音楽等を大音量でかけたりしないでください。
- 共用施設の備品は丁寧に使用してください。壊れたり、汚れたりしたときは修理代を請求する場合があります。また、備品の使用後は、必ず元の場所に戻しておいてください。
- 寮内の壁等に、許可なく貼紙や掲示を出さないでください。イベント等で装飾を施す場合も、必ず寮オフィスにご相談ください。
- 廊下や避難はしごを含めて、共用施設（ユニット内の共用の棚以外）に私物を絶対に置かないでください。放置されていた場合は撤去・処分します（大学および寮オフィスはその賠償責任を負いません）。また、その処分費用は寮生に請求します。
- 共用施設を最後に使った人は、節電のため照明とエアコンのスイッチを必ず切ってください。

<居住エリアの共有施設>

● ユニット

キッチン利用方法やルールは各ユニットで取り決めをしてください。ただし、以下の事項は共通認識とします。

- ・建物の維持管理および衛生上、ユニット内では靴を脱いでください（土足厳禁）。各自で室内履きを用意してください。
- ・ダイニングキッチンは常に清潔に使用してください。キッチンエリア入口に掲示された清掃チェック表を確認し、一人ひとりがユニット内の清掃、整理整頓の意識を持ってください。
- ・食事が終わったら、調理器具や食器を放置せず、すぐに片付け・掃除をしてください。ダイニングキッチンは、月曜日～金曜日まで清掃スタッフによる清掃を行います。が、シンクやテーブル上に物が置かれている場合、清掃できません。
- ・調理器具（魚焼きグリル、オーブンレンジ、炊飯器等）は、清掃スタッフによる清掃は行いません。故障や臭い、カビの発生を防ぐため、使用後は、使用した寮生が必ず清掃してください。
- ・私物には部屋番号と名前を書き、共用の棚やシンク下にしまってください。
- ・火災時には防火扉が閉まります。居室前の廊下に非常扉がある所には物を置かないように気を付けてください。
- ・IH コンロやオーブン等電気器具の使用中は、その場を決して離れないでください。使用後は必ず電源を切ってください。地震の際にはまずコンロから離れ、地震が収まってからすぐ電源を切ってください。
- ・ユニット内の備品は使い終わったら所定の位置に戻してください。
- ・アイロンはアイロン台を使用の上、キッチンエリアで使用してください。居室内で使ってはいけません。
- ・脚立を使用する場合は、十分に注意をして使用してください。
- ・夜 23:00 から翌朝 6:00 まではクワイエットアワーのため、掃除機の使用を控えてください。
- ・シャワーブース内で体を拭き、脱衣所が濡れないようにしてください。

● コモンリビング (2F～8F)

- ・24 時間利用可能です。ただし、夜 23:00 から翌朝 6:00 まではクワイエットアワーのため、静かに利用してください。
- ・飲食可能です。
- ・私物はコモンリビングには置かないでください。
- ・月曜日から金曜日まで清掃スタッフによる清掃を行います。が、床やソファの上に物が置かれている場合、清掃できません。席を離れる際は、必ず床やソファから持参した物を全て撤収してください。

● **ランドリールーム（8F）**

- ・ランドリールームには、洗濯機と乾燥機が備えてあります。24 時間利用可能です。
- ・洗剤・柔軟剤等は各自で用意してください。
- ・全寮生が快適に利用できるよう、利用終了後は速やかに洗濯物を回収してください。
- ・私物はランドリールームには置かないでください。
- ・寮内には洗濯物を干すスペースはありません。また、居室内での部屋干しも禁止されています。洗濯物は乾燥機を使用して乾かしてください。

<その他の共用施設>

その他の共用施設は次の表のとおりです。

- 寮外生を招待して 1 階共用施設を利用する場合、4 名以下で利用する時はそのグループの中に少なくとも 1 人の寮生が含まれていること、5 名以上で利用する時は過半数が寮生であることが必要です。
- 施設によって、利用についてのルールが別途定められております。寮内の掲示を確認の上、使用してください。
- 予約が必要な施設では、次に予約した方の迷惑になるので使用時間は必ず守ってください。
- 不明点は寮オフィスにお問い合わせください。

施設名	利用時間	使用要領、注意等
祈りの部屋（1F）	24 時間	3 人以上の団体で使用する場合は、寮オフィスへ「使用願」を提出してください。
中庭（1F）	8:00～ 22:00	食事は禁止、飲み物は可。 出入りする際は必ずドアを閉めるようにしてください。
多目的エリア（1F）	24 時間	飲食可能。 20 名以上で利用する場合には使用日の 3 日前までに寮オフィスへ「使用申請書」を提出してください。 *騒音等の苦情が寄せられた場合や寮オフィスが不適切な使用方法であると判断した場合は、利用中止を求めることがあります。
学習室（1F）	24 時間	食事禁止、蓋付きの飲み物のみ可 学習室入口にある受付簿で予約してください。予約は 30 分単位で、一人につき 1 日最大 2 時間までです。 予約がない時間帯は、開放されています。
シアタールーム（1F）	8:00～ 24:00	飲食可能。 寮オフィスで予約してください。 予約は 30 分単位で、一人につき 1 日最長 3 時間までとし、予約終了の 5 分前までに寮オフィススタッフのルームチェックを受けた上で利用終了となります。 退出時に汚れがあった場合は清掃してください。
屋上テラス（8F）	8:00～ 22:00	飲食可能。 テラスに洗濯物を干すのは厳禁です。（私物放置と見なし、撤去します。）
軽スポーツスタジオ（9F）	24 時間	食事禁止、蓋付きの飲み物のみ可 予約不要 *騒音等の苦情が寄せられた場合は中止を求めることがあります。

<備品提供・貸出>

寮オフィスでは、以下の備品を提供または貸出しています。ご希望の場合は寮オフィスへ来てください。

備品	注意等
除菌アルコール	一度に各2個まで提供可能です。
キッチンペーパー、ペーパータオル	
食器用スポンジ	
台ふきん・ぞうきん	
食器用洗剤	中身を補充しますので、空容器を持参してください。
ハンドソープ	
調理器具（ボウル、包丁、まな板、フライパン等）	状態が悪くなったら新品と交換しますので、使用中のものを持参してください。
ミキサー・ハンドミキサー	使用後は速やかに返却してください。
体温計	
除湿器	湿度の多い時期に貸し出ししています。

（４）カードキーの使用と私物の管理

カードキーは、責任を持って管理してください。カードキーを他人に貸すことは禁止します。万が一紛失した場合には、速やかに寮オフィスへ来てください。新しいカードキーを渡しますが、3,000 円の費用が必要となります（14 日以内に新しいカードキーを寮オフィスに返却した場合は、返金します）。

私物は、各自で責任を持って管理してください。居室を離れるときは、それがわずかな時間であっても、必ず鍵をかけてください。貴重品を共用施設に置いたまま離れないようにしてください。もし盗難に遭っても一切補償できません。寮内で落し物等と思われるものを発見した際には、時間帯に関係なく、直ちに寮オフィスや警備員へ届けてください。

（５）ごみの処理

ごみは各ユニットのキッチンのゴミ箱へ、きちんと分別して捨ててください。ゴミの分別については別紙で確認してください。

包丁、串や食器類の破片等、鋭いものは厚紙や古布等できちんと包んで、「キケン」と表示し、ゴミ箱の脇に置いておいてください。清掃スタッフが怪我をする恐れがあるため、絶対にキッチンのゴミ箱にそのまま捨てないでください。

粗大ごみ（30cm 角以上の物、布団・自転車・スーツケース等）の廃棄する時は、新宿区粗大ごみ受付センターへ回収を依頼してください。インターネットで申込みができます（「8. 寮周辺の施設」参照）。粗大ごみの回収費用は有料です。粗大ごみ受付センターに指示された額の粗大ごみ券を購入し、廃棄する粗大ごみに貼付し、寮オフィスまで持参してください。

パソコン等の電子機器を捨てる際には、メーカーへ直接連絡をしてください。

（６）長期外泊

3泊以上の外泊をするときは、災害等によりあなたへの緊急連絡が必要な場合に備えて、「長期外泊届」（所定用紙）を提出してください。

（７）来訪者との面会

- 面会時間は 9:00 から 22:00 までです。来訪者は 22:00 までに退館する必要があります。
- 面会場所は 1 階の共有エリア（施設）に限ります。
- いかなる理由でも来館者はフラッパーゲートより先の居住エリアに立ち入ることはできません。ただし、引越しの手伝い等の事由の場合、同性の家族であれば、事前の申請で入室することがあり

ます（時間は面会時間に準じます）。

- 来訪者は必ず寮オフィスで受付簿に氏名を書き、入館証を着けてください。寮生は、寮オフィスまで来訪者を迎えに来てください。
- 寮生は、来訪者に予め寮のルールを説明し、寮外者にもルールを守っていただくようお願いいたします。
- 来訪者が寮内の施設・備品を汚損、破損した場合は招待した寮生の責任とします。また、来訪者が寮規則等に違反したり、トラブルを起こしたりする場合は退館を命ずることがあります。

（８）サイネージ・ホワイトボード

寮オフィスからのお知らせはエントランスのデジタルサイネージおよびホワイトボードに掲載します。サイネージとホワイトボードは必ず定期的に確認してください。 掲示内容について質問がある場合は、寮オフィスに来てください。

（９）メール

- 学生センターや寮オフィスから、「誓約・同意書および届出書」に記載のメールアドレス宛に、学生寮に関する各種案内を送付します。入寮期間更新に関する案内等、重要なお知らせを送付することがありますので、登録メールアドレスの受信ボックスは必ず毎日確認するようにしてください。メールの見落とし等により不利益が生じても、大学は一切責任を負いませんので、見落とし等のないようにご注意ください。
*メールボックスの容量が全て使われていて送信エラーとなる場合があります。メールボックス内を整理しておくことをお勧めします。
- 登録メールアドレスを変更したい場合は、「メールアドレス変更届」（所定用紙）に必要事項を記入の上、寮オフィスへ提出してください。

（10）電話

寮オフィスの電話は使用できません。寮オフィスでは電話の取次ぎはしませんが、緊急の場合にはメッセージを受けつけます。自動販売機コーナー（１階）に公衆電話が設置されています。

携帯電話を契約するときは、各自で携帯電話会社と契約をしてください。退寮するときは、契約の変更または解除と料金の支払いを必ず済ませておいてください。

（11）郵便・宅配便

- メールボックスは、必ず定期的に確認してください。
普通郵便は、各自のメールボックスへ投函されます。書留、小包および宅配荷物は、寮オフィスが受け取り、これらのものを預かっている旨のメッセージを登録メールアドレス宛てに通知します。メッセージを確認したらすぐにオフィスまで受け取りに来てください。
- 以下は寮オフィスで預かることはできないので、ご注意ください。
 - ☐ 代金引換
 - ☐ 現金書留
 - ☐ 置き配
 - ☐ Uber 等の食品デリバリー
 - *Uber 等の食品デリバリーをした時は、必ず玄関の外で自分で受け取ってください。
 - ☐ 要冷蔵／冷凍等常温保存できない飲食品（生もの、ケーキ等）、維持管理を要する品物（花束、植物等）とその他類するもの
 - ☐ 宛名が大学に登録した氏名ではないもの
- 郵便物の宛先は、大学に登録した氏名（漢字、かな、またはアルファベット）とし、部屋番号も必ず記入してください。

<宛名の書き方例>

〒160-0016

東京都新宿区信濃町 33-7 上智大学アルペ国際学生寮 自分の部屋番号

氏 名

(12) 自転車

- 東京都では自転車保険への加入が義務付けられています。周囲に迷惑をかけることのないよう、交通ルール・マナーを守って運転してください。
- 自転車は、寮オフィスで登録が必要です。「上智大学アルペ国際学生寮」のステッカーを貼り、定められた駐輪場にきちんとそろえて置いてください。寮外でも不法に自転車を放置してはいけません。自転車は各自の責任において管理してください。
- 自転車を他人から譲り受ける場合、譲渡証明書をもらって必ず自分の氏名で防犯登録を行なってください。防犯登録は自転車販売店でできます。防犯登録をして、自分の自転車であることを証明することで、盗難防止や万が一盗難にあった際の早期発見に役立ちます。譲渡手続きをしていない自転車で乗ると警察に摘発されます。
- 路上に放置されている自転車に乗ることは犯罪です。駅や道端に所有者のわからない自転車をみつけても、決して乗らないでください。他人の自転車に乗ると、犯罪行為として警察に摘発されます。
- 本学は、車両（自動車、オートバイ、自転車）で通学することはできません。
- 来訪者は寮内の駐輪場を利用することはできません。

(13) バイク・自動車

バイク・自動車の持ち込みは禁止です。寮生や来訪者は寮内の駐車場を利用することはできません。

(14) ペット

寮内で犬・猫や熱帯魚等のペットを飼うことは禁止します。また、野良猫等にえさを与えないでください。

(15) 災害予防

- 居室での石油ストーブ・電気ストーブ、アイロン、電子レンジ等の電熱機器の使用は禁止です。
- 爆発物等の危険物を持ち込まないでください。
- キャンドル、アロマキャンドル、アロマポット、お香、花火等、火をつけて使う物品の使用は禁止です。
- 居室から出るときは消灯し、室内の使っていない電化製品の電源を切ってください。
- 普段から非常口、火災報知機、消火器のあるところを確かめておいてください。ただし、これらの設備は、非常時以外に使用したり、手を触れたりしないでください。
- 火災を発見したときは火災報知機を鳴らし、寮オフィススタッフやLGLの指示のもとすぐに避難をしてください。
- 廊下や避難はしごの周囲に物を置くことは法律で禁じられています。
- 年2回（5月と10月）実施の防災訓練は寮生全員の参加が必須です。

(16) 居室への立ち入り

寮を適正に管理・運営するため、特に必要な場合は寮オフィスのスタッフが居室へ立ち入ることがあります。

(17) 弁償責任

寮生またはその来訪者が、寮内の備品を紛失したり、施設・設備を故意または過失により破損したりした場合は、寮生が弁償の責任を負わなければなりません。

(18) 退寮処分

学生センター長が、入寮期間中に寮生が次の行為を行ったと判断した場合、退寮処分となります。退寮を命じられた場合は、該処分の通知日の翌日から起算して2週間以内に退寮してください。なお、退寮処分が決定された場合は、その旨を寮内において正式に告知します。

- ① 上智大学アルペ国際学生寮運営取扱要領第3条に規定する遵守義務のほか本学の定める諸規程又は諸規則に違反する行為をしたとき。
- ② 同要領第13条第4項に規定する損害賠償の義務を履行しないとき。
- ③ 寮内の共同生活の秩序や風紀を乱す行為をしたとき。
- ④ 病気その他保健衛生上の事由により、寮内での共同生活に適さないと認められるとき。
- ⑤ アルペ寮の管理・運営に重大な支障があると認められる行為をしたとき。
- ⑥ 寮内外に限らず、違法行為を行ったとき。
- ⑦ 本学学則による処分を受けたとき。
- ⑧ 公序良俗に反する行為をしたとき。
- ⑨ 入寮に際して、入寮費及び所定の寮費を期日までに支払わないとき。
- ⑩ 月々の寮費について連続して3ヶ月以上支払いが滞ったとき。
- ⑪ 寮生として相応しくない行為が認められたとき。
- ⑫ 入寮資格を失ったとき。

7. その他

(1) カウンセラー相談

上智大学ウェルネスセンター カウンセリングサービス（四谷キャンパス 10号館 3階）

*対応言語：日本語、英語、

月～金曜日 9:30～11:30, 13:30～16:30 TEL: 03-3238-3559

(2) 病気・けが

病気になったり、けがをしたりした場合は、すぐに寮オフィスへ連絡してください。インフルエンザ等の感染症の場合は、他の寮生への感染を広げないために、寮オフィスは噴霧消毒等の対応を行います。大きな病気・けがの場合は救急車を呼びます。病院へ行くときには必ずマイナンバーカード（マイナ保険証）を持って行ってください。マイナンバーカードがない場合は、資格確認書を持って行ってください。

上智大学ウェルネスセンター 健康支援（四谷キャンパス ホフマン・ホール 2階）

*対応言語：日本語、英語

月～金曜日 9:30～11:30, 12:30～17:00 TEL: 03-3238-3394

(3) 麻薬・拳銃等の所持

日本では、大麻・コカイン・ヘロイン等の麻薬および拳銃・刀剣の所持は法律で禁じられています。

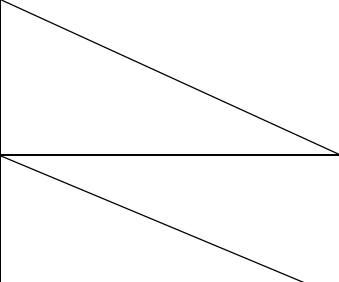
(4) 飲酒・喫煙

日本では、20歳未満の飲酒・喫煙は法律で禁じられています。

(5) 本生活ガイドの改廃および変更

本生活ガイドの内容等の改廃および変更については、寮内掲示および大学公式WEBサイト掲載等により告知します。必ず、読んでおいてください。ルール等に変更があった場合は常に最新の生活ガイドに書かれていることに従います。

8. 寮周辺の施設

施設区分	名 称	電話番号	住 所
区役所	新宿区役所	03-3209-9999 (8:00～19:00)	新宿区歌舞伎町 1-4-1 
	新宿区 四谷特別出張所	03-3354-6171	新宿区内藤町 87 
警察署	四谷警察署	03-3357-0110 (緊急時 110)	新宿区左門町 6-5 
消防署	四谷消防署	03-3357-0119 (緊急時 119)	新宿区四谷 3-10-10 
郵便局	信濃町駅前郵便局	03-3351-2445 (代表)	新宿区南元町 19 
病院	四谷メディカルモール	03-5368-0675 (代表)	新宿区左門町 20 四谷メディカルビル 2 階 
医療機関 案内サービス	東京都医療機関案内サービス 通称「ひまわり」	日本語 03-5272-0303 (24 時間対応可) 外国語 03-5285-8181 (9:00～20:00)	
	上智大学健康相談ダイヤル	日本語 0120-386-787 (24 時間対応可) 英語 0120-386-833	

粗大ごみ	新宿区粗大ごみ受付センター	▼WEB 受付 	
ビザ	東京出入国在留管理局	0570-034259 (日本国内から) 03-5796-7234 (IP 電話、海外から)	港区港南 5-5-30 
	外国人在留総合インフォメーションセンター	0570-013904 (日本国内から) 03-5796-7112 (IP 電話、海外から) 8:30～17:15 土日・祝日・年末年始を除く	

(2026 年 9 月現在)