

毎日がラクになる！ひとり暮らしガイド

This is Dormy

迷ったら、まずはチャレンジ！

性格でわかる！
あなたにぴったりの
ドミータイプ診断

簡単な質問に答えるだけで、
性格に合った寮タイプが見えてくる！



わが子の
ひとり暮らし力を
チェック

自立の度合いやサポートの目安がわかる
保護者向けチェック



学生会館 ドーミー
Dormy



LINEで最新情報をチェック

見学予約や申込、キャンペーン情報の受け取りもかんたんに。

ドミー公式LINEアカウント

@dormy



公式ウェブサイト

学生会館ドーミー



よい朝のために。

KYORITSU
HOTELS & DORMITORIES

発行 株式会社共立メンテナンス

〒101-8621 東京都千代田区外神田2丁目18-8 首都圏学生会館ドーミー事務局 TEL 0120-88-1030

2025年6月発行



保存版

学生生活って、
思ったより忙しい。



朝が早いのに、
ちゃんと
起きられるかな...



友だちって、
ちゃんとできるの
かな...



自炊って、今まで
やったことなくて...
大丈夫かな...



体調悪くなったとき、
ひとりだったら
どうしよう...



うちの子...きちんと
食事をとっているか
気になる...



学校の行き帰りの
夜道とか、やっぱり
娘のひとり暮らし
は少し心配...



ひとり暮らしって、楽しみだけど、不安もいっぱい...

だからこそ、
住まいはちゃんと考えて選びたい。

**ドーマーなら、
そんな不安をひとつずつ解決できます。**

「毎日がラクになる」理由を、次のページでご紹介 →

ラクって、
安心のことだったんだ。

朝ごはんがある。同じ世代の友達がいる。
困ったら、話せる大人がいる。
そんな「小さな支え」が、毎日の「安心」につながっていく。
ドーミーは、はじめてのひとり暮らしをサポートする住まい。
“住む”に安心が加わると、時間も心もゆとりが生まれます。

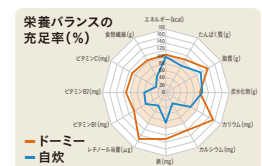


ご飯がある。
それだけで、心強い。



おいしいごはんが待っている。

体調管理の基本は食事です。だからドーミーでは楽しく・おいしくをモットーに、
ただお腹を満たすだけの食事ではなく、“旬の食材”を取り入れ、できたてを朝晩ご用意しています。



朝食 6:30～8:30
夕食 18:30～22:30
※食事提供時間(タイプII)の平日例



- 1 “できたて”を朝夕で提供
寮内の厨房で毎日つくるから、温かくておいしい。
- 2 管理栄養士によるバランス設計
体調管理も、栄養バランスも毎日の健康をサポート。
- 3 生活に合わせた時間設定
朝は6:30～、夜も実習やバイトにも対応した提供時間。
- 4 毎日、飽きない工夫
洋食・定番和食・丼物など、日替わりで楽しい！

いつも安心であること。それがドーミーの基本。

ひとり暮らしでは、自分が動けないときに助けてくれる家族は近くにいません。
「もしもの時」に頼れる大人が近くにいる安心を、ひとり暮らしでも提供するのがドーミーの使命です。



- 1 頼れる大人がいつも居る
駆けつけや交代管理ではなく、寮長・寮母さんが常駐して生活をサポート。ちょっとした困りごとでも気軽に相談できます。



- 2 人と技術の組み合わせで、安心を
部外者が勝手に入館することを防ぐオートロックだけでなく、専用ICキーで出入りを記録する、万が一にも備えた仕組みがあります。



- 3 もしもの時も親身な対応
親元離れた地での病気や怪我などはご本人もご家族も心配。病気の際の食事のサポート、病院や救急車の手配の代行などの迅速な対応。

One point

ちゃんと朝起きて食べなきゃとか、晩ごはんの時間まで勉強しようとか、モチベーションを保ちながら健康的な生活ができるのがいいですね。



美術系学生

すぐに住める、
ちゃんとひとりになれる。



必要なものが全部揃っている。家具・家電・Wi-Fi付きで、入居当日からすぐ自分の部屋に。



えらべる居室タイプ。生活スタイルに合わせて、ぴったりの居室を選べます。



必要なものだけ。
すっきり暮らせる。

水まわりの掃除が要らないから、いつもすっきり。勉強にも趣味にも集中しやすい空間です。

朝の支度も、
自分のペースで。

洗面台が部屋の中にあるから、朝の準備もスムーズ。“ちょっとあると便利”を叶えたタイプ。

自分のペースで、
暮らしを整えられる。

バス・トイレ・キッチン付きだから、生活リズムも自由自在。おうち感覚で、ひとり暮らし。

ひとり時間に、
ちゃんと“自分の空間”。

トイレやシャワーが付いているから、自室で完結できるひとり暮らしを求める人におすすめ。

One point

授業で疲れて帰っても、部屋が快適でリラックスできる。

文系学生



ひとりでも、誰かとでも、
ちょうどいい距離感。



便利だけじゃない共用設備。

ドーマーは居室とは別に、大浴場やランドリールームなどの共用設備も充実。日々の家事の負担を減らせるだけでなく、寮生同士がふとした会話を交わせる“つながりの場”にもなっています。



ダイニングルーム



大浴場



ランドリールーム



シェアキッチン



プライベートシャワー

こんな設備があるドーマーも！



自然につながるきっかけがある

入寮歓迎会や季節のイベントなど、自由参加できる、自然なかたちで交流できる機会があるのもドーマーの魅力です。

異なるドーマーに住む学生たちが集う合同イベント「ドーマークラブ」にも参加できる！



ウェルカムパーティー



クリスマスイベント



ボウリング大会



山梨バスツアー

One point

歓迎会ですぐに友だちができたから、寂しくなかった。
自然体でいられて、でもひとりになりすぎないのがいい。

情報系学生



暮らしのコスト、 じっくり見てみよう。

家賃や食費だけでなく、水道光熱費や家具・家電の準備、時間のゆとりまで。
ひとり暮らしにかかる“ほんとうのコスト”を比べてみると、
ドミーのコスパの良さが見えてきます。



※記号の意味：◎＝充実している ○＝標準的 △＝やや不足あり ×＝対応等なし
※金額は目安です。地域・立地・グレード・付帯設備等により異なります。

	アパート	学生マンション	ドミー (食事付き)
初期費用	敷金・礼金・仲介手数料・保証金/ 家具家電の準備が必要	敷金・契約金・保証金/ 家具付き物件も多い	入館費・保証金のみ/ 家具付きが標準
月額費用 (家賃/館費+管理費用等)	61,000円 (47,000円～75,000円)	77,000円 (57,000円～97,000円)	106,500円 朝夕食込 (88,000円～125,000円)
食費	57,000円 (自炊・外食)	57,000円 (外部業者による食事提供/ または自炊・外食)	25,600円 (食事提供のない昼食・日祝定休日分)
水道・光熱費	13,000円	13,000円	6,000円 (3,500～8,500円)
家具・家電	× 自分で購入・搬入が必要	△ 備え付けの物件が多い	◎ 備え付け+Wi-Fi完備
セキュリティ	× 自己管理	△ 日中管理人巡回または遠隔 モニタリング+オートロック+ 防犯カメラ+警備会社と提携 (駆けつけ型)	◎ 寮長寮母常駐+オートロック +ICキー+防犯カメラ +警備会社連携
食事サポート	× 自己管理	△ 外部委託による食事提供、 食堂なしの自炊型も多い	◎ 寮母さんが調理(声かけ や健康管理をサポート)
生活サポート	× 自己管理	△ 困ったときに相談できる “人”が近くにいないことが 多い	◎ 寮長寮母に相談できる。 健康面の見守り+ 24時間オンライン診療※ にも対応。
トータルコスト (月額目安)	131,000円前後 サポートは原則なし。費用は抑えられるが、 手間と不安は大きい場合も	147,000円前後 サポート面は限定的、 コストは食事提供や付帯設備の有無による	138,100円前後 食事・生活サポート込みで 安心感にコスト以上の価値

※ドミーなら「ファストドクター」との
提携により、24時間365日対応のオン
ライン診療サービスをシステム利用料
無料でご利用いただけます。



詳しくはこちら

就学支援プログラムのご案内 (館費分割払い制度)

分割払いで、支払いが立て込む時期の
負担を軽減できます。



提携校との特別料金も要チェック！

一部提携校では、ドミーをお得な特別料金で
ご利用いただけます。

ここにしてお よかった。

気づけば「できてた」。気づけば「ここでよかった」。
最初は不安でも、少しずつ慣れて、
ちゃんと自分の居場所になっていく。
きっと、そう思える理由が、それぞれにあります。



総合満足度
93.6%



ドミーの雰囲気
93.6%



毎日の食事
93.8%



居室の設備
90.1%



寮長夫妻の対応
95.8%

Voice 1

ここが
第一歩でした

ごはんも出てくるし、いざ
という時に寮長夫妻がい
る安心感が本当に大き
かったです。
プライベートも守られてい
て、思っていたよりもずっと
暮らしやすかったです。私
にとって、ここがひとり暮らし
の第一歩になりました。

看護系学生

Voice 2

不安だったけど
すぐに馴染めた

初めての土地でひとり暮らし
を始めたんですが、引
越しの準備もスムーズで、
すぐに生活をスタートで
きました。
ドミーの友達とはすぐ仲
良くなって、毎日が充実して
います。ドミーにして本当
によかったと思っています。

理系学生

Voice 3

思ってたよりずっと
あたたかかった

ドミーでの生活って堅
苦しいのかなと思って
いたけど、実際はアットホ
ムな雰囲気です。ほんとに
しました。
寮長さんたちも優しく、困
ったときはすぐ相談でき
ます。友達もすぐにでき
て、安心して
学生生活を過ごせています。

美容系学生

Voice 4

あったかいごはんが
ありがたい

食事があるのが本当にあ
りがたくて、特に夜遅く
なった日でも温かいご飯
があるのはうれしいです。
自室でゆっくりできる時
間も大切にできるし、静
かに過ごしたいときも居
心地がいいです。

医療系学生

まずはここから！ 入居までのステップ

気になるドミーを見つけたら、
入居までのステップは意外とシンプル。
情報収集から見学予約、申し込みまで、
ひとつずつ進めれば大丈夫です。

Step 1 ドミー選び・見学

ドミーのWebサイトや学校のパンフレットで、エリアや条件を絞って探そう。気になるドミーがあれば、見学もおすすめ！オンラインでの予約も可能です。

ドミーなら「学校名検索」で
通いやすいドミーがすぐ見つかる！

ドミー公式
ウェブサイト



Step 2 申し込む

進路確定前から、ドミー公式Webサイトから申込できます。
申込後、進学先が確定したら、契約書類への記入・捺印・返送
などの手続きを行い、本契約が完了します。

進学先の学校によっては、
願書と一緒に申込できるケースもあります。



Step 3 契約手続き（郵送）

申込後、進学先が確定したら、契約書類一式がご自宅に届きます。必要事項を記入・捺印し、指定の期日までに返送しましょう。併せて、入館手続き費用の振込を行い契約完了です。



Step 4 入居準備

入居前に、入居者専用アプリ「Domico」をインストールしておけば、入居当日もスムーズです。鍵の受け取りや案内の確認ができて、安心して新生活がスタートできます。

ドミーには家具や家電、Wi-Fiも揃っているの
で、最低限の荷物だけでOK。

新生活準備シート

● 進学予定の学校

・学校名 _____

・キャンパス名
(例：〇〇キャンパス) _____

● 気になるドミー

・第1希望 _____ ☐ 見学した

・第2希望 _____ ☐ 見学した

・通学手段 ☐ 徒歩 ☐ 自転車 ☐ 電車 ☐ バス

・希望沿線や最寄駅 _____

● 希望

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ 朝・夕の食事がついている | ☐ Wi-Fiが使える | ☐ 個室でプライバシーが保てる |
| ☐ お風呂・シャワーは個室がいい | ☐ 大浴場があると嬉しい | ☐ 寮長・寮母さんが常駐している |
| ☐ 防犯面がしっかりしている | ☐ 通学がラクな立地
(徒歩圏内 or 乗り換え少なめ) | ☐ 友達ができやすそうな環境がいい |
| ☐ その他希望 _____ | | |

持ち物リスト

● 必要最低限の持ち物



☐ 布団セット

敷布団、掛け布団、
枕、シーツ
※シーツ交換付きのリースサ
ービスもあります。



☐ 生活用品

室内履(スリッパやサンダ
ル)、歯ブラシ、タオル、石
鹸、シャンプー、コンディ
ナー、洗剤、ハンガーなど



☐ 学習用品

ノートパソコン、筆記
用具など



☐ 食器類

コップ、食器、お箸、
フォーク、スプーン

● 用意しておくの良い物



☐ 電化製品

延長コード、電気ポッ
ト、小型冷蔵庫
※居室備え付けの場合もあり
ます。



☐ ランドリー用品

ランドリーカゴ、吸水
マット、洗濯ロープ