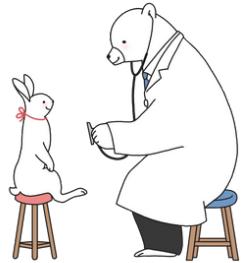


# かかりつけ医

Is it  
better?



病院名

電話

住所

診察券番号

予約方法

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM							
PM							

\*memo\*

病院名

電話

住所

診察券番号

予約方法

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM							
PM							

\*memo\*

# 病気の履歴



病名：

担当医院：

memo:

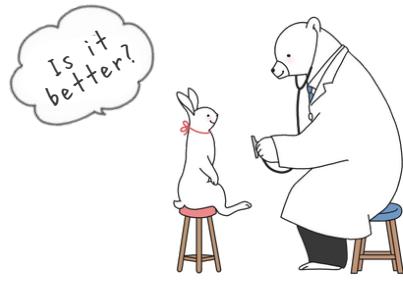
歳

## 頻繁に出る症状

## 病気の履歴



# 予防接種履歴



## ヒブ

1回目:  
2回目:  
3回目:  
4回目:

## 小児肺炎球菌

1回目:  
2回目:  
3回目:  
4回目:

## B型肝炎

1回目:  
2回目:  
3回目:

## ロタウイルス

1回目:  
2回目:  
3回目:

## 四種混合

1回目:  
2回目:  
3回目:  
4回目:

## BCG

1回目:

## 風疹・麻疹混合

1回目:  
2回目:

## 水痘瘡

1回目:  
2回目:  
3回目:

## 日本脳炎

## おたふく風邪 (任意)

1回目:  
2回目:

## インフルエンザ (任意)

1回目:  
2回目:  
3回目:  
4回目:

## その他

# アレルギー



アレルギー源

担当医院

症状

担当医

対処法

連絡先

memo

アレルギー源

担当医院

症状

担当医

対処法

連絡先

memo

アレルギー源

担当医院

症状

担当医

対処法

連絡先

memo

# 身体のサイズ

帽子好み

帽子：

服購入店

トップス：

服好み

ボトムス：

パンツ：

身長：

体重：

靴購入店

靴好みの  
デザイン

靴：



# 習いごとリスト

weekly planner

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN



lesson list

場所

電話

お月謝

支払方法

欠席連絡

memo

場所

電話

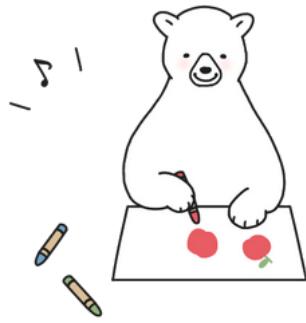
お月謝

支払方法

欠席連絡

memo

# 習いごとリスト



場所

電話

お月謝

支払方法

欠席連絡

memo

困ったときに  
頼ってほ欲しい人



名前

電話

住所

memo

名前

電話

住所

memo

名前

電話

住所

memo

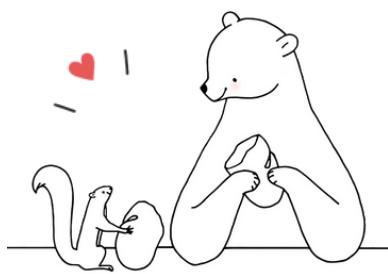
名前

電話

住所

memo

# 親戚連絡先



名前

電話

住所

memo

名前

電話

住所

memo

名前

電話

住所

memo

名前

電話

住所

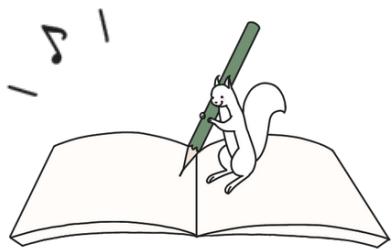
memo

もしもの時に連絡して欲しい人



memo

# アカウントリスト



title

ID

Password

mail

memo

# 通信関係



## パソコン

メーカー名

機種名

アカウント

password

暗証番号

memo

## WI-FI

メーカー名

機種名

SSID

pass key

支払方法

memo

## 携帯電話

メーカー名

機種名

ロック解除

月額

支払方法

memo

## メール

メーカー名

アドレス

アカウント

password

memo

# 通信關係



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# サブスクリスト



title

月額

ID

支払日

password

支払方法

memo

title

月額

ID

支払日

password

支払方法

memo

title

月額

ID

支払日

password

支払方法

memo

# クレジットカード



カード会社名

名義

カード番号

memo

暗証番号

引落日

引落口座

カード会社名

名義

カード番号

memo

暗証番号

引落日

引落口座

カード会社名

名義

カード番号

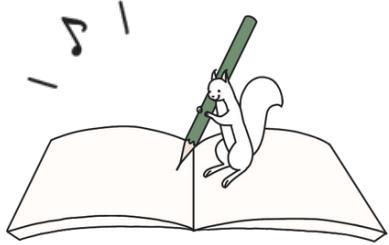
memo

暗証番号

引落日

引落口座

# 銀行リスト



銀行名

口座名義

支店名

暗証番号

口座番号

ネットID・パス

memo

銀行名

口座名義

支店名

暗証番号

口座番号

ネットID・パス

memo

銀行名

口座名義

支店名

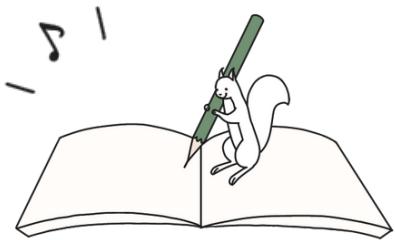
暗証番号

口座番号

ネットID・パス

memo

# 月々の支払リスト



月額

支払日

支払方法

支払先

支払先TEL

memo

# 月々の支払リスト



住宅関係

車関係

通信機器関係

ガス

水道

電気

学費

習いごと

サブスク

クレジットカード

保険関係

投資関係

# 月々の支払リスト




# 保険リスト



保険会社名

証券番号

契約者名

被保険者名

mailアドレス

暗証番号

ID

password

保険種類

満期年月日

支払方法

担当連絡先

memo

保険会社名

証券番号

契約者名

被保険者名

mailアドレス

暗証番号

ID

password

保険種類

満期年月日

支払方法

担当連絡先

memo

# 投資先リスト



金融機関名

金融機関  
ログインURL

アカウントID

password

mailアドレス

暗証番号

加入者名

申込日

運用商品名

運用開始日

月掛金

支払方法

memo

金融機関名

金融機関  
ログインURL

アカウントID

password

mailアドレス

暗証番号

加入者名

申込日

運用商品名

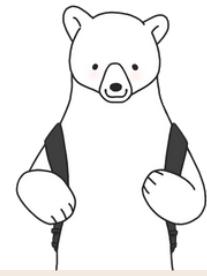
運用開始日

月掛金

支払方法

memo

# 重要書類保管場所一覧



健康保険証

診察券

母子手帳

ニども受給券

年金手帳

マイナンバー  
カード

銀行通帳

印鑑

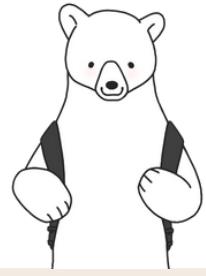
保険証券

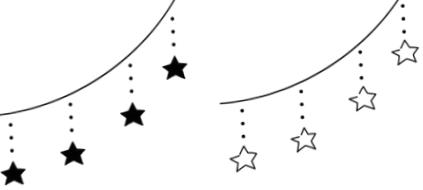
住宅関係書類

車関係書類

投資関係書類

# 重要書類保管場所一覧



# 日用常備品一覧

- ①商品名
- ②購入場所
- ③特売情報

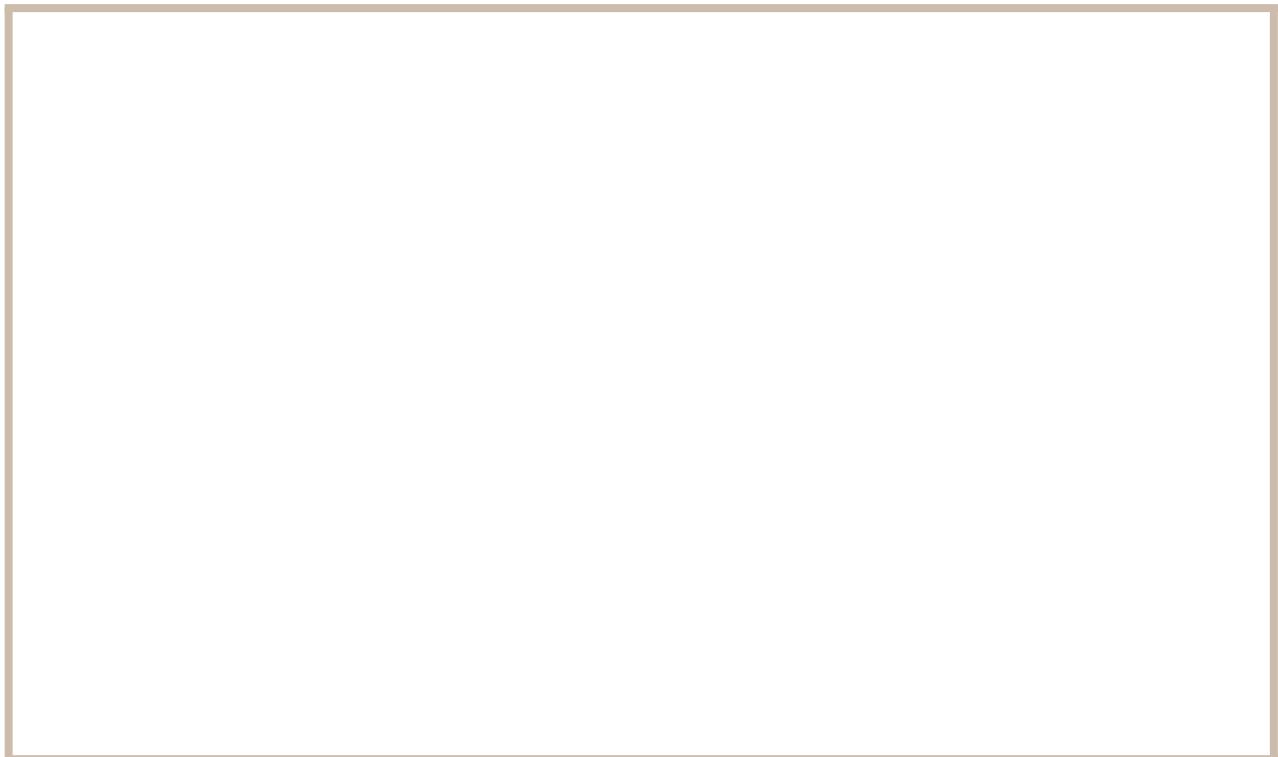
- 
- ①食品名
  - ②メーカー名
  - ③購入場所
  - ④値段目安
  - ⑤食べる時間
  - ⑥食べ方

## 常備食一覧

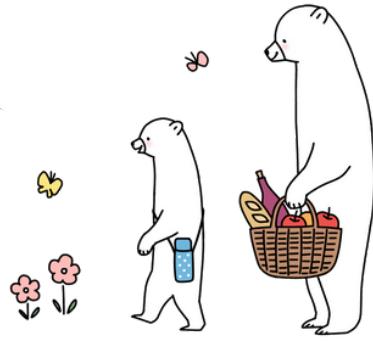
---

---

# 日用品・季節もの保管場所



# 家族の歴史



年

年

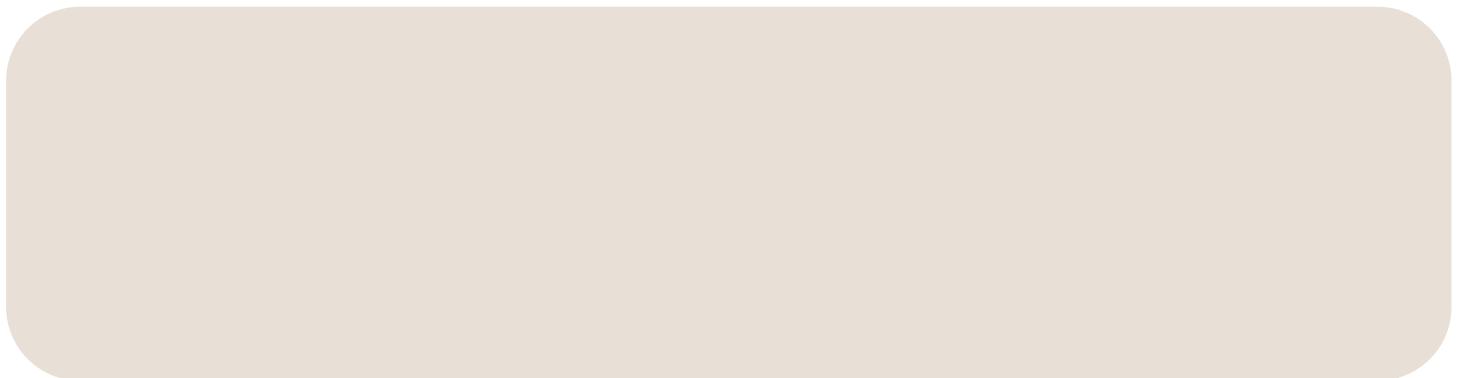
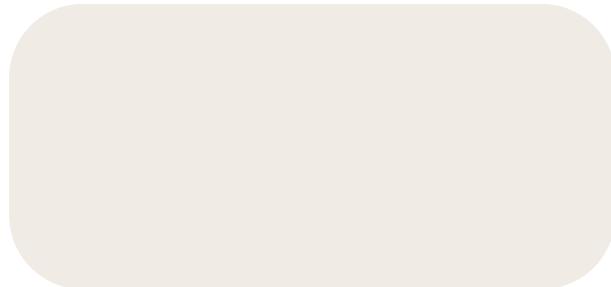
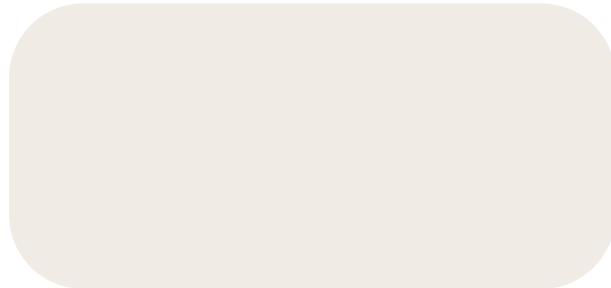
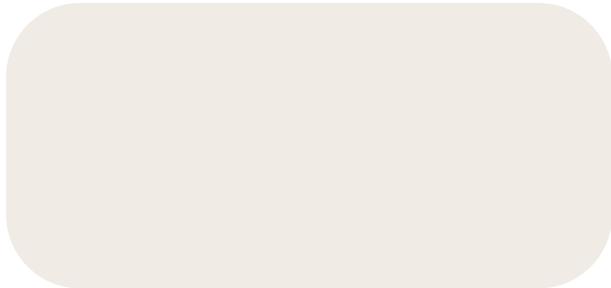
年

年

年

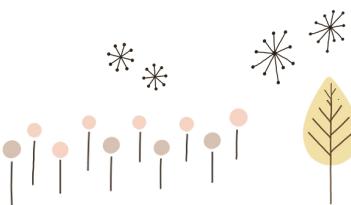
年

年





# 出産記録



名前:

誕生日:

出生時間:

身長:

体重:

出産場所:

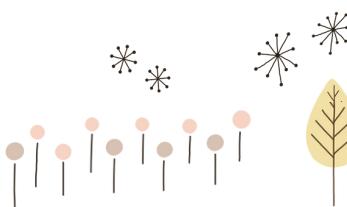
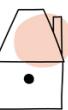
分娩方法:

出産時の異常:

memo:



# 毎日の習慣



やる人:

やる時間:

やること:

やる人:

やる時間:

やること:

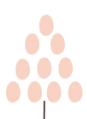
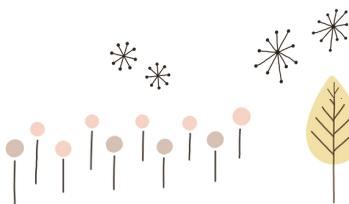
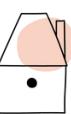
やる人:

やる時間:

やること:



# の たからもの



たからもの:

保管場所:

memo:

---

たからもの:

保管場所:

memo:

---

たからもの:

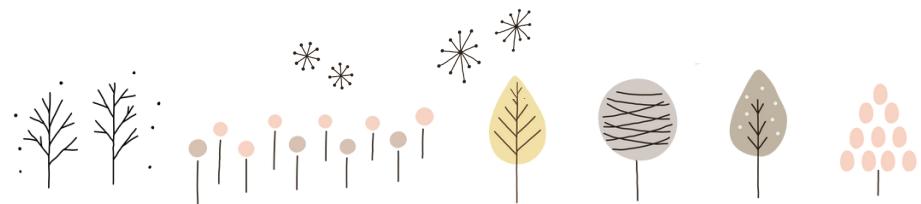
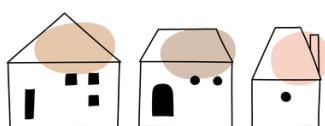
保管場所:

memo:

---



# 性格の対処法



性格や態度：

対処法：

性格や態度：

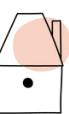
対処法：

性格や態度：

対処法：



# いつか渡して ほしいもの



品名:

保管場所:

memo:

品名:

保管場所:

memo:

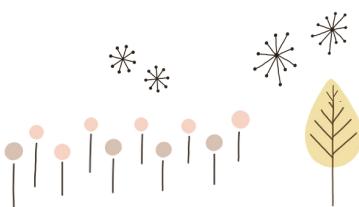
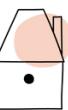
品名:

保管場所:

memo:



もしものときは...



遺骨をどうしてほしいか

希望する葬儀方法があるか

その他の希望

