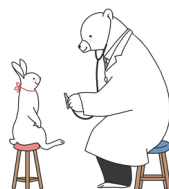


# かかりつけ医



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

病名：  
担当医院：  
memo

歳

病名：  
担当医院：  
memo

歳

病名：  
担当医院：  
memo

歳

病名：  
担当医院：  
memo

歳

病名：  
担当医院：  
memo

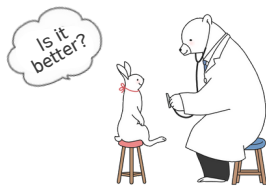
歳

病名：  
担当医院：  
memo

歳

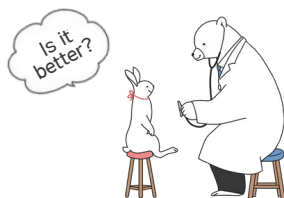
## 頻繁に出る症状

# 病気の履歴



日付	病名	担当医院

# 予防接種履歴



ヒブ	小児肺炎球菌	B型肝炎
1回目：	1回目：	1回目：
2回目：	2回目：	2回目：
3回目：	3回目：	3回目：
4回目：	4回目：	
ロタウイルス	四種混合	BCG
1回目：	1回目：	1回目：
2回目：	2回目：	
3回目：	3回目：	
	4回目：	
風疹・麻疹混合	水疱瘡	日本脳炎
1回目：	1回目：	1回目：
2回目：	2回目：	2回目：
		3回目：
おたふく風邪 (任意)	インフルエンザ (任意)	その他
1回目：	1回目：	
2回目：	2回目：	
	3回目：	
	4回目：	

# 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

# 洋服のサイズ

帽子

帽子好み

服購入店

トップス

服の好み

ボトムス

下着



身長：

体重：

靴購入店

靴

靴の好みの  
デザイン

# 習いごと

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



---

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

---

---

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

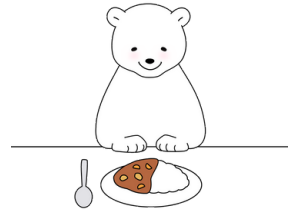
---



# スクール

---

---



スクール名

---

電話

---

住所

---

欠席連絡

---

memo

---

クラス

---

担任

---

memo

---

費用

---

支払方法

---

memo

---

ママ友

---

電話

---

住所

---

memo

---

# 困ったときに 頼って欲しい人



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

# 親族連絡先

---

---



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



連絡手段

名前（関係性）

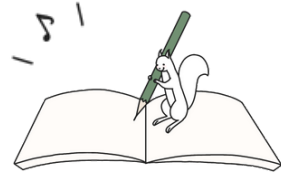
TEL/ID/アドレス

memo

# アカウント

---

---



title

---

ID

---

password

---

mail

---

memo

---

title

---

ID

---

password

---

mail

---

memo

---

title

---

ID

---

password

---

mail

---

memo

---

title

---

ID

---

password

---

mail

---

memo

---

# 通信関係



## パソコン

メーカー

機種名

アカウント

password

暗証番号

memo

## WI-FI

メーカー

機種名

SSID

pass key

支払方法

memo

## 携帯電話

メーカー

機種名

ロック解除

月額

支払方法

memo

## メール

メーカー

アドレス

アカウント

password

memo

# 通信關係



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# サブスク



商品名

料金

ID/mail

支払日

password

支払方法

memo

商品名

料金

ID/mail

支払日

password

支払方法

memo

商品名

料金

ID/mail

支払日

password

支払方法

memo



# クレジットカード



カード会社

暗証番号

名義

引落日

カード番号

引落口座

memo

カード会社

暗証番号

名義

引落日

カード番号

引落口座

memo

カード会社

暗証番号

名義

引落日

カード番号

引落口座

memo

# 金融機関



銀行名

支店名

口座番号

memo

口座名義

暗証番号

ネットID/パス

銀行名

支店名

口座番号

memo

口座名義

暗証番号

ネットID/パス

銀行名

支店名

口座番号

memo

口座名義

暗証番号

ネットID/パス

# 月々の支払



月額

支払日

支払方法

支払先

支払先TEL

memo

月額

支払日

支払方法

支払先

支払先TEL

memo

月額

支払日

支払方法

支払先

支払先TEL

memo

月額

支払日

支払方法

支払先

支払先TEL

memo

# 月々の支払



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

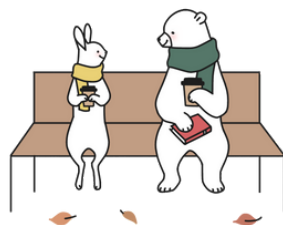
# 月々の支払

---

---




# 加入保険



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



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



健康保険証

診察券

母子手帳

こども受給券

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

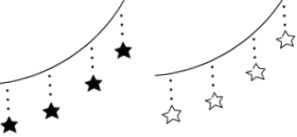


# 重要書類保管場所

---

---



- ① 商品名
- ② 購入場所
- ③ 特売情報

# 日用常備品

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

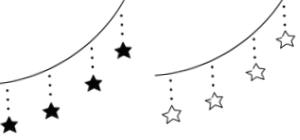
- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

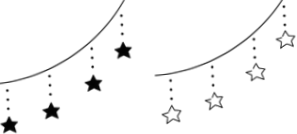
- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③



# 日用常備品



# 食料常備品

- 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

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

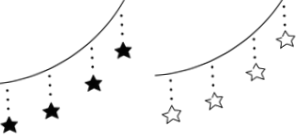
- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

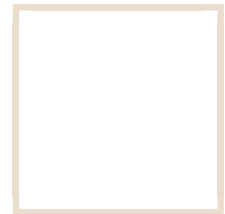
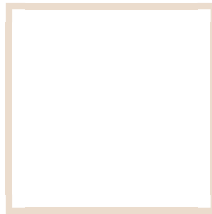
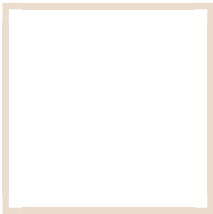
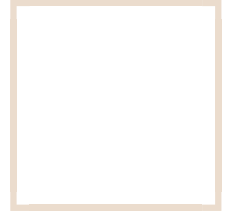
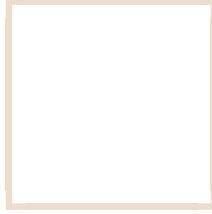
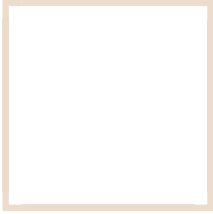
- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥



# 食料常備品



# 日用品・季節ものの保管場所

---

---



# 家族の歩み



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:

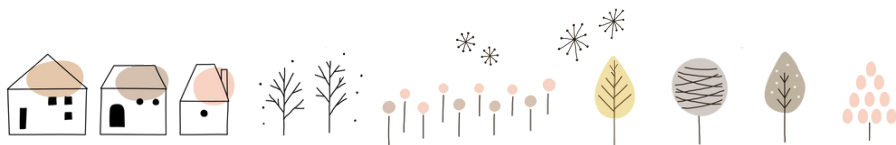
たからもの:

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:

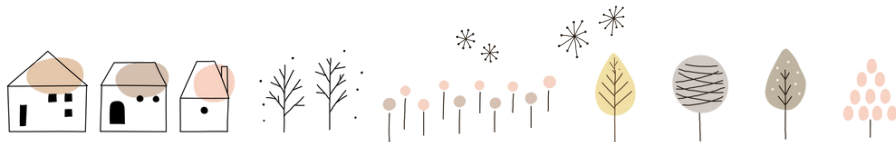
---

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

