

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

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：

水疱瘡

1回目：
2回目：

日本脳炎

1回目：
2回目：
3回目：

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

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

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

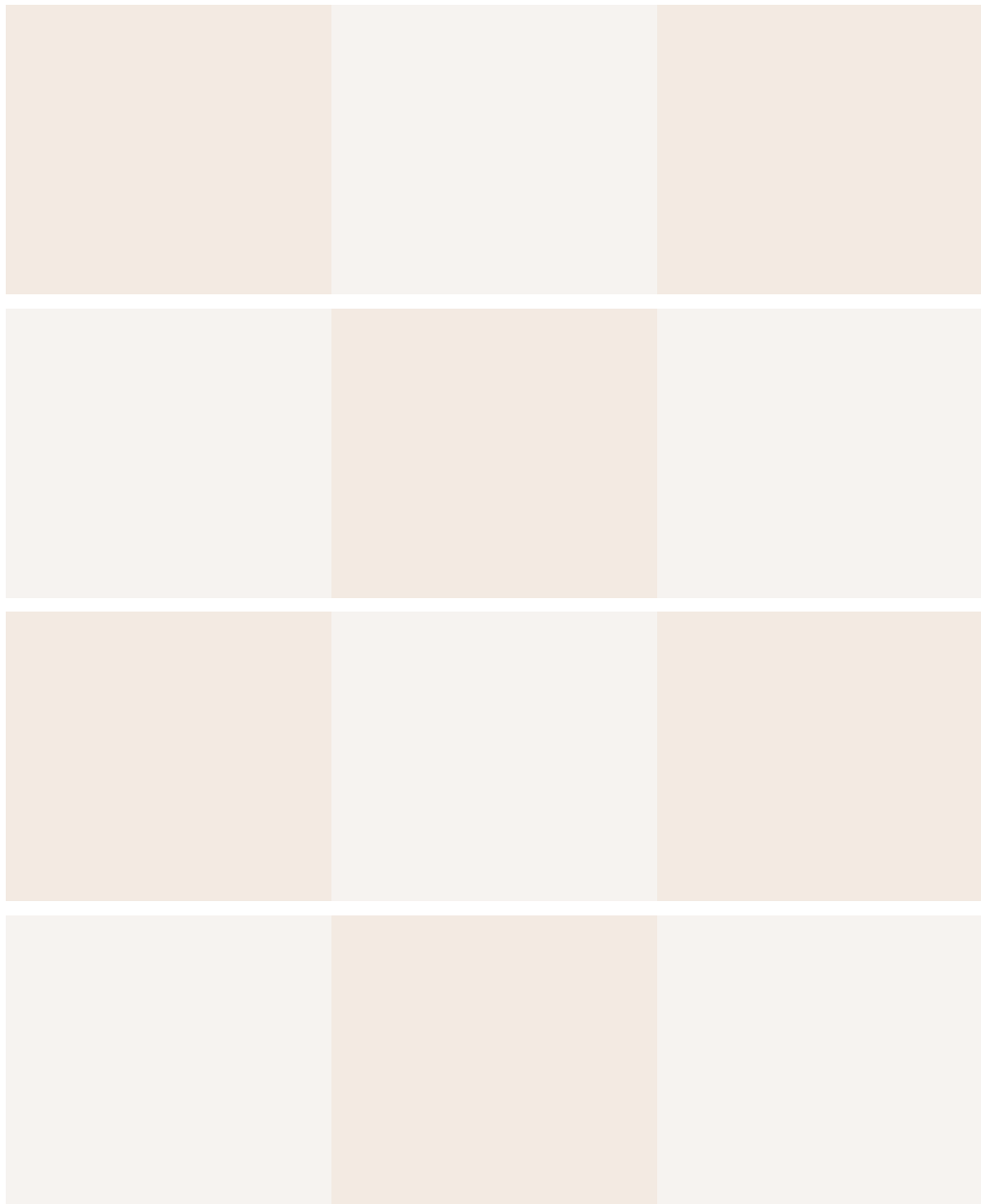
保険証券

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



日用常備品

- ① 商品名
- ② 購入場所
- ③ 特売情報

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

- ①
- ②
- ③

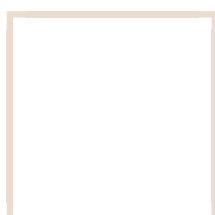
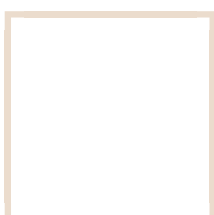
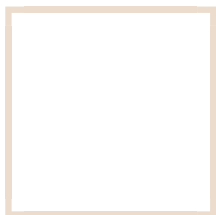
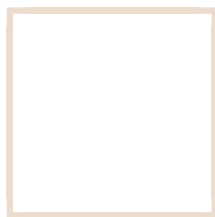
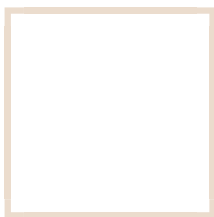
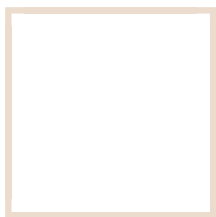
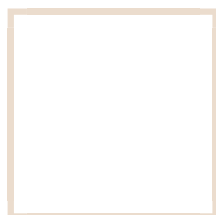
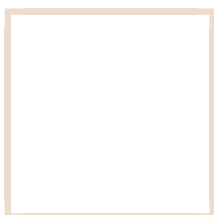
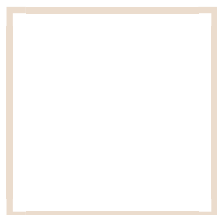
- ①
- ②
- ③

- 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

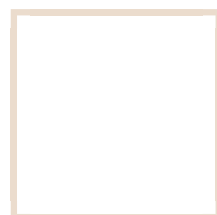
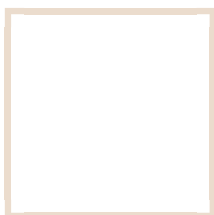
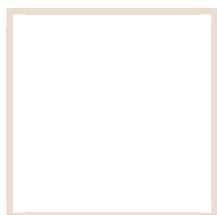
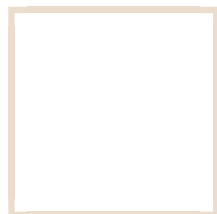
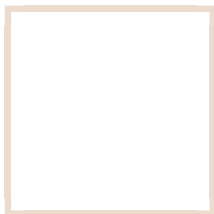
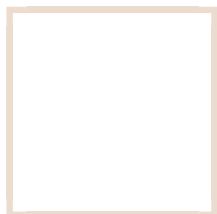
- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

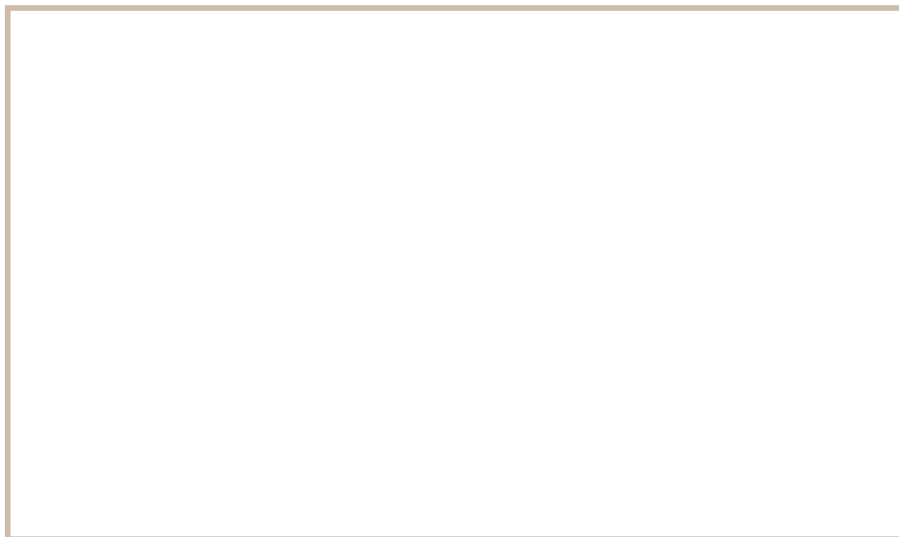
- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥

- 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

