

# わたしのこと

## (1) わたしのプロフィール

名前	(旧姓)		
住所			
本籍地			
生年月日		血液型	
電話	自宅：	携帯：	

## (2) 好きなこと

趣味	特技
好きな食べ物	好きな音楽・歌手
その他 (スポーツ、本、映画、色、季節、言葉等)	

## (3) 思い出等を自由に書いてみましょう。

---



---



---



---



---

年 月 日作成

## (4) ライフイベント・人生の主な出来事

年齢、年号、西暦等  
自由に記載してください

次のような内容で書いてみませんか  
・子ども時代・熱中したこと  
・放課後の思い出・最終学歴  
・仕事のエピソード・結婚について

出生 出身地 \_\_\_\_\_ 人兄弟の第 \_\_\_\_\_ 子。

10代

20代

30代

40代

50代

60代

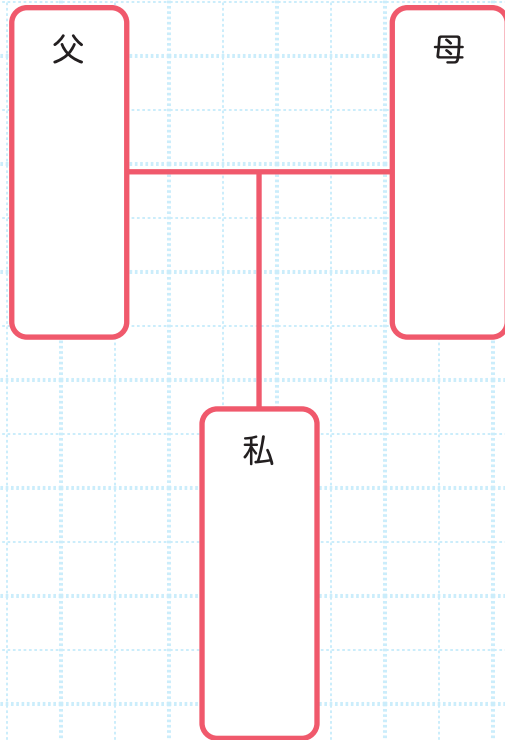
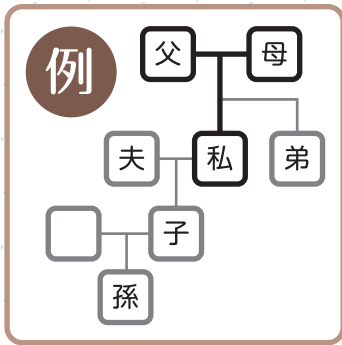
70代

80代

90代

年 月 日作成

(5) 私の家系図



年 月 日作成

(6) 私の家族や大切な友人・知人の連絡先

緊急時の連絡先にはチェックを入れましょう

<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号
<input type="checkbox"/>	名前	関係
	住所	電話番号

(7) 主治医の連絡先

医療機関	主治医
病名	電話番号
医療機関	主治医
病名	電話番号

(8) ケアマネジャー

事業所名	担当者
電話番号	

年 月 日作成

## (9) 資産・負債など

## ●収入（国民、遺族、厚生、企業年金等／就労／その他）

収入種別	金融機関	支店
( ) 年金 ・ 就労 その他 ( )		
( ) 年金 ・ 就労 その他 ( )		
( ) 年金 ・ 就労 その他 ( )		

## ●預貯金

金融機関名	支店

## ●クレジットカード

カード名	連絡先

## ●生命保険・医療保険・損害保険

保険会社	種類	連絡先

## ●不動産

種類	住所	持ち分	備考
家屋 ・ 土地		単独 ・ 共有	
家屋 ・ 土地		単独 ・ 共有	

## ●株・国債など

証券会社	支店	種類	連絡先

## ●その他（車・貴金属・絵画・骨董品等）

---



---

年 月 日作成

## ●ローン返済・負債

借入先（銀行・カード会社・知人等）	備考（用途）

## ●資産変更用フリースペース

例) 2018 年 11 月 11 日 定期貯金を解約

年	月	日
年	月	日
年	月	日

## 預貯金・保険・資産について

あなたの預貯金を引き継いだり、保険金を活用するには、どの銀行の支店やどこの保険会社の営業所で取引しているか分かるようにしておくことが重要です。口座番号や金額、保険の内容等を記入していなくても、成年後見人や相続人、遺言執行者等が調べることができますので、記録しておきましょう。不動産をお持ちの方も、所在地を記録しておくといでしょう。

記録すると共に今後の必要な資金計画を考えたり、借入金やローンなどのマイナスの財産も整理してまとめておくことが大切です。

## (10) ペットについて

ペットの種類	名前	年齢 生年月	飼育の留意点	自分の代わりに 飼育を頼める人 (名前・連絡先)

## ※かかりつけ動物病院

 なし     あり（病院名 \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_）

## ※ペット保険の加入

 なし     あり（保険会社名 \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_）

ペットが飼えなくなった時の相談先 神奈川区役所生活衛生課 411-7143

年 月 日作成