

もっと

知っちょい

ノート

～個人情報・資産編～



高知市在宅医療介護支援センター

もっと

「知っちょいてノート～個人情報・資産編～」 とは？

この「もっと知っちょいてノート～個人情報・資産編～」にはあなたの身分を証明するもの(マイナンバーカードなど)をはじめ金融機関の情報、年金や加入している保険のことや不動産などの資産、今、借りているお金や貸しているお金のことなど重要なことを書くノートになっちゃうきね。

そのままにしちょったら、あなたに何かあったときに家族や親戚がわからんって困ることもあるきねえ。

まずは自分で整理して、伝えちょくことが大事やき。

ノートを書きながら今から整理をはじめてみようかね。

* * * * *

※このノートには多くの重要な個人情報を書き込むことになります。
取り扱いには注意を払い、大切に保管してください。
また不用意に他人に見せたり、持ち出したりせず
家族や大切な人にのみ必要なことは伝えるようにしてください。



※この「もっと知っちょいてノート」には、法的根拠および法的効力はありません。法律の相談は専門家へお願いします。

目 次



もっと

「知つちょいてノート～個人情報・資産編」とは？



* わたしのこと、財産管理についてわたしの考え方	1
* 身分証明となるもの、重要な証書等	2
* 携帯電話・パソコンの情報	3
* 金融機関の情報	4
* 公的年金・個人年金	5
* 生命保険・共済保険	6
* 自動車保険、その他の保険	7
* 不動産などの資産、形見分け	8
* 有価証券	9
* 借入金と貸付金	10
◇ メモ	11

*わたしのこと



ふりがな 名 前	()
	旧姓()

*財産管理についてわたしの考え方

- 家族や親戚、知人にお願いしたい
- 専門家(弁護士や行政書士など)にお願いしたい
- 成年後見制度を利用したい
- 考えていない

成年後見制度については
もっと知っちょいでノートの
32~35ページを参照してよ



◆わたしが財産管理をお願い(委任)したい人は…

ふりがな 名 前	()	間 柄	
住 所	〒		
電話番号	☎		

【理由、その他:考え方や思いなど】

*身分証明となるもの、その他重要な証書等の情報

名 称	保管場所	
運転免許証		
マイナンバー カード		
健康保険者証		
年金手帳		
実印・印鑑登録 カード		
遺言書	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
保険関係	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
不動産関係	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
有価証券	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
借用書 貸付証券	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
各種契約書	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	
その他		

*携帯電話の情報



契約会社	
携帯電話番号	▲
パスワード、ID	
メールアドレス	✉
端末の個人情報やデータの扱いについて	<input type="checkbox"/> 内容は見ないでほしい <input type="checkbox"/> 内容は見てもよい <input type="checkbox"/> データは消去して廃棄処分をお願いしたい <input type="checkbox"/> 家族等にまかせる <input type="checkbox"/> その他()
備 考	

*パソコンの情報



メーカー・機種			
ユーザー名			
パスワード、ID			
メールアドレス	✉		
プロバイダ名		連絡先	▲
端末の個人情報やデータの扱いについて	<input type="checkbox"/> 内容は見ないでほしい <input type="checkbox"/> 内容は見てもよい <input type="checkbox"/> データは消去して廃棄処分をお願いしたい <input type="checkbox"/> 家族等にまかせる <input type="checkbox"/> その他()		
備 考			

* 金融機関の情報



金融機関	①		
名義人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 → (名前:)		
口座種類	<input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 定期 <input type="checkbox"/> 当座 <input type="checkbox"/> その他()		
口座番号		支店名	店
暗証番号	番号を知っちゅう人の名前:		
通帳の保管場所		銀行印	
銀行印の保管場所			
口座の使用用途	<input type="checkbox"/> 給与、年金の受取 <input type="checkbox"/> 生活費 <input type="checkbox"/> 事業に関わる費用	<input type="checkbox"/> 公共料金やローン等の引落 <input type="checkbox"/> 廉蓄・資産運用 <input type="checkbox"/> その他()	
備考			

金融機関	②		
名義人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 → (名前:)		
口座種類	<input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 定期 <input type="checkbox"/> 当座 <input type="checkbox"/> その他()		
口座番号		支店名	店
暗証番号	番号を知っちゅう人の名前:		
通帳の保管場所		銀行印	
銀行印の保管場所			
口座の使用用途	<input type="checkbox"/> 給与、年金の受取 <input type="checkbox"/> 生活費 <input type="checkbox"/> 事業に関わる費用	<input type="checkbox"/> 公共料金やローン等の引落 <input type="checkbox"/> 廉蓄・資産運用 <input type="checkbox"/> その他()	
備考			

*公的年金



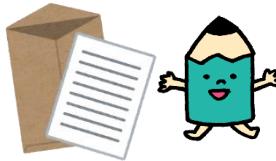
年金基礎番号			
加入していた年金の種類	<input type="checkbox"/> 厚生年金 <input type="checkbox"/> 国民年金 <input type="checkbox"/> 共済年金 <input type="checkbox"/> その他()		
年金証書番号		年金受給開始(予定)	
年金支給日		受給金額	円
年金受取口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> 他の口座()		
備 考			

*個人年金保険

年金の名称	①		
保険会社		種 類	
受取期間		年金の受取開始日	
年金の受取・支払口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> 他の口座()		
備 考			

年金の名称	②		
保険会社		種 類	
受取期間		年金の受取開始日	
年金の受取・支払口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> 他の口座()		
備 考			

*生命保険、共済保険



保険会社名 共済団体名	①	保険種類	<input type="checkbox"/> 終身 <input type="checkbox"/> 定期 <input type="checkbox"/> 医療 <input type="checkbox"/> がん <input type="checkbox"/> その他()
契約者名	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	被保険者	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)
証券番号		契約日	
保険料	<input type="checkbox"/> 払込済 <input type="checkbox"/> 月払 (保険料: 円)	満期日	
満期受取人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	保障額	円
死亡受取人		取扱口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> 他の口座()
保険担当者	△		
備考			

保険会社名 共済団体名	②	保険種類	<input type="checkbox"/> 終身 <input type="checkbox"/> 定期 <input type="checkbox"/> 医療 <input type="checkbox"/> がん <input type="checkbox"/> その他()
契約者名	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	被保険者	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)
証券番号		契約日	
保険料	<input type="checkbox"/> 払込済 <input type="checkbox"/> 月払 (保険料: 円)	満期日	
満期受取人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	保障額	円
死亡受取人		取扱口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> 他の口座()
保険担当者	△		
備考			

*自動車保険、その他の保険



◆任意自動車保険

保険会社名			
証券番号			
保険期間			
車名		登録番号	
車体番号			
担当者		電話番号	☎
備考			

◆火災保険、学資保険、傷害保険など



保険の種類	保険会社	電話番号	備考
		☎	
		☎	
		☎	
		☎	
		☎	

*不動産などの資産と形見分け



◆不動産

種類	<input type="checkbox"/> 土地 <input type="checkbox"/> 建物 <input type="checkbox"/> 山林 <input type="checkbox"/> 田畠 <input type="checkbox"/> その他()		
名義人 (共有者含む)	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	持分	
不動産所在地			
抵当権	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	登記簿謄本	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無

種類	<input type="checkbox"/> 土地 <input type="checkbox"/> 建物 <input type="checkbox"/> 山林 <input type="checkbox"/> 田畠 <input type="checkbox"/> その他()		
名義人 (共有者含む)	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	持分	
不動産所在地			
抵当権	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	登記簿謄本	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無

◆形見分け(貴金属、その他)

形見の物品	保管場所	氏名 (間柄)	電話番号
		(間柄)	☎
		(間柄)	☎
		(間柄)	☎

*有価証券(株券・債券・投資信託など)



有価証券の種類または名称	①		
取引口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> その他の口座 (下記に記入)		
金融機関名 証券会社名	支店名		
	口座番号		
名義人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	登録番号	
備考			

有価証券の種類または名称	②		
取引口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> その他の口座 (下記に記入)		
金融機関名 証券会社名	支店名		
	口座番号		
名義人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	登録番号	
備考			

有価証券の種類または名称	③		
取引口座	<input type="checkbox"/> ①の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> ②の口座(4ページ) <input type="checkbox"/> その他の口座 (下記に記入)		
金融機関名 証券会社名	支店名		
	口座番号		
名義人	<input type="checkbox"/> 本人 <input type="checkbox"/> 本人以外 (名前:)	登録番号	
備考			



*借入金と貸付金

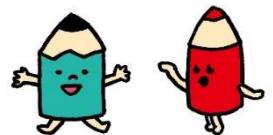
◆借入金、返済金など(借りているお金)

借入金額	円	借入日	
借入先 【		返済日	<input type="checkbox"/> 月払 <input type="checkbox"/> 年払 <input type="checkbox"/> その他 ()
借用書等	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	借入目的	
返済方法	<input type="checkbox"/> 引落 <input type="checkbox"/> 振込 <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> その他()		
返済状況	年 月 日 現在 借入残高 円		
備考			

◆貸付金(貸しているお金)

貸付金額	円	貸付日	
貸付先 【		返済日	<input type="checkbox"/> 月払 <input type="checkbox"/> 年払 <input type="checkbox"/> その他 ()
貸付証書	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	返済期限	
返済方法	<input type="checkbox"/> 振込入金 <input type="checkbox"/> 現金持参 <input type="checkbox"/> その他()		
返済状況	年 月 日 現在 貸付残高 円		
備考			

◇ × モ



【書ききれんかった情報とかがあつたら書いちょいてね】

（This section contains ten sets of horizontal dashed lines for handwriting practice, spanning from the middle of the page down to the bottom edge. There is a small gap between the end of the text and the start of the lines.)



もっと

「知っちょいてノート ~個人情報・資産編~」

【令和6年6月 初版第1刷発行】

高知市在宅医療介護支援センター(一般社団法人 高知市医師会)
高知市 健康福祉部 地域共生社会推進課

【発行:高知市在宅医療介護支援センター】

〒780-0870

高知県高知市本町4丁目1番48-206

TEL :(088)872-6100

FAX :(088)872-6110

E-mail:zaitaku@kochi-med.or.jp



高知市在宅医療介護支援センター

