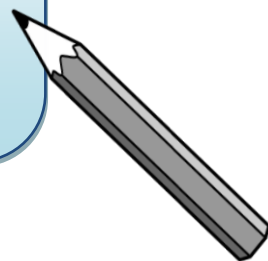
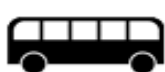


くらし方ノート



別冊



フリガナ

氏 名

●わたしのお金を考える

自分のお金のことをどれだけわかっていますか？一度書き出してみましょう。

1. 資産および負債

(資産)		(負債)	
預貯金	万円	住宅ローン	万円
債権、株式、投資信託	万円	その他借り入れ	万円
貯蓄性保険	万円		
不動産（自宅等）	万円		
その他	万円		

2. 給与等年間収入

ご自身の年収	万円
配偶者の年収	万円

3. 公的年金の加入状況（予想額）または受給状況（実績）

自身の公的年金加入状況

☐ 国民年金	☐ 厚生年金	☐ 遺族年金	☐ 障害年金	☐ その他（ ）
				【 】万円／年間
☐ 国民年金	☐ 厚生年金	☐ 遺族年金	☐ 障害年金	☐ その他（ ）
				【 】万円／年間

配偶者の公的年金加入状況

☐ 国民年金	☐ 厚生年金	☐ 遺族年金	☐ 障害年金	☐ その他（ ）
				【 】万円／年間
☐ 国民年金	☐ 厚生年金	☐ 遺族年金	☐ 障害年金	☐ その他（ ）
				【 】万円／年間

4. 企業年金、財形年金、個人年金

企業年金	【 】万円／年間
財形年金	【 】万円／年間
個人年金	【 】万円／年間

5. 財産収入の状況

家賃・駐車場収入	年間見込額	円
その他の財産収入	年間見込額	円

6，家計の支出状況

家計支出の年間見込額 万円

(内訳)

食費 万円

日用品費 万円

住宅費 万円

光熱費 万円

通信費 万円

教育費 万円

保険料 万円

交際費 万円

余暇活動費 万円

その他 (例：返済・孫へ・・・等)

() 万円

() 万円

() 万円

7，年間の収支

年間の収入 万円

年間の支出 万円

＋ ・ － 万円



●今から備えられること

預貯金や保険、不動産などあなたの財産を整理し書き出しておきましょう。

【預貯金】

金融機関	支店・支所名	種類	口座番号
		普通・定期	
		普通・定期	
		普通・定期	
		普通・定期	
		普通・定期	

【保険】

保険会社	連絡先	種類	受取人・代理人設定

【不動産（土地・建物等）】

種類	名義	所在地
宅地・農地・建物・（ ）		
宅地・農地・建物・（ ）		
宅地・農地・建物・（ ）		
宅地・農地・建物・（ ）		

【その他の財産（自動車・株・投信等）】

種類	内容	数量・備考

【貸し借り】

種類（何を？）	相手方 （誰に？誰から？）	金額 （どのくらい？）	該当に○	連絡先
			貸している 借りている	
			貸している 借りている	

【クレジットカード】

カード名	有効期限	備考

【貸金庫など】

会社名	連絡先	備考



● 今から備えられること



デジタル財産ってご存じですか？

財産的な価値はあるものの、紙の証書や手に触れられるものがなく、電子データとして端末やネット上に存在する資産のことです。

パソコンや携帯で管理されていることが多いため、端末の情報を残しておく必要があります。

【携帯電話】

契約会社：	名義人：
電話番号：	メールアドレス：
備考（データ削除の希望等）：	
契約会社：	名義人：
電話番号：	メールアドレス：
備考（データ削除の希望等）：	

【パソコン】

メーカー：	ログインパスワード：
プロバイダー：	連絡先：
メールアドレス：	
備考（データ削除の希望等）：	
メーカー：	ログインパスワード：
プロバイダー：	連絡先：
メールアドレス：	
備考（データ削除の希望等）：	

【ウェブサイトや SNS のアカウント】

サイト名：	ID：
登録メールアドレス：	
パスワード：	備考
サイト名：	ID：
登録メールアドレス：	
パスワード：	備考
サイト名：	ID：
登録メールアドレス：	
パスワード：	備考

● 今から備えられること

定期的に届く健康食品や、携帯電話やスマートフォンなどで月額利用しているものはないですか？



【サブスクリプション・定期購入・定額購入一覧】

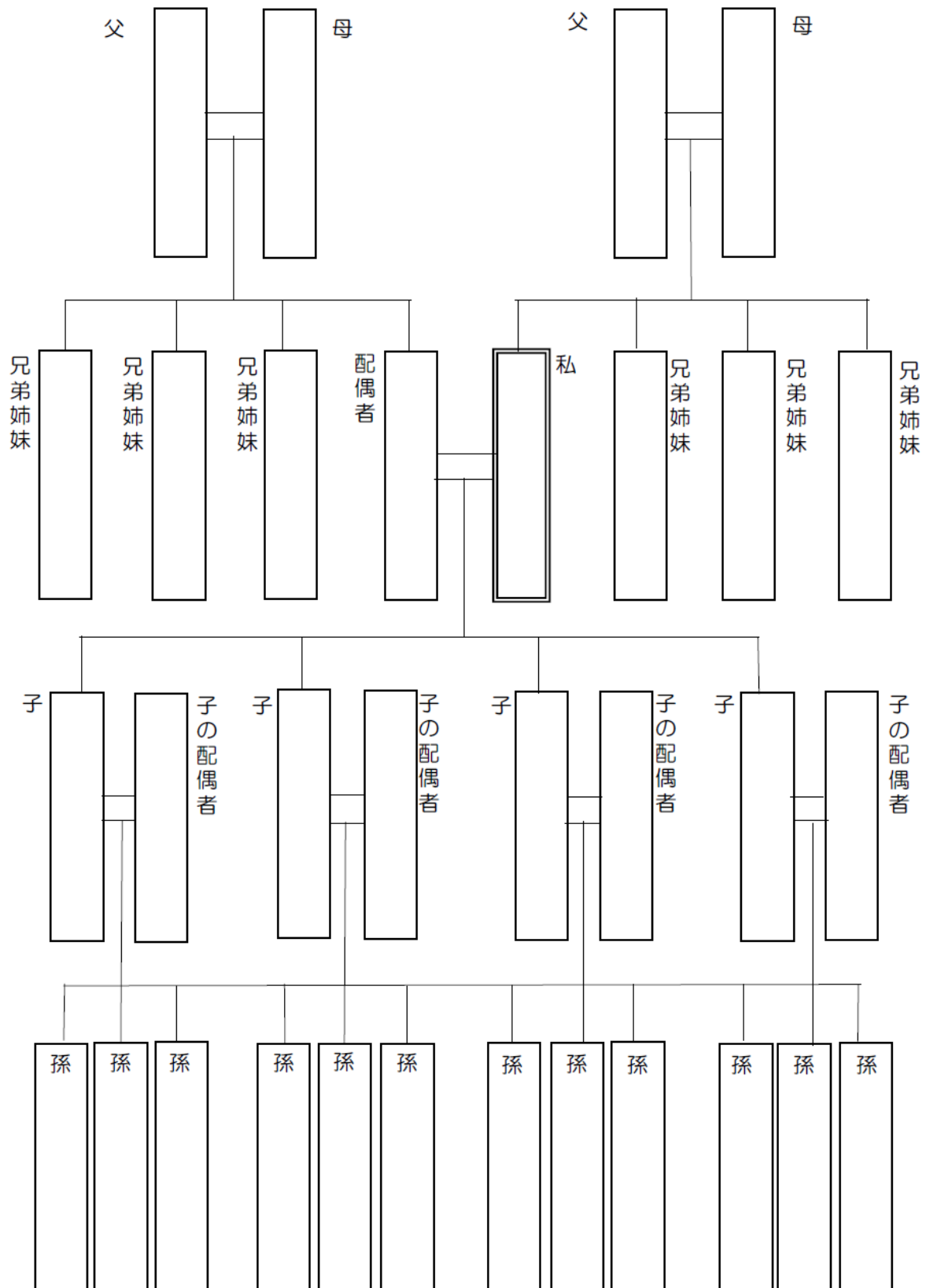
商品名	内容	支払額／支払い頻度
		円／ 月 ・ 年
		円／ 月 ・ 年
		円／ 月 ・ 年
		円／ 月 ・ 年
		円／ 月 ・ 年

【遺言書】

遺言書 (有・無)	自筆証書遺言 ・ 公的証書遺言 ・ 秘密証書遺言			
	作成年月日		保管場所	
遺言書の関係者（弁護士・税理士・遺言執行人・公証人など）				
①	名前		連絡先	
	メモ			
②	名前		連絡先	
	メモ			

●今から備えられること

わたしの家族のこと



●これからの暮らし

あなたは今、だれを思ってこのノートを書いていますか？
5年後の私、何をしているでしょう？
会いたい人は？伝えたいことは？
やりたいこと、やりのこしていることはありませんか？
何でも自由に書いてください。

