

デジタル遺品の一覧表

使っているサービスを家族に残す一覧 | パスワードは書かない | 登録不要・無料・2026年版

1 サービス名を書き出す

スマホのアプリ、メール、カードの明細を見ながら、使っているサービスの名前を書きます。

2 死後の希望に✓

解約してほしい・残してほしい・削除してほしいなど、亡くなったあとの扱いを選びます。

3 置き場所を家族に伝える

エンディングノートと一緒に保管し、置き場所を家族に伝えます。サービスが増えたら書き足します。

スマホ・パソコン

「死後のアクセス設定」は、Appleの「故人アカウント管理連絡先」や、Googleの「アカウント無効化管理ツール」など、亡くなったあとにデータを見られる人を指名しておく機能です。

機器(スマホ・パソコンなど)	置き場所	死後のアクセス設定	中のデータの希望
		☐ した ☐ していない	☐ 残す ☐ 見ずに消す ☐ 任せる
		☐ した ☐ していない	☐ 残す ☐ 見ずに消す ☐ 任せる
		☐ した ☐ していない	☐ 残す ☐ 見ずに消す ☐ 任せる
		☐ した ☐ していない	☐ 残す ☐ 見ずに消す ☐ 任せる

お金に関わるサービス

ネット銀行・ネット証券・暗号資産・電子マネー・コード決済・ポイントなど。口座番号やIDは書かず、サービス名だけを書きます。

サービス名(銀行・証券・電子マネーなど)	種類	死後の希望
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる
		☐ 解約 ☐ 家族に任せる

サブスク・定額サービス

動画・音楽・アプリ・クラウドの容量・新聞・スポーツクラブ・オンラインの会員など。サブスクは、解約の手続きをしないかぎり請求が続きます(国民生活センター)。

発行:生前整理支援センター ふれあいの丘(株式会社Kogera) www.fureaino-oka.com/ending-note/digital-list 個人利用の範囲で自由に印刷・複製いただけます。
パスワード・暗証番号・ID は書かないでください。パソコンで書きたい方は、同じページからエクセル版をダウンロードできます。

デジタル遺品の一覧表

SNS・メール・写真と、家族への希望

SNS・メール・写真の保存先

Facebook・Instagram には、亡くなったあとに管理を任せる「追悼アカウント管理人」を指名する設定や、死後に削除する設定があります。設定したかどうかは、下の「家族への希望」に書いておきます。

サービス名(SNS・メール・写真)	使い方のメモ	死後の希望
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる
		☐ 残す ☐ 削除 ☐ 任せる

家族への希望(見られたくないもの・残してほしい写真など)

書いた日・見直した日

パスワード・暗証番号・IDは書かないでください

国民生活センターは、パスワードを日頃から共有しておくことは思わぬトラブルにもなり得るとしたうえで、IDやパスワードがわからなくても、契約先の事業者が特定できれば、遺族からの連絡で解約などに応じてもらえるケースが多いと紹介しています(2024年11月20日公表)。家族にまず残したいのは「どのサービスを使っているか」です。スマホ本体のデータは、各社の死後のアクセス設定もあわせて使ってください。