

クーリング・オフ通知書の文例（日本向け）

送信前：二重の波かっこで示されたすべてのプレースホルダーを自分の情報に置き換え、完成した文面を確認してください。任意項目は該当しない場合だけ空欄にしてください。

入力する項目

あなたの氏名 (必須)

{{sender_name}}

記入例: 山田 花子 ヒント: 契約書や申込情報に記載した氏名をそのまま書きます。

あなたの住所 (必須)

{{sender_address}}

記入例: 東京都杉並区高円寺南 1-2-3 ヒント: 契約書面に記載した住所と、返事を受け取れる住所を確認します。

連絡先 (必須)

{{sender_contact}}

記入例: hanako.yamada@example.jp ヒント: 事業者が契約を特定できる電話番号またはメールアドレスを書きます。

通知日 (必須)

{{notice_date}}

記入例: 2026 年 8 月 27 日 ヒント: 通知を発する日付を書き、送信記録や郵便の控えと一緒に保存します。

取引の種類 (必須)

{{transaction_type}}

記入例: 訪問販売 ヒント: 訪問販売、電話勧誘販売、特定継続的役務提供、訪問購入、連鎖販売取引、業務提供誘引販売取引など、契約書面の表記を確認します。通信販売にはクーリング・オフの規定がありません。

販売会社または役務提供事業者名 (必須)

{{company_name}}

記入例: 株式会社サンプルサービス ヒント: 契約書面にある正式名称を写します。

事業者の住所 (必須)

{{company_address}}

記入例: 東京都千代田区丸の内 4-5-6 ヒント: 契約書面に記載された通知先の住所を確認します。

契約または申込年月日 (必須)

{{contract_date}}

記入例: 2026 年 8 月 20 日 ヒント: 契約書面や申込確認メールに記載された日付を写します。

契約書面を受け取った日 (必須)

{{contract_notice_received_date}}

記入例: 2026 年 8 月 21 日 ヒント: 法定の申込書面または契約書面を受け取った日を確認します。分からない場合も、早めに通知して相談してください。

クーリング・オフ期間の確認内容 (必須)

{{applicable_period}}

記入例: 書面受領日から 8 日間(契約書面で確認済み) ヒント: 契約書面と公的な案内で確認した 8 日間、20 日間、または対象外の可能性などを記録します。分からない場合は断定せず相談してください。

商品名または役務名 (必須)

{{product_name}}

記入例: 住宅設備メンテナンス契約 ヒント: 契約書面の表記を省略せず、コース名や関連商品も含めて書きます。

契約金額 (必須)

{{contract_amount}}

記入例: 198,000 円 ヒント: 契約書面の合計金額を通貨とともに写します。

販売担当者名 (必須)

{{salesperson}}

記入例: 田中 太郎 ヒント: 契約書面に担当者名があれば写します。分からない場合は「不明」と書きます。

支払済みの金額 (必須)

{{paid_amount}}

記入例: 50,000 円 ヒント: すでに支払った金額を、契約書や領収書と照合して書きます。

支払方法とカード会社 (必須)

{{payment_details}}

記入例: クレジットカード (例示カード会社)、一括払い ヒント: 支払方法と支払先を書き、カードを使った場合はカード会社も記載します。カード利用なしの場合は、その旨を書きます。

商品の返還について確認したいこと (必須)

{{return_instructions}}

記入例: 返送先、返送期限、返送料の扱い ヒント: 受け取った商品や関連物品がある場合に、返送先、方法、期限、返送料の扱いなど確認したい点を書きます。ない場合は「返還物なし」と書きます。

手元にある関連記録 (必須)

{{available_records}}

記入例: 契約書面、カード利用明細、事業者とのメール、通知書の送信記録 ヒント: 契約書面、領収書、メール、カード明細、送信記録など、保管している記録を列挙します。ファイルはこの通知書に添付しません。

返事を受け取る連絡先 (必須)

{{reply_contact}}

記入例: hanako.yamada@example.jp ヒント: 返金や受付の確認を受け取れるメールアドレスまたは住所を書きます。

件名

クーリング・オフ通知書 ({{transaction_type}}、{{product_name}})

本文

{{sender_name}}

{{sender_address}}

{{sender_contact}}

{{notice_date}}

{{company_name}}

{{company_address}}

件名: クーリング・オフ通知書 ({{transaction_type}}、{{product_name}})

{{company_name}} 御中

私は、{{transaction_type}}により、貴社と{{contract_date}}に締結した{{product_name}}について、クーリング・オフを通知し、契約を解除します。

契約を特定する情報は、次のとおりです。

取引の種類: {{transaction_type}}

契約 (申込) 年月日: {{contract_date}}

契約書面を受け取った日: {{contract_notice_received_date}}

クーリング・オフ期間の確認内容: {{applicable_period}}

商品・役務名: {{product_name}}

契約金額: {{contract_amount}}

販売担当者名: {{salesperson}}

支払方法とカード会社: {{payment_details}}

支払済み金額: {{paid_amount}}の返金を求めます。返金方法と予定日を{{reply_contact}}へ連絡してください。

商品や関連する物品を受け取っている場合は、返還の要否、返送先、方法、期限、返

送料の扱いを案内してください。私が確認したい点は{{return_instructions}}です。
クレジットカード等で支払った場合は、貴社からカード会社への取消連絡の有無と、
私からカード会社へ連絡する必要があるかを案内してください。

手元にある関連記録は{{available_records}}です。この通知書にはファイルを添付して
いません。必要な資料があれば、提出方法と宛先を案内してください。

今後の連絡、受付確認、返金の確認は{{reply_contact}}へお願いします。

{{notice_date}}

{{sender_address}}

{{sender_name}}