広告

確定申告にむけた準備はお早めに！

# 医療費で考える節税＆健康管理

## 日本の医療保険制度に詳しい武見敬三氏に聞きました。

一年間に一定額を超える医療費を支払った場合、納めた税金の一部が戻る「医療費控除」と、その特例として昨年スタートした「セルフメディケーション税制」。自分が控除対象者になり得るかどうかを見極めるために必要なのが、医療機関を受診した際の領収書や、薬局やドラッグストアで医薬品を購入した際のレシート類の整理です。確定申告の準備は早めが肝心！　まずはその前に、日本の医療保険制度に詳しい参議院議員の武見敬三氏に、医療費控除の利用法とその意義についてお聞きしました。

参議院議員　武見敬三氏

たけみ・けいぞう●1951年、東京都生まれ。厚生労働副大臣、ハーバード大学公衆衛生大学院研究員、日本国際交流センターシニアフェロー、慶應義塾大学医学部客員教授などを務める。ハーバード大学時代よりグローバル・ヘルスに関する研究を続け、2011年には世界的医学雑誌「ランセット」日本特集号に尽力する。13年から参議院議員4期目。

### どちらがおトク？特例のセルフメディケーション税制

2017年分医療費控除の適用者は749万人と、前年比3.6%増。そのうちセルフメディケーション税制の適用者は2万6000人だったそうです（※1）。

「医療費控除に関心を持つ人が増えることはたいへん望ましいと思います。しかし、薬局やドラッグストアで購入した医薬品も医療費控除の対象になる場合があるという認識や、セルフメディケーション税制についての認知度は、まだまだ不足しているようにも思います」

と、参議院議員の武見敬三氏。そもそも医療費控除とは、1年間（1月1日～12月31日）の生計を一つにする家族の医療費の自己負担額が合計10万円以上の場合、その金額から10万円を差し引いた額を所得から控除できるという税制です。控除対象は、医療機関での診察料や医師に処方される医薬品代の自己負担額はもちろん、薬局やドラッグストアで購入できる医薬品、通院や入院のために乗ったバスやタクシーなどの交通費（※2）、さらには治療のためのマッサージや鍼灸（しんきゅう）の施術費用も含まれる場合があります。一方、一年間の医療費の合計が10万円に届かない人でも利用できる可能性のあるのがセルフメディケーション税制です。こちらは確定申告をする人が健康診断や予防接種など受けていることが前提条件。その上で、特定の成分を含むスイッチOTC医薬品の年間購入額が1万2千円を超えた場合、その超えた金額を所得控除できます。もちろん生計を一つにする家族の分を合算可能です。

「ただし、従来の医療費控除とセルフメディケーション税制はどちらか一つでしか申告できません。どちらの方が節税になるかを自分で考えて申請しましょう」。

まずは1年分の医療費の領収書や医薬品のレシートを手に、掲載したフローチャートでどちらが有利かを確認しましょう。

※1　平成30年5月国税庁記者発表による。
※2　タクシー代などは、そのすべてが医療費控除の対象になるわけではありません。

### どちらで申告するのがトクか、チェックしてみよう！

| | 医療費控除 | セルフメディケーション税制 |
|---|---|---|
| 対象 | 治療または療養に必要な医薬品・服薬補助ゼリー（※）などの製品、治療費、交通費など | スイッチOTC医薬品（※）（特定成分を含む市販薬） |
| 対象金額 | 実際に支払った医療費の合計額－保険金などで補てんされる金額－10万円（もしくは総所得の5%のいずれか低い金額） | スイッチOTC医薬品の購入費用1万2千円を超えた部分の金額 |
| 上限額 | 200万円 | 8万8千円 |
| 控除を受けるために必要な取り組み | 特になし | 特定健康診査、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診　※いずれか |




らくらく®服薬ゼリー　おくすり飲めたね®

※ 服薬補助ゼリーなども医療費控除の対象に。



※ スイッチOTC医薬品

医療用から一般用に切り替えた（＝スイッチした）ということから「スイッチ OTC」と呼ばれる。医療用医薬品と成分が同じなので、薬剤師によるしっかりとした服薬サポートが大切。

### 税負担の軽減というセルフメディケーションの考え方

18年分の確定申告の期間は、来年2月18日（月）から3月15日（金）。慣れていない人は申告手続きを面倒に感じるかもしれません。

「でも、昨年から医療費控除の明細書（集計表）を提出すれば一年分の領収書の提出が不要になるなどハードルは下がってきています」

インターネット経由で確定申告の手続きができる「e-Tax（イータックス）」の利用も増えており、さらに19年1月からはスマートフォンでも手続きが可能になるとか。

「国税庁のホームページには医療費控除とセルフメディケーション税制の減税額を試算するコーナーもあるので、チェックしてみてください」

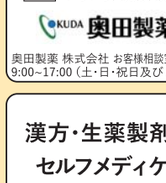
実は医療費控除には、2つの目的がある、と武見氏は話します。

「一つは医療費に関わる個々人の負担を税法上軽減しようという従来からの目的。そして、特例がスタートしたことで新たに加わったのが、日頃からご自身で健康管理を心がけてもらうセルフメディケーションという考え方を身につけてもらうという目的です」。

軽度な症状の場合すぐに医療機関に頼るのではなく、薬局やドラッグストアなどで購入できるOTC医薬品を用いて自分で手当てをするなど、セルフメディケーションを身につけた人が増えれば、医療費の適正化、医療保険制度を守ることにつながります。保険証一枚でどの医療機関でも気軽に受診できる日本の医療保険制度は、国際的にも高い評価を得ています。ところが、急速な高齢化によって今、その存続が危ぶまれています。

「子どもや孫の世代まで国民皆保険制度を持続させるためにも、自分の健康は自分で守るという責任感を持って正しい健康知識を得つつ、セルフメディケーションへの理解が広がることを期待しています。一年に一度医療費控除について考えることは、自分と家族の健康管理のあり方を見つめ直す良い機会にもなると思います」

### OTC医薬品やヘルスケア用品選びの案内アプリ「健こんぱす」



「健こんぱす」は、医師が薬剤師と考えた健康アプリ。いくつかの質問に答えるだけで症状に応じたOTC医薬品やヘルスケア用品を紹介してくれる。重篤な症状が疑われる場合には医療機関への受診も案内。セルフメディケーションに役立てたい。

https://app.medicalcompass.co.jp/lp/

### OTC医薬品とは

薬局・ドラッグストアなどで販売されている医薬品。医師の処方箋がなくても購入できる。英語の「Over The Counter」の略で、カウンター越しに薬を販売する形に由来する。「家庭薬」「市販薬」などと呼ばれてきたが、2007年、日本OTC医薬品協会が「OTC医薬品」に呼称を統一した。

### セルフメディケーションとは

「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と、世界保健機関（WHO）が定義しているセルフメディケーション。日頃から自分の健康状態や生活習慣に配慮し、軽度な不調はOTC医薬品で手当てするなど、自発的な健康管理を心がけようという考え方のこと。

### インターネットで医療費控除の申告手続きができる「e-Tax」はこちら

e-Tax　検索

http://www.e-tax.nta.go.jp/


日頃の健康管理は家庭薬で

掲載されている製品は、医療費控除の対象製品です。
ただし、用途や使用状況によっては、医療費控除の対象とならない場合もあります。

医療費控除の申請には確定申告および所定の手続きが必要となります。詳細は、お住いの自治体にお問い合わせください。2018年分の一般的な確定申告期間は、2019年3月15日（金）までとなります。
※掲載されている製品は、セルフメディケーション税制の対象製品ではありません。

HMAJ 日本家庭薬協会 Home Medicine Associatio n of Japan

頭痛、肩こりなど血の流れの滞った瘀血（おけつ）による症状に丹参（たんじん）配合の生薬製剤を。
イスクラ 冠元顆粒（かんげんかりゅう）
第2類医薬品

容量：45包、90包
効能効果　中年以降または高血圧傾向のあるものの次の諸症：頭痛、頭重、肩こり、めまい、動悸
イスクラ産業株式会社
イスクラ産業株式会社 お客様相談室 ☎03-3281-3363
https://www.iskra.co.jp/

7種の健胃生薬が弱った胃を元気に
太田胃散
第2類医薬品

缶入り　分包タイプ
効能効果　飲みすぎ、胸やけ、胃の不快感に
太田胃散
株式会社 太田胃散 お客様相談室 ☎03-3944-1311
9:30～17:00（土・日・祝日等を除く）

耳鳴り、めまい、いらいらなど不快な症状の緩和に
奥田脳神経薬
第②類医薬品

効能効果　耳鳴り、めまい、首肩のこり、いらいら、頭痛、頭重、のぼせ、不安感
奥田製薬株式会社
奥田製薬 株式会社 お客様相談室 ☎06-6351-2100（代表）
9:00～17:00（土・日・祝日及び12/28～1/3を除く）

血液循環を良くし、どうき、息切れに効果
救心
第2類医薬品

効能効果　どうき、息切れ、気つけ
救心製薬株式会社
救心製薬 株式会社 東京都杉並区和田1-21-7
お客様相談室 ☎03-5385-3211（代表）

かゆみ・肩こりに早く効く
キンカン
第2類医薬品

効能効果　虫さされ、かゆみ、肩こり、腰痛、打撲、捻挫
株式会社 金冠堂
株式会社金冠堂 お客様相談室 ☎03-3421-6171（代表）
9:00～16:00 月～金（祝日を除く）

ホルモンバランス・自律神経の不調による諸症状に和漢生薬＋ビタミン類の複合薬
命の母A
第2類医薬品

効能効果　更年期障害、血の道症、のぼせ
小林製薬株式会社
小林製薬株式会社　大阪府茨木市豊川1-30-3
https://www.kobayashi.co.jp/

歯と歯ぐきをマッサージして効く
三宝はぐきみがき
第3類医薬品

効能効果　歯肉炎・歯槽膿漏の諸症状（発赤、腫脹、出血等）の緩和
三宝製薬株式会社
三宝製薬 株式会社 お客様窓口 ☎03-3952-0100
9:00～17:00（土・日・祝日は除く）

ウイルス・菌による下痢でも服用できる※
正露丸
第2類医薬品

効能効果　軟便、下痢、食あたり、水あたり、はき下し　くだり腹、消化不良による下痢、むし歯痛
※発熱、血便、粘液便の方は医師、薬剤師又は登録販売者にご相談下さい。
大幸薬品
大幸薬品 株式会社 お客様相談係 ☎0570-783-818
9:00～17:00（土・日・祝日を除く）

女性ホルモンを補充する塗り薬
バストミン®
第②類医薬品

効能効果　婦人更年期障害※、無月経、不妊症
※婦人更年期障害：加齢やストレスにともなう卵巣機能の衰えにより、女性ホルモンの分泌が低下することから生じる、様々な自律神経の失調症状（のぼせ、ほてり、冷え、イライラなど）。
大東製薬工業株式会社
大東製薬工業・お客様相談室 ☎0120-246-717
平日10:00～12:00、13:00～16:00（休業日・休憩時間を除く）
メール：info@daito-p.co.jp

突然の歯痛に！つけて、すぐ効く！
歯痛剤 新今治水（こんじすい）
第2類医薬品

効能効果　歯痛を鎮める（虫歯、浮歯、歯の根の痛み）
丹平製薬
丹平製薬 株式会社 お客様相談室 ☎0120-500-461
9:00～12:00 13:00～17:00（土日祝、年末年始・夏季休暇は除く）

漢方・生薬製剤を活用し、セルフメディケーションの進展を支援します。
公益社団法人
東京生薬協会
〒101-0031 東京都千代田区東神田1-11-4
http://www.tokyo-shoyaku.jp

「おかげさまで50周年」
つらいせき、のどの痛みに効く
南天のど飴
第3類医薬品

販売名：トキワ南天喉飴
効能効果　せき、のどの炎症による声がれ・のどのあれ・のどの不快感・のどの痛み・のどのはれ
常盤薬品
常盤薬品工業株式会社 お客さま相談室 ☎0120-875-710
受付時間 9:00～17:00（土・日・祝日は除く）

おだやかに効く、生薬の便秘薬
複方 毒掃丸
第2類医薬品

効能効果　便秘・便秘に伴う吹出物、肌荒れの緩和
株式会社 山崎帝國堂
お客様相談係 ☎04-7148-3412
受付時間 9:00～16:30（土・日、祝日は除く）

歩くと痛―い魚の目　タコ・イボにイボコロリ
イボコロリ
第2類医薬品

効能効果　魚の目、タコ、イボ
横山製薬株式会社
横山製薬 株式会社 お客様相談室 ☎078-911-2948
9:00～12:00　13:00～17:00（土・日・祝日を除く）

水なしで飲むのど、直接、うるおう
龍角散ダイレクト®

第3類医薬品
龍角散ダイレクト® スティック ピーチ
※スティックにはミント味、トローチにはマンゴー味があります。
※「龍角散ダイレクト」は（株）龍角散の登録商標です。
効能効果　たん、せき、のどの炎症による声がれ　のどのあれ・のどの不快感
龍角散
株式会社 龍角散 お客様相談室 ☎03-3866-1326
受付時間 10:00～17:00（土・日・祝日を除く）

100歳まで元気に歩くための骨活サポート！
ワダカルシューム®エース
第2類医薬品
1日1回4錠で続けやすいビタミンD3とマグネシウム配合

効能効果　次の場合の骨歯の発育促進：虚弱体質、腺病質　妊娠授乳婦の骨歯の脆弱防止
ワダカルシウム製薬株式会社
お客様相談窓口 ☎06-6965-0834
10:00～12:00 13:00～17:00（土・日・祝日を除く）

OTC医薬品は医薬品副作用被害救済制度の対象です。【リスク分類別使用上の注意】● 指定第2類医薬品（※第②類医薬品と表記しています。）／薬剤師、販売登録者に相談のうえ、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。● 第2類医薬品・第3類医薬品／「使用上の注意」をよく読んでお使いください。アレルギー体質の方は、必ず薬剤師、販売登録者にご相談ください。