

健康だより

セルフメディケーション税制を知っていますか？

なぜこの制度は始まったの？

医療費削減が目的としてあります。

風邪などの軽い症状の病気で、国民がOTC医薬品を購入、症状改善にて健康管理に努めてもらえることで医療機関を受診せず、医療費負担が軽減される期待から2017年にスタートしました。

しかし一方で、自己判断で薬を服用し症状を緩和させることになるので、**症状が改善しない場合は、必ず医療機関を受診することを念頭に置き服薬しましょう。**

医療費の問題は日本の高齢化問題が背景にあるんですね。

働く世代の人口も増えていかないとすれば、医療費の財源確保も難しいじゃ。

こちらレシートとお釣りは？

レシートって邪魔…要らないんだけどな。

でも薬のレシートはとっておいた方がいいよ！

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体の不調は自分で手当てすることです。適度な運動、バランスの良い食事などの体調管理や、軽度な体の不調を改善するために市販薬を使用することもセルフメディケーションといえます。

セルフメディケーション税制とは？



医療費控除もレシートも確定申請すれば次年度分の所得税と住民税が安くなるのね。

年末調整が済んでいる人は申告後に所得税は還付され安くなった住民税は6月に徴収されるイメージだね

薬局やドラッグストアなどで売られている市販薬（OTC医薬品）の購入額が年間で、ある一定の金額（12,000円）を超えた場合、申告すると課税所得から控除され、所得税、住民税が減額されます。生計を一にする家族も含むのでレシートは捨てずに保管しましょう。



OTC医薬品とは？

医師から処方される医療用医薬品のうち、副作用が少なく安全性の高いものをスイッチOTC医薬品と呼ぶよ。

OTC医薬品とは病院で処方される「医療用医薬品」ではなく、ドラッグストアなどで自分で選んで買える「要指導医薬品」と「一般用医薬品」のことです。対面販売を意味するオーバー・ザ・カウンターの略で、「OTC」は国際的表現でもあります。OTC医薬品の多くがセルフメディケーション税制対象ではありますが、全てではありません。

Point このマークが薬の箱に記載されているか確認しよう



OTC医薬品の種類



医療費控除とは違うの？

医療費控除は1年間の医療費や医薬品が10万円を超えた場合に確定申告をすると税金の一部が戻ってくる「医療費控除」という制度があります。しかし医療費が10万円を超えなければこの制度は利用できません。「セルフメディケーション税制」では金額のハードルも低いので多くの人が対象になる可能性があります。日ごろから健康管理を心がけ、OTC医薬品を購入した場合はレシート・領収書を保管しておきましょう。

一世帯当たりとはいえ、10万円って、よほど病院に行かないと届かない金額よね

そうよね。でもレシートがなくても目薬も飲み薬も買出し、家族単位なら…12,000円に届くかもしれない

スイッチOTC対象品目リスト セルフメディケーション対象品目令和6年1月1日時点（厚生労働省HP）

<https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/001179245.pdf>



確定申告する際の条件はありますか？

- ・OTC医薬品が税込12,000円を超えていること（上限は88,000円）
- ・申告期間は1年間（1月～12月）
- ・医療費控除を受けていないこと（申請はどちらか一方のみ）

セルフメディケーションを受けられる対象者は？

- ・所得税、住民税を納めている
- ・申告対象となる1年間に、特定健康診査、予防接種、定期健康診断（会社の健診含む）、健康診査、がん検診のいずれかを受けている
- ・現行の医療費控除を受けていない方

本特例措置を利用する時のイメージ

- 課税所得400万円の者が、対象医薬品を年間20,000円購入した場合（生計を一にする配偶者その他の親族の分も含む）

20,000円
（対象医薬品の購入金額）
12,000円
（下限額）

- 8,000円が課税所得から控除される
（対象医薬品の購入金額：20,000円－下限額：12,000円＝8,000円）
- 減税額
・所得税：1,600円の減税効果（控除額：8,000円×所得税率：20%＝1,600円）
・個人住民税：800円の減税効果（控除額：8,000円×個人住民税率：10%＝800円）

※セルフメディケーションの申告は紙、もしくは電子申請で確定申告を行えます。

医療費控除とセルフメディケーション税制どちらも対象になった、どちらを使った方が得なの？

医療費控除：13万円（保険金の補填0円だった）場合
13万円-10万円=3万円

セルフメディケーション税制：52,000円だった場合
52,000円-12,000円=4万円

この場合はセルフメディケーションの方だね。
金額の差をそれぞれ計算して大きい方で申告するといよいよ。



薬は正しく使用しよう

市販薬のオーバードーズ（過剰摂取）とは？

薬局やドラッグストアで購入できる風邪薬や咳止めなどを大量・頻回に服用することです。服用を繰り返すうちにそれまでの量では効かなくなり、オーバードーズにつながるおそれがあります。さらに服用を続け、薬に依存してしまうと、自力ではやめられなくなることがあります。オーバードーズの影響で肝障害が起こったり、最悪の場合は心肺停止で死亡したりする場合があります。

オーバードーズの背景

10代・20代の若い世代を中心にオーバードーズが増加しており、従来の違法薬物と比較して女性が多く、非行歴が少ないなどの特徴があるとされています。背景には、家庭や学校等で感じている「つらい気持ち」があり、それを和らげるために市販薬に頼ってしまうことが考えられます。オーバードーズの裏には深刻な悩みや問題が潜んでいる場合もあります。

東京都保健医療局「薬物乱用の基礎的知識」

薬の用法・用量を守らなければいけない理由

飲み薬は血液中の濃度が一定以上にならないと効果が発揮できません。1回に飲む薬の量や1日に飲む回数が定められているのは、体の必要な場所で効果が現れる血中濃度になるように調整されているためです。薬の飲む量を勝手に増やすと、血中濃度が必要以上に高くなり、薬が効きすぎて副作用を引き起こすおそれがあります。逆に飲む量や回数を減らすと、血中濃度が低くなりすぎて、薬の効果が現れません。

薬の服用でなぜ肝臓に影響があるの？

肝臓には、薬などに含まれる成分を代謝（分解）する働きがあります。そのため、薬を使って肝臓に過度な負担がかかり、障害が出る場合があります。これを「薬物性肝障害」といいます。健康食品やサプリメントは薬ではありませんが、薬と同様に薬物性肝障害を引き起こす可能性があります。

薬が簡単にドラッグストアで買って便利になりましたが、心配な部分も増えましたね。



そうだね。薬で痛みをごまかして受診が遅れるのも心配だよ。

薬の説明書には必ず注意書きが書いてある。大事なことから必ず読んでくださいね！

