

# ス ス メ

OTC医薬品、  
賢く使って、  
トワして  
健康に!



# 確 定 申 告

健診の結果通知表と、OTC医薬品を購入した際の  
レシート・領収書を使って確定申告をすれば  
「セルフメディケーション税制<sup>※</sup>」で  
税金が戻ってきます。

<sup>※</sup>セルフメディケーション税制の利用には条件があります。

セルフメディケーション

税 控除 対象

対象となるOTC医薬品はこのマークが目印です



詳しくは「附添うとする  
セルフメディケーション税制」  
をご覧ください。

# の

# セルフメディケーションで いきいき、元気な毎日を

平均寿命が世界トップクラスの日本。現在では、寿命の長さだけではなく、その質が問われる時代になっています。そこで、注目されているのがセルフメディケーションやセルフケアです。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」です。



## セルフメディケーションの実践ポイントは？

### 1 規則正しい生活を心がける(日常的な健康管理)

日ごろからの健康管理により、健やかな生活を送ることがセルフメディケーションのもっとも重要な目的です。家族や自分の健康管理に積極的に関わることで、知識が向上し、生活習慣病の予防や健康維持に大いに役立ちます。

### 2 市販薬を上手に使う

市販薬(OTC医薬品)を使った上手なセルフメディケーションで、軽度な体の不調は自分で手当てすることができます。私たちの体には、病気を予防したり、病気をやがて回復するための力=「自然治癒力」が備わっています。薬は体力を回復させたり、病気の原因を取り除いたり、病状をやわらげたりして、自然治癒力を助け、健康を取り戻すのに役立ちます。



### 3 正確な知識を持つ～専門家を活用しましょう

家族や自分の症状やけがの状況を見て、的確な薬を正しく使用することが大切です。不十分な知識によるセルフメディケーションでは、思わぬ結果を招くことも。わからないことは、薬剤師や登録販売者などの専門知識を持った人たちに、しっかり確認しましょう。メーカーの相談室を利用するのも便利です。



### 4 健康と生活習慣をチェック

自分や家族の健康状態を知るため、健康診断結果についてかかりつけの医師や薬剤師などの専門家に相談しながら、生活全般を見直すことが大切です。



## ご存知ですか？セルフメディケーション税制

2017年1月1日から、特定の医薬品購入に対する「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」が始まりました。特定成分を含むOTC医薬品を購入した金額が、1万2,000円を超えていれば、所得控除を受けられるようになりました。

### 1 対象となる人、金額は？

●所得税や住民税を納めていて、「健康の維持増進及び疾病の予防への取組として一定の取組を行う個人」として、以下のいずれかを受けている方。

- 勤務先で実施する定期健康診断
- 特定健康診断(いわゆるメタボ健診)
- 保険者が実施する健康診断
- インフルエンザ等の予防接種
- 市町村が実施するがん検診



※確定申告をする方が、上記のいずれかを受けている必要があり、確定申告の際には、その証明書類が必要です。

※市町村が、自治体の予算で住民サービスとして実施する健康診断は、対象になりません。

●2017年1月1日以降に、医療用から転用された特定成分を含むOTC医薬品(要指導医薬品および一般用医薬品)を、年間1万2,000円を超えて購入した際に、1万2,000円を超えた部分の金額(上限金額:8万8,000円、生計を一にしている家族の分も含めます)について、所得控除を受けることができます。

### 2 対象となるOTC医薬品は？

●厚生労働省のWEBサイトに掲載されているOTC医薬品が対象となります。なお、対象商品の多くには、右にある共通の識別マークが入っています。



厚生労働省 セルフメディケーション税制  
対象品目一覧

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>



### 3 従来の医療費控除制度との選択制になります

この制度は医療費控除の一部であるため、従来の医療費控除制度とセルフメディケーション税制(医療費控除の特例)との選択制になります。購入したOTC医薬品をどちらに適用させるかは、減税額をそれぞれ試算したうえで、金額の大きいほうを自分で選択することになります。

### 4 申告時には領収書(レシート)が必要です

「セルフメディケーション税制」の申告には、該当商品を購入したことを示す領収書(レシート)の5年間の保管が必要です。領収書は、必ず捨てずに保管しておきましょう。

#### ●領収書(レシート)の記載例

<b>ドラッグ</b>	
小佐馬町店 TEL:03-5823-****	
東京都千代田区岩本町 1-8-*	
■ 領収証 ■	
2017年4月1日(土) 14時57分	¥116
00008 カリアメド フォール	¥927
00015 ★アレルギー X3A	¥864
00027 ビバクソンのMKB	¥268
00003 トレッド アップ ムスクス	¥785
00042 ★ビバグ X3B0	¥482
00005 JFSM3112D X3A-500ml	
小計 6点	¥3,442
合計	¥3,442
(内消費税)	¥254
現金	¥10,042
お 釣	¥6,600
★印はセルフメディケーション税制対象商品です	

(必須項目)

- ①商品名
- ②金額
- ③当該商品がセルフメディケーション税制対象商品である旨\*
- ④販売店名
- ⑤購入日

※この例では、★印がついているものが対象商品ですが、★以外の記号を使用している場合もあります。また、対象商品が他の商品と分けて印字されていることもあります。

※①～⑤の記載があれば、手書きの領収書も使うことができます。

確定申告についてさらに詳しく知りたい場合には、  
最寄りの税務署・国税庁「税についての相談窓口」にお問い合わせください。

▶<https://www.nta.go.jp/shiraberu/sodan/sodanshitsu/9200.htm>

