



2017

4月の健康コラム

Vol. 97

セルフメディケーション

? セルフメディケーションとは…

厚生労働省によると、2014年度にかかった国民医療費の総額は40兆8,071億円でした。

『医療費2025年問題』がさし迫るなか、8年連続で過去最高を更新しています。

一方で国をあげて推進されているのが、「セルフメディケーション」です。

世界保健機関（WHO）の定義では、

「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」

となっています。では、そのために我々自身はどのようなことができるのでしょうか。

1 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。

2 規則正しい生活を心がける（日常的な健康管理）

セルフメディケーションのもっとも重要な目的は、日頃からの健康管理により、健やかな生活を送ること。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。

3 正確な知識を持つ ～専門家を活用しましょう～

不十分な知識によるセルフメディケーションでは、悪い結果を招くことにもなります。わからないことがあったら、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

健康診断等を受けっぱなしになっていませんか。

自分や家族の健康状態を知っておかなくては、セルフメディケーションは実践できません。

健康診断結果の問題点について、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。



? OTC医薬品とは…

薬 ●医療用医薬品（医師が処方する）

●OTC医薬品

（薬局・薬店・ドラッグストアなどで市販され、市販薬、大衆薬、家庭薬ともよばれる）

生活者が直接購入できるので、利便性・安全性が高いのが特徴

※OTCは、英語で「Over The Counter（オーバー・カウンター）」の頭文字をとった言葉

<OTC医薬品の3つのメッセージ>

- ・自己選択（ご自身で選べます）
- ・アドバイス（薬剤師などの専門家に相談もできます）
- ・情報発信（お薬の様々な情報を発信します）

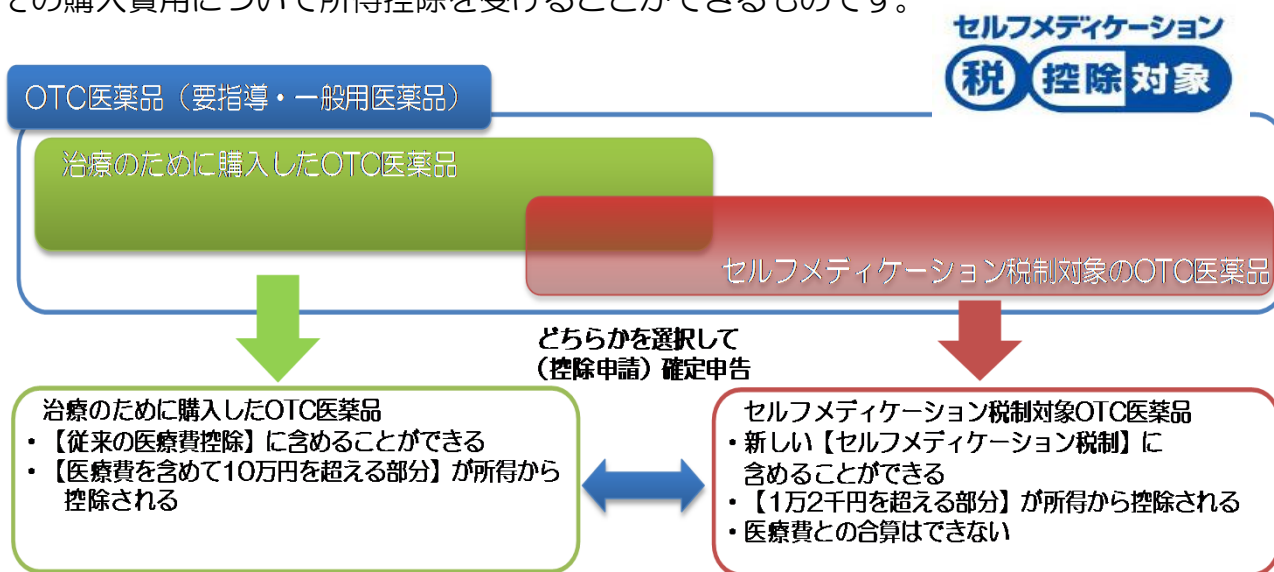


「いざ、というときにはすぐ出して使えるように」、日頃から常備薬・救急セットを整備しておくのもセルフメディケーションの重要な項目

<参考> 日本OTC医薬品協会のHPにはさらに詳しくOTC医薬品について載っています

? セルフメディケーション税制とは…

従来の医療費控除制度の特例として、**2017年1月から新たに施行**されました。
セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）は、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が、2017年1月1日以降に、スイッチOTC医薬品（要指導医薬品及び一般医薬品のうち、医療用から転用された医薬品）を購入した際に、その購入費用について所得控除を受けることができます。



<設立の目的>

- ・セルフメディケーションを自発的に取り組む環境整備を行うため
- ・適切な健康管理の下で医療用医薬品との**代替性が高い特定成分**を含んだOTC医薬品（要指導医薬品および一般用医薬品）の使用推進を図るため
- ・健康の維持増進および**疾病の予防の為**に一定の取組を行っている申告者が、従来の医療費控除との選択適用を可能にするため

<申告対象となる人>

以下の3つの事項の**全てに該当**する人

- ①所得税、住民税を納めている
- ②1年間（1～12月）に健康の維持増進および疾病の予防への取組として申告予定者が一定の取組（特定健康診査、予防接種、定期健康診断、健康診査、がん検診）を行っている

※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査は対象外

- ③1年間（1～12月）で、対象となるOTC医薬品を12,000円を超えて購入している（扶養家族分を合算）

※申告予定者は、1月1日～12月31日の1年間で、対象となるOTC医薬品の購入合計金額をレシート（領収書）で確認することになる

OTC医薬品を購入した際のレシート（領収書）は、こまめに保管しておく習慣をつけましょう



<所得控除金額について>

対象となるOTC医薬品の年間購入額が12,000円を超えると、その超えた部分の金額（申告者の扶養家族を含む、上限金額88,000円）が対象となる

※従来の医療費控除制度と**同時に利用することはできない**

購入したOTC医薬品の代金に係る医療費控除制度については、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）のどちらかの適用とするか、対象者自身で選択することになる

<減税となる金額について（計算例）>

例：一定の取組を行った所得税率20%の申告者が対象医薬品を年間5万円購入した場合
 (生計をともにする配偶者その他の親族分も含む)

●38,000円が課税所得から控除される

(対象医薬品の購入金額：50,000円-下限額：12,000円=38,000円)

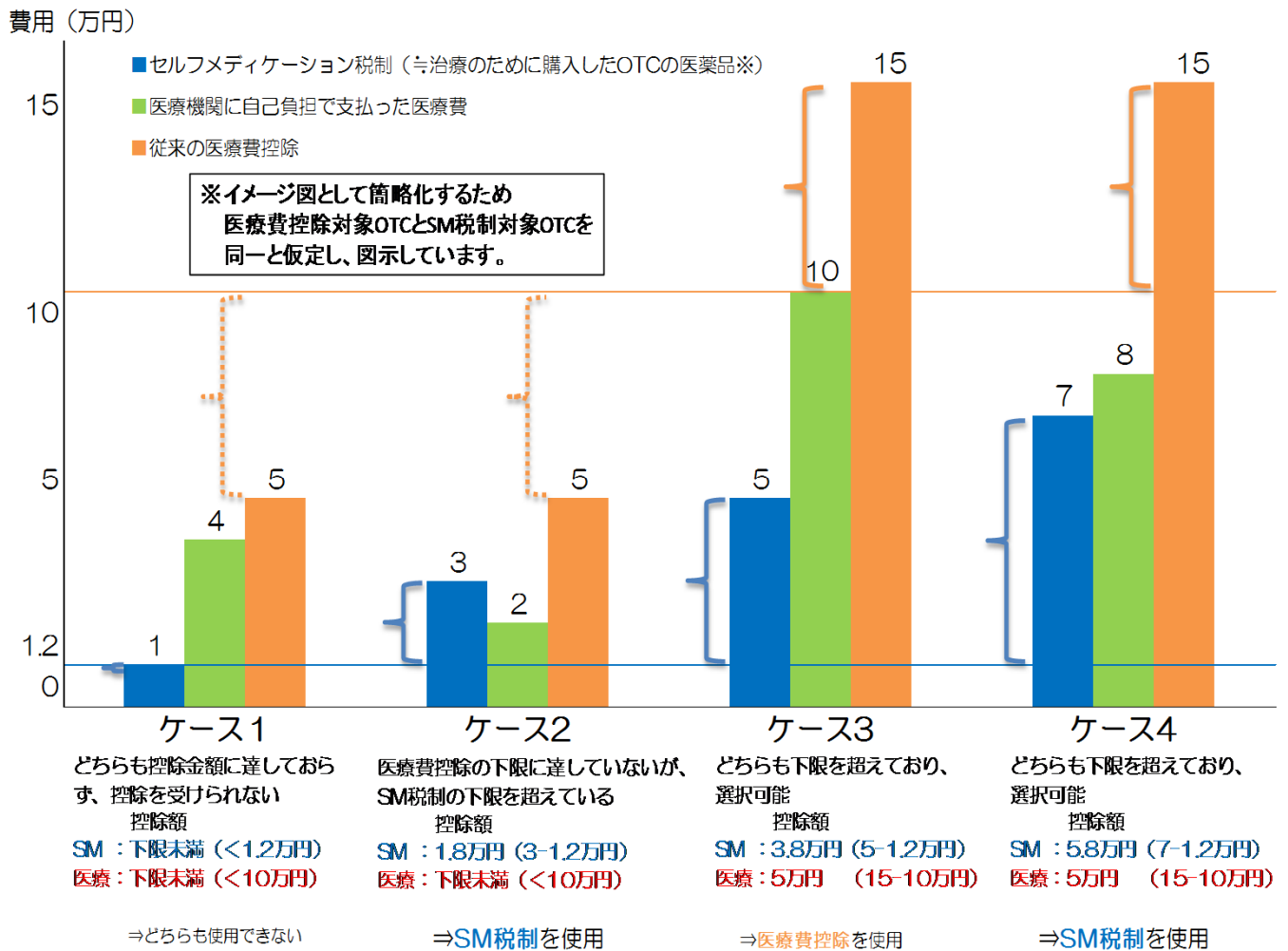
●減税額

・所得税(国税)分：7,600円(控除額38,000円×所得税率：20%)

・翌年度の住民税(地方税)分：3,800円(控除額38,000円×個人住民税率：10%)

⇒ 所得税+住民税=11,400円が減税(戻ってくる)金額

※12,000円を超えた金額が減税額(戻ってくる金額)になるわけではない



<対象となる医薬品>

医療用医薬品から転用された83成分を含むOTC医薬品です。(2017.1.13現在)
 厚生労働省HPに対象となるOTC医薬品の品目が掲載されています。

⇒ 2017.2.14に更新されており、必要に応じて2ヶ月に1回更新することが予定されている

※なお、薬局製造医薬品(薬局製剤)においても、対象成分を含有する品目があるが、
 こちらは本税制の対象外となる。

<確定申告について>

国税庁HPの「確定申告書等作成コーナー」などを利用して、自身で申告書を作成することができます。

2017年分の確定申告の一般的な提出期限は、2018年2月16日~3月15日まで。

<対象のOTC医薬品の目印は>

2017年1月施行に伴ない、多くの対象の製品の製品パッケージにセルフメディケーション

税制の対象製品であることを示す識別マークが表示されるようになります。

※本マーク表示に法的義務はなく、生産の都合等の理由から表示されていない対象製品もある（表示されていなくても、対象製品は本特例の対象となる）

また、対象製品を購入した際にはレシートに対象製品であることが表記される



- 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 の明記が必須

★ケース1：購入品がまとめて印字される場合

- ・対象商品の前にマーク（例：★（マークは各社で自由に設定））を付ける
- ・別欄に、セルフメディケーション税制対象商品であることをレシートに記載（★印はセルフメディケーション税制対象）

★ケース2：購入品がわけて印字される場合

- ・税制対象品目のみまとめて印字する
- ・同じ欄内に、税制対象品目であることを明示する

★ケース3：明細出力されないレジでの出力の場合

- ・税制対象品目は、その他の製品と分けて印字
- ・その後、手書きで上記の①と③を記入する

★ケース4：手書きの領収書を発行する場合

- ・上記の①～⑤を記入する



<1>

④ ドラッグ	
〈領収書〉	
TEL 03-0907	
ポイントカード会員番号	
(000000000) No.00000	2016年06月27日(土) 16:00(000)
① 185 ボトル コーヒー	1点 ¥140
★メグスリ	1点 ¥680
ショウシュウザイ	1点 ¥800
小計	3点 ¥1620
内消費税等合計	¥1620
内消費税	¥1298
合計	¥1749
現金	¥2000
金引き	¥251
セルフメディケーション税制対象商品 ③	

<2>

④ ドラッグ	
〈領収書〉	
TEL 03-0907	
ポイントカード会員番号	
(000000000) No.00000	2016年06月27日(土) 16:00(000)
① メグスリ	1点 ¥680
小計	1点 ¥680
内消費税	¥54
セルフメディケーション税制対象商品 ③	
〈領収書〉	
ショウシュウザイ	
小計	1点 ¥800
内消費税等合計	¥800
内消費税	¥64
合計	2点 ¥1480
内消費税	¥1480
内消費税	¥118
合計	¥1598
現金	¥1600
金引き	¥2

<3>

領収書		2016年06月27日
② ¥550(内税¥44)	③ 但し、セルフメディケーション税制対象商品 / 類	①
株式会社		④ 薬局
TEL 0802222222		

<4>

領収書		⑤ ○月○日
② ¥594	③ 但し、セルフメディケーション税制対象商品 1点	①
上記、正に領収しました。		
SHOP 薬局		④
東京都〇〇〇〇〇〇		
03-3333-3333		

<参考> 詳しいことは、厚生労働省のHPに掲載されています

井上病院附属診療所 健診センター 文：管理栄養士 古屋 麻起子

