

医療費控除を申告すると税金が戻ってくるかもしれません

医療費控除とは、1月から12月の1年間に、ご家族の分も含めて負担した医療費等が一定額を超えたとき、納めた所得税の一部が還付される制度です。医療費等の金額が10万円（または総所得金額等の5%）を超える場合、税務署に確定申告を行うことで、上限200万円まで課税所得額から控除され、税金が精算されます。

【還付申告の手続き期間】対象期間の翌年1月1日から5年間

医療費控除の計算式

医療費控除額
(最高で200万円)

=

1年間に支払った医療費等

－ 補てんされる金額*1

－ 10万円
(または総所得金額等の5%の方が
少ない場合はその金額)

*1 高額療養費、出産育児一時金、生命保険等の入院給付金など

※保険金などで補てんされる金額は、その給付の目的となった医療費の金額を限度として差し引きますので、引ききれない金額が生じた場合であっても他の医療費からは差し引きません。



控除の対象となる主な費用（いずれも自己負担分のみ）

- 医療機関に支払った医療費
- 治療のために購入した医薬品の費用
- 治療用器具などの購入費用
- 出産に関わる費用
- 入院時の食事療養費等の費用 ほか



控除の対象とならない主な費用

- 健康診断や人間ドックの費用
- ビタミン剤や滋養強壮剤などの治療のためではない医薬品の費用
- インフルエンザなどの予防接種の費用 ほか



医療費控除の申告について

e-Tax（国税庁の電子申告・納税システム）を利用して確定申告される場合は、健康保険加入者向けのWEBサービス「Pep Up（ペップアップ）」から、「医療費通知データ（XML形式）」を添付して送信することができます。

ただし、「医療費通知データ（XML形式）」を印刷したものは、医療費控除の明細書にはなりませんので、ご注意ください。

また、「医療費通知データ（XML形式）」に記載のない医療費等がある場合は、領収書の内容を「医療費集計フォーム」や「医療費控除の明細書」に入力して提出することができます。

なお、この場合領収書の提出は不要ですが、5年間領収書を保管する必要があります。「医療費集計フォーム」や「医療費控除の明細書」は、国税庁ホームページからダウンロードしてご利用ください。

Pep Up（ペップアップ）
操作マニュアル▶



※WEBサービス「Pep Up（ペップアップ）」の利用については、事前にユーザー登録が必要です。その際、本人確認コードを入力する必要がありますが、不明な場合は当健保組合までご連絡ください。

※当健保組合への加入時期によっては、WEBサービス「Pep Up（ペップアップ）」をご利用いただけない場合があります。



マイナポータル連携で e-Taxによる申告がさらに簡単に

国税庁の「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、パソコンやスマホで申告書を作成、e-Taxでの送信や印刷して郵送・持参することができます。

マイナポータル連携※を利用すると、医療費情報が自動入力され、入力の手間や誤りを減らせます。さらに、マイナポータルで各種控除証明書等も取得できます。

※マイナポータル連携には「マイナンバーカード」と「マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン」や「ICカードリーダライタ」が必要です。

解説動画は
こちら(国税庁)

医療費控除▶



マイナポータル
連携▶



セルフメディケーション税制を 選択することもできます

「セルフメディケーション税制」とは、健診や予防接種を受けるなど健康増進のための一定の取り組みを行っている人が、1月～12月の1年間に対象となる市販薬（スイッチOTC医薬品等）を税込12,000円を超えて購入している場合に所得控除が受けられる制度です。ただし、通常の医療費控除と「セルフメディケーション税制」は併用できません。どちらを選択した方がより多くの所得控除を受けられるか、試算してみingことをおすすめします。

セルフメディケーション
税 控除 対象

試算できます▶

日本一般用医薬品連合会▶



※詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。住所を管轄する税務署へお問い合わせください。 国税庁ホームページ▶

心身の健康維持に!ウォーキングを行いましょう

日常に取り入れやすく、手軽に取り組めるウォーキングは体の健康を保つだけでなく、心の健康にも良い効果がたくさんあります。運動不足を解消したい、ストレスを解消したいと思ったら、ウォーキングを始める時です。通勤時やランチタイムなどのスキマ時間を利用してウォーキングを行いましょう。



詳しくは
WEBで▶

