



OTC医薬品、
賢く使って、
トクして
健康に!

OTC医薬品、
賢く使って、
トクして
健康に!

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※」で
税金が戻ってきます。

の

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※」で
税金が戻ってきます。

の

※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。

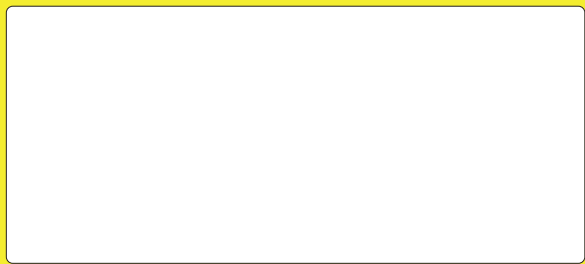
※セルフメディケーション税制の利用には条件があります。

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「加ってトクする
セルフメディケーション税制」
をご覧ください。

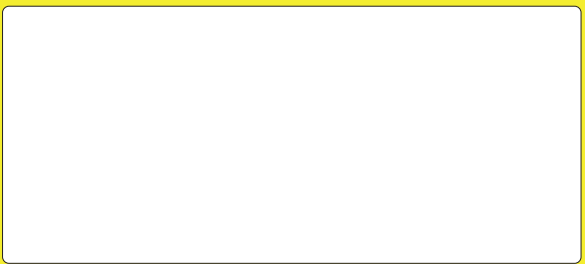


セルフメディケーション
税 控除 対象



対象となるOTC医薬品はこのマークが目印です

詳しくは「加ってトクする
セルフメディケーション税制」
をご覧ください。



セルブメテイク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、寿命の長さだけでなく、その質が問われる時代になっていいます。そこで注目されているのがセルブメテイクーションやセルブケアです。セルブメテイクーションは、「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。

セルブメテイク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(日常的健康管理)
日ごからの健康管理により、健やかな生活を送ることがセルブメテイクーションの最も重要な目的です。家族や自分の健康管理に積極的に関わること、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ブメテイクーションでは、病気を予防したり、病気の早期発見や回復を促すためのセルフケアが期待されています。また、病状を把握したり、病状を予防したり、病状を回復させるために「自然治癒力」が働いています。薬は体力を回復させたり、病状の原因を取り除いたり、病状を予防したりして、自然治癒力を助け、健康を取り戻すに役立ちます。

3 正確な知識を持つ

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ブメテイクーションでは、思わぬ結果を招くことも、わからず使用することが大切です。家族や自分の健康管理に積極的に関わること、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。

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り、健康診断結果に自分や家族の健康状態を知り、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？セルブメテイクーション規制

2017年1月1日から、特定の医薬品購入に対する「セルブメテイクーション規制」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？

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ブメテイクーション規制(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。「セルブメテイクーション規制」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。

4 申告時には領収書(レシート)が必要

●領収書(レシート)の記載例
①商品名
②金額
③当該商品がセルブメテイクーション規制対象商品である旨
④販売店名
⑤購入日
※申告をする方は、上記のいずれかを付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査は、対象になりません。
●2017年1月1日以降に、医療用から転売された特定成分を含むOTC医薬品(薬指薬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方も含まれます)について、所得控除を受けることができます。

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。また、対象商品が他の商品と分けて印字されている場合もあります。

小計	65円
合計	3,442円
消費税	422円
現金	3,020円
現金	1,042円
現金	600円

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。また、対象商品が他の商品と分けて印字されている場合もあります。

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



セルブメテイク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、寿命の長さだけでなく、その質が問われる時代になっていいます。そこで注目されているのがセルブメテイクーションやセルブケアです。セルブメテイクーションは、「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。

セルブメテイク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(日常的健康管理)
日ごからの健康管理により、健やかな生活を送ることがセルブメテイクーションの最も重要な目的です。家族や自分の健康管理に積極的に関わること、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ブメテイクーションでは、病気を予防したり、病気の早期発見や回復を促すためのセルフケアが期待されています。また、病状を把握したり、病状を予防したり、病状を回復させるために「自然治癒力」が働いています。薬は体力を回復させたり、病状の原因を取り除いたり、病状を予防したりして、自然治癒力を助け、健康を取り戻すに役立ちます。

3 正確な知識を持つ

自分や家族の健康状態を知り、健康診断結果に自分や家族の健康状態を知り、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。

健康と生活習慣をチェック

自分や家族の健康状態を知り、健康診断結果に自分や家族の健康状態を知り、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。

4 健康と生活習慣をチェック

2017年1月1日から、特定の医薬品購入に対する「セルブメテイクーション規制」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？

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ブメテイクーション規制(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。「セルブメテイクーション規制」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。

4 申告時には領収書(レシート)が必要

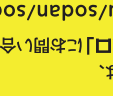
●領収書(レシート)の記載例
①商品名
②金額
③当該商品がセルブメテイクーション規制対象商品である旨
④販売店名
⑤購入日
※申告をする方は、上記のいずれかを付けている必要があり、確定申告の際には、その証明書類が必要です。
※市町村が、自治体の予算で住民サービスとして実施する健康診査は、対象になりません。
●2017年1月1日以降に、医療用から転売された特定成分を含むOTC医薬品(薬指薬医薬品および一般用医薬品)を、年間1万2,000円を超えて購入した際に、1万2,000円を超えた部分の金額(上限金額:8万8,000円、生計を一にしている家族の方も含まれます)について、所得控除を受けることができます。

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。また、対象商品が他の商品と分けて印字されている場合もあります。

小計	65円
合計	3,442円
消費税	422円
現金	3,020円
現金	1,042円
現金	600円

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。

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



セルブメテイク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、寿命の長さだけでなく、その質が問われる時代になっていいます。そこで注目されているのがセルブメテイクーションやセルブケアです。セルブメテイクーションは、「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。

セルブメテイク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(日常的健康管理)
日ごからの健康管理により、健やかな生活を送ることがセルブメテイクーションの最も重要な目的です。家族や自分の健康管理に積極的に関わること、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ブメテイクーションでは、病気を予防したり、病気の早期発見や回復を促すためのセルフケアが期待されています。また、病状を把握したり、病状を予防したり、病状を回復させるために「自然治癒力」が働いています。薬は体力を回復させたり、病状の原因を取り除いたり、病状を予防したりして、自然治癒力を助け、健康を取り戻すに役立ちます。

3 正確な知識を持つ

2017年1月1日から、特定の医薬品購入に対する「セルブメテイクーション規制」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？

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ブメテイクーション規制(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。「セルブメテイクーション規制」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。

4 申告時には領収書(レシート)が必要

●領収書(レシート)の記載例
①商品名
②金額
③当該商品がセルブメテイクーション規制対象商品である旨
④販売店名
⑤購入日
※申告をする方は、上記のいずれかを付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査は、対象になりません。
●2017年1月1日以降に、医療用から転売された特定成分を含むOTC医薬品(薬指薬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方も含まれます)について、所得控除を受けることができます。

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。

小計	65円
合計	3,442円
消費税	422円
現金	3,020円
現金	1,042円
現金	600円

※この例では、*印がついているものが対象商品ですが、*以外の記号を付していない場合もあります。

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

