

daily コラム

2026年2月19日(木)

〒308-0842 茨城県筑西市一本松 624-3

税理士法人和敬会筑西事務所 TEL 0296-22-3689 FAX 0296-25-0627

Email tfc@wakei-kai.com

セルフメディケーション税制 取組を行ったことを明らかにする書類

自分で健康管理をしていきましょう！

国税庁の資料によると、「セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）」を適用した人は、約 5.3 万人（令和 6 年分申告）。本当に徐々ですが増えてきています。

この「セルフメディケーション」とは、日頃から自分自身が健康管理を行い、軽い症状に対して市販薬(OTC 医薬品)を活用して、自ら対処する取組を指します。

「一定の取組」を行ったことの証明は？

この制度と対象となるのは、健康の保持増進・疾病予防のための「一定の取組」（特定健診・人間ドック・予防接種など）を行った人になります。適用する場合には、「一定の取組」を行ったことを明らかにする次の書類を 5 年間保存する必要があります。

<取組を行ったことを明らかにする書類>

- (1) インフルエンザの予防接種・定期予防接種の領収書又は予防接種済証
- (2) 市区町村のがん検診の領収書又は結果通知表
- (3) 職場で受けた定期健康診断の結果通知表（「定期健康診断」という名称又は「勤務先名称」の記載が必要）
- (4) 特定健康診査の領収書又は結果通知

表（「特定健康診査」という名称または「保険者名」の記載が必要）

- (5) 人間ドックやがん検診を始めとする各種健診（検診）の領収書又は結果通知表（「勤務先名称」又は「保険者名」の記載が必要）

(3)から(5)について、上記の記載のある領収書や結果通知表を用意できない方は、勤務先や保険者に証明を依頼し、証明書の交付を受ける必要があります。

対象となる医薬品（OTC 医薬品）の範囲は？

また、対象となる医薬品の一覧は、厚労省HPに掲載されていますが、見つけるのは大変です。そこで、①レシートに「控除対象」の記載があるか②パッケージに「共通識別マーク」があるかの 2 点を確認していきます。なお、ご購入の際は、薬剤師や登録販売者との相談が推奨されます。

セルフメディケーション税制の控除額

この税制では、次の金額が控除対象となります（控除額は、88,000 円上限）。

対象となる医薬品（特定一般用医薬品等）の購入費の合計額 - 12,000 円

通常の医療費控除との選択適用となります（いずれか一方を選択）。



Over The Counter
（カウンター越しの販売）が由来です。