



ABCプロジェクト/ミニセミナー⑧ 活用している？ 確定申告（医療費控除）Zoomセミナー

- =====
- ・日時：2020年11月21日（土） 18時00分～19時00分
 - ・場所：Zoom WEB会議システム
 - ・講師：藤田久子氏（特定社会保険労務士・一般社団法人CSRプロジェクト・転移性乳がん当事者）
- =====

<本セミナーのテーマ・目的>

医療費控除とは、多くの医療費を支払った場合に、確定申告することでその年の所得税が軽減される制度です。活用のポイントや申請の方法などを分かりやすく解説します。

<主な内容>

- ・はじめに
- ・確定申告について
- ・申告のポイントと注意点
- ・実際の手続きについて
- ・参加者からの質問&メッセージ

- ・はじめに

■患者の経験を活かしたアドバイス

今回の講師は、一般社団法人CSRプロジェクトの理事であり、特定社会保険労務士・社会福祉士・キャリアコンサルタントとして活躍されている藤田氏。がん患者のお金・仕事の相談業務をライフワークの1つとし、東京・神奈川・埼玉のがん診療連携拠点病院で患者さん向けの無料の相談業務に携わっています。ご自身も転移性乳がん患者で、自己紹介では、2007年に左乳がんになり、2015年に再発、現在再発より5年目との病歴にもふれられました。実に、確定申告（医療費控除）歴も15年とのこと。

藤田氏は“再発患者の経験”と“相談業務の経験”を踏まえ、再発治療中で高額な医療費がかかっている患者たちの状況を念頭に、確定申告について、Q&A形式で分かりやすく説明して下さいました。

——毎月、高額な医療費がかかります。負担を軽減する方法を知りたいです。

再発乳がんの治療で医療費が高額となる中、使える制度としては“健康保険の高額療養費制度”のほか、当セミナーでお伝えする“医療費控除を受ける確定申告”があります。

この2つはまったく異なる制度です。「高額療養費制度」は、皆さんが持っている保険証を使って、医療費が高額になった場合に使える制度です。一方、確定申告は所得税（税金）の仕組みとなります。

通常、医療費は健康保険の負担があり、病院に支払う自己負担額は、70歳未満の場合、一般的に医療費の総額のうち3割です。自己負担分は所得に応じて限度額が決められており、それを超えた分は「高額療養費」として、さらに健康保険が負担します。確定申告は、最終的に病院に支払った自己負担分（自己負担限度額）が対象です。

- 確定申告について

■確定申告で「医療費控除」を！

——確定申告って何ですか？ どのような仕組みなのですか？

所得税に関して、毎年行う手続きが「確定申告」です。これは1年間（1月1日～12月31日）を区切りとして“所得のあった人”が対象となり、所得のない方は申告の必要がありません。

確定申告とは、所得の金額に応じて“所得税を精算する”手続きのこと。払いすぎていた場合「還付」手続き、支払いが必要となる場合は「納付」手続きとなります。申告の期間は、基本的に翌年の2月16日～3月15日と決められています。ただし、還付だけの手続きの場合は、翌年1月1日から5年間、いつでも受け付けてもらえます。医療費控除だけを申告する場合は、これに当てはまります。

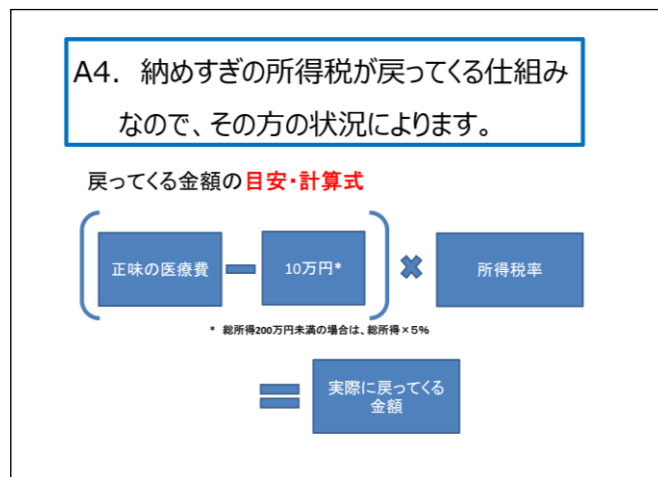
——「医療費控除」って何ですか？

医療費が高額だったことを申告して、納めすぎた所得税を還付してもらう（取り戻す）仕組みです。“医療費が高額”とは、1年間に支払った「正味の医療費」が10万円以上の場合が対象となります。ただし、総所得が200万円未満の場合、その5%以上医療費がかかっていたら申告できます。

「正味の医療費」というのは、保険証を使って病院にかかった金額（健康保険の適用）よりも、範囲が広がります（＝医療費控除の適用）。代表的なものは、1. 健康保険証を使って病院にかかったときの最終的な自己負担額（高額療養費・付加金などの給付を除く）。再発されている方は100%自己負担となる治療を受けるケースが少なくないと思いますが、2. そういった自費診療（治療目的のもの）、3. ドラッグストア等で購入した民間の薬（処方箋のないもの）などがあります。

——「医療費控除」って、どのくらい戻ってくるの？

残念ながら、一概に「〇〇円戻る」と言えない仕組みのため、まず所得税の仕組みから説明します。



「医療費控除」は“納め過ぎた所得税が戻ってくる”仕組みです。金額は、その方の所得状況、家

族構成など、いろいろな状況によって異なります。ただ、目安の計算式があり、正味の医療費から10万円を差し引いて所得税率をかけると、戻ってくる金額が計算できます。

総所得金額が300万円の方を例に、ざっくり計算してみると下図のようになります。これは、あくまでも1つの目安ですが、“90万円も医療費がかかっているのに8万円しか戻らないの？”と感じるかもしれません。でも、戻らないよりは良いのではないのでしょうか。

ざっくり計算してみると・・・ *あくまで目安です


所得税の速算表

課税される所得金額	税率	控除額
1,000円 から 1,949,000円まで	5%	0円
1,950,000円 から 3,299,000円まで	10%	97,500円
3,300,000円 から 6,949,000円まで	20%	427,500円
6,950,000円 から 8,999,000円まで	23%	636,000円
9,000,000円 から 17,999,000円まで	33%	1,536,000円
18,000,000円 から 39,999,000円まで	40%	2,796,000円
40,000,000円 以上	45%	4,796,000円

(例) 総所得金額300万円の人が、年間医療費・90万円の場合

90万円 - 10万円 = **80万円** が **医療費控除額**

80万円 × 10% = 8万円 (目安)
 ……8万円が戻ってくる



ここで、注意したいのが「所得」と「収入」は違う概念であるという点です。事業をしている場合、「売上金額（総収入）」から仕入れ代金など「必要経費」を差し引いた金額が「所得」となります。会社に勤務している方は「給与収入（天引き前）」から「給与所得控除額」を差し引いた金額が「所得」です。混同される方が多いのですが、収入＝所得ではありません。

——パートタイマーや専業主婦（夫）の場合は？

専業主婦（夫）など所得がなかったり、パート勤めで扶養範囲内で働くなど所得が少ない方も多いと思います。そうした場合、家族の中で、いちばん所得の高い方で申告する事をおすすめします。これは、医療費控除は家族分をまとめる事ができるためです。

A5. 医療費控除は、家族分をまとめることができるので、所得の高い方で申告を行いましょ

所得税の速算表

課税される所得金額	税率	控除額
1,000円 から 1,949,000円まで	5%	0円
1,950,000円 から 3,299,000円まで	10%	97,500円
3,300,000円 から 6,949,000円まで	20%	427,500円
6,950,000円 から 8,999,000円まで	23%	636,000円
9,000,000円 から 17,999,000円まで	33%	1,536,000円
18,000,000円 から 39,999,000円まで	40%	2,796,000円
40,000,000円 以上	45%	4,796,000円

(例) 年間医療費が90万円の場合

- **総所得金額300万円の場合**
 $80万円 \times 10\% = 8万円$ ……戻ってくる額 (目安)
- **総所得金額700万円の場合**
 $80万円 \times 23\% = 18万4千円$ ……戻ってくる額 (目安)

家族でまとめて所得の高い人で申告!

どのくらい違いが出るか、先ほどの総所得300万円の方と比較して、総所得700万円の方を例に見てみましょう。

総所得によって所得税率が異なります（累進課税で所得が多いほど税率が高くなる）ので、目安の計算式に当てはめると18万4千円が戻る計算となります。家族分としてまとめられる範囲は、ひとつ屋根の下に暮らす家族とと思ってください。税法上は、まだ事実婚が認められていないため、戸籍上の家族が原則となります。また、生計を共にしている事が条件なので、単身赴任の夫・妻、下宿など仕送りしている学生の子、同居の親は家族分として申告できます。一方、事実婚のパートナー、独立し生計が別の子、離れて暮らし仕送りなしの親などは、まとめる事ができません。

・申告のポイントと注意点

■医療費の対象となる項目がカギ

——医療費控除で申告できる「医療費」の範囲は？

大原則が“治療にかかる費用”となります。先ほど説明した“健康保険の適用”以外は細かな条件がありますが、概ね“予防のためのもの”“高価すぎるもの”は対象にならないといえます。迷う場合、国税庁のHPで細かな項目が確認できますし、近くの税務署に問い合わせるのも方法の1つです。

A6. 治療に関する費用で、条件があります。

対象となるもの (○)	対象とならないもの (×)
<ul style="list-style-type: none"> ● 医師・歯科医師による診察 (治療のセカンド・オピニオンもOK) ● 入院費用 ● 薬の購入費用(病院や調剤薬局、ドラッグストアでの購入・市販の薬もOK) ● 患者自身が通院するときの交通費(バス、電車などの公共交通費タクシーは条件あり) ● 治療に必要なコルセット・サポーターの費用 ● あんまマッサージ、指圧師、はり・きゅう師、柔道整復師による治療のための費用 など 	<ul style="list-style-type: none"> ● 病気の予防、健康増進のための費用 (例: 予防接種、健康診断・人間ドッグの費用) ● 美容整形、美的な観点からの歯科矯正など ● 診断書作成料 ● カイロプラティックによる治療 ● 自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車場料金 ● 自分で希望して個室を利用したときの差額ベット代 など

国税庁HP
<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/taxanswer/shotoku/1122.htm>

予防のためのもの、高価すぎるものは✖

よく聞かれる質問に、セカンドオピニオンにかかる交通費がありますが、公共交通機関であれば医療費の対象となります。ただし、宿泊費は一切認められません。また遺伝子検査は、健康保険の対象にならないケースもありますが、医療費控除では治療の一環である限り対象となります。

——申告する医療費から差し引かないといけないものは？

医療費控除で申告できるのは「正味の医療費」です。上の図で“○”に入っていた医療費の対象となる費用の総額から「公的な給付金(高額医療費・付加給付など)」「生命保険や医療保険の給付など」の金額を差し引くと“最終的な自己負担額=正味の医療費”となります。

ただ、生命保険・医療保険については、最近さまざまな商品が出ていて、その内容によって“差し引かなくてよいもの”もあります。申告の際に“差し引くかどうか”は、加入している保険会社に問い合わせるか、近くの税務署に商品の詳細を伝えて相談するのが確実です。

——確定申告にあたってのポイントは？

ポイントは2つ。先ほども説明した『所得の多い家族で申告』と『日頃からの準備』です。私自身、病院にかかる頻度が高いので、「日頃の準備」として習慣づけていることがあります。

通院から帰ったら、すぐに領収証を取り出して保管します。病院では“領収証の再交付”はしてくれませんので、領収証はとても大事なものと思ってください。領収証の保管には、クリアファイルや空き箱など、手元にあるものを利用すればOKです。この時、人ごと（Aさん分、Bさん分という具合）や医療機関ごとにまとめておくと後が楽です。

また私の経験上、利用する調剤薬局は、できるだけ1か所に集約すると良いと思います。確定申告では、かかった金額を医療機関ごとに算出するため、医療機関が多ければ多いほど面倒になるのです。

調剤薬局を1か所にまとめておくメリットは、ほかにもあります。私たちのように処方される薬が多くても、その全部を薬剤師さんが把握できて服薬指導がしやすく、逆に私たちも相談しやすくなります。さらに大きな薬局では、スマホで処方箋を提出することができ(写真で送る)、自分が行きたい日時を指定しておく準備して待っていてくれます。薬局の待ち時間が短くなるわけです。

ドラッグストアで薬を購入した場合はレシートを保管しておきます。その際、忘れないうちに「●●子の風邪薬」「〇〇夫の花粉症お薬」などメモをしておくで楽です。

- ・実際の手続きについて

■確定申告の手続きは意外にも簡単！？

——申告するのは難しい？

正直、それほど難しくはありません。国税庁のHPに「確定申告作成コーナー」があり、これを使うと本当に楽なので、ぜひ活用をおすすめします。毎年、確定申告の時期になると、その年のものがサイトとしてオープンします。

画面の下にある「個人の確定申告書を作成する」をクリックして順に進んでいくだけで、難しい事を考えなくても書類が完成します。難しそうに感じるかもしれませんが、そんなことはありません。

★申告書などを作成するには

[【確定申告書等作成コーナー】-作成コーナートップ \(nta.go.jp\)](http://nta.go.jp)

藤田氏は、以下の『申告の手順』を、実際の画面を示しながら説明して下さいました。

1. 人ごと・病院ごとに領収証をまとめ、クリップ止め。

先ほど、確定申告のポイントとして挙げた「日頃の準備」の通りです。一緒に申告する家族の各人ごとに、病院・薬局別にクリップ止めしておく便利です。

2. 病院ごとに集計する（表計算ソフトで作ると楽）

これは、次の「医療費集計フォーム」に入力するための下準備です。自動の表計算ソフトを使うと便利だと思います。あくまでも自分用の手持ち資料で、外に出すものではないため、書式に決まりはありません。

具体的には、病院やクリニック、薬局ごとに“通院した日”“かかった金額”“交通費と経路”を記入し、“医療費から差し引く「高額療養費」の戻り分（世帯合算）”を集計できるようにしています。遠方で入院を伴うため治療費が高額になるクリニックもありますが、そこでしか受けられない治療などの理由があれば新幹線代も認められるので、交通費に入れています。

3. 国税庁の「医療費集計フォーム」シートに入力

ここからが確定申告の本編です。国税庁のHPからエクセルのフォームをダウンロードし、入力していきます。「医療を受けた人」を明記し、病院・薬局ごとに「名称」「支払った医療費」の合計金額を入れると、合計総額が出てくる（フォーム左上に表示される）ようになっています。

項目ごとに「該当する」という表示がありますが、これは医療費の区分を示すものです。病院では「診療・治療費」がかかっていますし、交通費は「その他の治療費」、薬局は「医薬品購入」が該当します。この集計フォームができれば、半分、確定申告は終わったようなものです。

4. 確定申告のための書類の準備（手元に置く）

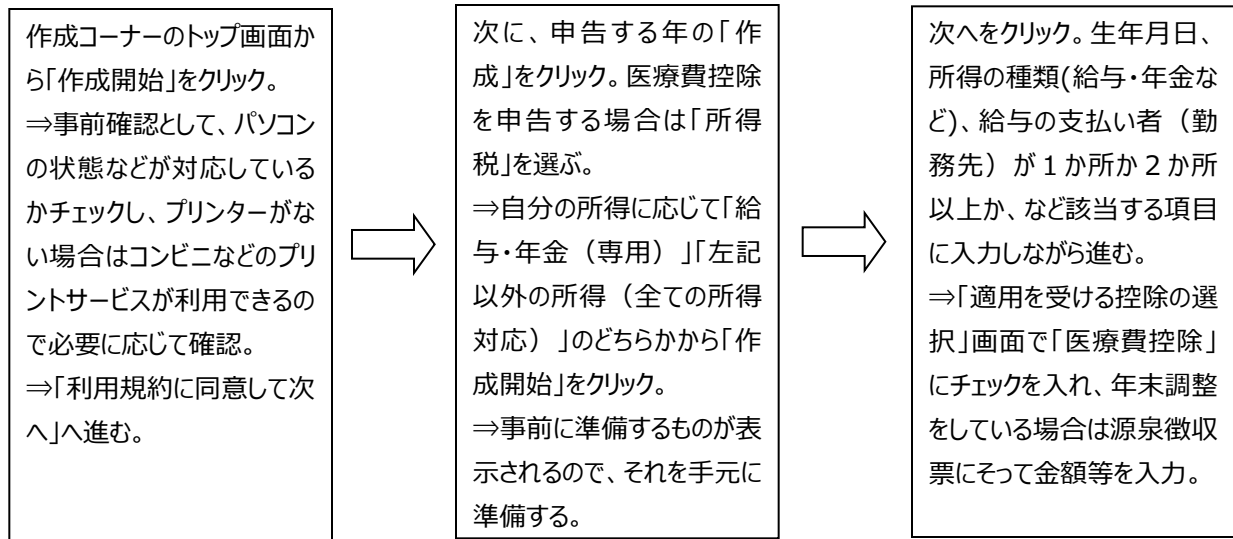
次の「確定申告作成コーナー」で必要となる書類などを用意します。最低限必要となるのは、1. マイナンバーが分るもの、2. 給与所得がある場合は「源泉徴収票」（夫など自分以外で行う場合は、その方のものが必要なので注意）、3. 還付先＝振込先（還付金を振り込んでもらう金融機関を決める）の通帳・カードです。これらを手元に準備して、次の手順に進んでください。

5. 「確定申告作成コーナー」を使って入力

ここでは、画面に必要な事項を入力しながら「次へ」と進めていきます。画面の指示通りに入力していけば“知らない間に書類が完成している”感じで、最後には医療費控除で還付される金額まで出てきます。国税庁で用意されたHPは『確定申告等作成コーナー』で検索すると出てきます。

最初に、確定申告の方法を選択しますが、3通りのやり方があります。ネットで手続きが完了できる「e-Taxで提出」では、カードリーダーが必要になるため、おすすめしたいのは「印刷して提出」というアナログな方法です。領収書と一緒に保管できるメリットがあります。

～入力の流れ～



この後、自分の住所や還付先を入れる画面になりますが、その前までなら途中で保存し、後日続きを作る事も簡単にできます。すべて入力が済んだら、作成した申告書をプリントアウトして必要な添付書類（源泉徴収票とマイナンバーが分るもの）を揃えます。

税務署へは持参しなくても、郵送（レターパックなど配達記録が残るように）でもOKです。数年前から領収証（原本）は添付しなくなりましたが、領収証は5年間保管するルールですので、確定申

告書の控えと一緒に保管しておきましょう。

・参加者からの質問とメッセージ

■確定申告で気持ちの負担も減らしたら…

今回も、参加者からチャットでの質問を受け付け、藤田氏に回答していただきました。

——働いていた時は扶養に入っていませんでしたが確定申告できたのでしょうか？

サラリーマンは、給与から税金が引かれ（天引き）、年末調整など会社がやってくれるので、確定申告は縁がないかもしれません。でも、医療費控除は個人で行う事になっているのです。その時“扶養かどうか”は、まったく関係ありません。そこは考えず、単純に“収入が高い方”で「医療費控除」を申告してください。

申告期間が5年間なので、申告する年から5年前までさかのぼって申告する事ができます。

——薬局などで見る「セルフメディケーション」がよく分かりません

数年前にできた「セルフメディケーション税制」という新しい制度です。医療費控除は、今日ご説明したものが大筋なのですが、それとは別の特例として薬局で買う薬（スイッチOTC薬が対象）だけでも確定申告できるようになりました。対象薬は箱などにラベル表示されています。

確定申告できるのは1万2,000円を超えた分ですが、限度額が8万8,000円となっています。さらに、医療費控除と一緒に申告できない（どちらかを選ぶ）ため、私たちのように医療費が高額な場合は、あまり関係ない制度と理解していただければ良いと思います。

終わりに、藤田氏の思いをメッセージとして、私たちに届けてくださいました。

「医療費控除のメリットは、金銭的な負担が軽減されるだけではない気がしています。いったん支払って「ない」と思っていたお金が戻ってくるというメリットの他に、1年間の医療費の集計をすることで、治療の振り返りにもなります。また、私自身、再発して以降特に「自分の身体のコントロールもできない」という自信のなさを抱えています。医療費控除は、作成に取り掛かれば必ず結果が出ます。そういった意味での達成感も、日々の気持ちを支えるうえで大切な気がしています。

また、患者さんから相談を受ける中で、特に再発乳がん患者さんから“こんなにお金がかかって家族に申し訳ない”という声をよく耳にします。そういう“うしろめたさ”“申し訳なさ”が、少しでもお金が戻ってくるという所で、ほんの少しでも解決できたら…と思っています。

本当に、確定申告は難しくありませんので、ぜひチャレンジしてみてください。1回がんばってやると、翌年は国税庁のHPでも前年のデータをもとに書類が作れるので、2年目から更に楽になります。分からない事は、どんどん税務署に聞いてください。持って行って質問しても大丈夫です。

まずは、やってみていただきたい！という事を最後にお伝えします」。

★確定申告に関する情報

[令和2年分 確定申告特集 \(nta.go.jp\)](https://nta.go.jp)

ライター：さかい ようこ

31歳で初発の診断を受け、術後9年6か月の検診で転移が見つかる。以後、さまざまな投薬をつなぎながら、今年の夏でABC歴も丸9年。仕事では、寄る年波か…全盛期を過ぎた感は否めないものの、まだまだ現役！ 月1の診察も、なんとか「安定」継続中。