生活応援バンク ろうきん

特集：医療費の確定申告ガイド

Support

Vol.12

2009年2月・3月

発行　社団法人全国労働金庫協会
〒101-0062　東京都千代田区神田駿河台2-5-15
TEL 03-3295-0718
FAX 03-3295-1140

ろうきん　検索

家族の年間医療費、きちんと把握してますか？

—年間10万円を超えたら、医療費控除で税金の還付を！—

1年間にかかった家族の医療費が10万円を超えたら、確定申告をすれば戻ってくること（医療費控除）を知っている人は多いと思いますが、「手続きの割りに、少ししか戻ってこないし、手続きも面倒くさそう」と思っている人が多いのではないでしょうか？「もったいない」が叫ばれる昨今、少しでも家計を助けるために面倒くさがらず確定申告にチャレンジしてみてはどうでしょうか。最近はインターネットでも申告できるようになりました。今年は無理でも、次年度の申告のためにも今から準備を！

1 医療費の確定申告に必要なもの

医療費の確定申告には、下記のような書類が必要となります。e-Tax（インターネットを使った申告手続き）を利用する場合は、書類を提出する必要はありませんが、税務署から提出を求められる場合がありますので必ずそろえておきましょう。

①確定申告書・医療費の明細書※医療費の確定申告に必要な書類は、国税庁ホームページ（http://www.nta.go.jp）内の「確定申告書等作成コーナー」から「各種様式」をクリックし、「確定申告書等」と「明細書・計算明細書」（3.医療費の明細書）よりダウンロードできます。　②源泉徴収票（控）　③医療費の領収証（病院、薬局の領収証など）④交通費の明細書（日付と金額のわかるもの。バス、電車などの公共交通機関は一覧表にまとめたものでOK）　⑤生命保険会社の「給付金支給決定通知書」（保険会社から給付金を受け取った場合）　⑥印鑑

平成 20 年分　医療費の明細書

この明細書は、申告書と一緒に提出してください。

住　所　○○県○○市○○町※※—※※—※
氏　名　労金　太郎

医療を受けた人	続柄	病院・薬局などの所在地・名称	控除の対象となる医療費の内訳 治療内容・医療品名など	支払った医療費	左のうち生命保険や社会保険などで補てんされる金額
労金　太郎	本人	○○市○○町 A 薬局	風邪薬	1,680 円	円
労金　恵子	妻	○○市○○町 A 薬局	風邪薬	1,980	
		○○市○○町 B 歯科医院	虫歯	55,000	
労金　翔太	長男	○○市○○町 C 病院	急性虫垂炎	180,000	35,000
		C 病院への交通費		12,000	
		●	●	●	
		●	●	●	
		●	●	●	
		●	●	●	
合　計				A 480,000	B 35,000

実際に支払った医療費の明細を記入。

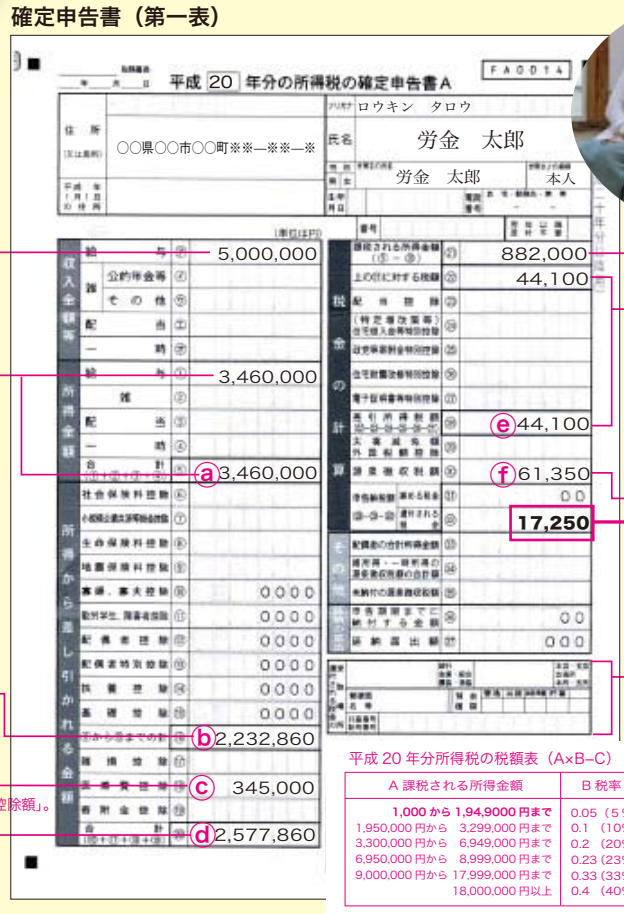
保険会社から治療費や入院費用が支給された場合は、この欄に記入します。

[控除額の計算]

支払った医療費	（合計）480,000 円	A
保険金などで補てんされる金額	35,000 円	B
差引金額（A − B）	（赤字のときは0円）445,000 円	C　480,000 − 35,000
所得金額の合計額	3,460,000 円	D　源泉徴収票の「給与所得控除後の金額」を記入。
D ×0.05	（赤字のときは0円）173,000 円	E　3,460,000 × 0.05
E と10万円のいずれか少ない方の金額	100,000 円	F　E が10万円以上の場合は10万円。10万円以下の場合はEの金額を記入。
医療費控除額（C − F）	（最高200万円、赤字のときは0円）345,000 円	445,000 − 100,000

2 確定申告書の書き方（給与所得者が申告する場合）

確定申告書（第一表）



源泉徴収票の「支払金額」。

源泉徴収票の「給与所得控除後の金額」。

所得控除合計額：社会保険料控除／生命保険料控除／地震保険料控除／基礎控除／配偶者控除／扶養控除

医療費明細書で算出した「医療費控除額」。

ⓑ + ⓒ

ⓐ − ⓓ（千円未満切り捨て）

所得税の税額表を元に税額を計算。
882,000 × 0.05 − 0 =44,100 円

源泉徴収票の「源泉徴収税額」。

ⓕ − ⓔ = ★還付される税金額！

還付される税金を受け取る銀行口座の内容を記載。

平成 20 年分所得税の税額表（A×B−C）

A 課税される所得金額	B 税率	C 控除額
1,000 から 1,94,9000 円まで	0.05（5%）	0円
1,950,000 円から 3,299,000 円まで	0.1（10%）	97,500 円
3,300,000 円から 6,949,000 円まで	0.2（20%）	427,500 円
6,950,000 円から 8,999,000 円まで	0.23（23%）	636,000 円
9,000,000 円から 17,999,000 円まで	0.33（33%）	1,536,000 円
18,000,000 円以上	0.4（40%）	2,796,000 円

確定申告書（第二表）

源泉徴収票の「支払金額」「源泉徴収税額」、会社名を記入。

医療費の明細書のAとBの金額を記入。

2月の行事：節分（3日）、建国記念の日（11日）、聖バレンタインデー（14日）　3月の行事：全国火災予防運動（1〜7日）、ひな祭（3日）、春分の日（20日）、放送記念日（22日）、世界気象デー（23日）

24時間利用で増々便利!

インターネットバンキング

※非営業日の振込利用は、営業日の入金となります。

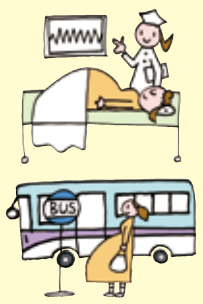
③ こんな場合も医療費控除の対象に!

❶申告し忘れた場合は、過去５年間まで申告OK!

医療費控除の対象となるのは、１月１日から12月31日までに支払った医療費ですが、申告もれがある場合は過去５年間に遡って申告することができます。

❷出産費用は、定期検診や通院費もOK!

妊娠と診断されてから必要となる通院や検査などの費用はすべて医療控除の対象に。通院の際の交通費ももちろん控除の対象になります。



❸ローンやクレジットで支払ったものもOK!

医療費控除は現金で支払ったものだけでなく、ローンやクレジットで支払ったものも対象となります。ローン会社の契約書や信販会社の領収証が必要で、ローン契約を結んだ年が控除の対象年となります。

❹共働きの場合も医療費の合算が可能!

共働きの場合、税金や社会保険料はそれぞれの給料から引かれますが、医療費控除については夫婦合算で申告することが可能です。

生計を同じにしている親族であれば、扶養家族でなくても医療費をまとめて申告することができます。

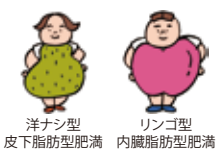
❺病気だけでなく介護費用も控除の対象に!

医療費控除は病気だけでなく、訪問介護費用やデイサービスを利用した際の交通費なども対象となります。

介護費用の控除については細かな規定が設けられていますので、申告する際は管轄の税務署に対象の有無を確認してみましょう。

医療費控除についての詳細は国税庁「確定申告の手引き」を参照。　http://www.nta.go.jp/tetsuzuki/shinkoku/shotoku/tebiki2008/index.htm
ネット申告はe-TAXの「確定申告コーナー」を参照。　http://www.e-tax.nta.go.jp/

健康コラム 1



子供たちにも忍び寄るメタボリックシンドローム

国家プロジェクトは果たして肥満を食い止められるのか?

◎全国で一番メタボが多いのは、長寿食で有名な沖縄県!

今や日本国内のメタボ患者は予備軍を合わせて約2010万人。政府の調査によれば、全国で最も肥満の人が多いのは沖縄県で、"健康長寿食"で有名な地域に肥満が多いというのはちょっと驚きです。沖縄料理というと、ラフテーなどの豚肉料理が有名ですが、昔の沖縄では肉料理は、〝晴れ〟の日にしか食べなかったそうで、沖縄県民を肥満に導いた原因は、米軍が持ち込んだ高カロリーなアメリカンフードの影響と言われています。

◎肥満の最大の特効薬は、豊かな食生活を改めること!

ファーストフードの影響はお隣韓国の子供達にも影響を与えており、ここ数年の間に韓国では肥満の子供達が急増。ソウル市内には子供専用のスポーツジムが誕生し、韓国政府は施設を利用する子供たちに月に約3000円の「減量支援金」を支給しています。

一方、15歳以下の子供の３割が肥満というイギリスでは、"肥満対策キャンペーン"に３年間で7500万ポンド（約100億円）の資金を投入する予定。ジャンクフードの広告規制や加工食品への"栄養表示ラベル"の導入など積極的な対策を行っていますが、成果は形になって現れていないのが現実です。肥満は豊かな食生活に溺れた現代人のツケ。

食生活を改めることが肥満の最大の特効薬なのかも知れません。

全国肥満度ランキング（BMI 25以上の比率）

	男性編		女性編	
１位	沖縄	46.9%	沖縄	26.1%
２位	北海道	34.8%	青森	22.7%
３位	徳島	34.4%	徳島	22.2%
４位	青森	33.7%	宮城	21.8%
５位	秋田	33.5%	福島	21.4%
６位	茨城	33.4%	茨城	21.2%
７位	宮城	33.2%	栃木	21.2%
８位	千葉	33.0%	大分	21.1%
９位	栃木	32.9%	秋田	21.1%
10位	岩手	32.8%	岩手	21.0%

（社会保険庁「2004年政府管掌健康保健生活習慣病予防検診調査」）

（参考資料：糖尿病ネットワーク「資料室」／「ワールドリポート」／「pro」）

今年は少し早くやってくるかも?

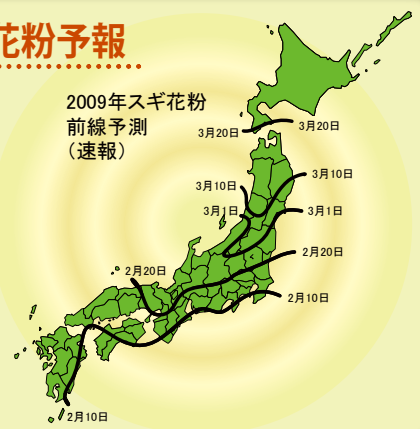
2009年花粉予報

◎2009年の花粉飛散量

2009年春のスギ・ヒノキ科花粉総飛散量は関東、東北地方は昨年と同じかやや少なく、東海、北陸から九州地方は昨年よりも多くなると予測されています。

スギ花粉の飛散開始は昨年よりも１～２週間程度早くなる模様。

特に東海以西では、かなり多めの雄花が観測されている地域があり、2009年はヒノキ科花粉の飛散量が多くなる地域が増えると予測されます。



（参考資料：環境省平成21年春の花粉総飛散量予測）

健康コラム 2

人ごみに出たら感染に注意!

新型インフルエンザの予防と対策

新型インフルエンザとは動物、特に鳥類のインフルエンザウィルスが人に感染し、人の体内で人感染用のウィルスに変化してしまうことで起きる病気のこと。普通のインフルエンザとの違いは症状がかなり重く、感染率や死亡率が非常に高い点で、1918年の「スペインイン風邪」では、世界で約4000万人、日本国内で約39万人もの死者を出す大きな被害をもたらしました。

◎新型インフルエンザの治療と対策

日本政府は現在流行している鳥インフルエンザウィルス（H5N1）に対するワクチンとしてプレパンデミックワクチン※を製造し、約1000万人分を備蓄していますが、別の新型インフルエンザが発生してしまった場合は、新しいワクチンが必要。また、治療薬としては経口内服薬のタミフル※や経口吸入薬のリレンザ※を備蓄していますが、人によっては副作用をもたらすため投与には慎重な判断が求められています。

◎家庭でできる新型インフルエンザ対策

新型インフルエンザの出現は予測が不可能なため、人ごみに出たら感染しないようにすることが何よりも大切です。

1）人ごみや繁華街に外出する際は、ミクロ粒子をシャットアウトする"不織布"製のマスクを着用する。

2）ウィルスは様々な所に点在しているので、外出後はうがいと手洗いを徹底する。

3）空気が乾燥すると粘膜の防衛機能が低下し感染しやすい状況に。室内では加湿器などを使用し、十分な湿度を保つ。

4）日頃から十分な休養とバランスのとれた食事を心がけ、体の抵抗力を高める。

「プレパンデミックワクチン」とは

"パンデミック"とは感染症や伝染病が世界的規模で流行することを表す言葉で、新型インフルエンザを基に製造されるワクチンを"パンデミックワクチン"と呼んでいる。

"プレパンデミックワクチン"とは、現在最も世界感染が危惧されている鳥インフルエンザに対するワクチンのことで、現在備蓄されているワクチンは、昨年４月に十和田湖の白鳥の死骸から検出されて話題となった、強毒型のH5N1型ウィルスを元に製造されたものとなっている。

「タミフル」とは

インフルエンザの治療内服薬で薬剤名は「リン酸オセルタミビル」。インフルエンザの発症後48時間以内に服用しないと効果がなく、ウィルスの増殖を抑制し、発熱の期間を１日ほど縮める効果があると言われている。

「リレンザ」とは

経口吸入タイプのインフルエンザ治療薬。喉の粘膜はインフルエンザウィルスの活動部位であるが、吸入タイプのリレンザはウィルスに対して直接作用することができるため、薬効が出やすいと言われる。発症後２日以内に用いることが必要で、近年の研究ではワクチンの代わりとして予防にも効果があるいう説もある。

インフルエンザなど感染症に関する悩みや相談は、下記窓口へ。

新型インフルエンザ相談等感染症相談窓口　TEL 03-3234-3479

（午前９時～午後５時）

（参考資料：厚生労働省「新型インフルエンザ関連情報」／日本医師会「インフルエンザ総合対策」）