



編集元
Team CO-U-ME
毎月1日発行

こうめちゃんがお届けします。
—つなげる つながる 医療の輪!!—

薬剤部 DI ファーマ^{シー}紙 No. 131

栄養科 でらうまニュース No. 26

第131号

R4年7月号



DI ファーマ紙 No.131

医薬品情報管理室では、副作用報告を積極的に行っていきたいと考えています。ご面倒でも、有害事象があった場合は病棟担当薬剤師にご一報いただきますようお願い致します。

TOPICS

新セルフメディケーション税制について

【はじめに】

セルフメディケーション（Self-medication：自主服薬）は、世界保健機関（WHO）において「自分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」と定義されています。このセルフメディケーションを推進するために、2017年1月よりセルフメディケーション税制という新しい税控除制度が始まりました。今回、2022年1月に内容が見直されて対象品目も大幅に拡大されたのでご紹介いたします。

【セルフメディケーション税制とは】

セルフメディケーション税制とは、「特定の成分を含んだ一般用の市販薬（以下：OTC 医薬品）の1年間（1月～12月）に **12,000円以上** 購入し、一定の条件を満たしている場合に翌年の確定申告で税金が戻ってくる仕組みです。セルフメディケーション税制は自分だけでなく、生計を一にする家族や親族が購入したのも対象となるため、セルフメディケーション中心の家庭であれば、12,000円は1年間ですぐに到達する金額といえます。

OTC 医薬品とは、医師の処方が必要な医療用医薬品とは違い、街にあるドラッグストア等で購入できる医薬品のことです。「Over The Counter（オーバー・ザ・カウンター）」の略が語源で、カウンター越しに医薬品を販売するスタイルに由来しています。その中に「スイッチ OTC 医薬品」と呼ばれるものがあります。これは、「医療用から転用された医薬品」のことで、医療機関で処方される医薬品と同等の効果が期待できる OTC 医薬品です。

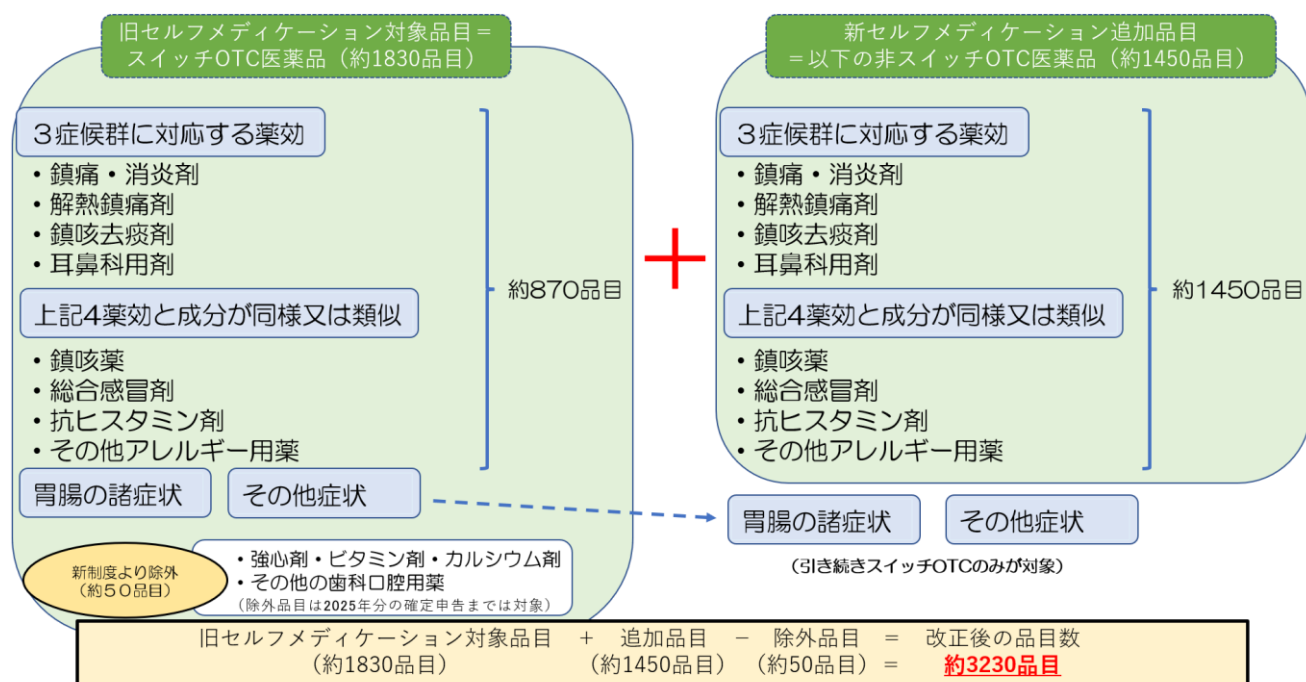
昨年までのセルフメディケーション税制では、このスイッチ OTC 医薬品のみが対象となってきましたが、2022年1月からは、スイッチ OTC 医薬品以外の一般用医薬品（鎮痛消炎剤、解熱鎮痛剤、鎮咳去痰剤、耳鼻科用剤）が追加されました。アセトアミノフェンやメチルエフェドリン、リン酸コデイン、マオウ成分等が新しく対象成分になり一気に対象品目も拡大されました。マオウが追加されて、葛根湯、麻黄湯、五虎湯、小青竜湯、防風通聖散等の漢方薬も対象になったことも大きな変更点と言えます¹⁾。一方、強心剤、ビタミン剤、カルシウム剤等は除外されました（図1）。



対象商品には上記の対象となる医薬品の箱には「セルフメディケーション/税/控除/対象」という言葉がマークとして記載されています。また購入レシートの対象医薬品に印等が記載されています。

頻繁に対象商品が追加・削除されているため、最新の情報は、厚生労働省のHP上の下記サイトから「セルフメディケーション税制対象医薬品 品目一覧」をご確認ください。

セルフメディケーション対象医薬品確認サイト（厚生労働省HP）→
 セルフメディケーション税制（特定の医薬品購入額の所得控除制度）について
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>



厚生労働省 セルフメディケーション推進に関わる有識者検討会議資料
 セルフメディケーション税制の改正点 令和3年11月26日 (厚生労働省 医政局 経済課 セルフケア・セルフメディケーション推進室) より引用

図 1. セルフメディケーション税制対象医薬品の改正点

【セルフメディケーション税制と従来の医療費控除との違い】

従来の医療費控除とは、自分や家族のために支払った医療費などの負担額が年間 10 万円を超えた場合（所得が 200 万円未満の人は「所得金額×5%」の額）、その超えた金額について所得控除を受けられる制度です。対象となるものは主に治療目的のものです。医療機関に支払った治療費のほか、通院のための交通費（原則タクシー代は不可だが、例外はあり）や、**治療のため**にドラッグストア等で購入した OTC 医薬品も控除対象に含まれます。

一方、セルフメディケーション税制は、自身で購入した OTC 医薬品を使い治療を行う「セルフメディケーション」を促進するための制度です。対象 OTC 医薬品の購入額が年間 12,000 円を超えた場合、超えた部分の金額（上限 88,000 円）について一定の条件（表 1）を満たせば所得控除を受けられますが、従来の医療費控除との併用はできません（図 2）。

表 1. セルフメディケーション税制と従来の医療費控除対象条件の違い

	セルフメディケーション税制	従来の医療費控除
控除対象額	12,000 円以上	10 万円以上（所得が 200 万円未満の人は「所得金額×5%」の額以上）
上限額	88,000 円	200 万円
対象となるもの	対象となる OTC 医薬品のみ	治療費、医薬品購入費（治療目的）、検査費用、通院にかかった交通費など
申告時に必要なもの	セルフメディケーション税制の明細書、レシート（5 年間保管）、源泉徴収票等	レシート（5 年間保管）、源泉徴収票等
控除の条件	健康維持増進等に関する以下の取り組みを申請者が行うこと（1 つ以上）。 ・健康診査・予防接種・定期健康診断・特定健康診査・がん検診等（5 年間保管）	なし

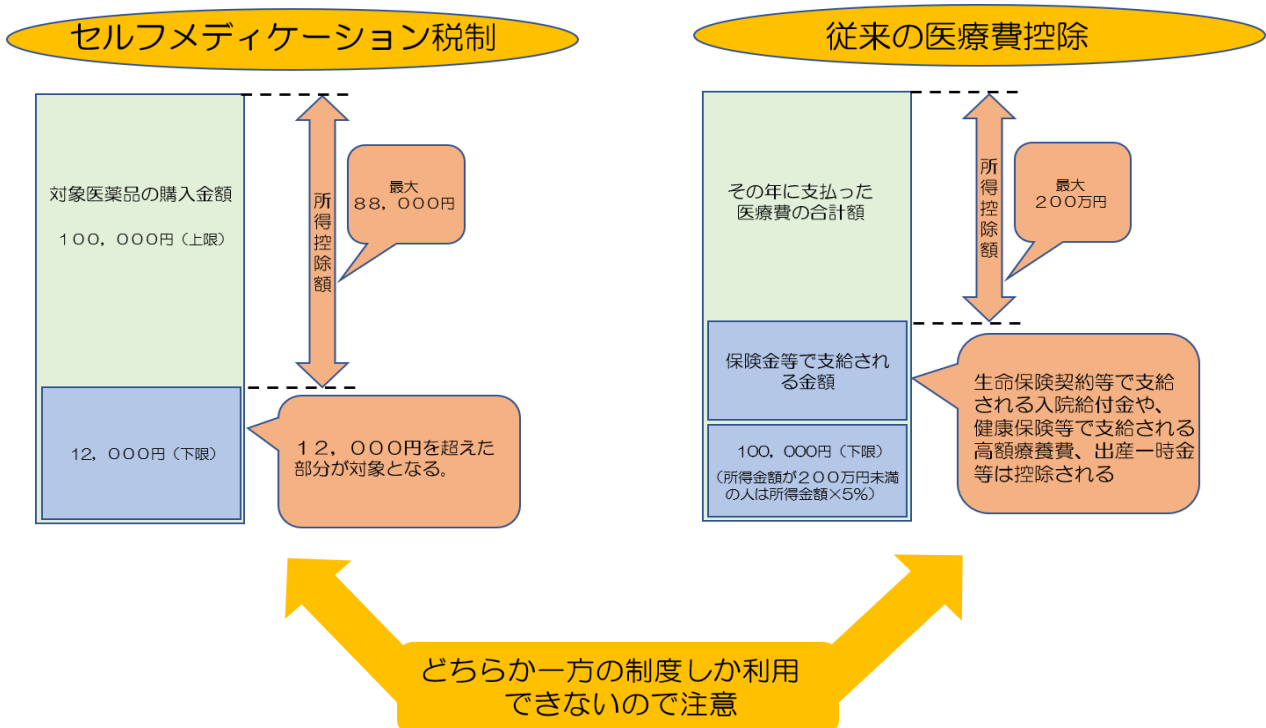


図 2. セルフメディケーション税制と従来の医療費控除のイメージ

しかし、10 万円を超えたら医療費控除を利用すればいいということでもありません。10 万円を超えていても、セルフメディケーション税制を利用したほうが得をする場合（表 2）もあります。

表 2. セルフメディケーション税制と従来の医療費控除の具体例

セルフメディケーション税制	従来の医療費控除
対象OTC医薬品の購入額・・・50,000円/年 医療機関での自己負担額・・・80,000円/年	対象OTC医薬品の購入額・・・50,000円/年 医療機関での自己負担額・・・80,000円/年
対象となる合計額・・・50,000円/年 5万円－12,000円＝38,000円（控除額） 所得税：38,000円×20%（税率）＝7,600円 住民税：38,000円×10%＝3,800円	対象となる合計額・・・130,000円/年 13万円－10万円＝30,000円（控除額） 所得税：30,000円×20%（税率）＝6,000円 住民税：30,000円×10%＝3,000円
合計11,400円の減税	合計9,000円の減税

※年間所得420万円（所得税率20%）の場合（国税庁・総務省ホームページ参照）

わかりやすく、以下のように覚えておくと良いかもしれません。

- ① 対象OTC医薬品の購入額が年間10万円を超えない場合はセルフメディケーション税制を利用（医療費控除ではそもそも対象とならない）
- ② 対象OTC医薬品の購入と医療機関での自己負担の合計額が年間10万円～18万8,000円の場合は控除額の大きい方を利用する
- ③ 対象OTC医薬品の購入と医療機関での自己負担の合計額が年間18万8,000円を超える場合は医療費控除を利用した方が得になる

※ OTC 医薬品はセルフメディケーション税制、医療費控除の双方の対象商品とした場合

※ 年間所得 420 万円（所得税率 20%）の家庭の場合

※ 高額療養費制度や民間保険金の補填などは利用しなかった場合

下記に「セルフメディケーション税制」と「従来の医療費控除」のシュミレーションサイトを記載いたします。

[日本一般用医薬品連合会 HP→](#)

[どれだけおトク？ | 知ってトクする セルフメディケーション税制 \(jfsmi.jp\)](#)

[\(https://www.jfsmi.jp/lp/tax/refund/\)](https://www.jfsmi.jp/lp/tax/refund/)

※ここでは、「医療費控除」と「セルフメディケーション税制」のどちらがお得か、シュミレーションできます。

また、セルフメディケーション税制と従来の医療費控除で対象となるOTC医薬品が異なる点があり、注意が必要です。ドラッグストア等で購入できるOTC医薬品は、セルフメディケーション税制と従来の医療費控除の両方対象となるもの、どちらか一方のみ対象となるもの、または両方対象とされないものもあります（図3）。

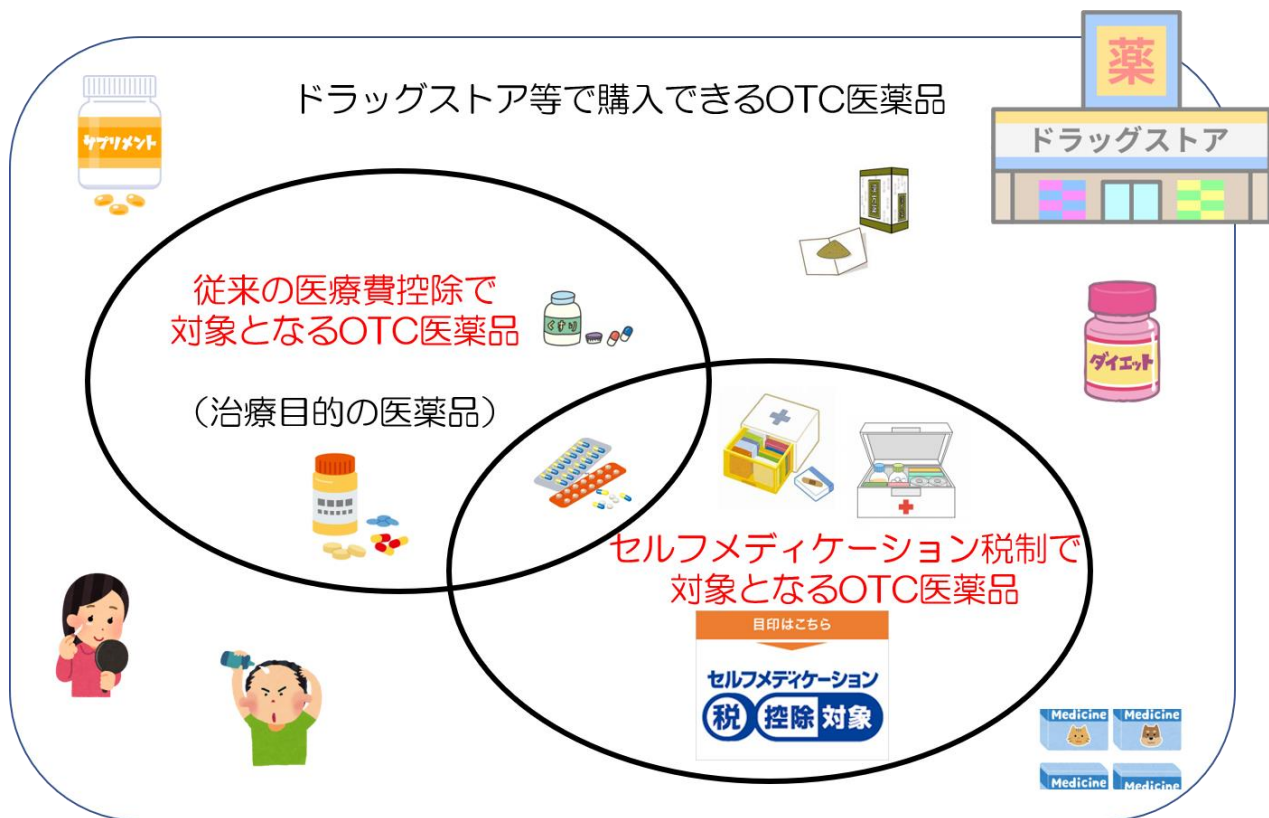


図3. セルフメディケーション税制と従来の医療費控除で対象となるOTC医薬品

【まとめ】

現在、新セルフメディケーション税制という制度の認知度は約4割で、実際に理解されているという方の割合は約1割との報告もあります²⁾。今回の改正されたポイントも含めて正しく理解し、対象となる方はぜひ活用し、「自分の健康を自分で守る」意識を持つきっかけとなり、結果として医療費削減につながることを期待されています。また、セルフメディケーション税制を推進するために、さらなる対象品目の拡大、及び手続きの簡略化が求められています。

参考文献

- 1) 厚生労働省 セルフメディケーション推進に関わる有識者検討会資料 (令和3年11月)
- 2) セルフメディケーション税制に関する生活者15万人調査2021 日本OTC医薬品協会
- 3) 厚生労働省ホームページ セルフメディケーション税制に関するQ&A (平成29年9月1日)

文責：薬剤部

【副作用報告件数】 6月 2件（アリケイス[®]による薬剤性肺障害）
 【輸血副作用報告件数】 4月 0件、5月 0件、6月 0件



日々お忙しい毎日を過ごしておられることと思いますが、皆さんお変わりありませんでしょうか。くれぐれもお体には気を付け、健やかに過ごしてください。

今月のメニュー

嚥下食4「粗きざみ食」導入について

【そもそも嚥下食（嚥下調整食）とは？】

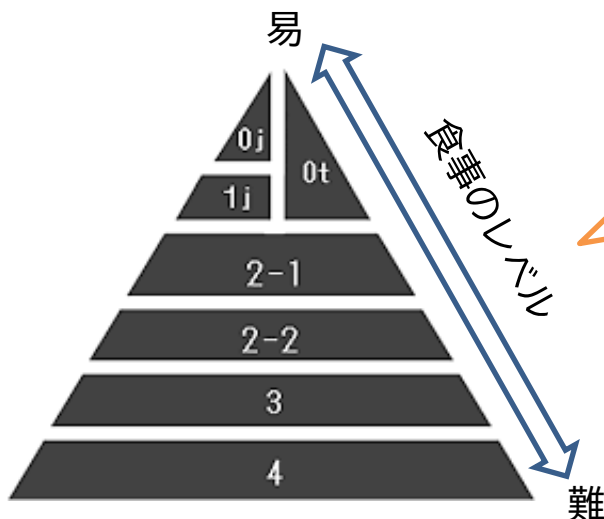
嚥下機能のレベルに合わせて飲み込みやすいように形態やとろみ、食塊のまとまりやすさなどを調整した食事のことです。高齢などによって飲み込みや咀嚼といった嚥下機能の低下がみられる方に提供しています。

【日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2021(学会分類 2021)】

国内の病院・施設・在宅医療および福祉関係者が共通して使用できることを目的とし、食事およびとろみについて段階分類を示したものが2013年に公表されました。

そして公表から8年、新たな知見や会員からのパブリックコメントを受けて改訂され「日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2021(学会分類 2021)」が新たに公表されました。

日本摂食嚥下リハビリテーション学会では、嚥下食を嚥下のレベルによってコード番号を用いて5段階に分類しています。学会分類では、原則的に段階を形態のみで示し、量や栄養成分については設定されていません。



当院の嚥下食は、
学会分類 2021 に基づいて
作成しています！

【学会分類 2021（食事） 早見表】

コード [I-8項]	名称	形態	目的・特色	主食の例	必要な咀嚼能力 [I-10項]	他の分類との対応 [I-7項]
0	j 嚥下訓練 食品 0j	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス状にすくうことが可能なもの	重度の症例に対する評価・訓練用 少量をすくってそのまま丸呑み可能 残留した場合にも吸引が容易 たんぱく質含有量が少ない		(若干の送り込み能力)	嚥下食ピラミッドL0 えん下困難者用食品許可基準Ⅰ
	t 嚥下訓練 食品 0t	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したとろみ水 (原則的には、中間のとろみがあるいは濃いところみがどちらかが適している)	重度の症例に対する評価・訓練用 少量ずつ飲むことを想定 ゼリー丸のみで誤嚥したりゼリーが口中で溶けてしまう場合 たんぱく質含有量が少ない		(若干の送り込み能力)	嚥下食ピラミッドL3の一部 (とろみ水)
1	j 嚥下調整食 1j	均質で、付着性・凝集性・かたさ、離水に配慮したゼリー・プリン・ムース状のもの	口腔外で既に適切な食塊状となっている (少量をすくってそのまま丸呑み可能) 送り込む際に多少意識して口蓋に舌を押しつける必要がある 0jに比し表面のざらつきあり	おもゆゼリー、 ミキサー粥のゼリーなど	(若干の食塊保持と送り込み能力)	嚥下食ピラミッドL1・L2 えん下困難者用食品許可基準Ⅱ UDF区分 かまなくてよい (ゼリー状) *UDF:ユニバーサルデザインフード
2	1 嚥下調整食 2-1	ビューレ・ペースト・ミキサー食などで、均質でなめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの スプーンですくって食べることが可能なもの	口腔内の簡単な操作で食塊状となるもの	粒がなく、付着性の低いペースト状のおもゆや粥	(下顎と舌の運動による食塊形成能力および食塊保持能力)	嚥下食ピラミッドL3 えん下困難者用食品許可基準Ⅲ UDF区分 かまなくてよい
	2 嚥下調整食 2-2	ビューレ・ペースト・ミキサー食などで、べたつかず、まとまりやすいもので不均質なものをきむ スプーンですくって食べることが可能なもの	(咽頭では残留、誤嚥をしにくいように配慮したもの)	やや不均質(粒がある)でもやわらかく、離水もなく付着性も低い粥類	(下顎と舌の運動による食塊形成能力および食塊保持能力)	嚥下食ピラミッドL3 えん下困難者用食品許可基準Ⅲ UDF区分 かまなくてよい
3	嚥下調整食 3	形はあるが、押しつぶしが容易、食塊形成や移送が容易、咽頭でばらけず嚥下しやすいように配慮されたもの 多量の離水がない	舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの。押しつぶしや送り込みの口腔操作を要し(あるいはそれらの機能を賦活し)、かつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの	離水に配慮した粥 など	舌と口蓋間の押しつぶし能力以上	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分 舌でつぶせる
4	嚥下調整食 4	かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないもの 箸やスプーンで切れるやわらかさ	誤嚥と窒息のリスクを配慮して素材と調理方法を選んだもの 歯がなくても対応可能だが、上下の歯槽堤間で押しつぶすあるいはすりつぶすことが必要で舌と口蓋間で押しつぶすことは困難	軟飯・全粥など	上下の歯槽堤間の押しつぶし能力以上	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分 舌でつぶせるおよび UDF区分 歯くきでつぶせるおよび UDF区分 容易にかめるの一部

当院の食事

→ ゼリー食

→ とろみ食

→ 粒とろみ食

→ ソフト食

→ 粗きざみ食
→ 五分菜食

画像引用：栄養指導 NAVI

当院では 2022 年 5 月中旬から、よりスムーズに普通食に近づけるようコード 4[粗きざみ食]を導入しました。粒とろみ食では形態を落としすぎるが、五分菜食はまだ食べられないという患者さまに提供しています。

また、他院からの紹介で当院に入院される患者さまにも対応しやすくなりました。

粗きざみ食は五分菜食を形態調整しています。そのため、揚げ物などの脂質が多い料理や固く繊維の多い食材は使用していません。咀嚼しやすいよう配慮されているため、煮炊きされた柔らかいおかずが中心となっています。

粗きざみ食は、五分菜食を一口大 (1.5 cm) よりも小さい 0.5~0.8 cmに刻み、誤嚥を防ぐために汁気を切り、上から餡をかけています。



【嚥下食 4 五分菜食】



【嚥下食 4 粗きざみ食】



【嚥下食 2-2 粒とろみ食】



粒とろみ食も五分菜食を形態調整して作っています。
五分菜食をミキサーにかけ、少し粒が残る程度の不均質なミキサー食にとろみ剤を添加しています。

当院栄養管理室では、今後もより良い食事を提供するため、社会情勢を鑑みながら常に食事内容について見直しを行っていきます。

何かご不明な点については、栄養管理室までご連絡ください。

参考文献

- ・日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2021
- ・栄養指導NAVI ヘルシーフードグループ
- ・健康長寿ネット 公益財団法人長寿科学振興財団

