



休職中に活用できる社会保障制度 を理解しよう

メンタルヘルスの不調により休職した労働者のためのリーフレット

目次

1. はじめに	1
2. 利用できる制度と利用可能な時期	2
3. 年次有給休暇	3
1) 年次休暇の取得のタイミング	3
2) 年次休暇未消化の場合	3
3) 年次休暇の支給日数	3
4. 企業の給与補償制度	4
5. 所得補償保険 団体長期障害所得補償保険（GLTD）	5
6. 傷病手当金	6
1) 受給の4要件	6
2) 申請書類の取り寄せ方	7
3) 申請方法	7
4) 手続きから受給開始まで	7
5) 支給期間	7
6) 支給金額	8
7) 傷病手当金受給中に退職になってしまった場合	8
7. 雇用保険（基本手当）	10
1) 受給対象	10
2) 受給資格	11
3) 受給資格に該当しない場合	11
4) 給付金額	11
5) 給付日数	12
6) 受給期間延長について	13
7) 手続きの流れ	14
8) 基本手当以外の保険給付	14
8. 障害年金	16
1) 受給要件	16
2) 障害等級	17
3) 必要書類	17
4) 障害年金の請求方法	18
5) 手続きの流れ	19
6) 受給金額	20
9. 精神障害者保健福祉手帳	21
1) 等級と判定基準	21

2)	受けられるサービス.....	22
3)	手続きの流れ.....	23
10.	生活保護制度.....	24
1)	受給要件.....	24
2)	扶助の種類.....	24
3)	相談窓口と必要書類.....	25
11.	生活福祉資金貸付制度.....	26
1)	貸付対象.....	26
2)	貸付資金の種類.....	26
3)	貸付金利子・連帯保証人.....	28
4)	手続きの概要.....	28
12.	自立支援医療制度.....	29
1)	対象となる医療費.....	29
2)	治療費.....	29
3)	手続きの流れ.....	31
13.	高額療養費制度.....	32
1)	対象となる医療費.....	32
2)	手続き.....	32
3)	69 歳以下の方の上限額.....	32
4)	世帯合算.....	34
14.	医療費控除.....	35
1)	要件.....	35
2)	対象となる医療費.....	35
3)	控除される金額.....	37
4)	手続き.....	38
作成者／研究助成金名／作成年月.....		39

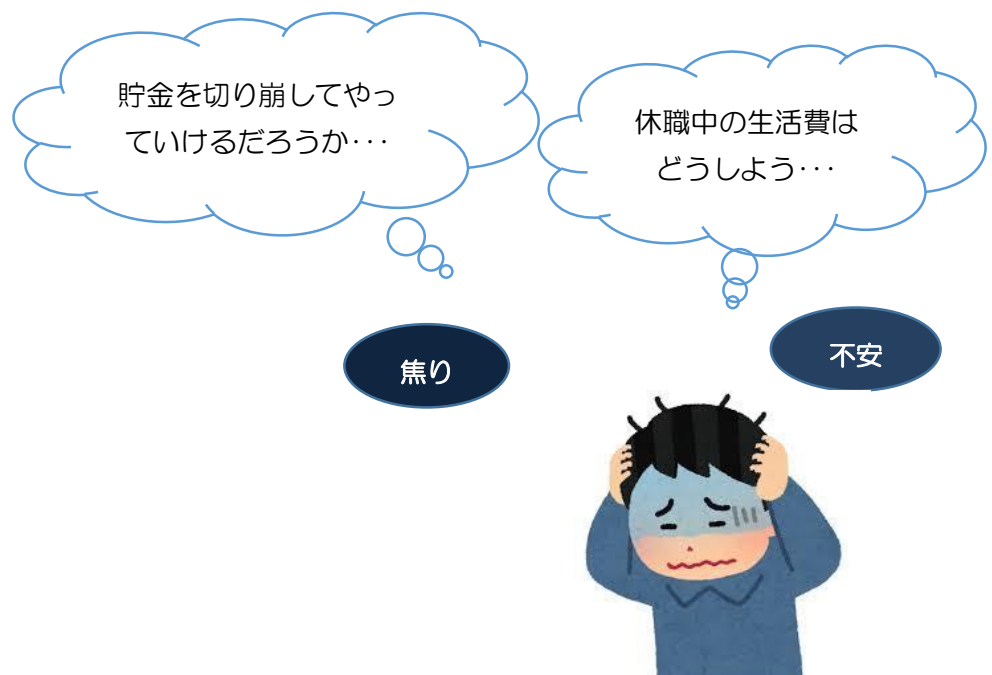
1. はじめに

メンタルヘルスによる休職は長期化すること多いため、医療費や生活費など金銭面での不安を抱える方も少なくありません。また、経済的な不安から、十分に回復していないにも関わらず、復職を焦ってしまうこともあります。

現在では、医療費の負担を軽減したり、生活費を補填するさまざまな制度が整えられています。例えば「自立支援医療制度」では、健康保険による負担を1割に軽減できるため、多くの休職者が制度を活用しています。また、「傷病手当金」は、被保険者の生活を保障する制度で、給与の6割程度の手当金の給付を受けることができます。

このリーフレットでは、これらの制度について詳しくご紹介していきます。

Aさんと一緒に休職中に活用できる社会保障制度を学んでいきましょう。



【Aさん】

- ・ 40代男性、電機メーカー勤務
- ・ 専業主婦の妻と高1の娘、中1の息子の4人暮らし
- ・ 昇進に伴い、職場の人間関係と過重労働によりうつ病を発症
- ・ 現在は休職7か月目

2. 利用できる制度と利用可能な時期

治療と就労の両立を支えるためのさまざまな制度があります。下表は、それぞれの制度を使える時期の目安を示したものです。これから、各制度について解説をしていきます。

	勤務	休職	復職 (勤務)	退職
年次有給休暇	→		→	
企業の給与補償制度		→		
所得補償保険		→		
傷病手当金		→		→
雇用保険（基本手当）				→
保険給付				→
障害年金	→	→	→	→
精神障害者保健福祉手帳	→	→	→	→
生活保護制度	→	→	→	→
生活福祉金貸付制度	→	→	→	→
自立支援医療制度	→	→	→	→
高額療養費制度	→	→	→	→
医療費控除	→	→	→	→



3. 年次有給休暇



社会保険労務士

病気を早く治して仕事に戻らないと…
気持ちが焦ってしまいます。

落ち着いて治療に専念することも大切です。
まずは年次有給休暇がどのくらい残っているか
を確認してみましょう。



年次有給休暇とは

一定期間勤務した労働者に対して、心身の疲労を回復して、ゆとりある生活を保障するために付与される休暇のことで、「有給」で休むことができる休暇（取得しても賃金が減額されない休暇）のことです。

POINT！

- ・ 要件：継続した6か月間の勤務のうち、8割以上出勤した場合
- ・ 支給金額：出勤した場合と同額の給与が支給される

1) 年次休暇の取得のタイミング

労働者が請求したタイミングで取得できます。

2) 年次休暇未消化の場合

翌年に限り、未消化の日数を繰り越すことができます。

3) 年次休暇の支給日数

年次休暇の支給日数は、労働時間・日数や勤続年数によって違います。自分に付与された年次休暇を確認してみましょう。

【年次休暇の支給日数の一覧表】

所定労働時間・日数			勤続年数						
時間/週	日数/週	日数/年	6ヶ月	1年6ヶ月	2年6ヶ月	3年6ヶ月	4年6ヶ月	5年6ヶ月	6年6ヶ月～
30時間以上			10日	11日	12日	14日	16日	18日	20日
30時間未満	5日～	217日～							
	4日	169～216日	7日	8日	9日	10日	12日	13日	15日
	3日	121～168日	5日	6日		8日	9日	10日	11日
	2日	73～120日	3日	4日		5日	6日		7日
	1日	48～72日	1日	2日			3日		

Q&A コーナー

Q パートタイムでも年次有給休暇は取得できますか？

A パートタイムでも取得できます。年次有給休暇は労働基準法で定められた制度であり、企業にはこれを与える義務があります。

Q 年次有給休暇を取得した場合、昇給や賞与に影響はありますか？

A 労働基準法では、労働者が年次有給休暇を取得したことによって不利益を被らないように定められています。

4. 企業の給与補償制度

所属する企業が給与補償制度を有していたり、所得補償保険に加入している場合があります。人事労務担当者に確認してみましょう。

企業の給与補償とは

欠勤中の賃金を補償する制度です。

POINT !

- ・ 会社独自の制度であり、この制度がある場合とない場合がある
- ・ 支給額が決まっており、就業規則に記載されている

5. 所得補償保険 団体長期障害所得補償保険（GLTD）

団体長期障害所得補償保険とは

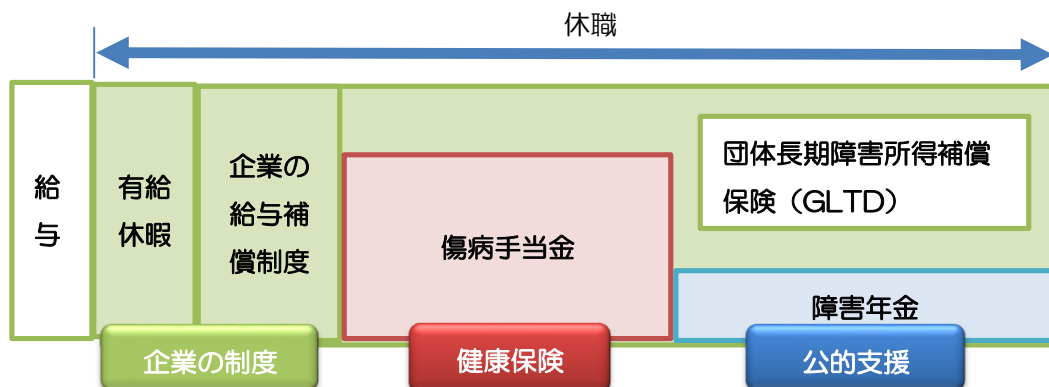
長期間、障害により働けなくなった従業員の所得を補償するために、企業が加入する民間の損保会社の保険です。

POINT！

- ・ 民間の損保会社に参加する（精神疾患による休業をカバーしない場合もある）
- ・ 勤務先の団体長期障害所得補償保険（GLTD）の加入状況を人事労務担当者に確認しておく
- ・ 補償額や補償期間、支給のタイミング等は契約内容により異なるため、人事労務担当者に確認しておく



下図は休職時の金銭的なサポートの活用例です。支援を利用すれば、給与所得がなくなっても、しばらくの間は収入ゼロの状態を免れることができます。



*企業の給与補償制度、団体長期障害所得補償保険の有無は企業により異なります。障害年金は要件に該当する場合に受給することができます。



企業の制度や健康保険、公的支援などを組み合わせて活用することで、生活のための収入をカバーできるのですね。これなら落ち着いて治療に専念できそうです。

6. 傷病手当金

傷病手当金とは

業務外の事由による病気やケガの療養のために休業した際、被保険者とその家族の生活を保障するための制度で、健康保険から支給されます。

POINT !

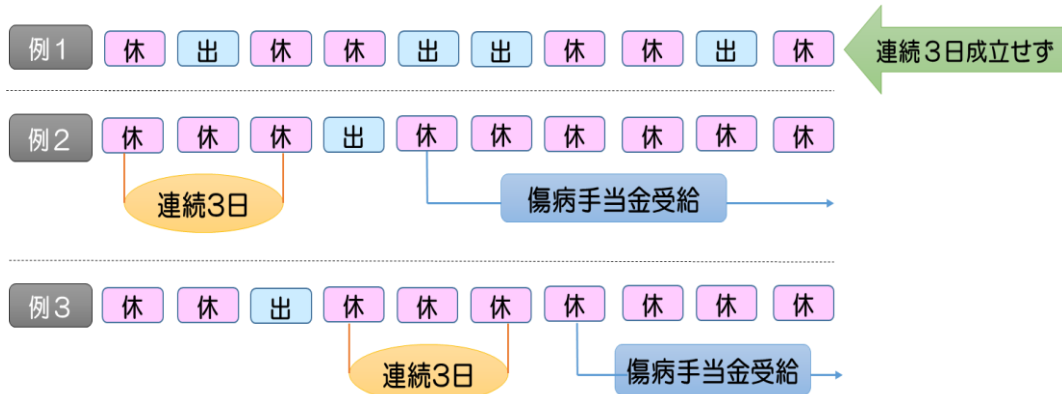
- ・ 対象：健康保険（協会けんぽ・健康保険組合）の被保険者
- ・ 要件：病気やケガの療養のため、4 日以上休業し、その期間の給与支払いがないこと
- ・ 手続き：「傷病手当金支給申請書」を健康保険組合へ提出する
- ・ 支給期間：1 年 6 か月
- ・ 支給金額：1 日当たりの標準報酬月額×1/30×2/3

健康保険には、病気やケガをした時の生活保障のために「傷病手当金」という制度があります。ここでは制度の内容を紹介します。

1) 受給の4要件

健康保険組合の被保険者で、下記の 4 要件を満たす場合に受給できます。

- ① 業務外の事由による病気やケガの療養のための休業であること
- ② 仕事に就くことができないこと
- ③ 連続する 3 日間を含み 4 日以上仕事に就けなかったこと
- ④ 休業した期間について給与の支払いがないこと



2) 申請書類の取り寄せ方

- 健康保険組合の場合
会社または健康保険組合に問い合わせましょう。
- 協会けんぽの場合
全国健康保険協会（協会けんぽ）のHP からダウンロード出来ます。
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g2/cat230/r124>



3) 申請方法

- ① 申請書類を取り寄せます。
- ② 申請書の療養担当者記入欄に、医師の意見を記入してもらいます（費用が発生します）。
- ③ 申請書の事業主記入欄に、勤務状況、賃金支払い状況等を記入してもらいます。
- ④ 加入している健康保険組合へ傷病手当金支給申請書を提出します。（会社経由で提出する場合もあるので、事前に確認しましょう）

4) 手続きから受給開始まで

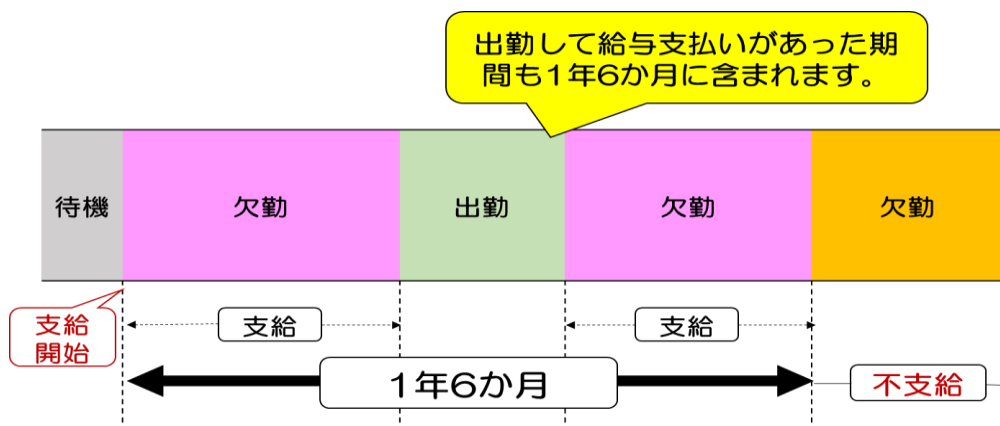
健康保険組合の審査を経て支給が開始されます。手続き開始から受給開始までに、2～3 か月かかることもあります。



傷病手当金は申請後、すぐに支給されるのかと思っていました。手続きは早めに行うことが大切ですね。
早速、人事労務担当者にお問い合わせしてみようと思います。

5) 支給期間

支給期間は、支給開始日から最長 1 年 6 か月です。1 年 6 か月の間に出勤期間があり、その後、再び同じ病気やケガにより欠勤した場合には、出勤期間も 1 年 6 か月間に算入されます。



6) 支給金額

1日当たりの支給額は、支給開始日以前の継続した12か月間の各月の「標準報酬月額」を平均した額÷30日×2/3（1円未満は四捨五入）となります。給与の支払いがあり、その給与額が傷病手当金の額より少ない場合は、傷病手当金と給与の差額が支給されます。

＊自分の標準報酬月額は、人事労務担当者に確認しましょう。

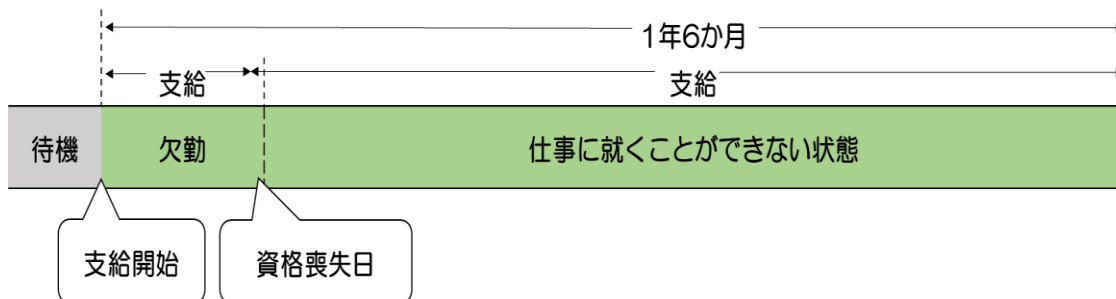
＊報酬とは、基本給、残業手当、住宅手当、通勤手当、家族手当、勤務手当などで賞与は含みません。

報酬月額の約3分の2と考えると、おおよその目安がつかますね。

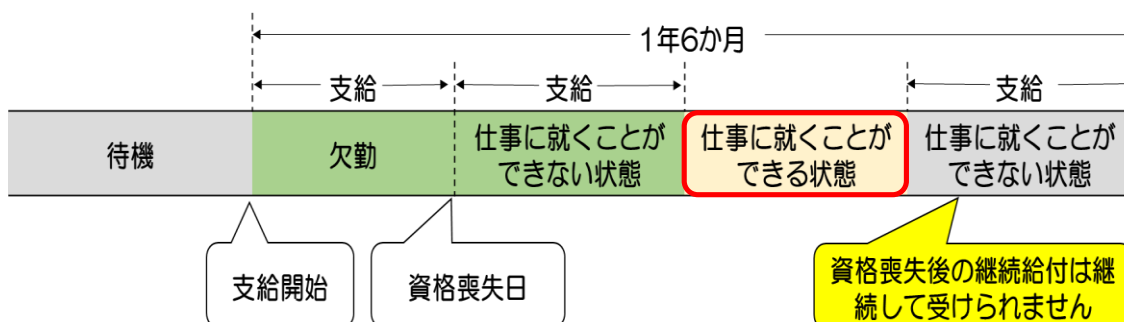


7) 傷病手当金受給中に退職になってしまった場合

資格喪失日の前日（退職日など）まで被保険者期間が継続して1年以上あり、被保険者資格喪失日の前日（退職日など）に、現に傷病手当金を受けているか、受けられる状態であれば、退職後も引き続き支給を受けることができます。



ただし、一旦仕事に就くことができる状態になった場合は、その後、再び仕事に就くことができない状態になっても、傷病手当金は支給されません。



Q&A コーナー

Q 自営業やパートタイムで働いており、国民健康保険に加入しているのですが、傷病手当金を受給することはできますか？

A 国民健康保険は任意給付制度をとっているので、自治体によって支給される場合とそうでない場合があります。加入地域の国民健康保険組合にご確認ください。

Q 以前にうつ病の診断で傷病手当金を受給したことがあります。うつ病が再発した場合、傷病手当金を再度、受給することはできますか？

A 1 回目の受給開始日から 1 年 6 か月を超えていない場合には、1 年 6 か月の範囲内で再受給が可能です。1 年 6 か月の受給期間を超えている場合には、同一傷病では受給することができません（前回がうつ病、今回はガンなど、別の傷病の場合には受給できます）。

Q 前は「うつ病」の診断名で傷病手当金を受給しました。今回の休職では診断名が「発達障害、うつ症状」に変わりました。再度、傷病手当金を受給することはできますか？

A 1 回目の受給から 1 年 6 か月を超えており、「社会的治癒」に該当する場合には、別の傷病となるため申請できます。また、同じ傷病であっても前回とは発症した原因、症状などが異なると判断されれば、2 回目の申請も可能と判断される場合もまれにあります。最終的に判断するのは、「健康保険組合」となるため確認しましょう。

＊「社会的治癒」とは通院などをしていない場合、就業をしている場合、傷病が固定化して、医療行為を受けていない場合などが該当します。



7. 雇用保険（基本手当）



会社を退職しなくてはならなくなった時に、次の就職先が見つかるまでの間、利用できる制度はありますか？

雇用保険の基本手当の給付を受けることができますよ。



雇用保険（基本手当）とは

いわゆる「失業手当」と呼ばれるもので、失業中に安定した生活を送りつつ、再就職するための活動を支援します。

POINT！

- ・ 対象：雇用保険の一般被保険者
- ・ 要件：①失業中であり、②すぐに働ける状態であること
- ・ 手続き：住所地を管轄するハローワークで、離職票、マイナンバーなどを提出して申請手続きを行う
- ・ 受給期間：再就職決定または支払期間満了まで
- ・ 受給金額：在職中の賃金をもとに計算され、勤続年数、退職理由により変わる

1) 受給対象

- ① 離職日以前2年間に12か月以上の被保険者期間があること
- ② 特定受給資格者・特定理由離職者に該当する場合、離職日以前1年間に6か月以上被保険者期間があること

*被保険者期間の計算方法…賃金支払いの対象となった日が11日以上ある月を1ヶ月とみなします。



特定受給資格者とは、「倒産」「解雇」などにより離職した者を指します。
特定理由離職者とは、①期間の定めのある労働契約が満了し、かつ、当該労働契約の更新がないことにより離職した者（更新を希望したにもかかわらず、合意が成立するに至らなかった場合）、②正当な理由のある自己都合により離職した場合（体力の不足、心身の障害、家庭の事情が急変したことにより離職した者など）です。

2) 受給資格

離職し、「就職したい」という積極的な意思と、いつでも就職できる能力（健康状態・家庭環境など）があり、積極的に求職活動を行っているにもかかわらず、就職できない状態にあること



3) 受給資格に該当しない場合

下記に該当する際には、受給資格に該当しない場合があります。

- ① 家事・学業に専念する場合
- ② 自営を開始する準備する状態にある場合
- ③ 次の就職が決まっている場合
- ④ 雇用保険の被保険者とならないような短時間就労のみを希望する場合
- ⑤ 就労中の場合
- ⑥ パート・アルバイトをしている場合（ただし例外あり）

*詳細はハローワークにご確認ください。



4) 給付金額

原則として、日額は離職する直前の6か月間に支払われた賃金の合計金額を180で割った金額（賃金日額）のおよそ80～45%です。年代ごとに上限が決められています。

【基本手当の日額の上限】

離職時の年齢	基本手当日額の上限額	基本手当日額の下限額
30 歳未満または 65 歳以上	6,750 円	1,984 円
30 以上 45 歳未満	7,495 円	
45 以上 60 歳未満	8,250 円	
60 以上 65 歳未満	7,083 円	

*平成30年8月1日現在

5) 給付日数

定年や自己都合による退職、懲戒解雇の場合には、算定基礎期間によって給付日数が異なります。また、就職困難者の場合には、通常よりも受給期間が少し長くなります。

*「算定基礎期間」とは、雇用保険被保険者であった期間であり一定の期間を除きます。詳細はハローワークへお問い合わせください。

① 定年や自己都合退職、懲戒解雇の場合

算定基礎期間 離職時等の年齢	～10年	10年以上 20年未満	20年以上
65歳未満	90日	120日	150日

② 特定受給資格者・一部の特定理由離職者

算定基礎期間 離職時等の年齢	1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
30歳未満	90日	90日	120日	180日	—
30歳以上 35歳未満		120 (90) 日	180日	210日	240日
35歳以上 45歳未満		150 (90) 日	180日	240日	270日
45歳以上 60歳未満		180日	240日	270日	330日
60歳以上 65歳未満		150日	180日	210日	240日

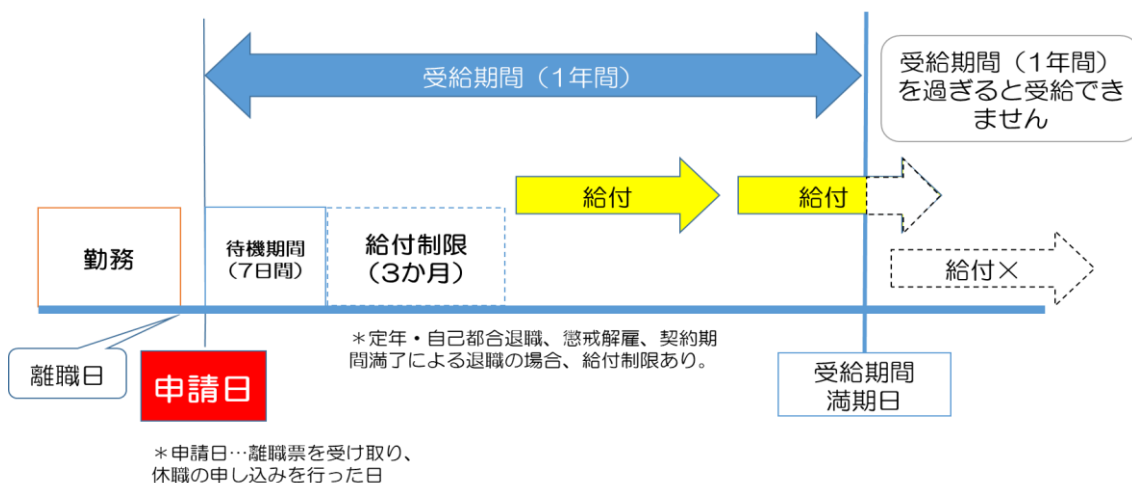
③ 障害者などの就職困難者の場合

算定基礎期間 離職時等の年齢	定年・自己都合退職、 懲戒解雇の方	特定受給資格者・ 一部の特定理由離職者	
	1年以上	1年未満	1年以上
45歳未満	300日	150日	300日
45以上 65歳未満	360日		360日



「就職困難者」に該当するのは、身体障害者、知的障害者、精神障害者、保護観察中の者、社会的事情により就職が著しく阻害されている者などです。

受給期間（1 年間）を過ぎると、雇用保険（基本手当）は支給されません。離職したらすぐにハローワークに相談に行きましょう。



6) 受給期間延長について

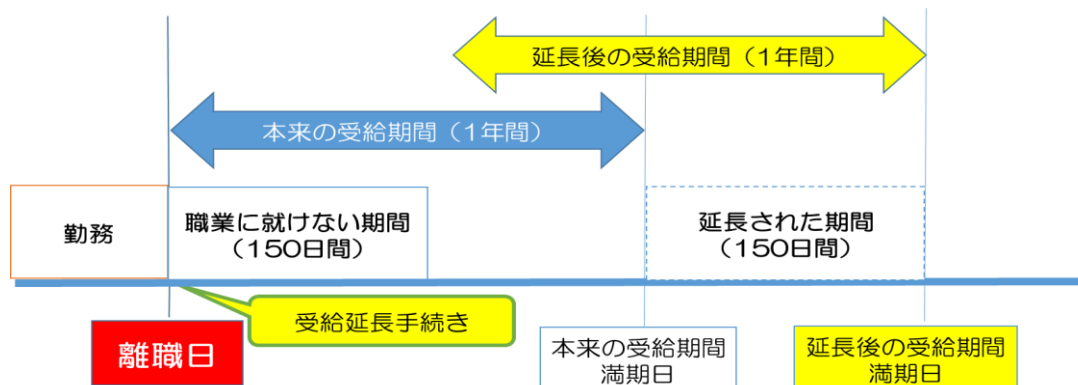
病気、妊娠・出産、定年などで 30 日以上働くことができない状態が続いた場合には、受給期間を延長することができます。

	延長理由①	延長理由②
対 象	妊娠・出産・育児（3 歳未満に限る）、病気やけが（健康保険の傷病手当、傷病手当金、労災保険の休業補償の受給中を含む）、親族の介護など	60 歳以上の定年など
申請期間	離職日（働くことができなかった日）の翌日から 30 日過ぎてから早期に申請する	離職の日の翌日から 2 か月以内
延長期間	（本来の受給期間）1 年＋（働くことができない期間）最長 3 年間	（本来の受給期間）1 年＋（休養したい期間）最長 1 年間

傷病手当金を受給している間は、雇用保険（基本手当）は受給できません。失業してからもしばらくの期間、傷病手当金を受給する場合には、雇用保険（基本手当）の受給期間延長申請を忘れないようにしましょう。



受給期間延長のイメージ



7) 手続きの流れ

離職	*必要に応じて、受給期間延長の手続きを行う
求職の申し込みと受給資格決定	離職票、マイナンバーなどをハローワークに提出
職業講習会/ 雇用説明会	
待機満了	待機期間は受給資格認定日から 7 日間 *給付制限…自己都合、懲戒解雇による退職の場合、待機期間は 7 日間+3 か月間
失業の認定	原則として 4 週間に 1 回の認定日ごとに受給資格証と失業認定申告書を提出する
基本手当の支払い	
就職または支給終了	就職決定または支給期間の満了時点で支給は終了

*提出書類の詳細はハローワークにご確認ください。

8) 基本手当以外の保険給付

雇用保険（失業等給付）には、下記 4 種類の給付があります。一般的に失業保険と呼ばれるのは、「求職者給付」の「基本手当」を指します。

① 求職者給付

失業した求職者が就職活動をする間の生活安定を目的として給付されます。一般被保険者が失業した場合の「基本手当」のほか、「技能習得手当」「寄宿手当」「傷病手当」などの制度があります。

② 就職促進給付

失業者の再就職を支援するために、「再就職手当」「就業手当」「常用就職支度手当」の給付が行われます。所定給付日数の「3分の1以上であって45日以上」を残して就職した場合に給付されます。

③ 教育訓練給付

一定の条件のもと、厚生労働大臣の指定する教育訓練を受講し、終了した場合に給付金が支給されます。



④ 雇用継続給付

再雇用などで賃金が減った場合や、育児や介護などの理由で雇用の継続が難しくなった場合に支給され、「高年齢雇用継続給付」「育児休業給付」「介護休業給付」があります。

Q&A コーナー

Q 自己都合退職と会社都合退職では、受給開始日に違いがあると聞きました。どの程度の違いがありますか？

A 自己都合退職の場合、申請後、約3か月後に支給されます。会社都合退職（解雇など）の場合、申請後、7日後に支給されます。

Q 常勤の仕事に就くまで、しばらくアルバイトをしようと考えています。この間、雇用保険（基本手当）を受給することはできますか？

A 雇用保険（基本手当）受給中にアルバイトを行う場合には、その時期や労働時間、収入に制限があります。雇用保険の加入が義務付けられる程度の時間アルバイトを行うと、雇用保険（基本手当）の受給資格を失います。また、アルバイトを行っていることをハローワークに申告しなければなりません。



8. 障害年金

障害年金とは

病気やケガによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、受け取ることができる年金です。

POINT !

- ・ 要件：年金の加入者で、病気やケガなどで一定の障害状態にあり、保険料を一定額支払っていること
- ・ 手続き：年金事務所や役所などへ年金請求書などを提出し申請する
- ・ 受給金額：障害の等級に応じて支給額が定められている
- ・ 障害年金の請求方法には、障害認定日請求、事後重症請求がある

「障害年金」の受給要件や手続きはどのようになっているのでしょうか。以下に詳しく解説します。

1) 受給要件

障害年金には、「障害基礎年金」「障害厚生年金」があり、国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」を受給することができます。障害基礎年金と障害厚生年金の受給要件は、障害状態（該当する障害等級）により異なります。

	障害基礎年金	障害厚生年金
初診日を証明できること	障害の原因となった病気やケガが理由で受診し診断を受け、かつ、初診日を証明できること * 初診日が国民年金の年金加入期間であること、または、20 歳未満、60 歳以上 65 歳未満であること	* 初診日が厚生年金保険の年金加入期間であること
障害状態にあること	障害認定日に障害等級に定める 1 級または 2 級に該当していること	障害認定日に障害等級に定める 1 級、2 級、3 級に該当していること
一定期間の年金保険料の支払いがあること	初診日の前々月までの間に各保険料の支払いが 2/3 以上あること、または、初診日が 65 歳未満であり、初診日の前々月までの 1 年間に保険料の未納がないこと（2026 年 3 月 31 日までの特例）	

2) 障害等級

障害の程度によって、受け取る年金額が変わります。また、症状が軽減したり、悪化した場合には、障害の程度（等級）が変わる可能性があります。悪化した場合には、悪化した状態で請求をする「額改定請求」の手続きを取ることができます。

障害等級	障害の状態
1 級	常時介護が必要 ・他人の介助を受けなければほとんど自分のことができない ・活動範囲がおおむねベッドに限られる
2 級	随時介護が必要 ・日常生活は極めて困難
3 級	労働制限 ・労働に（著しい）制限をうける



3) 必要書類

必要書類	詳細
年金請求書	基礎年金番号や住所、氏名などの基礎情報を記入する
診断書	現在受診している医療機関の医師に作成してもらう
（受診状況等証明書）	初診日と現在の医療機関が異なる場合は、初診日に受診した医療機関の医師に受診状況等証明書を作成してもらう
病歴・就労状況等申立書	発病から現在までの経過や受診していた期間、日常生活や就労状況などを記入する
その他の添付書類	年金手帳、戸籍謄本、本人名義の受取先金融機関の通帳など、印鑑

いつ、どのような症状で、どこの医療機関を受診したか、病歴・通院歴を整理しましょう。初診日に通院していた医療機関が、現在通院している医療機関と異なる場合には、初診日に通院していた医療機関の医師に受診状況等証明書を書いてもらいます。

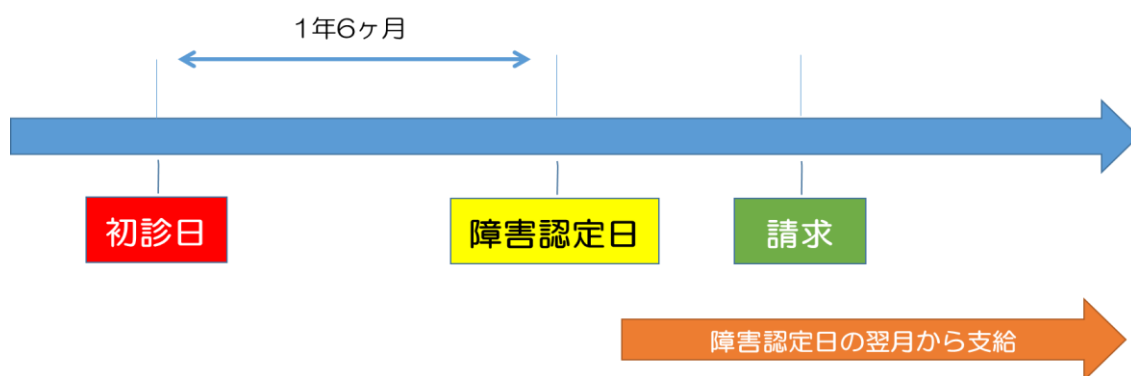


4) 障害年金の請求方法

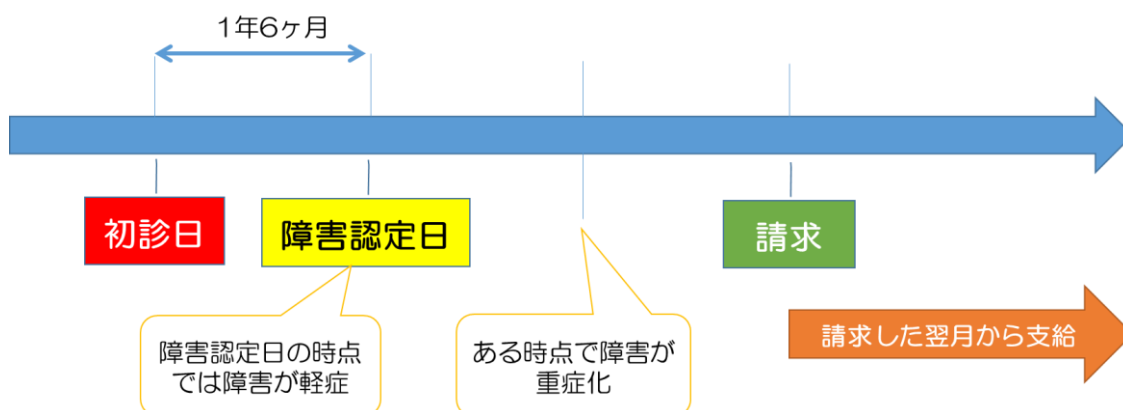
障害年金には2つの請求方法があります。初診日とは障害の原因となった傷病について、初めて医師の診療を受けた日を指します。

また、障害認定日とは、初診日から1年6か月を経過した日、またはその間にその傷病が治った場合にはその治った日を指します（症状が固定し、治療の効果が期待できない状態に至った日を含みます）。

【障害認定日請求】 障害認定日から請求をおこなう方法



【事後重症請求】 障害認定日には障害の状態が軽かったが、その後障害が重症化する場合に、今後の障害年金を請求する方法



5) 手続きの流れ

必要書類取り寄せ	・初診日から 1 年 6 か月以降に手続きが可能 ・年金事務所や市区町村役場で必要な申請書類を取り寄せる
診断書・受診状況等 証明書の準備	【障害認定日請求の場合】 障害認定日から 1 年以内の診断書が必要 【事後重症請求の場合】 請求時以前 3 ヶ月以内の診断書が必要 【初診日に通院していた医療機関と現在の医療機関が異なる場合】 受診状況等証明書も必要
申立書などの準備	診断書、受診状況等証明書、病歴・就労状況等申立書の他、必要な添付書類を準備する
申請	年金事務所や市区町村役場へ申請書類を提出する
審査	支給が決定した場合には、「年金証書」が送られてくる
受給	年金証書が届いてから 1～2 ヶ月後に振込みが始まる

* 提出書類の詳細は年金事務所や市区町村役場にご確認ください。

* 受診状況等証明書・・・初診日を証明するために使用する書類。初診日の医療機関に作成を依頼します。



障害年金の支給対象となる傷病
があるのでしょうか？

傷病名ではなく、就労や日常生活に支障をきたす障害の程度によって支給されます。身体の障害だけでなく、精神の障害も対象となり、うつ病や発達障害もその対象に含まれます。



6) 受給金額

下表のように、年金の種類や等級により、受給できる年金額が異なります。

年金	等級	年金額/年	
障害基礎年金	1 級	$779,300 \text{ 円} \times 1.25 + \text{子の加算額}$	子の加算額 第 1,2 子 224,300 円 第 3 子以降 74,800 円
	2 級	$779,300 \text{ 円} + \text{子の加算額}$	
障害厚生年金	1 級	報酬比例の年金額 $\times 1.25 + \text{配偶者の加給年金額}$	配偶者の加給年金額 224,300 円
	2 級	報酬比例の年金額 $+ \text{配偶者の加給年金額}$	
	3 級	報酬比例の年金額 (最低保障額 584,500 円)	

*報酬比例の年金額…平均給料額と厚生年金保険料を支払った期間で決定します。

*平成 30 年度の場合の受給金額を記載しています。

Q&A コーナー

Q 同じ病気で傷病手当金を受給していたことがあります。その場合はどのようになるのでしょうか？

A 過去に傷病手当金を受給した期間に対して、同一の病気やけがで障害厚生年金を遡って受給できることになった場合は、受給済みの傷病手当金が調整されます。

Q 障害年金を受給していることが会社に知られてしまうことはあるのでしょうか？

A 自分で申告しない限り職場に知られることはありません。

Q 就労している場合、受給は可能でしょうか？

A 障害により生活や労働が著しく制限される場合、受給できることがあります。



9. 精神障害者保健福祉手帳

精神障害者保健福祉手帳とは

精神障害を持つ方が、一定の障害状態にあることを証明するものです。自立して生活し、積極的に社会参加するためのさまざまな制度やサービスの利用を目的に交付されます。

POINT !

- ・ 対象：精神障害のために日常生活や社会生活にハンディキャップを持つ方
- ・ 要件：1 級、2 級、3 級の判定基準を満たしていること
- ・ 受けられるサービス：税金の減額・免除、障害者雇用枠への応募、各種サービス・制度の利用など



障害者雇用促進法の改定（2018 年）により、障害者の法定雇用率が引き上げられました。また、障害者雇用義務の対象に精神障害者が加わりました。この雇用率に算定される精神障害者は、「精神障害者保健福祉手帳」の交付が条件となります。

1) 等級と判定基準

精神障害者保健福祉手帳は、1～3 級の等級があります。

等級	基準
1 級	精神障害により、自立して日常生活を送ることが不能な状態。例：食事、入浴など身の回りのことに援助が必要な状態。（概ね、障害年金 1 級に相当）
2 級	精神障害により、必ずしも他者からの援助が必要ではないが、日常生活を送ることに著しい制約がある状態。例：自発的に外出できるが、ストレスのかかる状況への対応が困難。（概ね、障害年金 2 級に相当）
3 級	精神障害により社会生活や日常生活が制約を受ける状態。例：一定の配慮がある職場では、一般就労が出来る場合がある。（概ね、障害年金 3 級に相当）

障害者手帳

2) 受けられるサービス

精神障害者保健福祉手帳を持っていると、下記のサービスが受けられます。

【全国一律に行われているサービス】

公共料金などの割引	NHK 放送受信料の減免
税金の控除・減免	所得税、住民税、相続税の控除 自動車税・自動車取得税の軽減（手帳 1 級で自立支援医療を受けている方）
その他	生活福祉資金の貸付 障害者雇用枠での応募が可能

【地域・事業者によって行われていることがあるサービス】

公共料金等の割引	鉄道、バス、タクシーなどの運賃割引 *JR や航空各社は現時点では対象になっていません。 携帯電話料金の割引 上下水道料金の割引 心身障害者医療費助成 公共施設の入場料などの割引
手当の支給など	福祉手当 通所交通費の助成 軽自動車税の減免
その他	公営住宅の優先入居

*詳しくはお近くの自治体にお問い合わせください。



3) 手続きの流れ

申請は、市区町村の担当窓口で行います。

必要書類の取り寄せ	診断を受けてから少なくとも 6 か月以上経過の後、市区町村の担当窓口で必要書類を取り寄せる
診断書	医師に精神障害者保健福祉手帳用の診断書を作成してもらう (精神障害のために障害年金や特別障害給付金を受給している場合には、その証書などの写しで申請が行える)
申請	精神障害者保健福祉手帳の申請書、精神障害者保健福祉手帳用の診断書、本人の写真などを市区町村の担当窓口へ提出する
審査	各都道府県、政令指定都市の精神保健福祉センターが、等級に関する審査を行う
交付	申請後約 2 か月経過の後、公布される

Q&A コーナー

Q 一度、手帳を取得すれば、生涯有効なのですか？

A 手帳の有効期限は原則として 2 年です。2 年ごとに、診断書を添えて更新の手続きを行い、障害等級に定める精神障害の状態にあるかの認定を受けなければなりません。

Q 精神障害者保健福祉手帳を持つことによるデメリットはありますか？

A 手帳を持っていることを職場の人などに知らせる必要はないため、それによる不利益を被ることはないと考えられます。手帳の取得の目的や受けられるサービスをよく検討して、上手に活用しましょう。また一度取得しても、返還可能です。



10. 生活保護制度

生活保護とは

資産や能力などすべてを活用してもなお生活に困窮する方に対して、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、健康で文化的な最低限度の生活を保障し、その自立を助長するための制度です。

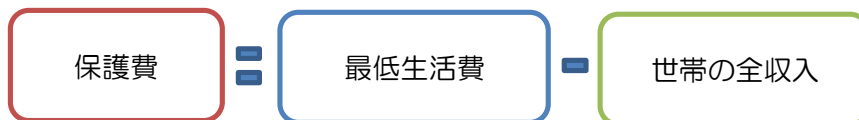
POINT！

- ・要件：世帯の全収入が最低生活費を下回る場合
- ・手続き：所轄の福祉事務所の生活保護担当に申請する
- ・受給金額：最低生活費から収入を差し引いた差額が保護費

生活に困窮した場合の最後の命綱ともいえる生活保護制度について解説します。

1) 受給要件

保護を受ける前に、利用しうる資産、能力、その他のあらゆるものを活用することが求められます。また、親族などからの援助を受けることができる場合には、まず援助を受けます。その上で、世帯の全収入が最低生活費を下回る場合に、不足分のみ保護費が支給されます。



*最低生活費：1ヶ月生活するために必要な最低限な金額で、年齢や世帯人数、家賃などに応じて国が定めています。

2) 扶助の種類

生活保護には8つの扶助があります。生活を営む上で必要な各種費用に対応して、扶助が支給されます。

【8つの扶助】

生活扶助	日常生活に必要な費用（飲食物費、被服費、光熱費など）	基準額は、①食費などの個人的費用、②光熱水費などの世帯共通費用を合算して算出
教育扶助	義務教育を受けるために必要な学用品費	定められた基準額を支給

介護扶助	介護サービスの費用	費用は直接介護事業者へ支払い (本人負担なし)
医療扶助	医療サービスの費用	費用は直接医療機関へ支払い (本人負担なし)
住宅扶助	アパートなどの家賃	定められた範囲で実費を支給
出産扶助	出産費用	
生業扶助	就労に必要な技能の修得などにかかる費用	
葬祭扶助	葬祭費用	

*障害者加算（障害認定を受けた場合）、母子加算（一人親世帯の場合）、児童養育加算（中学生以下の児童を養育する場合）など、各種の加算があります。

3) 相談窓口と必要書類

生活保護の支給額は、年齢やお住まいの地域、世帯人数、世帯の生活状況によって異なります。詳しくはお住まいの地域の福祉事務所の生活保護担当へお問い合わせください。

【相談窓口】 お住まいの地域を所轄する福祉事務所の生活保護担当

【保護の申請】 生活保護の申請をされた方には、保護の決定のための調査を実施します。

- ・ 生活状況などを把握するための実地調査（家庭訪問など）
- ・ 預貯金、保険、不動産などの資産調査
- ・ 扶養義務者による扶養（仕送りなどの援助）の可否の調査
- ・ 年金などの社会保障給付、就労収入などの調査
- ・ 就労の可能性の調査



Q&A コーナー

Q 働いていると生活保護を受けることができないのでしょうか？

A 働いている場合でも、収入が最低生活費に満たない場合には、生活保護制度を活用できます。最低生活費から収入を差し引いた差額が保護費として支給されます。

Q 生活保護の申請から、受給可否が分かるまでどの程度の日数がかかりますか？

A 原則として、生活状況や資産（預貯金、生命保険など）の調査を行った上で、申請日から 14 日以内（調査に日時を要する場合は最長 30 日）に生活保護を受給できるか、できないかを書面で回答します。

11. 生活福祉資金貸付制度

生活福祉資金貸付制度とは

低所得者や高齢者、障害者の生活を経済的に支えるとともに、その在宅福祉及び社会参加の促進を図ることを目的とした貸付制度です。

POINT !

- ・ 対象：低所得者世帯、障害者世帯、高齢者世帯
- ・ 種類と金額：貸付金の種類によって貸付額が異なる
- ・ 連帯保証人と利子：生活福祉資金貸付制度の金利は無利子～年 3.0%。原則、連帯保証人を必要とする
- ・ 手続き：市区町村の社会福祉協議会へ必要書類を提出する

生活福祉資金貸付制度にはいくつか種類があり、利用条件も異なります。この制度について詳しく見ていきましょう。

1) 貸付対象

低所得者世帯	必要な資金を他から借り受けることが困難な世帯（市町村民税非課税程度）
障害者世帯	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者などの属する世帯
高齢者世帯	65 歳以上の高齢者の属する世帯



2) 貸付資金の種類

総合支援資金、福祉資金、教育支援資金、不動産担保型生活資金 の4種類です（④不動産担保型生活資金は低所得の高齢者世帯向けのため、ここでは①～③を説明します）。

①総合支援資金

資金の種類	用途	貸付額
生活支援費	生活再建までの間に必要な生活費用	2人以上世帯： 月 20 万円以内 単身世帯： 月 15 万円以内 *貸付期間は原則 3 ヶ月（最長 12 ヶ月）
住宅入居費	敷金や礼金など住宅の賃貸契約を結ぶために必要な経費	40 万円以内
一時生活再建費	生活を再建するために一時的に必要なかつ日常生活費で賄うことが困難である費用 ・ 就職・転職を前提とした技能習得に要する経費 ・ 滞納している公共料金などの立替費用 ・ 債務整理をするために必要な経費など	60 万円以内 

②福祉資金

資金の種類	用途	貸付額
福祉費	・ 生業を営むために必要な経費 ・ ケガや疾病の療養に必要な経費やその療養期間中の生計の維持に必要な経費 ・ 災害を受けたことにより臨時に必要な経費 ・ 冠婚葬祭に必要な経費 ・ 就職、技能習得などの支度に必要な経費など	580 万円以内 * 資金の用途に応じて上限目安額を設定 
緊急小口資金	緊急かつ一時的に生計の維持が困難になった場合に貸し付ける少額の費用	10 万円以内

③教育支援資金

資金の種類	用途	貸付額
教育支援費	低所得世帯の子どもが高校・大学・高等専門学校に修学するために必要な経費	高校：月 3.5 万円以内 高専：月 6 万円以内 短大：月 6 万円以内 大学：月 6.5 万円以内 *特に必要と認められる場合は、上記各上限の 1.5 倍まで貸付可能
就学支度費	低所得世帯の子どもが高校・大学・高等専門学校に入学するために必要な経費	50 万円以内

3) 貸付金利子・連帯保証人

借入申込者は、原則として連帯保証人を立てることが必要ですが、連帯保証人を立てない場合も借入の申し込みをすることができます。連帯保証人を立てる場合は無利子、連帯保証人を立てない場合は年 1.5%の利子が付きます。

*緊急小口資金と教育支援費は、連帯保証人なし、無利子となります。

*不動産担保型生活資金は年 3%または長期プライムレートのいずれか低い利率、連帯保証人を立てる場合は無利子で借りることができます。

4) 手続きの概要

お住いの市区町村の社会福祉協議会で相談、申し込みを行います。まずは、お困りの事情を伝え、制度の利用が可能かどうかを相談しましょう。また、資金により必要な書類や手続きの流れが異なりますので、よく確認してください。

本資金は、借入世帯の生活の安定や立て直しを図ることを目的としています。そのため、社会福祉協議会や民生委員などの関係機関が継続して相談支援を行います。

都道府県の社会福祉協議会が最終的な貸付の審査を行い、貸付の可否を決定します。

Q&A コーナー

Q 失業保険を受給しています。貸付を受けることはできますか？

A 基本的な考え方として、生活福祉資金貸付制度は、失業保険や生活保護などの公的支援を受けられなかった方が対象となります。そのため、すでに公的財政支援を受けている場合には、生活福祉資金貸付制度を利用できない可能性が高くなります。

12. 自立支援医療制度



医療費が家計を圧迫しています。何か使える制度はありますか？

それは大変ですね。ここからは医療費関連の制度を紹介しましょう。



自立支援医療制度とは

心身の障害を除去・軽減するための医療について、医療費の自己負担額を軽減する公費負担医療制度です。医療費の自己負担が、原則 1 割に軽減されます。

POINT !

- ・対象：精神科への通院治療が継続的に必要な人
- ・要件：長期間、精神科的治療が必要であると医師が判断した場合
- ・自立支援医療の対象：診察料、薬代、精神科デイケア利用料など
- ・自己負担額：原則 1 割

1) 対象となる医療費

- ・診療（往診も含む）
- ・薬代
- ・心理検査
- ・デイケア
- ・訪問看護など



* 入院治療、保険適用対象外の自費によるカウンセリング、精神疾患と関係のない薬（風邪薬など）は対象外です。

2) 治療費

- ・保険診療の自己負担 3 割が、1 割に軽減されます。
- ・利用者本人の収入や世帯の所得・疾患などに応じて、自己負担上限額（月額）が設定されています。



リワークプログラムに通う費用はどの程度でしょうか？下表を見てみましょう。赤枠の部分が自立支援医療制度を用いた場合の金額になります。

再診料（外来診察料）	720 円		
リワークプログラム （特殊療法料）	ショートケア	デイケア	作業療法
	3,500 円 （1 年以上 3,300 円）	7,500 円 （1 年以上 7,000 円）	2,200 円
合計	4,220 円 （1 年以上 4,020 円）	8,220 円 （1 年以上 7,720 円）	2,920 円

医療費 3 割負担の場合	1,270 円 （1 年以上 1,210 円）	2,470 円 （1 年以上 2,320 円）	880 円
医療費 1 割負担の場合	420 円 （1 年以上 400 円）	820 円 （1 年以上 770 円）	290 円

*リワークプログラムは、ショートケア、デイケア、作業療法などで実施されることが多いため、上記 3 種類を紹介しています。また、ショートケア、デイケアは大規模と小規模で違いがあり、金額が異なります。上表は大規模デイケアの金額を記載しています。詳しくは、リワークプログラムを実施する医療機関にお問合せください。

自立支援医療制度は、利用者本人の収入や世帯の所得や疾患などに応じて、自己負担額の月額上限が設定されています。

生活保護世帯	市民税非課税		市民税（所得割）		
	本人収入 80万円以下	本人収入 80万円超	33,000円未満	33,000円以上 235,000円未満	235,000円以上
0円	月額 2,500円まで	月額 5,000円まで	1割負担		自立支援医療制度の対象外
			高額治療継続者（重度かつ継続）に該当		
			月額 5,000円まで	月額 10,000円まで	月額 20,000円まで

*「重度かつ継続」とは

- ・ 統合失調症、躁うつ病、うつ病、てんかん、認知症などの脳機能障害、薬物関連障害（依存症など）
- ・ 精神医療に一定以上の経験を有する医師が判断した方
- ・ 医療保険の高額療養費の多数該当の方

3) 手続きの流れ

申請窓口は、お住まいの市区町村となります。

必要書類取り寄せ	市区町村の申請窓口書類を取りに行く（医療機関でもらえる場合もある）	・自立支援医療費支給認定申請書 ・自立支援医療診断書
提出書類の準備	医師に自立支援医療診断書を作成してもらう	
申請	書類を市区町村の申請窓口に出す	【提出書類など】 ・自立支援医療費支給認定申請書 ・自立支援医療診断書 ・医療保険の被保険者証の写し ・世帯所得を確認できる書類 ・マイナンバーカードの「個人番号カード」の提示
審査	審査には、約1～2か月間程度かかる	
受給	認定された場合には、自立支援医療受給者証が届く	

Q&A コーナー

Q どの医療機関や薬局でも利用できるのでしょうか？

A 各都道府県や政令指定都市が指定した「指定自立支援医療機関」（病院・診療所・薬局・訪問看護ステーション）に限られます。自立支援医療費制度が適用される医療機関や薬局は、交付される自立支援医療受給者証に記載されています。



1年毎に更新し、2年毎に医師の診断書を提出しなければなりません。手続きを忘れないようにしましょう。



医療費の負担がだいぶ軽減されました。これでリワークプログラムにも安心して定期的に通えそうです。

13. 高額療養費制度

高額療養費制度とは

医療費の家計負担が重くならないように、医療機関や薬局の窓口で支払う医療費が1か月（1日から末日まで）で上限額を超えた場合、その超えた額を支給します。

POINT！

- ・ 対象：公的医療保険（健康保険・協会けんぽ・共済組合・国民健康保険・後期高齢者医療制度など）の加入者
- ・ 要件：医療費がひと月（1日から末日まで）で上限額を超えた場合
- ・ 対象となる医療：公的医療保険などが適用される医療費
- ・ 支給額：上限額を超過した金額分
- ・ 手続き：加入している公的医療保険等に、支給申請書等を提出し申請する

入院など高額な医療費がかかる場合でも、医療費を抑え、安心して治療を受けることができる制度があります。以下に詳しくご説明していきます。

1) 対象となる医療費

保険適用される診療（通院や入院にかかる費用）

*入院時の食費、居住費、差額ベッド代、先進医療にかかる費用などは対象外となります。



2) 手続き

① 申請先

加入している公的医療保険などに、高額療養費の支給申請書を提出または郵送します。

② 必要書類

支給申請書の他、医療機関の領収書などが必要となります。

③ 申請期限

診療月の翌月 1 日から 2 年以内です。2 年以上経過すると時効となり、高額療養費は申請ができなくなります。

3) 69 歳以下の方の上限額

上限額は、年齢や所得によって異なります。

【69 歳以下の場合】 * 70 歳以上の方は、計算方法が変わるため、別途ご確認ください。

適用区分	ひと月の上限額（世帯ごと）	多数回該当
年収約 1,160 万円～ 健保：標準報酬月額 83 万円以上 国保：旧ただし書き所得 901 万円超え	252,600 円＋ (医療費－842,000 円)×1%	140,100 円
年収約 770 万～1,160 万円 健保：標準報酬月額 53 万～79 万円 国保：旧ただし書き所得 600～901 万円	167,400 円＋ (医療費－558,000 円)×1%	93,000 円
年収約 370 万～770 万円 健保：標準報酬月額 28 万～50 万円 国保：旧ただし書き所得 210 万～600 万円	80,100 円＋ (医療費－267,000 円)×1%	44,400 円
年収 ～約 370 万円 健保：標準報酬月額 26 万円以下 国保：旧ただし書き所得 210 万円以下	57,600 円	44,400 円
低所得者 住民税非課税者など	35,400 円	24,600 円

* 医療費…保険適用される診察費用の総額（10 割）です。

* 多数回該当…過去 12 か月以内に 3 回以上、上限額に達した場合は、4 回目から「多数回」該当となり、上限額が下がります。

【支給金額の例】

おおよその支給額の目途を知るために、Aさんの例を見てみましょう。



Aさん（40代、男性）

年収 500 万円、1 か月の医療費が 100 万円の場合

健康保険での支払額 700,000 円	窓口負担額（健康保険 3 割負担） 300,000 円	
	高額療養費支給額 212,570 円	自己負担額 87,430 円

健康保険適用の場合の窓口負担額は 3 割負担で 300,000 円となりますが、高額療養費制度を使うと 87,430 円になり、212,570 円が支給されます。

4) 世帯合算

複数の受診や同じ世帯にいる他の方（同じ医療保険に加入している方に限定）の受診で支払った自己負担額を1か月単位で合算することができます。その合算額が一定額を超えた時には、超えた分が高額療養費となります。

例：Aさん、世帯合算の場合

医療費 1,000,000 円			
本人		本人	
A病院 外科受診		B病院 内科受診	
妻		息子	
C病院 内科入院		D病院 外科受診	



*世帯合算ができるのは同じ健康保険に加入している被保険者とその被扶養者のみとなります。

*70歳未満の場合、レセプト（ある個人について診療に要した費用を医療保険に請求するために、暦月単位で医療機関や薬局が作成する請求書を指します）1枚当たりの1ヶ月の自己負担額21,000円以上であることが必要です。

Q&A コーナー

Q 入院が長引き、医療費が高くなりそうです。高額療養費制度による払い戻しまでには数か月を要すると聞きました。何か良い方法はないでしょうか？

A 高額療養費制度は、事前と事後のどちらかで申請ができます。事前に手続きすれば、病院の窓口で支払う金額が減り、事後に申請する場合は後から支給されます。

事前申請を行う場合、70歳未満の人は、加入する公的医療保険等の窓口で、「限度額適用認定証」を発行してもらい、申請を行います。70歳以上の人は「高齢受給者証」を病院の窓口で提示すると、上限額までの負担となります。



14. 医療費控除

医療費控除とは

自己または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族の医療費を支払った場合、支払った医療費が一定額を超える時に、その医療費を基に計算される金額の所得控除を受けることができます。

POINT！

- ・ 対象：所得税を支払っている納税者と生計を一にする親族
- ・ 要件：納税者と生計を一にする親族がその年の1月1日～12月31日に支払った医療費であること
- ・ 控除額：1年間に支払った医療費から、保険金などで補填した額と10万円を引いた額
- ・ 必要な手続き：確定申告書にて提出、または電子申告をする

高額な医療費がかかった場合には、医療費控除の手続きを行うと良いでしょう。対象となる医療や、還付金の計算方法などをご紹介します。

1) 要件

- ① 納税者が、自己または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族のために支払った医療費であること
- ② その年の1月1日～12月31日に支払った医療費であること

2) 対象となる医療費

	対象	対象外
入院や 通院	・ 医師による診療や治療代 ・ 保健師、看護師、准看護師等による療養上の世話 ・ 入院の際の部屋代や食事代 ・ 車いすなどの医療用器具のレンタル、購入代 ・ 診療を受ける際の交通費（電車やバスなどでの移動が困難な場合のタクシー代を含む）など	・ 美容目的の治療代 ・ 自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車場の料金 ・ 自己都合による差額ベッド代 ・ 入院時の寝具や洗面具の費用、クリーニング代 ・ 入院時の借用料（テレビや冷蔵庫等）など

	対象	対象外
出産	・妊娠診断後の定期検診や検査、通院費用 ・助産師による分べんの介助費 ・出産のため入院する際の交通費（電車やバスなどでの移動が困難な場合のタクシー代を含む）など	・無痛分娩のための講座受講費 ・妊婦用下着や赤ちゃんの紙おむつや粉ミルク代など
歯科や眼科	・眼科医、歯科医による診療や治療 ・機能的な問題がある場合の歯列矯正 ・入れ歯や差し歯、銀歯等の費用 ・レーシック ・一定以上の症状の弱視、斜視、白内障、緑内障等で必要に応じて購入した眼鏡代など	・美容整形のための歯列矯正、ホワイトニング・クリーニング代 ・補聴器の購入（ただし、補聴器相談医が治療などのために必要だと判断した場合は、医療費控除の対象） ・一般的な近視、遠視、老眼により購入した眼鏡やコンタクトレンズ代など
医療費	治療や療養に必要な医薬品の購入など	健康増進のためのサプリメント、栄養ドリンクなど
その他	・介護保険制度で提供される一定の施設・居宅サービス ・介護福祉士等による一定の喀痰吸引及び経管栄養の費用 ・あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師による施術代 ・義手、義足、松葉づえ等の購入費用 ・6か月以上寝たきりの人のおむつ代（医師による証明書がある場合）など	・診断書の作成 ・予防接種 ・健康診断費用（異常がみつからない場合）など

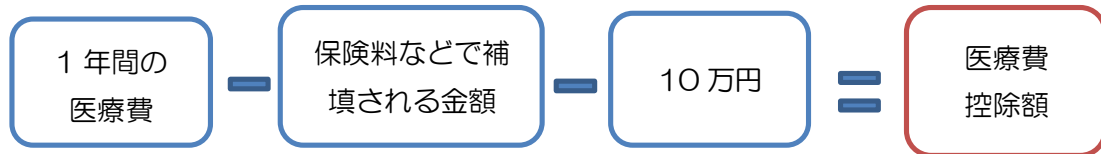
*一部を抜粋して記載しています。詳しくは国税庁のホームページをご参照下さい。



3) 控除される金額

医療費控除額は、実際に支払った医療費の合計額から保険金などで補填される額と 10 万円を引いた額となります。医療費控除額の上限は 200 万円です。

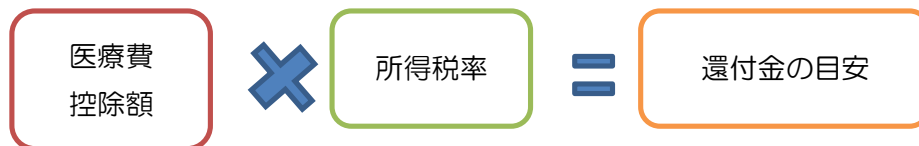
【医療費控除の計算方法】 *総所得が 200 万円以上の場合の計算式



*保険金などで補填される金額…生命保険の入院費給付金や健康保険で支給される高額療養費、家族療養費、出産育児一時金など

*10 万が基本ですが、その年の総所得金額などが 200 万円未満の人は、総所得金額等の 5%の金額となります。

医療費控除額と所得税率により、受けられる還付金の目安を計算します。



【所得税率の計算方法】 所得金額によって、所得税率は変わります。

課税される所得金額	所得税率
195 万円以下	5%
195 万円超～330 万円以下	10%
330 万円超～695 万円以下	20%
695 万円超～900 万円以下	23%
900 万円超～1800 万円以下	33%
1800 万円超～4000 万円以下	40%
4000 万円超～	45%

【Aさんの例】 世帯の医療費（1 年間）50 万円、年間所得 500 万円、保険料で補填された金額（入院給付金）12 万円の場合

- 50 万円（医療費）－12 万円（入院給付金）－10 万円＝28 万円（医療費控除額）
- 28 万円（医療費控除額）×20%（税率）＝56,000 円（還付金の目安）



4) 手続き

① 手続きに必要なもの

- ・ 医療費の領収書から「医療費控除の明細書」を作成し、確定申告書に添付します。
- ・ 医療保険者から交付を受けた医療費通知（医療保険者が発行する医療費の額などを通知する書類）がある場合は、医療費通知を添付することによって、医療費控除の明細書の記載を省略することができます。

平成 29 年度分の確定申告から領収書提出の代わりに医療費控除の明細書の添付を提出することになりました。医療費の領収書は、自宅で 5 年間保存する必要があります（税務署から求められた場合には、提示または提出しなければなりません）。



②申請方法

医療費控除に関する事項、その他の必要事項を記載した確定申告書を所轄税務署長に対して提出、または電子申告（e-Tax）にて申告します。



Q&A コーナー

Q 昨年、医療費控除をし忘れまして。今年手続きを行うことは出来ますか？

A 医療費控除は過去 5 年分まで遡って申告を行うことができます。

Q 市販薬を購入した場合でも、医療費控除を受けられると聞きました。制度について教えてくださいませんか？

A セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）は、健康の保持増進や疾病予防の取り組みを行っている人が、平成 29 年 1 月 1 日以降に、スイッチ OTC 医薬品（要指導医薬品及び一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品）を購入した際に、その購入費用について所得控除を受けることができる制度です。領収書にセルフメディケーション税制の対象であることが表示されています。

セルフメディケーション税制による医療費控除額（最高 88,000 円）＝実際に支払った特定一般用医薬品等購入費の総額－保険金などで補填される金額－12,000 円で還付金の目安が計算できます。

作成者／研究助成金名／作成年月

作成者

田島 美幸	国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター
白川 麻子	国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター
山田 晴男	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
市村 玲子	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
香取美恵子	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
深澤 理香	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
濱本 絵美	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
安部 眞一	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
原田 晶子	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
亀谷 康弘	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
水上 房子	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
木村 幸子	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
谷村 友里恵	東京都社会保険労務士会武蔵野統括支部
秋山 剛	NTT 東日本関東病院

研究助成金名

平成 30 年 精神・神経疾患研究開発費 認知行動療法を国民の生活につなげる研究（課題番号 30-2）

作成年月

本冊子は、2019 年 2 月に作成しました。したがって、掲載されている情報は、同年月時点の情報となります。