

+ 医知創造ラボ

医療費が100万円でも 自己負担は約9万円？

知らないと損する「高額療養費」のしくみ

監修：脳神経内科専門医 所要 約6分

入院や手術で医療費が高額でも、 自己負担には上限がある？

結論

月の自己負担には上限があります。
それが高額療養費。知れば民間保険の入りすぎも防げます。

- この動画でわかること **AGENDA**

3つのポイントで、安心する

1

高額療養費って何？

3割負担の「さらに上」にある月の上限

2

上限はいくら？

年収で変わる・多数回該当でさらに下がる

3

受け取り方と注意点

マイナ保険証・対象外・2026年8月の引き上げ

■ CHAPTER 01

CHAPTER

01

高額療養費って何？

—

3割負担の「さらに上」に上限がある

ふだんは医療費の3割を窓口で払いますが、それが高額になっても、1か月(1日～末日)の自己負担には上限が決まっています。

 ここだけ覚えればOK

上限を超えて払った分は、あとで戻るか、最初から払わなくてよい。
これが高額療養費です。

■ KEY NUMBER

約9万円

医療費が100万円でも、自己負担はこれだけ

年収約370～770万円の人（区分ウ・正確には87,430円）。窓口の30万円との差は高額療養費で戻ります。

■ CHAPTER 02

CHAPTER

02

上限はいくら？

上限は年収で変わる

年収のめやす(70歳未満)	1か月の自己負担の上限
住民税非課税	35,400円
～約370万円	57,600円
約370～770万円(最も多い層)	約8～9万円
約770～1,160万円	約167,400円～
約1,160万円～	約252,600円～

- さらに軽くなる **MULTIPLE**

長く続くと、上限はもっと下がる

直近12か月で高額療養費を**4回**使うと、4回目からは上限がさらに下がります(「多数回該当」)。

例(最も多い層)

約8～9万円だった上限が、**4回目からは44,400円**に。長い治療ほど負担が軽くなる設計です。

■ CHAPTER 03

CHAPTER

03

受け取り方と注意点

受け取り方は2通り

①

マイナ保険証か
限度額認定証を提示



②

窓口の支払いが
上限まででOK



③

忘れても
後から払い戻し

入院費がぜんぶ対象？

× 入院でかかったお金は、ぜんぶ対象になる

○ 対象は保険のきく医療費だけ。差額ベッド代・食事代・先進医療などは別に自己負担です

知っておきたい2つの注意

- ✓ 上限は「1か月(1日～末日)」ごと。月をまたぐと別計算
- ✓ 同じ世帯・複数の受診は合算できることがある

=入院日や受診月をそろえると、得すること

2026年8月から引き上げ予定

一度は見送られましたが、2026年8月から段階的に上限が引き上げられる予定です(全区分で数%)。

⚠ 確認のしかた

正確な金額や時期は変わることがあります。受診の際は**加入先の保険者(協会けんぽ・健保・市区町村)**で最新をご確認ください。

今日の3つの持ち帰りポイント

01

月の自己負担に 上限

医療費100万円でも、最も多い層で自己負担は約9万円で済みます。

02

上限は年収で変わる

長く続くと多数回該当でさらに低下。約9万円→44,400円に。

03

マイナ保険証で 窓口から

提示すれば最初から上限まで。忘れても後から払い戻せます。



ご視聴にあたってのお願い

制度の金額や条件は**2026年時点・加入先で異なります。**

実際の手続きは**加入先の保険者にご確認ください。**

+ 医知創造ラボ

役に立ったら、応援お願いします

暮らしとお金に役立つ医療の話をお届けしています



チャンネル登録



高評価

あわせて見たい:「紹介状なしで大病院は最低7,700円～？ 選定療養費」