

2026年8月スタート： 高額療養費制度の 「やさしい」変更ガイド

年金生活・非課税世帯の方へ。
知っておきたい安心のしくみと準備



医療費の「上限」を決める、安心のしくみ

制度の基本

病院の窓口では通常1~3割を支払いますが、大きな手術や長期入院で医療費が高額になっても、1か月の支払いには「上限」があります。



数十万円の請求

高額療養費制度

月々の上限額

世界でも稀な手厚い制度

上限を超えた分は保険が負担。厚生労働省も「諸外国と比べても極めて恵まれた制度」とする、私たちの生活を守る大切な柱です。

制度を未来へつなぐための、2つのステップ

2026年8月

月々の上限額引き上げ
&
「年間上限」の新設

本ガイドのメインテーマ

2027年8月

所得区分の細分化

高齢化と医療の高度化が進む中、この素晴らしい制度を将来の世代に残すための見直しです。

本ガイドでは、直近の「2026年8月の変更」に絞ってやさしく解説します。

2026年8月に変わる「2つのポイント」



**「月々の上限額」が
少しかアップします。**



**【新設】「1年間の上限額」が
新しくできます！**

「上限が上がるなら負担が増えるの？」と不安に思うかもしれませんが、でもご安心ください。年金生活の方や長期間治療を続ける方には、しっかりとした「配慮と救済」が用意されています。

年金生活・非課税世帯へのやさしい配慮

年金の増加分



医療費上限の
引き上げ幅

【住民税非課税世帯とは？】
年金収入のみの単身者で、
年間155万円以下が目安。
毎年の通知書に「非課税」
とあれば対象です。

月々の上限額は少し上がりますが、
その引き上げ幅は「年金の改定率と
同じ範囲内」に抑えられます。
つまり、年金が増えた分を超えて
負担が増えることはありません。

毎月病院に通う方の負担は、これまで通りです



i 「多数回該当」とは？

1か月の医療費が上限に達する月が、1年間に「4回以上」ある場合、上限額がさらに低くなる配慮の仕組みです。

今回の見直しでも、すでに「多数回該当」に入っている方の上限額は一切変わりません。長期療養中の方の経済的負担を増やさないことが、この見直しの大きな柱です。

最大のニュース：「年間上限」という新しいセーフティネット



これまでは月の上限に届かなければ何年通っても救われませんでした。2026年8月からは、月々の負担が少なくても、1年間（8月～翌7月）の合計が上限を超えれば、超えた分が

70歳以上の外来通院：毎月通っても年間の負担は同じ

[!] 月の上限

¥8,000 → ¥11,000 にアップ（不安…）

BUT（しかし）

[♥] 年間の上限

¥96,000 でストップ！（安心！）



11,000円×12か月＝
132,000円にはなりません。
新しい「年間上限」が
96,000円でブレーキを
かけるため、これまで毎月
8,000円払っていた方
（8,000円×12か月＝96,
000円）の年間の最大負
担額は変わりません。

あなたはどのケース？負担の変化・早見表

毎月継続して通院

(多数回該当の方)



影響：負担は変わりません。完全に守られます。

長期通院だが
月上限には届かない

(多数回非該当)



影響：負担が減ります！
新しい「年間上限」の
恩恵を最も受けます。

年に数回の
入院・手術のみ

(突発的な利用)



影響：月の上限額が上がる分、
わずかに負担が増えますが、
年間上限で守られます。

重要ルール：新しい年間上限は「自動」ではありません



- どんなに素晴らしい制度でも、待っているだけでは受け取れません。
- 年間上限の払い戻しを受けるには、2026年8月以降に、ご自身から保険窓口への「申出（申請）」が必ず必要です。
- 放っておくと払い戻しを受け取れないため、ご家族のサポートが重要になります。

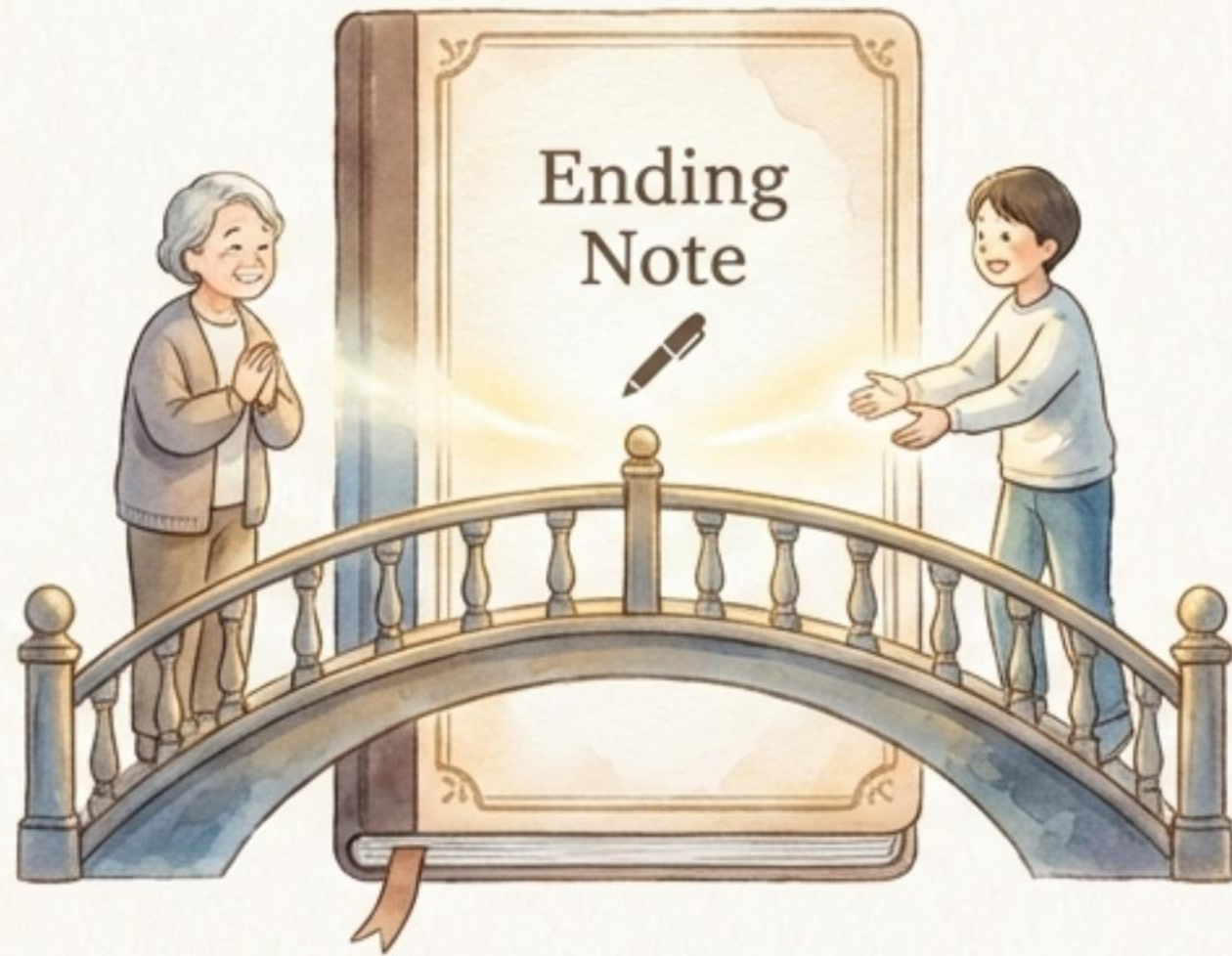
窓口での大きな出費を防ぐ「魔法のカード」



限度額適用認定証とは？


- これを事前に手に入れて病院の窓口で見せるだけで、その場での支払いを「上限額まで」に食い止めることができます。
- 一時的に何十万円も立て替え払いをして、後から返金手続きをする手間と不安がなくなります。
- すでにお持ちの方は、大切に保管してください。

家族を助ける「エンディングノート」への記録



急な入院のとき、家族が一番困るのは
「どこに何があるか」です。
記録があれば、家族がすぐに動けます。

ノートに書いておくこと

- ✓  加入している保険の種類と
問い合わせ先電話番号
- ✓  限度額適用認定証の「保管場所」
- ✓  2026年8月以降、「年間上限の申出」
をしたかどうかの記録
- ✓  月々の医療費の領収書を
まとめている場所

安心のために、今すぐできる3つの準備（まとめ）



〔1〕自分の区分を確認する

毎年届く住民税の通知書を見て、「非課税」と書いてあるかチェックしましょう。



〔2〕2026年8月以降に「申出」をする

長期通院中の方は、8月になったら早めに保険者へ年間上限の申請手続きをしてください。



〔3〕保険の情報を記録する

いざという時にお子さんやご家族が迷わないよう、エンディングノートに保険と医療の情報をまとめておきましょう。

医療の備えを、もっとスマートに

煩雑な医療保険の情報も、
デジタルなら家族と簡単に共有できます。

「デジタルエンディングノートパッケージ」
には、保険証のコピー、問い合わせ先、
認定証の保管場所をまとめる専用の記録欄を
ご用意しています。

ご自身の安心と、ご家族へのスムーズな
ボタンタッチのために。
今日から少しずつ、記録を始めてみませんか？



デジタルエンディング
ノートパッケージ

QRコードをスマートフォンで
読み取るとnoteページへ

<https://note.com/yoidoreo/n/n069823292bf2>

