

令和 **6** 年度

【利用期限】令和7年3月31日まで

# 練馬区

申込みは  
おひとり **1** 回

## 高齢者いきいき健康事業

高齢期を迎えられた方が、ますます健康でいきいきと社会参加できるように支援するため、ご希望のメニューに利用できる「いきいき健康券」を交付します。

【対象となる方】：令和7年3月31日現在75歳以上（生年月日が昭和25年4月1日以前）

練馬区に住民登録のある方

※お誕生日前でもお申込みできます。

※ご利用は申込みいただいた本人に限ります。



パソコン・スマートフォンでも  
申込みます

スマートフォンの方はコチラ→



### いきいき健康券

① から ⑦ のメニューからひとつお選びください

- ① 区内公衆浴場 [6回500円補助券]
- ② 区内理容店・美容店 [3千円補助券]
- ③ 区内はり・灸・マッサージ・指圧施術所 [1回補助券・自己負担額300円]
- ④ 豊島園庭の湯 [平日2回無料券]
- ⑤ 練馬区立少年自然の家「ベルデ」 [3千円食事補助券]  
食事料金が3千円以上の場合に利用できます。
- ⑥ 区内スポーツクラブ [2回無料券]
- ⑦ いきがいデイサービス [5回補助券・自己負担額100円]

事前にいきがいデイサービスの利用登録をされている方に限り  
ご利用できます。いきがいデイサービスの内容や申請は、  
高齢社会対策課(☎5984-2094直通)までお問い合わせください。

※いきいき健康券は、区指定の店舗等のみご利用できます。

### 【申込はがき配布場所】

区役所、区民事務所、地区区民館、総合福祉事務所、地域包括支援センター、  
はつらつセンター、敬老館、厚生文化会館、区立体育館・プール、練馬区立美術館など

### 【申込方法】

#### ●郵送で申込み

「練馬区 高齢者いきいき健康事業のご案内」の申込はがきに全項目ご記入のうえ、  
切手を貼って郵送でお申込みください。順次、発送いたします。

#### ●パソコン・スマートフォンで申込み

区ホームページからお申込み専用ページへアクセスし、全項目ご入力の上お申込み  
ください。

※申込みからお届けまで1ヵ月程度かかる場合があります。

### 【申込期限】

令和7年2月28日(金) ※はがきの場合、当日消印有効

★申込みは、申込期間内におひとり1回だけです。

お問合せ：練馬区高齢者いきいき健康事業担当  
☎6758-1722 (専用電話)