令和4年度

# 練馬区
# 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、ご希望の事業に利用できる**いきいき健康券**を交付します。

**対象となる方：令和５年３月31日現在７５歳以上の方（生年月日が昭和２３年４月１日以前）で、練馬区に住民登録のある方**
**※ご利用はお申込みいただいたご本人様に限ります**
**※お誕生日前でもお申込みできます。**

**申込方法：郵送**または**パソコン・スマートフォン**でお申込みできます。

※申込みからお届けまで１ヶ月程度かかる場合があります。

●郵送で申込み

「練馬区 高齢者いきいき健康事業のご案内」の申込書（はがき）に全項目をご記入いただき、６３円切手を貼って**郵送**でお申込みください。

**（配布場所）**区役所、区民事務所（練馬を除く）、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、練馬区立体育館・プール、図書館、練馬区立美術館など

●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、全項目ご入力のうえお申込みください。

スマートフォンの方はコチラ→

**申込期限：令和５年２月２８日（火）まで　※はがきの場合、当日消印有効**
**利用期限：令和５年３月３１日（金）まで**

お申込みは

**申込期限までに１回**です。

**75歳以上の方対象**

## いきいき健康券

①～⑦のメニューからひとつお選びください。

① 区内公衆浴場〔７回補助券・自己負担額１回５０円〕
② 区内理容店・美容店　〔３千円補助券〕
③ 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』
食事料金が３千円以上の場合に利用できます。〔３千円食事補助券〕
⑥ 区内スポーツクラブ　〔２回無料券〕
⑦ 練馬区いきがいデイサービス　〔５回無料券〕

お問い合わせ：練馬区　高齢者いきいき健康事業担当　☎６７５８－１７２２（専用電話）