

令和7年度 練馬区三療サービス事業のご案内 (はり・きゅう・マッサージ・指圧)

練馬区では、高齢者の方の健康および福祉の増進を目的として、はり・きゅう・マッサージ・指圧を利用できる三療サービス事業を実施しています。

対象者 練馬区内に住所を有し、満65歳以上の方

利用期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

申請期間 令和7年3月1日～令和8年2月28日（消印有効）
申請は、期間内1回のみです。

申請月	3月～12月	1月～2月
利用券の枚数	4枚	3枚

※お送りする利用券の枚数は、申請月により異なります。

費用 1回1,500円
利用券1枚で、施術を1回利用できます
(出張施術の場合は、別途1,000円かかります)

利用できる場所 練馬区三療師会に加入している各施術所(者)
(利用券と一緒に施術所一覧表をお送りします。)

施術時間 三療サービスの術目や、受ける方の体調・具合等により、
施術時間は異なります。そのため、施術時間については
施術所にご確認ください。



練馬区三療師会とは

練馬区内で三療（はり・灸・マッサージ・指圧）に従事する
施術者の団体で、全員国家免許取得者です。

「いつも体が疲れた感じがして、体が重い」
「腰やひざ、肩や腕などが痛い」などありませんか？
症状にあわせて、柔軟に対処いたします。
日頃のお体のお悩み事、お気軽にご相談ください。

※この事業は、練馬区三療師会のご協力をいただき実施しております。

申込方法は裏面をご覧ください→

申込方法

所定の申請書（ハガキ）もしくは市販のハガキでお申し込みください。
また、練馬区ホームページから電子申請でもお申し込みいただけます。

※右記の二次元コードからもご申請いただけます。



◇窓口での申し込み

- ・練馬区役所西庁舎3階 高齢者支援課 高齢給付係
- ・区民事務所（練馬区民事務所を除く）
- ・地域包括支援センター

※所定の申請書（ハガキ）配布場所

地区区民館、はつらつセンター、敬老館、厚生文化会館



◇郵便はがきでの申し込み

練馬区公式アニメキャラクター ねり丸 ©練馬区

以下の要領で、「三療サービス利用申請書」と記載のうえ、
氏名（ふりがな）、生年月日、住所、電話番号を記入してください。

【送付先】 〒176-8501
練馬区豊玉北6-12-1
練馬区役所 高齢者支援課 高齢給付係

（郵便はがき 記入例）

三療サービス利用申請書

令和〇〇年〇〇月〇〇日

練馬区長 殿

三療サービスの利用を申請します。

ふりがな	△△△△	△△△△
氏 名	〇〇〇〇	〇〇〇〇
生年月日	昭和〇〇年〇〇月〇〇日	
住 所	練馬区〇〇〇 〇丁目〇〇番〇〇号	
電話番号	03（〇〇〇〇）△△△△	

※申請者が本人以外（代理人）の場合、下記について記入してください。

- （１）代理人氏名
- （２）代理人住所
- （３）代理人電話番号

【問合せ】練馬区 高齢者支援課 高齢給付係
電話 03-5984-2774（直通）