



健康なカラダは水がらた!

からだの60%は水分です。
少しの水分不足が、大きな健康障害を引き起こす可能性があります。
のどの渇きを感じる前に、こまめに水を飲みましょう。



健康のため水を飲もう

Let's Drink Water to Our Health 건강한 삶을 위해 물을 마시자 饮水促健康

主催:「健康のため水を飲もう」推進委員会 後援:厚生労働省

「健康のため水を飲もう」推進運動は、全国の水道事業者および各種団体・企業のサポートにより運営されています。