



# 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

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。

からだの60%は  
水分です。



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。