

「じゃ口」

それは、一番身近な水分補給

健康のため水を飲もう!

体の中の水分が不足すると、熱中症（ねっちゅうしょう）、脳梗塞（のうこうそく）、心筋梗塞（しんきんこうそく）など、さまざまな健康障害（けんこうしょうがい）のリスクとなります。健康のため、こまめに水を飲みましょう。

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、全国の水道事業体および各種団体・企業のサポートにより運営されています。