



手洗いと 水分補給で 身を守り

第5回健康のため水を飲もう川柳
最優秀作品

高橋ゆき子（宮城県在住）

マスクを着用した場合、
呼吸数や体感温度が
上昇するなどの負担がかかります。
のどが渴きを感じる前に、
こまめな水分補給を心がけましょう。

健康のため水を飲もう



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。