



テレワークも  
こまめな  
水分補給が  
ポイントです。

室内でも人は汗をかきます。

のどの渴きを感じる前に

こまめに水を飲みましょう。

健康のため  
水を飲もう



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。