



自ら健康に、水から健康に。

体の中の水分が不足すると、
熱中症、脳梗塞、心筋梗塞など、
さまざまな健康障害をきたす可能性があります。
健康のために意識して
こまめに水を飲みましょう。

頑張った後には、
しっかり
水を飲もう！



主催：「健康のため水を飲もう」推進委員会 後援：国土交通省・環境省

「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。