

July

2017

7

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN

					1	2
3	4	5	6	7 <small>七夕</small>	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17 <small>海の日</small>	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



東京都水道局

<https://www.waterworks.metro.tokyo.jp/>



水の豆ちしき

### 人間の体内に含まれる水の量は？

人間の身体の「約60%」は水でできています。このうち約2%を失っただけで、運動能力が低下しはじめ、さらに不足すると、熱中症などになります。

夏場は特に身近な水道水でこまめな水分補給を忘れずに！

※人間の体内の水分量は、年齢・性別などにより異なります。

僕は100%!

