

No.137
2021.3

水道だより

問い合わせ 甲府市上下水道局 TEL (228)3311(代)
FAX (237)4331
https://www.water.kofu.yamanashi.jp/

健康のために活かそう

「身近な水道水」

～安全でおいしい「甲府の水道水」のご利用を！～

問 経営企画課… ☎ (228) 3319

冬から春にかけての季節は「三寒四温」といわれ、寒さと暖かさが交互にやってきます。目まぐるしく変化する気候と新年度へ向けた忙しさで、気付かないうちにストレスや疲れが溜まり、体調を崩しやすい季節でもあります。かくれ脱水やさまざまなウイルス感染から身を守るために、こまめな水分補給やうがい・手洗いを徹底し、季節の変わり目の健康管理に気を付けましょう！



「水」を飲もう！

- ・朝起きた時、夜寝る前に！
- ・入浴前、入浴後に！
- ・コップ1杯の「お水」を飲むようにしましょう！

ボトルドウォーター「甲府の水」
が2020モンドセレクション
「最高金賞」を受賞

人間のからだの「約60%」は水分、例えば体重が60kgの成人男性なら約36kg分が水分です。5%（1.8ℓ）の水分を失うと脱水症状や熱中症の症状が現れます。



水道水は
リーズナブル！お財布にも優しい！

1日1.2ℓは飲み物から取りましょう！

水道水は・・・

使ってますか「マイボトル(水筒)」！



2ℓ3本分 = 約1円

健康志向の高まりと環境への配慮から、自分に合った飲み物を「マイボトル(水筒)」で携帯する方が増えています。利尿作用のある飲料を控え、白湯や麦茶、玄米茶などの水分補給に適したものを選んで、冬の間落ちた水分補給量を少しずつ増やしましょう。

◆水道の使用開始と中止◆

問 経営企画課… ☎ (228) 3311

◎水道を使い始めるとき

「水道使用申込書」が玄関などに置いてありますので、必要事項を記入し返信用封筒に入れ郵送してください。「水道使用申込書」がない場合は、ご連絡をお願いします。

◎水道の使用をやめるとき

引越しなどで水道を使用しなくなる時は、必ず手続きをしてください。3・4月は大変混み合いますので早めのご連絡をお願いします。

上下水道局ホームページからも手続きができます
詳しくはこちら▶



◆上下水道インターネットモニター募集◆

問 経営企画課… ☎ (228) 3317

インターネットを利用したアンケート調査やお知らせへの感想などにご協力いただけるモニターの方を募集します。

対象 給水区域内にお住まいで、水道または下水道を使用されている18歳以上の方

募集人数 50人

任期 1年間(調査、お知らせは数回程度を予定)
※回答実績に応じ、謝礼として図書カードを進呈します

詳しくはこちら▶



皆様のご応募をよろしく申し上げます