

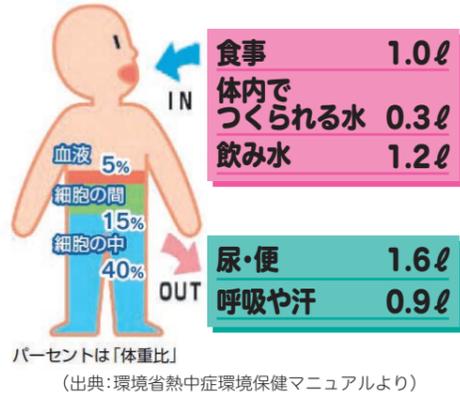
# 私たちの生活に欠かせない 水道と下水道

今回は、からだと水の関わりと、下水道の役割を中心にをご紹介します。

## 夏場の健康には水が不可欠

### からだ和水の関係

人間のからだの約60パーセントは水分でできています。ふだんの生活の中で、わたしたちの体からは、汗や尿などとして、水分が出て行っています。体の中の水分が少なくなると、体の調子が悪くなり、ひどい場合は、命に係わる状態になることがあります。



人間は1日に2.5ℓの水が必要なんだね!!

200mlのコップだと、約12杯分!!

### 水の役割

水は体内で大きく3つの役割があります。

- 1 血液といっしょに、食べたものの栄養分を、体の中の細胞へ運びます。
- 2 体の中のいらなくなったものを、尿として体の外へ出します。
- 3 体温を調節するため、汗となって体の外へ出て、体温を一定に保ちます。

人間にとって、水はとても大切なものなんだね。

### 水を飲むことが大事

のどの渴きは脱水が始まっているサインです。しかし、渴きを感じてから水を飲むのではなく、渴きを感じる前に水分を摂ることが大事です。特に、入浴中や就寝中はたくさん汗をかき、水分が不足しがちですので、「入浴後」と「起床時」には水を飲み、こまめな水分補給を心がけましょう。



あと2杯が大事だね!!

### 佐世保市の水道水について

水道水の水質基準項目は51項目におよび、厳しい安全基準をクリアしています。水質検査は、毎日122か所の蛇口で行い、毎月34か所においてより詳細な水質検査をしています。さらに、安全性を確認するために、法律で義務付けられた以外の水質検査を実施するなど、佐世保市の水は、とっても安全な水となっています。

**水分補給は、安全・安心な水道水で!!**

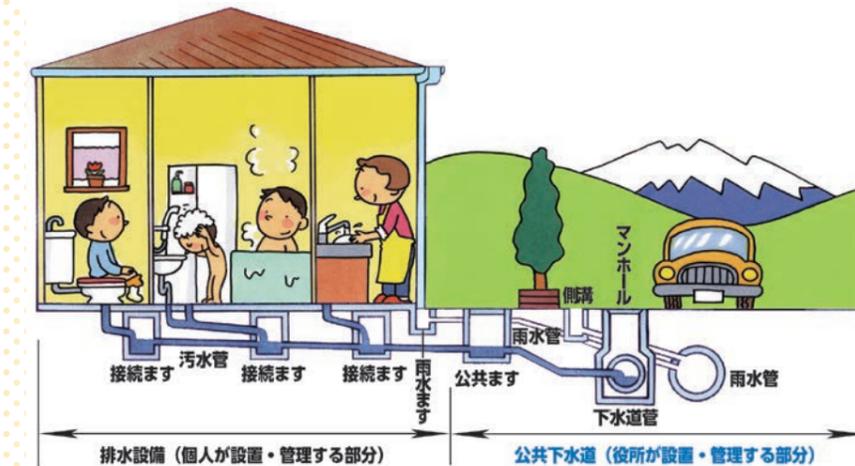


## 公衆衛生向上に寄与する下水道

### どうして下水道が必要なの?

下水道は**私たちが使った水をきれいにして再び自然に帰し、川や海を汚さないための大切な施設**です。

★佐世保市が管理する公共下水道の区域においては、**汚水と雨水を別々の管路**で処理しています。



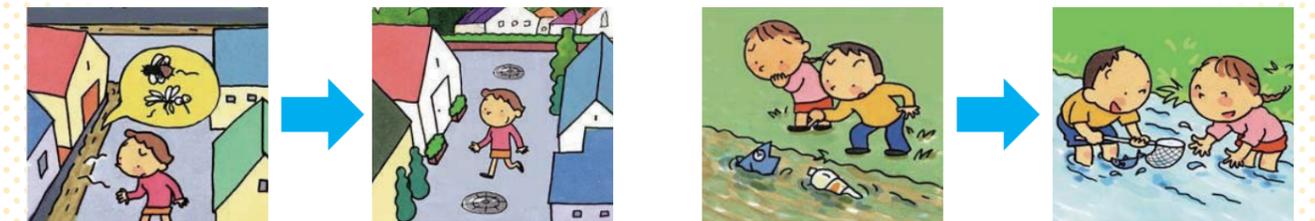
●**汚水用の下水道**  
衛生的で快適な生活環境づくりや川や海の水質保全のために整備しています。

●**雨水用の下水道**  
雨水による浸水や水害対策として整備しています。



### 佐世保市の下水道について

佐世保市では、**生活環境の向上、公共用水域の水質保全**を図るため、おもに市街化区域や、河川、海域の水質への影響のおそれがある地域において、計画的に公共下水道の整備を進めています。



さらに下水道の理解を深めていただくために、広報誌やホームページによる情報発信、広報車による巡回広報など、下水道の普及に向けた取り組みも行っています。

**快適な生活環境をつくる下水道事業にぜひご協力をお願いいたします。**



自然環境の保護に、役立ってるんだね。

