

ข้อเสนอแนะเพื่อให้ สุขภาพคุณดีขึ้น

คุณทราบหรือไม่ว่าในแต่ละวัน คุณควรดื่มน้ำ
ปริมาณเท่าไร ?

คำแนะนำ:คือจำนวนสี่ของรุ่ง บวก 1

การดื่มน้ำ ไม่เพียงแค่ดับกระหาย แต่ยังช่วยให้ร่างกายทำงานได้ดีขึ้น

Ans: 8 cups

Source:

1. "The Best Refreshment".
HealthHub. December 2021.



Proudly presented by:



MINISTRY OF
MANPOWER



My Brother SG
HERE FOR YOUR HEALTH