

フッ化物洗口で むし歯ゼロへ！



～保育所・幼稚園・認定こども園からはじめるフッ化物洗口～

フッ化物洗口ってなに？

むし歯を防ぐために、フッ化物の入った少しの量(約5ml)のうがい薬で1分間ブクブクうがいをする方法です。

フッ化物洗口のおすすめポイント

- ・簡単で安全にできる
- ・確実なむし歯予防効果がある
- ・経済的に優れている
- ・施設でみんなでできる



フッ化物洗口を行う時期

歯は、生えてから2～3年間で最もむし歯になりやすい時期です。永久歯(6歳臼歯)が生え始める**保育所、幼稚園、認定こども園**の4～5歳児から、永久歯が生えそろう**中学校**まで**継続して行うことが効果的**です。

フッ化物の効果



- ① 歯を強くしてむし歯になりにくくする
- ② 初期むし歯の回復をサポートする
- ③ むし歯菌の働きを弱める

むし歯予防の4つのポイント



歯みがきをする

歯ブラシとデンタルフロスで歯の汚れを落とす

ダラダラ食べを防ぐ



規則正しい食生活を心がける



フッ化物を使う

フッ化物洗口やフッ化物配合の歯みがき粉を使用する

歯科健診へ行く

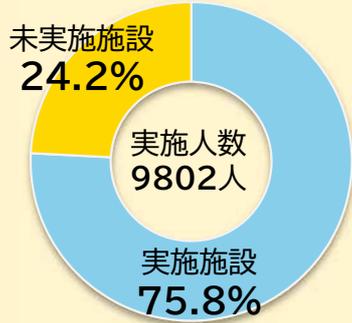


定期的に歯みがき指導や歯にフッ化物を塗ってもらう

佐賀県でのフッ化物洗口実施状況(令和6年度)

実施数
460施設
62,173人

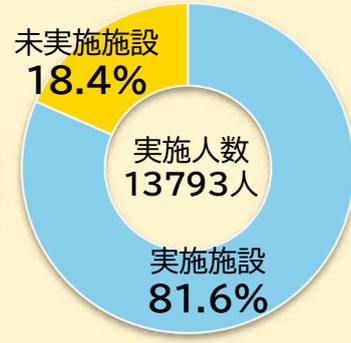
保育所・幼稚園・認定こども園
(232/306施設)



小学校(公立)
(157/157校)

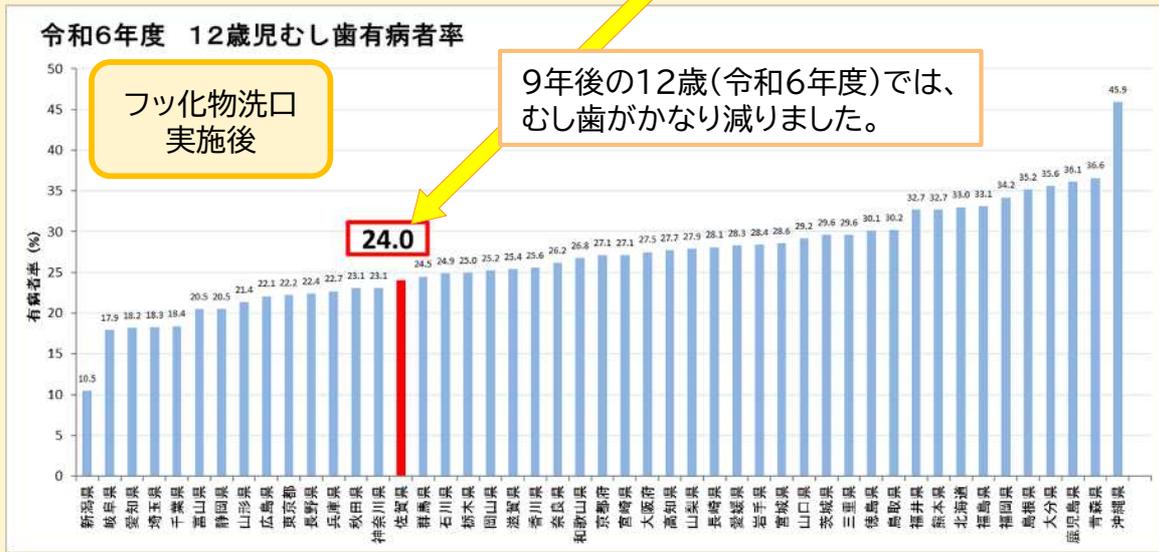
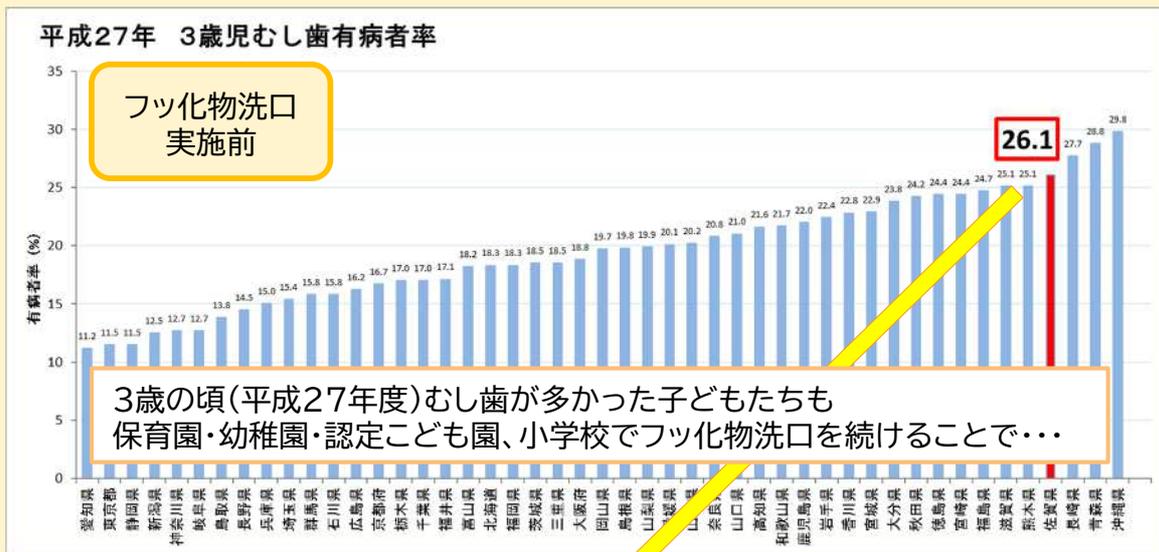


中学校(公立)
(71/87校)



フッ化物洗口の効果

出典 3歳児有病率→厚生労働省:地域保健・健康増進事業報告
12歳児有病率→学校保健統計調査



佐賀県 健康福祉政策課

(佐賀県口腔保健支援センター)

TEL:0952-25-7075

Mail: kenkoufukushiseisaku@pref.saga.lg.jp

