



してますか？

“むし歯予防”

おいしく物を食べ、心豊かな生活を送りたい！
しかし、歯が健康でなければ、そうはいきませんよね。
歯の健康を保つためには、日ごろからむし歯予防に対する意識を持つことが大切です。ここでは、毎日の“歯みがき”以外に、田原市が現在進めているむし歯予防への取り組みを紹介します。
健康課 23局3515

簡単な“ぶくぶくうがい”でむし歯予防。 皆さん、「フッ素洗口」ってご存じですか？

幼児期・学童期のむし歯予防は、“8020”（満80歳で20本以上自分の歯を残すこと）へ向けての第一歩です。田原市では、子どもたちの歯をむし歯から守るために、保育園や小学校での「フッ素洗口」を勧めています。フッ素洗口とは、低濃度のフッ素が入ったフッ化ナトリウム溶液で、“ぶくぶくうがい”をするものです。

フッ素には、むし歯の予防につながるさまざまな効果があります。（右参照）その効果は、実際にフッ素洗口を続けた児童と、まったく経験していない児童


の比較からも、うかがうことができます。（右参照）

フッ素関連の歯みがき用品は、薬局などでも市販されています。皆さんもこの機会に、家族みんなでフッ素によるむし歯予防に取り組んでみませんか。



現在、市内8小学校・15保育園で実施しているフッ素洗口。今後はさらに拡大していく予定です。

「僕も、私も、フッ素洗口を続けています！」
～若戸小学校の“むし歯ゼロ4年生”に聞きました



これから歯を大切にしよう！
左から小川真由さん、杉原圭哉くん、福井爽太くん、伊藤由季奈さん

フッ素洗口は1年生のときから続けているという4名。4年生になった現在も、むし歯は1本もないそうです。フッ素洗口を続けているうちに、むし歯予防への意識が高まり、毎日の歯みがきもきちんとするようになったとか…。フッ素洗口には、意外な効果もあるんですね。

フッ素の効果

・再石灰化の促進
初期のむし歯を治す再石灰化(カルシウムの再沈着)の働きを盛んにします。



・歯質の強化
歯の表面から取り込まれたフッ素が、抵抗力の強い歯を作ります。

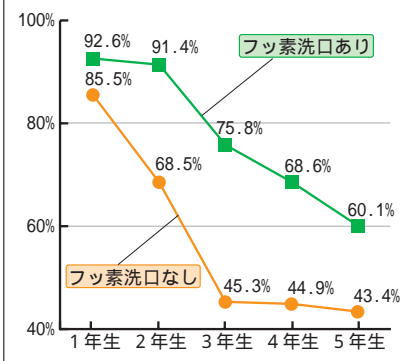


・抗菌作用
むし歯菌の働きを抑制します。



むし歯ゼロ児童の割合

4年間フッ素洗口を続けた小学生と、4年間まったくフッ素洗口をしなかった小学生を比較してみると、フッ素洗口を続けた児童のむし歯ゼロ率は、しなかった児童より高いことがわかります。



調査対象：市内小学校の1～5年生
・フッ素洗口あり…H14～18年調査・161名
・フッ素洗口なし…H9～13年調査・156名