

＜個別塗布＞

フッ素塗布についての説明書

鯉ヶ沢町では、1歳6か月児から就学前までの幼児を対象に、むし歯予防を目的に『フッ素塗布』を実施します。子供たちに一生の財産となる良い歯を残してあげましょう。

半年に1回の間隔でフッ素塗布を実施して下さい。

【フッ素の効用】

- ① 歯の表面のエナメル質を強くします。(歯質の強化)
- ② 歯の再石灰化(むし歯になりかかった部分を修復する)を促進します。
- ③ むし歯菌(ミュータンス菌など)の活動を抑制し、抗菌作用を示します。



【フッ素塗布について】*希望する方に実施します*

○フッ素塗布対象児・実施方法

	対象及び実施時期	年齢のめやす	実施方法	備考
個別	3歳児健診終了から 就学前まで	① 4歳頃 ② 4歳6か月頃 ③ 5歳頃 ④ 5歳6か月頃 ⑤ 6歳頃	委託歯科医院で塗布を行います。 3歳児健診終了から半年に1回の間隔で就学前までに5回塗布します。	3歳児健診で詳しい受け方のお知らせと個別受診券(5回分)を交付します。 ※有効期限は小学校就学前の3月31日までです。

○費用 無料(全額町負担)

○希望・申し込み 希望者は説明書をよくお読みになり、委託歯科医院に予約し受診して下さい。

○持参するもの 『フッ素塗布受診券(フッ素塗布承諾書)』を記入し、受診当日に歯科医院に提出して下さい。

そのほか、母子健康手帳(フッ素塗布カード貼付済)、健康保険証を持参して下さい。

***むし歯予防のために適正なフッ化物(フッ素)利用を推進していますが、本人または保護者の自由意思により選択できるようにしています。決して強制的に行われるものではありません。**

フッ素塗布の安全性について

フッ素は地球上に広く存在しており、私たちは飲食物から日常的に摂取しています。適量の摂取は骨や歯の維持に不可欠ですが、過剰摂取は害を生じることがあります。むし歯予防を目的に行われるフッ素塗布は、適切な濃度に管理されたフッ化物を使用し、適量を守り実施いたします。

ご不明な点がございましたら、ご遠慮なくお問い合わせください。

【お問い合わせ】

鯉ヶ沢町健康ほけん課 健康推進班 72-2111

*** 歯科医院でのフッ素塗布の方法 ***

歯医者さんに予約をし、受診しましょう

- ① 下記に記載の委託歯科医院の中から、受診する歯科医院に予約してください。
- ② 歯医者さんの指示に従い、確実に塗布してください。
★痛さ等はなく、上手に塗布してくれますのでご安心下さい

受診日に持参するもの

- ・ フッ素塗布受診券（フッ素塗布承諾書）
- ・ 健康保険証
- ・ 母子健康手帳（フッ素塗布カード貼付済）

フッ素塗布時の注意

- ① フッ素の塗布は歯がきれいな状態でなければ効果がありませんので塗布に行く前はきれいに歯をみがいてから行きましょう。
- ② 嘔吐予防のため受診30分前の授乳、飲食はしないようにしましょう。
- ③ フッ素塗布後、30分間は授乳、飲食、うがいを控えて下さい。

その他

※ 費用は無料ですが、治療等が必要な場合は医療費の支払いが生じることがあります。治療等に関しては医療機関と相談してください。

（注）鯉ヶ沢町に住所がなくなった方はフッ素塗布券を使用することはできません。

（注）有効期限は小学校就学前の3月31日までです。

★委託歯科医院 ※ 町内の全歯科医院です

歯科医院名	電話
鯉ヶ沢病院	72-3111
かなざわ歯科医院	72-6480
かねこ歯科医院	72-8602
湊谷歯科医院	72-2744

生活習慣も大事!!

フッ素の応用はかなり高いむし歯予防効果がありますが、100%予防できるものではありません。生活習慣がとても大切です。

◆食べたら口の中をきれいにする習慣をつけましょう。（食後の歯みがき、仕上げみがき、ぶくぶくうがい）特に就寝前の大人による仕上げ磨きは大事です。

◆健康な歯をつくる食生活をこころがけましょう。

◆おやつは選び方と食べさせ方が重要です。

選び方・・・お菓子ではなく健康な身体をつくるものを選びましょう。（果物、乳製品、パン、おにぎり、いも類など）飲み物は、お茶・水・牛乳を中心にしましょう。

ジュースやスポーツドリンク、乳酸菌飲料には砂糖がたくさん含まれています。

食べさせ方・・・量を決めて、時間は短く!!