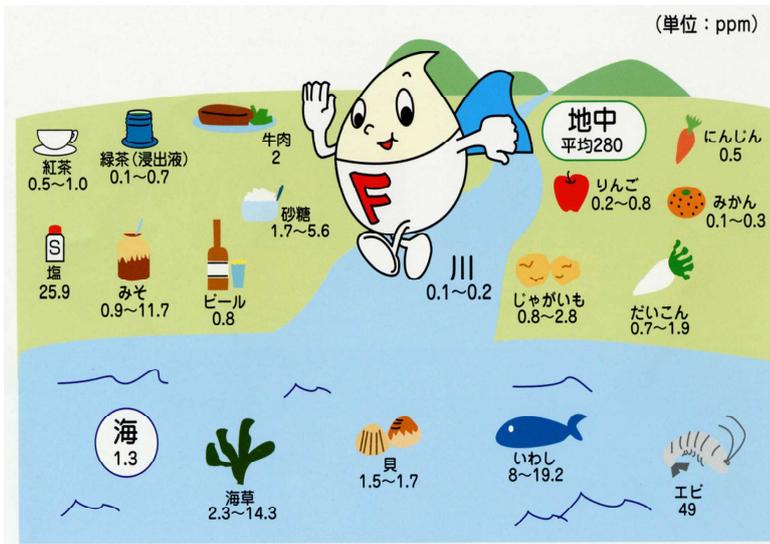


＼ 乳歯が1本でも生えたら・・・／

# フッ化物塗布で乳歯のむし歯予防

\*むし歯予防方法の中で、  
フッ化物（フッ素）の応用が最も効果の高い方法です。

## フッ化物（フッ素）ってなあ～に？



・フッ化物（フッ素）は土壌中、海水中、全ての動・植物に含まれ、私達が口にしている全ての飲食物に含まれています。

・フッ化物（フッ素）は生体必須元素で、私達の歯や骨、血液中や軟組織などに存在し、骨や歯の発育になくてはならないものです。

## フッ化物（フッ素）の効果は？

フッ素には大きく3つの働きがあります。この働きによりムシ歯予防に効果を発揮します。



### 歯を強くする

フッ素が歯に取り込まれ、ムシ歯に強い(溶けにくい)歯を作ります。



### 再石灰化を促進する

自然治癒が可能な初期のムシ歯では、治癒を助けることができます。



### ムシ歯菌を抑制する

フッ素が歯垢(プラーク)に入り、歯を溶かす酸が作られるのをおさえます。

「**歯**」と「**お口の中のむし歯菌**」に作用して、  
**むし歯を予防**します。

# はみがきけんしんや歯科医院で フッ化物塗布を受けましょう

- ・生えたての歯は質が弱くむし歯になりやすいので、  
生えたばかりの時に塗布を受けると予防効果が高いです。
- ・年に2～4回程度の継続塗布がおすすめです。
- ・山口市では年中児から中学3年生まで永久歯のむし歯予防のためにフッ化物  
洗口をしています。乳歯のむし歯予防にはフッ化物塗布をしましょう。

フッ化物洗口  
予防効果 55～80%

フッ化物配合歯磨剤  
予防効果 25～40%

フッ化物歯面塗布  
予防効果 20～40%

これらを併用することで、  
むし歯予防効果は増します

## 令和6年度 はみがきけんしん実施日

山口市でのフッ化物塗布は4ヶ月に1回を目安にお越しく下さい。  
歯科医師による歯科診察と歯科相談、フッ化物歯面塗布を実施します。

4月15日(月)	5月17日(金)	6月21日(金)	7月19日(金)
8月21日(水)	9月12日(木)	10月23日(水)	11月18日(月)
12月16日(月)	1月14日(火)	2月18日(火)	3月14日(金)

場 所 : 山口市役所 保健福祉ふれあいセンター2階  
受付時間 : 13時～13時45分  
持 ち 物 : 歯ブラシ・コップ・タオル・はみがき手帳(持っている方)  
費 用 : 無料

\*感染症等により、はみがきけんしんの実施に変更が生じる場合がございます。  
山口市ホームページにてご確認ください。

お問い合わせ 山口市役所 健康介護課 ☎ 22-6838