



「子育て先進都市・教育先進都市」を目指し 家庭と共に子ども達の「健康」を応援します



青森市立小・中学校において集団フッ化物洗口を実施します

青森県は、子どものむし歯の有病者率が高く、12歳児の永久歯の一人あたり平均むし歯数は全国ワーストレベルの状況にあります。

このことから、青森市では、児童生徒のむし歯予防及び健康意識の向上を図るため、市立小・中学校の小学校1年生から中学校3年生までの児童生徒（希望者）に対し、学校における集団フッ化物洗口を令和6年10月から週1回実施します。



フッ化物ってどんなはたらきをするの？

- ① 歯を強くします
- ② 口の中のむし歯菌の活動を弱めます
- ③ とけた歯をもとに戻す力を助けます



永久歯の生えそろう15歳ころまで続けて行くと、特に効果が高いと言われています



フッ化物で洗口ってどんなふうにするの？

①



約10mlの洗口液を
口にふくみます

②



30秒～1分間、ブクブク
うがいをします

③



洗口液をはき出し、効果を
低下させないため、30分間は
うがいや飲食を控えます



フッ化物洗口って安全なの？

学校でフッ化物洗口を実施した際に、誤って洗口液を1回分全部飲み込んだとしても問題はありません。また、フッ化物洗口を長期間継続することにより、フッ素が体に蓄積して害を起こすということもありません。

なお、かかりつけの歯科医院でフッ素塗布を実施しているお子さんも問題なく実施することができます。

子どもたちの健康のため、御家庭での御協力をどうぞよろしくお願い致します

むし歯予防は、学校でのフッ化物洗口だけで安心してはいけません。

御家庭でも、日頃からていねいな歯磨きを心がける、おやつ摂り方に気をつける、よく噛む習慣をつけるなど基礎的なことを心がけてこそ、むし歯予防効果は持続されます。

また、おいしく食事をしたり、会話を楽しんだりするためには、歯と口の健康を保つことが欠かせません。歯と口の健康を維持することは、全身の健康を保つうえでも重要です。



<お問い合わせ先>

青森市教育委員会事務局 学務課学事・保健チーム

☎ 017-718-1402