

# 歯科健康診查のお知らせ



乳幼児期から虫歯のないきれいな歯を保つことは、一生を通した健康な生活の基礎となります。

つきましては、下記のとおり歯科健康診查を実施いたします。歯科指導の際にフッ素塗布を行っていますので、歯科健康診查、歯科指導と併せて虫歯予防にお役立てください。

受診を希望される方は、4月8日（月）までに、役場保健医療課までご連絡ください。

## 記

日 付	平成31年4月16日（火）
受付時間	午後1時00分～午後2時30分
場 所	子どもセンターぽっけ 児童館遊戯室
対 象 児	①乳児健康診查対象のお子さん ②1歳になるまでのお子さん ③1歳以上で歯科健康診查を希望されるお子さん <u>（③の方には個別通知をしていませんので、 申込みが必要になります。）</u>
料 金	無料
申 込 先	留寿都村役場 保健医療課 保健師 TEL: 46-3131 FAX: 46-3545



☆フッ素塗布の希望の有無について、申込時にお知らせください。

☆乳児健康診查の時期によって歯科健康診查の受診回数に偏りが出てしまうため、乳児健康診查の対象にならない1歳までのお子さんも自動的に歯科健康診查の対象としています。

☆ご不明な点がありましたら、役場保健医療課までご連絡ください。

（裏面に続きます）



# フッ素塗布について



## Q. フッ素って何？

A. フッ素とは、自然界に存在するハロゲン元素と呼ばれる物質で、人間の体には、骨や歯などに含まれています。フッ素塗布を行う際に利用するのはフッ化ナトリウムという物質です。

## Q. フッ素の効果って？

A. フッ素を歯面に塗布することで唾液中に含まれるミネラルの吸収を助けて歯の再石灰化を促し、歯の質を強化します

## Q. フッ素はどうやって歯に塗っていくの？

A. フッ素塗布の方法にはいくつかありますが、本村の歯科健康診査で行うフッ素塗布では、歯ブラシを使用して歯1本1本に直接フッ素を塗っていく、『歯面塗布法』で行います。

## Q. フッ素の健康への影響は？

A. 高濃度のフッ素を長期間摂取することで、歯のエナメル質が白く濁るフッ素症等が発生することがありますが、使用量に注意し過剰に摂取しなければ健康に影響はありません。歯科健康診査では歯科衛生士が量を確認しながらフッ素塗布を行いますので、フッ素の過剰摂取になることはありません。

## Q. フッ素塗布を受ける上で注意することは？

A. 余分なフッ素を体内に入れず、フッ素をしっかり乾かし歯に染み込ませるためにも、フッ素を塗ってから30分は食べたり飲んだりしないようにしましょう。

## Q. フッ素をしていれば絶対に虫歯にならないの？

A. フッ素は歯を強くし、虫歯の発生を防ぐ効果がありますが、フッ素を塗っていても、正しく歯磨きができていなかったり、甘い物をだらだらと食べ続ける習慣があると、虫歯になる可能性があります。特に乳歯や生えたての永久歯は虫歯になりやすいので、定期的にフッ素塗布を受けながら、毎日の歯磨きや食生活等に注意し、虫歯を予防していきましょう。

## Q. フッ素塗布は1回だけでいいの？

A. フッ素塗布は、年に3～4回受けるのが効果的であると言われています。