



# 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、一生を通じ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。希望される方には、フッ素塗布も行っていますので、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、**9月9日（水）**までに、役場保健医療課までご連絡ください。

## 記

日 付	平成27年 9月15日（火）
受付時間	午後1時～午後2時30分
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 (①②の方へは個人通知にてご連絡いたします。 ③の方は申し込みが必要になります。)
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。
- ☆ご不明な点がございましたら、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 フッ素塗布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、虫歯にしづらくするお手伝いをしていますが、フッ素を塗ったからといって甘い物をだらだら食べる習慣や正しく歯磨きができていなければ結局は虫歯になってしまいます。フッ素塗布を受けていても、普段の食生活等を見直し、しっかりと虫歯予防をしていきましょう。

## 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。