

～ブクブクうがい～で虫歯予防！

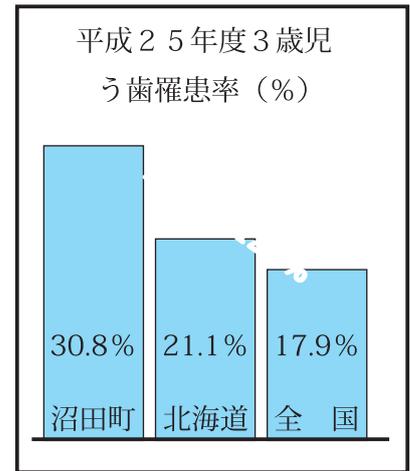


沼田町では、むし歯のある子どもの割合が、全国・全道と比べて非常に高くなっています。そこで、保育園・幼稚園・小学校では、むし歯予防のため「フッ化物洗口」を実施しています。

歯は、生えてから2～3年が最もむし歯になりやすいため、永久歯に生えかわる時期に適切なむし歯予防を行うことが大切です。



▲沼田保育園フッ化物洗口の様子



フッ素はどのようなものですか？

毎日飲んでいる水道水や食品にも含まれている自然環境物質です。

どんな効果がありますか？

フッ化物は、歯の表面に組み込まれ、歯を強く丈夫にします。また、むし歯菌が歯を溶かすのを防ぎます。



「最近、歯茎から血が出る」という人は要注意！

歯周病は、歯を支える歯ぐきや骨が壊され、最後には歯が抜け落ちてしまう病気です。日本人の40歳以上の約8割がこの病気に罹っており、心筋梗塞などの原因になる場合もあります。

予防のために「定期健診」と「食後の歯磨き習慣」を心がけましょう！

【保健福祉課健康グループ 担当：吉田】