

ほけんだより



令和4年5月24日
京丹後市立網野南小学校
保健室 No.7

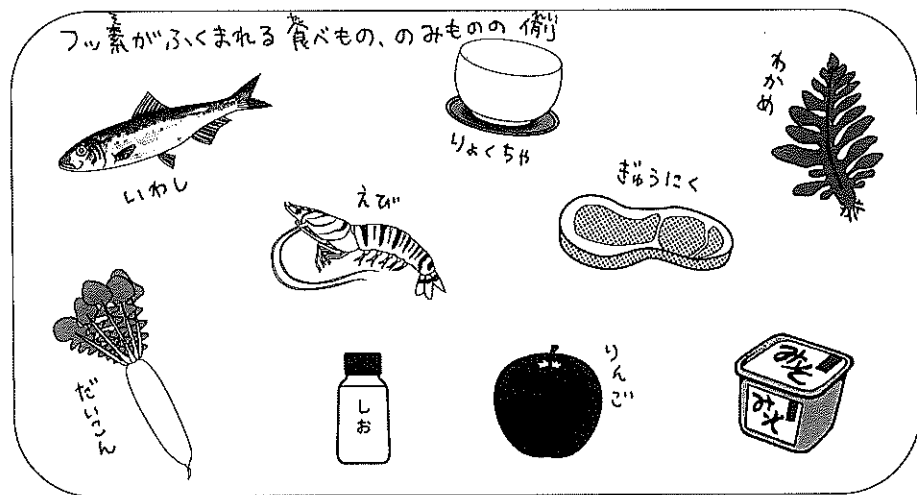
フッ化物洗口の取組について

フッ化物洗口って
なに？

むし歯を予防するために、フッ素が入った水で
洗口（うがい）をすることです。

フッ素って
なに？

フッ素は、肉や魚、卵、乳製品、野菜など、
いろいろな食べ物や飲み物に、ほんのちよっぴり
含まれている、自然界の物質です。



フッ素入りの歯みがき粉が、ドラッグストアなどで
売られていることもあります。

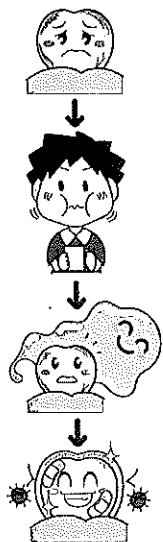
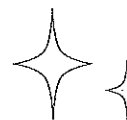


フッ化物洗口には、どんな効果があるの？

フッ化物洗口をすると、歯の表面にフッ素が付きま
すと、フッ素のはたらきで、歯に色々な効果が出ます。

フッ化物洗口の効果

- (1) 歯を強くする。
- (2) むし歯になりかけの歯を治す。
- (3) むし歯菌のはたらきを弱くする。



網野南小学校のフッ化物洗口について

いつするの？ → 毎週水曜日 1時25分～1時30分
5月25日から、スタートします。

だれがするの？ → おうちの人が、フッ化物洗口を希望した人
(希望しなかった人は、水うがいなどをします。)

どこでするの？ → 各教室



用意するものは？ → コップ

歯みがき用に持ってきている
自分のコップを使います。



うらもよんでね。