



# 01 はじめに ～舞鶴市の現状～

## ●舞鶴市の子どもの歯の現状

舞鶴市における子どものむし歯罹患率は、長年の取り組みにより減少傾向にはあるものの、依然として全国平均や京都府平均と比較すると高い状況です。(図1)

※参考：国立保健医療科学院(歯っとサイト)  
舞鶴市乳幼児歯科健診結果

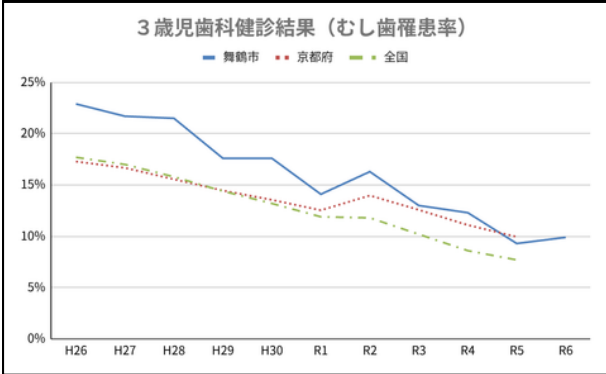


図1

## ●4本以上のむし歯をもつ「ハイリスク児」の割合

全体の平均値以上に注視すべきは、一部の児童にむし歯が集中する「二極化(健康格差)」です。むし歯ゼロの児童が増える一方で、生活習慣や家庭環境の背景により、多発性う蝕を抱える児童が存在します。個人の努力(セルフケア)だけでは防げない層に対し、集団で実施する「フッ化物洗口」はすべてのこどもを平等に守るためのセーフティネットとしての役割を担っています。むし歯罹患児のうち、4歳児、5歳児それぞれのハイリスク児の割合は40.7%、34.0%であり、約3人に1人はハイリスク児であると言えます。(図2、図3)

【むし歯罹患児における、むし歯保有本数別の割合】

☆4歳児むし歯罹患率：17.0% ☆5歳児むし歯罹患率：22.8%

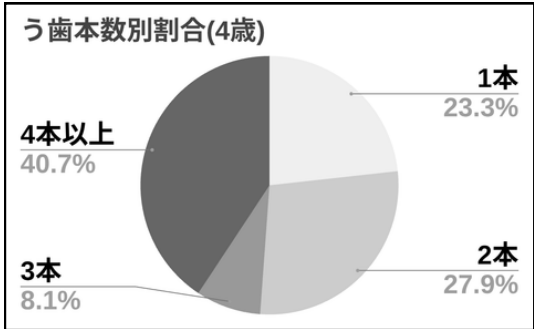


図2

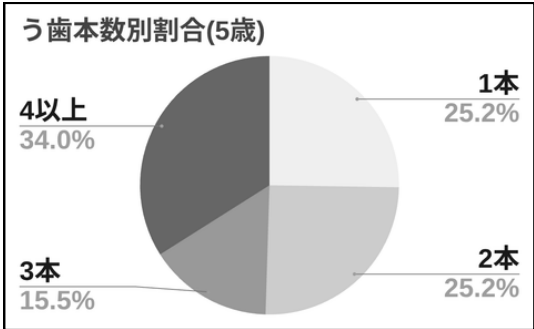


図3

## ●フッ化物洗口実施の有無による比較

洗口を実施している園では、未実施園に比べてむし歯罹患率が抑制されています。この差は、就学後の永久歯の健全な萌出にも大きく影響しており、集団洗口が極めて高い予防効果をもたらしていることを裏付けています。(図4)

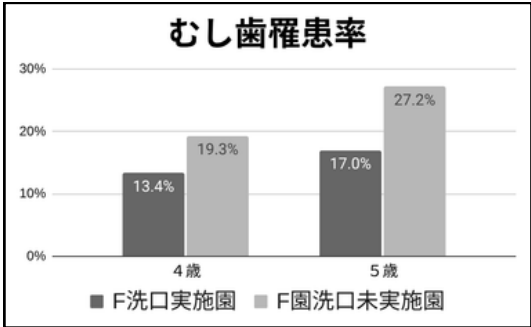


図4

舞鶴市内28園のうち、フッ化物洗口実施園は10園に留まっているのが現状です。こども家庭センターでは、すべての児童が健やかな口腔環境で成長できるよう、園・歯科医院・地域の皆様と連携して本事業を推進してまいります。



## 02 フッ化物洗口について

### フッ化物洗口の特徴

#### 1. 早期開始が効果的！

歯が萌出して間もない未成熟な時期に経験することでフッ化物が歯面に取り込まれ、歯質が強化されます。4歳から中学卒業までフッ化物洗口を続けることで全ての永久歯に作用し、大人になってもむし歯予防効果が持続します。（図5）

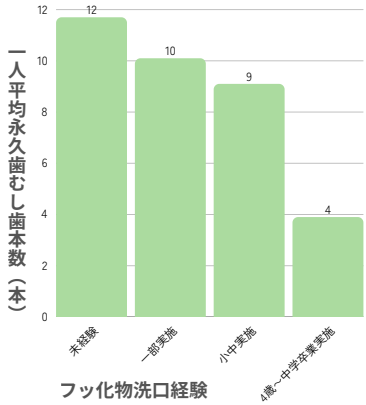
#### 2. 集団で取り組むからこそそのメリット

- ☆簡単！ ぶくぶくうがいができれば誰でもできます。
- ☆効果的！ 歯ブラシが届きにくい奥歯や歯の間にもフッ素が行き渡ります。
- ☆習慣化！ 毎日の流れに組み込むことで、子どもたちの健康習慣が自然と身につきます。
- ☆平等性 家庭環境に関わらず、全てのこどもが平等に予防の機会を得られます。健康格差の縮小に繋がります。

#### 3. 清掃不可能部位までしっかり作用！

奥歯の噛む面の溝や、歯と歯の間は、通常の歯磨きでは歯ブラシの毛先が届かず、むし歯になりやすくなります。フッ化物洗口はこれらの歯垢除去が困難な部位にも届き、むし歯予防効果を発揮します。（図6）

図5 幼小児期のフッ化物洗口経験別 30歳代の永久歯むし歯有病状況



参考：フッ化物洗口ファクト（口腔保健協会）



図6 清掃不可能部位

### フッ素の効果

#### ●フッ素が歯に効く「3つの力」

- ①歯を強くする  
フッ素が歯の表面に取り込まれると、歯の構造が変化し「酸」で溶けにくい強い歯に！
- ②初期むし歯の進行を抑える  
歯が溶けた部分を修復する働き（再石灰化）を助けます。
- ③むし歯菌の力を弱める  
むし歯菌の活動が弱まり、口の中で「酸」が作られにくくなります。





## フッ化物洗口で使う薬剤

### ●幼稚園、保育園、認定こども園で使用する薬剤



製品名：ミラノール顆粒11%  
 販売会社：(株)ビーブランド・メディコーデンタル  
 使用方法：水200mlに1包（1g）を溶かして作成

洗口液のフッ化物濃度	1回の洗口液量	洗口時間
250ppm (0.05%フッ化ナトリウム溶液)	5ml（ポンプ1プッシュ）	30秒

### ●毎日法で実施します

フッ化物洗口には「毎日法（週5回法）」と「週1回法」があります。舞鶴市の幼稚園、保育園、認定こども園では「毎日法（週5回法）」、小学校では週1回法で実施しています。洗口液の濃度は異なりますが、予防効果はほとんど同じとされています。

### ●費用はかかりません

薬剤の費用は市が負担するため、実施園や保護者における金銭的負担はありません。

## 安全性

### ●なぜフッ化物洗口は安全なのか

使用するフッ化物洗口液は「むし歯予防」のために、その効果と安全性のバランスが最も優れている濃度で調整されています。

☆体内に取り込まれる量はごくわずかです

洗口後に口の中に残るフッ化物量は0.2mg程度であり、これはお茶1~2杯分に含まれるフッ素量と同じです。

☆毒性は「濃度」と「量」で決まります

フッ素は適切な量であればむし歯予防に非常に効果的で、身体に全く影響のない物質です。また、フッ素を水で溶解したフッ化物洗口液は劇薬ではありません。

### ●もし飲み込んでしまったら？

1回分の洗口液を飲み込んで、心配ありません。洗口液に含まれるフッ素量は非常に少なく、約60人分の洗口液を一気に飲み込まない限り、急性中毒の症状は現れません。