

## フッ素塗布事業のご案内兼受診票

保護者様	生年月日	
	通知番号	
	使用開始月日	
	ところ	別紙の指定歯科医院
	実施月日及び受付時間	受診予定の歯科医院に確認してください。

長岡市では、お子様のすこやかな歯の育成のため、フッ素塗布（歯科健診を含む）を指定歯科医院で実施します。希望する方は下記の受診申し込み記入し、受診する歯科医院へ提出して下さい。  
 歯科医院を受診する時は、あらかじめ指定歯科医院へ予約をして受診して下さい。  
 フッ素塗布は継続的に行うことが効果的です。今後は歯科医と相談し、継続することをおすすめします。

### 記

1. 対象者 長岡市に住所を有する2歳0か月児
2. 受診票の有効期間 受診票使用開始月日から6か月
3. フッ素塗布を受けられる歯科医院 別紙のとおり
4. 受診される時
  - (1) 別紙の指定歯科医院にあらかじめ予約の上、受診して下さい。
  - (2) 下記に保護者氏名など必要事項を記入し、指定歯科医院へこの受診票を提出して下さい。
  - (3) 母子健康手帳・保険証・タオル等をご持参ください。

### ◎フッ素塗布（歯科健診を含みます）の申し込みについて

フッ素塗布を希望します。 保護者氏名 \_\_\_\_\_

※希望される方は下記の太枠内を記入してください。

歯磨きの習慣	①ある ②無い	仕上げ磨き	①ある ②無い
おやつについて	①0~1回 ②2回 ③3回以上	フッ素塗布の有無	①初めて塗布する ②1回以上塗布
よく飲む飲み物	①水やお茶・牛乳 ②ジュース類		

### ※委託医療機関記入欄

長岡市長様

上記の人にフッ素塗布（歯科健診）と保健指導を実施しましたので報告します。

実施日 平成 年 月 日

歯科健診状況の記入（太枠内を必ず記入して下さい。）

現在歯数	本	う蝕罹患型： A・B・C
健全歯数	本	A：上顎前歯部又は臼歯部のみう蝕がある
う蝕	未処置歯数	本 B：上顎前歯部および臼歯部にう蝕がある
	処置歯数	本 C：下顎前歯部にう蝕がある

医療機関名 \_\_\_\_\_

歯科医師名 \_\_\_\_\_

印

### \*委託医療機関の方へ

フッ素塗布実施後、所定事項を記入し請求書に本票を添えて翌月10日までに直接下記へ送付して下さい。

問い合わせ先 ☎940-0086 長岡市西千手2丁目5番1号 長岡市福祉保健部健康課(TEL. 32-5000)

## フッ素塗布ご希望の保護者の方へ

### 歯が生えたらすぐにむし歯予防を

乳歯は生後6～8か月から生え始めます。生えたばかりの歯は、歯の質が未熟でむし歯になりやすいため、生え始めからの注意が必要です。むし歯予防は、甘いものを控え、歯みがきで歯垢を取り除くことに加えて、フッ素を使って歯を強くすることで初めてバランスのとれたものになります。



### 歯の質を強くするフッ素塗布

フッ素は歯の表面に作用して、むし歯菌のつくる酸に溶けにくい歯をつくります。次々に生えてくる歯の生え始めの時期を逃さないためにも定期的なフッ素塗布をすることが大切です。継続してフッ素を塗ることでより強い歯になります。

酸に負けない  
強い歯になります

フッ素の効果で…

むし歯になりかけた  
歯が元に戻ります



### フッ素塗布は

フッ素塗布は、約50年前から保健所や歯科医院で行われています。フッ素塗布を受けたことのある子供達は年々増加して、最近の調査では15歳未満の約40%の子供達がフッ素塗布を受けたことがあると報告されています。

世界保健機構(WHO)や国では、フッ素の使用を推奨しています。

### 乳歯むし歯予防に効果的なフッ素塗布 歯ブラシを用いたフッ素ジェル塗布法

ひざの上に寝かせて、唾液で湿らないようにしながら歯磨きの要領でフッ素を塗ります。(約1分間)



余剰のフッ素ゲルをふき取り、たまった唾液を吐き出します。塗った後30分間は予防効果を高めるために、うがいや飲食を避けます。



塗布時間が短く、乳幼児の負担も軽い簡単な方法です。