

フッ素液でブクブクうがいをして  
ます。  
フッ素入り歯磨き剤で磨きま  
しょう。

フッ化ナトリウム (NaF)  
フッ化第一スズ (SnF<sub>2</sub>)  
モノフルオロリン酸 (MFP)  
ナトリウム

パッケージに、これらいずれかの表記があるものが、フッ素入り歯磨き剤です。

Q フッ素塗布はいつやるといいの？

A フッ素塗布を開始する時期としては、上下8本の前歯が生えそろう1歳ぐらいからフッ素を塗るようにするとよいです。1度塗っただけだと40%の効果しかありませんが、3〜6カ月に1回ずつ塗り重ねていくことで効果も上がっていきます。永久歯に生え変わるまで塗るのが理想です。

「歯に信頼」マークを知っていますか？

世界的な組織の支部である日本トウースフレンドリー協会が、食べてから30分以内に歯垢pHを5.7以下に低下させないもの（お菓子）を認定し、「歯に信頼」マークが与えられます。これは食べてもむし歯にならないお菓子であることを意味しています。ガムやキャンディーを選ぶ時は、マークの付いたものをお勧めします。



「歯に信頼」マーク

歯周病

「自覚症状が無く進行」

口臭が気になる、歯ぐきが赤く熱っぽい、歯がグラグラする、歯と歯ぐきの間にすき間ができた、歯ぐきからウミがでる…、こんな症状がでたら「歯周病」の赤信号。40歳代の人の5割が、この病気が

原因で歯を失っています。

歯周病は、歯垢が原因となって起こる歯ぐきの病気です。細菌の作用により歯の回りに炎症が起これ、歯肉や骨が破壊され、最終的には歯が抜けてしまいます。痛みなどの自覚症状がなく進行し、ひとたび進行すると治療が困難です。そうなる前に正しいブラッシングを身につけましょう。歯間ブラシやデンタルフロス（糸ようじ）を使うと効果的です。

歯周病検診のお知らせ

市では無料で実施します

とき 6月1日〜平成17年3月31日

ところ 市内委託歯科医院、蒲郡市保健医療センター内休日歯科診療所（日曜日・祝日の午前9時〜正午） 69 8020

内容 むし歯の有無、歯ぐきの状態、その他の異常

対象者 平成16年4月1日〜平成17年3月31日の間に、満40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になる方

対象者へ案内ハガキを送付します。受診時にお持ちください。詳しくは保健センターへ。

ご家族でお越しください

むし歯予防フェスティバル



とき 6月6日(日) 午前9時30分〜午後2時30分  
ところ 保健センター

対象 市内在住の幼児、学童、成人

内容 幼児・学童の歯科健診とフッ素塗布、成人の歯科健診と歯科相談、フッ素ブラッシング講習会、歯周病講演会、講話「歯ならびの話」、立休人形色付けコーナー、むし歯菌を見てみようコーナー

料金 無料（歯ブラシなどのお土産付）

申し込み 当日会場受付

主催 蒲郡市歯科医師会

共催 蒲郡市、豊川保健所、蒲郡支所、蒲郡市歯科技工士会、愛知県歯科衛生士会

\* 幼児は、母子健康手帳をお持ちください。必ず、歯磨きをしてください。