

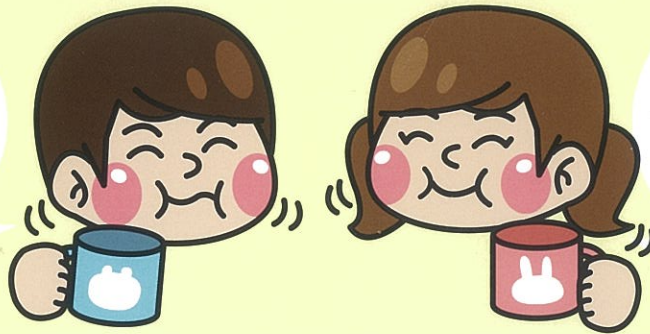
みんなでブクブク むし歯ゼロ作戦!!



～フッ化物洗口で子どものむし歯を予防しましょう～

保育所(園)、幼稚園、小学校、中学校等で行える
フッ化物洗口は、洗口液でブクブクうがいをするだけの
簡単なむし歯予防法です。

ブクブク
うがいで歯が
強くなるよ!



ブクブク
うがいのできる
4歳頃から
始められるよ!

むし歯の要因は主に3つ!!

バランスのとれたむし歯予防が効果的!!

3つの対策で初めてバランスが取れたものになります。

フッ化物を上手に
利用しましょう

むし歯菌

適切な歯みがきを
しましょう

歯の質



甘い
おやつ

食べたり
飲んだりする
時間や量を
決めましょう



けんぞうくん

フッ化物についての相談等はかかりつけ歯科医、又はお近くの保健所へ

北部福祉保健所 0980-52-5219

南部福祉保健所 098-889-6591

八重山福祉保健所 0980-82-4891

中部福祉保健所 098-938-9701

宮古福祉保健所 0980-73-5074

那覇市保健所 098-853-7961



ぼん
よ坊さん