

# H30年度フッ素塗布予定表

斜里町では、下記の日程でフッ化物塗布を無料で実施しています。  
1回目終了後からは、半年毎に塗布します。  
また、歯の磨き方などを含め、各種口の相談に応じます。

## フッ素塗布対象者

1歳以上(または生歯8本以上)

～  
小学校6年生

## 持ち物

- フッ素塗布手帳(ない場合会場で発行します)
- 歯ブラシ※歯ブラシで塗布を行います。

会場	対象	受付時間 ※乳幼児は診察後 フッ素塗布を行います。	日程				
			6月	9月	11月	12月	3月
ぼると21	乳幼児	12:30～13:00 (診察開始 13:00)	25日 (月)	26日 (水)	—	10日 (月)	18日 (月)
	小学生	13:30～16:00					
漁村センター	乳幼児	12:30～13:00 (診察開始 13:00)	28日 (木)	—	29日 (木)	—	—
	小学生	14:30～16:00	18日 (月)		—		

6か月おきにフッ素塗布を行いましょう!

## あわせて行うむし歯予防

1. 甘いものに偏らない食生活を送りましょう。
2. 食後の歯磨き、プラークコントロールが大切です。
3. フッ素塗布に加え、フッ素入りの歯磨き粉も使用しましょう。  
(市販の歯磨き粉の9割がフッ素入りです。)
4. 間食は時間を決めてとりましょう。
5. 糸ようじ(フロス)も併用するといいいでしょう。

\* フッ化物洗口やフッ素入り歯磨剤とフッ素塗布は、使用するフッ素の濃度に大きな差があります。

フッ素だけでは完全な  
むし歯予防はできません。  
日頃の生活習慣が  
重要です



- ・日程は変更する事がありますので、必ず広報をご確認ください。
- ・悪天候により学校・保育園が臨時休校・休園の場合は中止しますので、ぽると21 保健推進係までお問い合わせください。



## 問合せ先

斜里町総合保健福祉センター  
ぽると21 保健推進係

☎0152-22-2500(事前の申し込みは不要です)