

宜教学第 258 号
令和 7 年 12 月 2 日

保護者様

宜野湾市教育委員会

フッ化物洗口の実施内容についてのご案内

本市の教育委員会では、子どもたちのむし歯予防のために、市内小学校で、フッ化物洗口を実施しているところです。フッ化物洗口は、歯のエナメル質を強化し、むし歯を防ぐためにとても効果的な方法です。

このたび、フッ化物洗口と使用薬品に関する詳細を保護者の皆様にお知らせし、理解を深めていただくために、下記の内容をお伝えいたします。

大切な内容ですので、お忙しいところ恐れ入りますが、ぜひご一読ください。



記



1. 「フッ化物洗口」とは

フッ化ナトリウムを含む水溶液でブクブクうがいを行う、むし歯予防法です。

2. 実施内容

フッ化物洗口は、毎週 1 回実施しています。所要時間は約 10 分程度です。

3. フッ化物洗口の効果

以下の 3 つの効果があります。

- ・歯を強くする（耐酸性増強）
- ・初期のむし歯を修復する（再石灰化促進）
- ・むし歯菌の活動を抑える

4. フッ化物洗口の副作用について

フッ化物洗口に使用する薬剤は、適切に使用すれば安全ですが、過剰に摂取すると以下のような副作用が現れことがあります。

※一人分の洗口液を全量飲み込んでも問題はありません。

※他のフッ素塗布などと併用しても、副作用が現れることは 없습니다。

- ・吐き気、腹痛、下痢
- ・くちびるのはれ、かゆみ、じんましん等

万が一、異常を感じた場合は、専門医に相談してください。

5. 使用薬品「オラブリス洗口液 0.2%」について

フッ化物洗口に使用している薬品は、「オラブリス洗口液 0.2%」です。
薬品の詳細や副作用については、以下の患者向けガイドをご参照ください。

オラブリス洗口液 0.2%患者向医薬品ガイド

https://www.gcshowayakuhin.com/medical/contents/med/guide/obp_liq02_pmg.pdf

【フッ化物洗口についてのお問合せ】
宜野湾市教育委員会 学務課
TEL：892-8283

●フッ化物洗口 Q&A

出典：「フッ化物洗口マニュアル（小中学校版）」（沖縄県・沖縄県歯科医師会）他

Q. フッ化物には、なぜむし歯予防効果があるのですか？

A. 以下の3つの作用により予防します。

フッ化物には、①歯を強くする（耐酸性増強）、②初期のむし歯を修復する（再石灰化促進）、③むし歯原因菌の酸産生を抑制するという、3つのむし歯予防作用があります。

Q. むし歯を予防するのに、歯みがきだけでは不十分ですか？

A. むし歯予防は、①歯みがきやフロス（糸ようじなど）を上手に使用すること、②上手な間食のとり方、③フッ化物を上手に利用すること、の3つが基本です。しかし、歯みがきだけでは、むし歯になりやすいところに歯ブラシが届かないなどの理由で、十分な予防効果は期待できません。

Q. フッ化物洗口のとき、液を飲み込んでしまっても大丈夫ですか？

A. 1人分の洗口液を飲み込んでも問題はありませんので、特別な対応をする必要はありません。

また洗口の際は学校歯科医の先生が見守ってくださいますので、何かあれば相談することもできます。

一度に多量に摂取した際には吐き気や腹痛、下痢などが起こる可能性がある他、副作用としてくちびるのはれ、かゆみ、じんましん等があらわれることがあります。

Q. 病気・障がい・アレルギー等があると、フッ化物洗口はできないですか？

A. 体が弱い人や障がいがある人が、特にフッ素の影響を受けやすいという事実はありません。また、アレルギーについても報告はありません。

Q. 歯医者や自宅でもフッ化物を使用しています。やりすぎになりませんか？

A. やりすぎにはなりません。

フッ化物塗布やフッ素入り歯みがき剤を併用することによって、さらに効果を増大させることができます。