

・ 小学校でのフッ化物利用の全校実施 【R7予算：55,800千円】

報告①

取組む方向性

神戸市歯科口腔保健推進懇話会で示された方向性

- (1) むし歯を予防するために、フッ化物洗口液を配付し家庭で実施
- (2) 全市平均よりもむし歯率の高い学校を重点校として、1学年を対象に学校で洗口を実施

今年度の取組み

(1) 家庭へのフッ化物洗口液の配付

- ・ 全校の5年生・6年生を対象に、家庭内で洗口ができるようフッ化物洗口液を配付
(オープンスクールや個別懇談会時に保護者に対して配付)

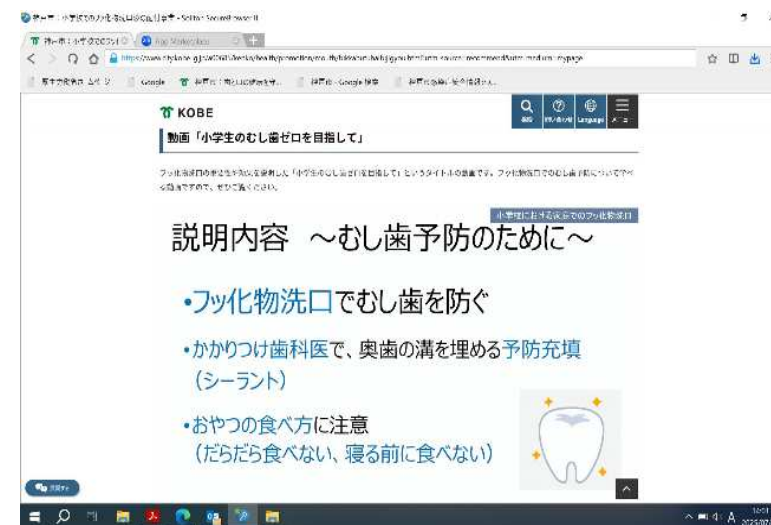
(2) 重点校を対象とした小学校での集団洗口

- ・ むし歯数が神戸市平均より多い学校を「重点校」として
そのうち5校で、1年生を対象に集団洗口
- ・ 教員の働き方改革の状況を踏まえ、外部人材を活用

(1) 家庭へのフッ化物洗口液の配付

<令和7年度スケジュール>

- * 5月
 - ・各家庭（小5・小6）へ洗口液配付の申込調査を実施
 - ・各学校歯科医から「フッ化物洗口指示書」を学校へ
 - ・歯科医師会の協力を得て、保護者向けの説明動画「小学生のむし歯ゼロを目指して」を作成
- * 6月
 - ・フッ化物洗口方法の動画に加え、保護者向け説明動画を市のホームページに掲載
 - ・申込調査結果を集約
 - ・フッ化物洗口液を各学校へ納品



< 申込率は79.5%（申込者18,852人／対象者23,709人） >

(1) 家庭へのフッ化物洗口液の配付

<令和7年度スケジュール>

- * 6月 ・ 5校で説明会を実施
- * 6月14日～21日 ・ オープンスクール時に家庭への洗口液を配付（9校）
- * 6月30日～7月15日 ・ 個別懇談会時に保護者へ洗口液を配付（153校）

(2) 重点校を対象とした小学校での集団洗口

<令和7年度スケジュール>

- * 現在 ・ 学校の選定と外部人材の確保の調整
- * 今後 ・ 学校での集団洗口の保護者への申込調査の実施
 ・ 学校歯科医による指示書の作成
- * 10月～ ・ 重点校で集団洗口を実施（5校を予定）

フッ化物洗口のリーフレット

まだ、「歯みがき」だけ？

+ 週1 フッ化物洗口 で簡単むし歯予防！
(フッ素うがい)



週に1回1分間
口をゆすぐだけ

歯みがきだけでは
むし歯は防げない



永久歯を強くするには
小学生の今が大切！

毎日の歯みがきだけではむし歯は防げません。永久歯は4歳～12歳頃まで順に生えますが、生えてすぐの歯は弱く、とてもむし歯になりやすいです。一度むし歯になったら治療後も元には戻りません。

週1回1分間、フッ化物洗口液でブクブクうがいを続けると最大80%むし歯予防効果があります。4歳～14歳までフッ化物洗口を継続することで、生涯にわたって強い永久歯を育てることができます。

← **フッ化物洗口の効果や方法はこちら！
必ずご確認ください！**

神戸市

フッ化物洗口(フッ素うがい)をする前に

まずは水で練習！

- 水で1分間のブクブクうがいを練習してみよう。
(はじめは無理でも、練習して少しずつ1分間に近づけよう)
- 歯茎にはき出しが出せるようになってから使しましょう。
(はき出しが出るまではフッ化物洗口はしないこと)

スケジュールを決めよう！

- 毎週1回のうがいをいつ行うか決めましょう。
カレンダーにも印をつけておきましょう。
(週に1回、必ず行える曜日・時間に行いましょう)

フッ化物洗口(フッ素うがい)の方法

動画もチェック！



- 必要なものを準備しよう！ 水分補給も先におこう！
・タイマー
・フッ化物洗口液
・コップ
- フッ化物洗口液をコップに2プッシュ(10ml)
- 口にふくんで1分間のブクブクうがい
まがって飲みこまないように下を向いて(おへそを見る感じ)すべての歯の表面にいきわたるように、ほっぺをよく動かす。
- 1分たったらコップにはき出す
うがい後の30分間は口をすすいだり歯みがきしたり飲食しない。(フッ素が流れてしまい効果がありません)

フッ化物(フッ素)のはたらき

- ・歯のエナメル質を強くする
- ・初期むし歯を修復する(再石灰化)
- ・むし歯菌の力を弱める

フッ化物(フッ素)とは？

フッ素は自然界に存在する元素で、私たちが日常的に摂取している食べ物にも含まれています。名前が似ている「PFAS(有害フッ素化合物)」は人工的な化学物質で消火剤や防水剤などに使われていますが、フッ化物洗口液で使われる「フッ素」とは全く別のもので、

注意点

フッ化物洗口液は医薬品のため、用法、用量を守って使用しましょう。なお、次の人はフッ化物洗口液を使用できません。

- ・4歳未満の乳幼児
- ・飲み込む恐れがある人
- ・ブクブクうがいが出せない人

大量に飲み込んだ場合は、医師にご相談ください。

保管上の注意

- ・小児の手の届かない所に保管してください。
- ・使用後は、直射日光の当たらない涼しい所に保管してください。

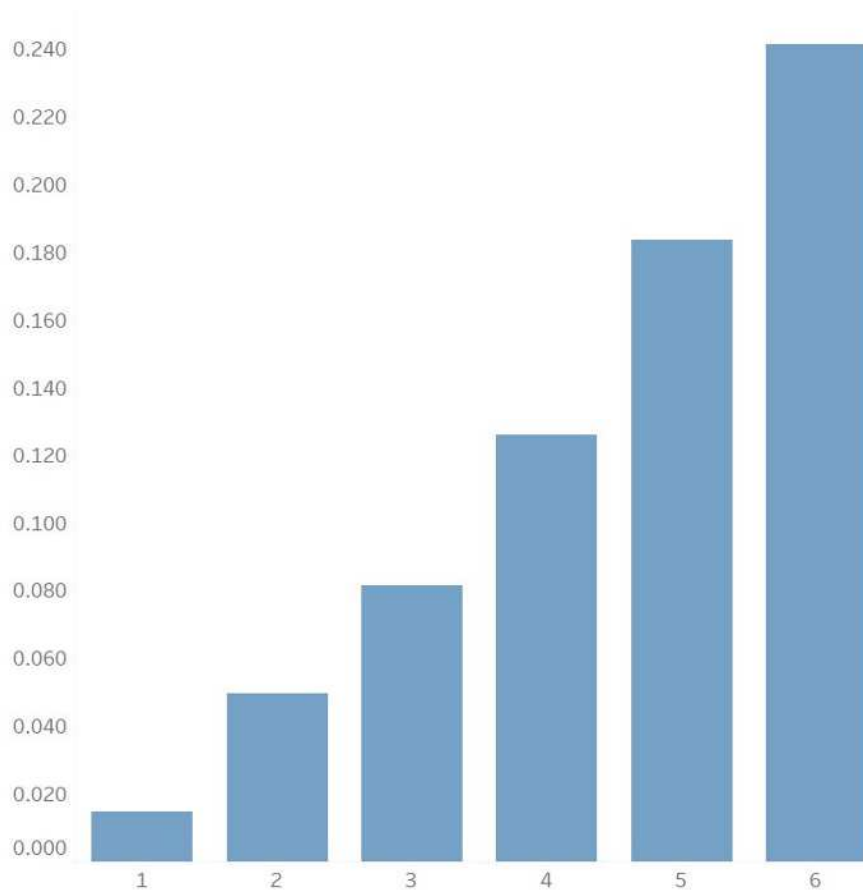
相談窓口：神戸市保健所口腔保健支援センター
電話：078-322-6370
eメール：kohkutohoken_kobe@city.kobe.lg.jp
(月曜～金曜、9時～12時、13時～17時)

歯科健診結果

学年別の永久歯1人平均むし歯数

全
20

全小学校(2024年度)



フッ化物洗口モデル小学校



モデル事業結果 ① フッ化物洗口液配付(R6)

学校名	時期	説明・配付方法
花谷小 (須磨区)	9月20日	保護者説明会でパワポ説明の上、保護者に配付（9人）
	10月1日	学校公開デイ時に受付台を設け、個別にチラシを説明の上保護者に配付（51人）
	5、6年生 104人のうち63人（60.6％）に配付	
駒ヶ林小 (長田区)	10月1日（6年生）	修学旅行お迎え時に受付台を設け、個別にチラシを説明の上保護者に配付（44人）
	10月18日（5年生）	自然学校お迎え時 個別にチラシを説明の上保護者に配付（40人）
	5、6年生 142人のうち84人（59.1％）に配付	
灘の浜小 (灘区)	10月17日	灘の浜ミーティング（学校と保護者の会）でパワポ説明（説明のみ）
	11月9日	音楽会后 保護者に配付
	5、6年生 154名のうち128名（83.1％）に配付	
舞子小 (垂水区)	12月16日～12月20日	個別懇談時 保護者に配付
	5、6年生 251名のうち164名（65.3％）に配付	

※651人中439人配付（67.4％）

モデル事業結果 ② フッ化物洗口

年度	対象	実施期間	回数・延べ人数	
			浜山小学校	名倉小学校
R 3	2 年生	令和 3 年11月～令和 4 年 1 月	7 回・241人	5 回・115人
R 4	3 年生	令和 4 年 5 月～令和 5 年 3 月	35回・1,290人	34回・639人
R 5	4 年生	令和 5 年 5 月～令和 6 年 3 月	37回・1,304人	36回・639人
R 6	5 年生	令和 6 年 5 月～令和 7 年 3 月	37回・1,188人	37回・834人

モデル事業結果 ③ フッ化物塗布

年度	和田岬小学校			丸山ひばり小学校		
	対象	人数	実施日	対象	人数	実施日
R 4	3 年生	27人 19人	9 月15日 2 月 2 日	3 年生	31人 23人	9 月22日 2 月 9 日
R 5	3 年生	35人 13人	7 月13日 1月25日	2 年生	26人 30人	7 月 6 日 2 月 1 日

年度	明親小学校			駒ヶ林小学校			蓮池小学校		
	対象	人数	実施日	対象	人数	実施日	対象	人数	実施日
R 6	3 年生	68人	7月11日	4 年生	74人	7月4日	3 年生	76人	7月18日
		63人	2月6日		56人	2 月5日		70人	1月30日

モデル事業結果 ③ フッ化物洗口液配付(R6)

配布後のアンケート結果

3校での洗口液配布は275名（配布率 68.8%）

時期：洗口液配布して約2か月後に実施

方法：保護者連絡ツール「すぐーる」を用いてアンケート送付および回答を得た

回答：回答数 53名（回答率 19.3%）

① 家庭での洗口を実施する理由

「子どもの頃からのむし歯予防が大切だから」 36名（67.9%）

「フッ化物がむし歯予防に効果的だと以前から知っていたから」 31名（58.5%）

② 継続率

週1回の洗口を「継続できている」・「ほぼできている」あわせて34名（64.2%）

③ 継続できない理由

「忘れていた」が最も多く18名（34.0%）