



はは歯クラブだより



NO. 233

こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科**です。

今回はフッ素についてお話しします。



フッ素をじょうずに利用することで
むし歯になるリスクを下げることができます。

フッ素に抵抗をお持ちの方もいらっしゃるようですが、そもそもフッ素は土の中、海や川の水、大気、あらゆる植物、動物、そして人の身体にも含まれている元素です。身の回りの食べ物や飲み物にも含まれている為、フッ素は身近なものといえます。

くるみ北幼稚園でも、年長さんがフッ化物洗口をしていますね。



フッ素だけで100%むし歯を予防することはできませんが、むし歯のリスクを減らすことはできます。

いままでもお話ししてきた●食べたらすぐの歯みがき●食べ物、飲み物の摂り方 なども気がけてみられてください。

詳しくはホームページでご覧ください。

「ゆきなり」で検索すると簡単です。

<文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀>