



かぶつせんこう フッ化物洗口って何？

健康増進係 歯科衛生士

むし歯予防法の1つに「フッ化物応用法」があります。一般的に「フッ素」と言われるもので、むし歯菌の繁殖を抑制、再石灰化の促進、歯質を強くする働きがあります。フッ化物溶液スプレーやジェル、歯磨き剤が市販されており、各家庭で気軽に利用できます。

その他に予防効果が高いと言われている「フッ化物洗口」があります。方法は、1日1回、歯みがき後にフッ化物溶液を口にふくみ、30秒から1分間ブクブクうがいを行います。ブクブクうがいができる4歳頃から永久歯が生えそろう15歳頃まで、継続して行えば50〜80%の予防効果があると言われ、保育園や幼稚園、学校等の集団や各家庭で利用できます。ちなみに日本一むし歯の少ない新潟県では保育園から中学校まで集団で実施しています。

家庭で利用する場合は、**かかりつけ歯科医の指示のもと**で行います。うがいは30分程度飲食を避けた方がよいので寝る前がよいでしょう。

曾於市内においては、曾於郡歯科医師会加入の歯科医院へお問い合わせください。

フッ化物洗口剤取扱い協力歯科医院

歯科朝川医院・有村歯科医院・井上歯科医院・関歯科クリニック・せと歯科医院・宅間歯科医院・すみよし歯科・ハッピーデンタルオフィス・渡辺歯科クリニック

『心が元気になる相談室』のご案内

毎月1回 末吉中央公民館にて開設

開催日：7月29日（月）午後1時30分～
場 所：末吉中央公民館
カウンセラー：勝吉恵美子先生（臨床心理士）

連絡先	担当課	電話番号
	本庁・保健課 健康増進係	0986-76-8806
	福祉係	0986-76-8807
	大隅支所・保健福祉課	099-482-5925
	財部支所・福祉課（福祉事務所）	0986-72-0936

※事前の予約が必要です。上記連絡先までご連絡ください。

※相談体制が2通りに拡充されました。

随時 先生宅にて開設

カウンセラー：加藤浩一先生（臨床心理士）
場 所：加藤先生宅（都城市妻ヶ丘町）

予約受付時間	午前9時30分～午前11時30分
電話番号	自宅：0986-24-9999 携帯：090-8918-5360

※事前の予約（匿名可）が必要です。予約時間内にお電話ください。その際にカウンセリングの日時をご案内します。

5月の子牛せり市成績

曾於中央家畜市場（5/27～5/29）

※価格は税込です。

地区名	性別	頭数（頭）	最高額（円）	kg単価（円）	平均価格（円）
曾於市	雄				
	メス	328	858,900	1,604	446,167
	去勢	358	699,300	1,709	527,657
	計	686	858,900	1,664	488,694
曾於地区	雄				
	メス	726	858,900	1,585	442,200
	去勢	847	799,050	1,704	530,072
	計	1,573	858,900	1,654	489,515

7月の子牛せり市は、7/23～7/25の予定です。

※価格は税込です。