

2月2日、むし歯予防の推進のため、日南保健所主催のフッ化物洗口の研修会が串間市総合保健福祉センターで開かれました。

日南保健所の瀧口俊一所長は、「2010年度のむし歯の調査で、宮崎県は12歳児のむし歯の平均本数が1・9本でした。これは全国の中でもワースト8位となる本数です。ブラッシングや食生活の改善に加えて、フッ化物洗口を組み合わせて、むし歯予防に効果的です」と話しました。

また、日南医師会の清水慎二郎歯科医師は、むし歯の発生する仕組みをもとに、フッ化物洗口の効能について説明しました。その内容をここで紹介します。

●フッ化物ってなに？

フッ化物とはフッ化ナトリウムなどのフッ素を含んだ物質のことです。フッ素は自然の中に存在する物質で、塩や魚介類、野菜など多くの食品に含まれています。

●むし歯になる仕組みは？

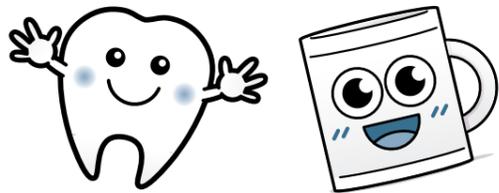
むし歯はミュータンス菌という細菌が原因です。この細菌が口の中の食べかすなどの糖質を食べる

子育て支援情報

フッ化物洗口で歯を守ろう

07

歯を強くするフッ化物洗口で虫歯を予防しましょう



ときに酸を出します。この酸が歯の表面を覆うエナメル質の成分であるカルシウムを溶かしむし歯になるのです。この仕組みを脱灰と呼びます。

●フッ化物洗口はどうやってむし歯を防ぐの？

フッ素には歯のエナメル質と結びついて、エナメル質を固くする力があります。このため酸によって歯が溶けるのを防ぐことができます。

まただ液には、溶け出したカルシウムを使って歯のエナメル質を修復する再石灰化という機能があります。フッ素はこの再石灰化の手助けをする働きもあるのです。

●フッ化物洗口をしておけばむし歯にならないから大丈夫？

フッ化物洗口は歯を丈夫にしますが、むし歯に全くなならないということではありません。歯を丈夫にしても、口の中がむし歯菌にとって住みやすい状態だと、酸に

よって歯を溶かされてしまいます。むし歯を防ぐには歯を丈夫にするだけでなく、細菌の好物である糖分の摂取を控えること、丁寧な歯みがきで口の中をきれいな状態に保つことが不可欠です。歯みがきとバランスのとれた食生活、そしてフッ化物洗口で健康な歯を守りましょう。

●問い合わせ先 福祉保健課子育て支援係 ☎72-0333 内線504



フッ化物洗口を体験中

2月15日、くしま商道芸人(喜多祥一代表、18人)と宮崎県県民政策部生活・協働・男女参画課が主催する「コラボ(協働)しよっ！PART3」が串間市文化会館で開催されました。今回は市内外から51団体、115人が参加し、熱心に意見を交換しました。

とピエロのパフォーマンスが組み合わさることで、子どもたちが体全体を使って学ぶことができ、とても感動する事業になりました」と成果を話しました。またブックウーマンの谷口会長からは「わたしたちは女性が多い団体ですが、今回、男性の協力を得ることで、新たな取り組みに挑戦できました。今後、他の団体と協力することも大事にしたいです」と感想を発表。最後にくしま商道芸人の岩下さんが「自分たちだけでなく他の団体との横のつながりを持ち、一つの事柄に取り組み関係を持てるようになりたいですね」と今後の協働の目標を話しました。

商談会で意見を交換 パネルディスカッションに続いて商談会が開催されると、参加者は積極的に各ブースを訪問。お互いの活動を紹介し合うとともに、協力できる活動の可能性や活動の問題点について相談し合うなど、協働に向けて話し合っていました。

連絡を取り合いたいとの要望があれば、ぜひ串間市協働推進センター設立準備事務局 PanerP (パナッ プ)までご連絡ください」と思いを話していました。

加できなかったけれど、他の団体と連絡をとりたいたいののご相談のある方は左記までご連絡ください。 ●問い合わせ先 総合政策課協働推進係 ☎内線381、串間市協働推進センター設立準備事務局 PanerP (パナッ プ) ☎27-3075

商談会に先立って行われたパネルディスカッションでは志布志市立森山小学校の加治屋峰也教頭先生と局真美司書補、くしま商道芸人の岩下大次さん、日南市で読み聞かせを実施しているブックウーマンの谷口知佳会長の4人がパネラーとして参加。昨年12月に行われた森山小学校での「おはなし会」の事例が紹介されました。この「おはなし会」は読み聞かせを目的に実施されているもの。今回は商道芸人とブックウーマンが協働で、読み聞かせとパフォー

マンズ体験を行いました。加治屋教頭先生が「読み聞かせ

今年もNPOや行政など多くの団体が協働のため集いました。

また、宮崎県県民政策部生活・協働・男女参画課の長倉佐知子協働推進担当主幹は「いろいろな団体が協働することで効果的な問題解決を実現することができます。NPOと行政の協働だけでなく、NPOとNPOあるいはNPOと企業の協働などさまざまな組み合わせが実現できるようなサポートしていきたいです」と話していました。



商談に臨む参加者たち

平成21年度から始まった協働商談会。

コラボ(協働)しよっ！PART3 串間で開催!!