

## フッ化物洗口のむし歯予防効果に関する検証結果について

本県では、就学前施設や小学校（義務教育学校前期課程を含む。以下同じ。）において、むし歯予防に効果のあるフッ化物洗口の集団での実施を推進しております。

この度、県内の就学前施設及び小学校におけるフッ化物洗口の効果検証を実施し、結果をとりまとめましたので公表いたします。

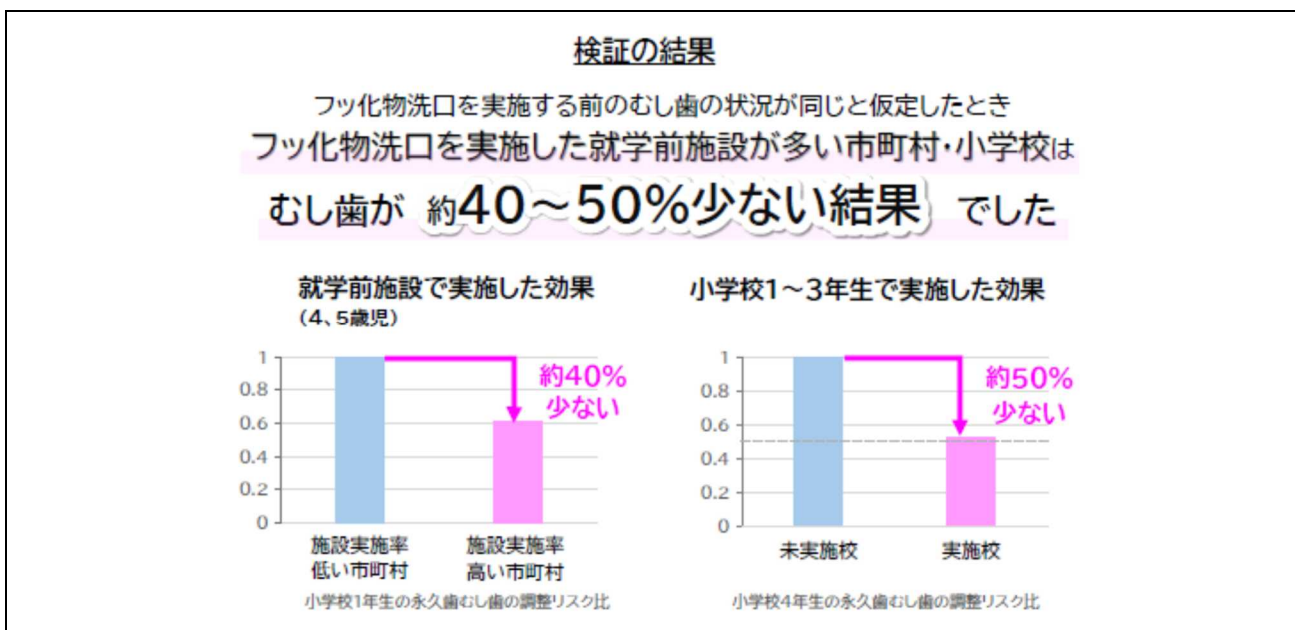
### 1 効果検証実施の目的

本県では、「茨城県歯と口腔の健康づくり 8020・6424 推進条例」や「第4次健康いばらき 21プラン」に基づき、県民の生涯を通じた歯と口腔の健康を推進するための取組の一つとして、就学前施設や小学校において、むし歯予防に効果のあるフッ化物洗口の集団での実施を推進しております。

その結果、県内の就学前施設や小学校におけるフッ化物洗口の施設実施率は年々増加しているものの、就学前施設（認可外施設を除く）32.0%（令和7年3月末時点）、小学校15.6%（令和7年12月末時点）に留まるとともに、市町村により施設実施率に差が生じています。

この度、フッ化物洗口のさらなる推進のために県内のデータを用いた効果検証が必要と考え、歯科及び公衆衛生学の学識経験者や関係団体、学校・施設関係者を構成員とする「フッ化物洗口効果検証ワーキング会議」を設置して効果検証を行いました。

### 2 効果検証結果の概要



### 3 今後の対応

効果検証の結果を広く周知し、フッ化物洗口を活用したむし歯予防対策を推進してまいります。

### 4 添付資料

フッ化物洗口のむし歯予防効果に関する結果報告（概要版リーフレット）

※検証結果の詳細は茨城県ホームページをご覧ください。

「茨城県 フッ化物洗口」で検索

<https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/chiiki/kenko/fukkabutsusenkou.html#fukkabutsusenkoukakennsyo>



#### 問い合わせ先

##### 【就学前施設でのフッ化物洗口に関すること】

担当者：健康推進課 石井 電話：029-301-3229（内 3227）

##### 【小学校でのフッ化物洗口に関すること】

担当者：保健体育課 野口 電話：029-301-5349（内 5342）

# フッ化物洗口のむし歯予防効果に関する結果報告

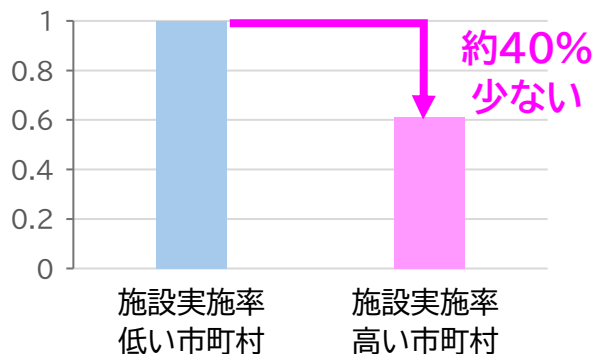
## —茨城県のデータを用いた検証—

フッ化物洗口のむし歯予防効果は国内外の多くの研究結果から明らかになっていますが、今回有識者等を構成員とする「フッ化物洗口効果検証ワーキング会議」を設置し、茨城県内のデータを用いて効果検証を行いました。

### 検証の結果

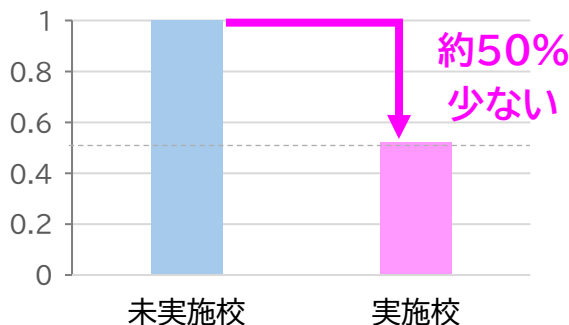
フッ化物洗口を実施する前のむし歯の状況が同じと仮定したとき  
フッ化物洗口を実施した就学前施設が多い市町村・小学校は  
むし歯が **約40～50%少ない結果** でした

#### 就学前施設で実施した効果 (4、5歳児)



小学校1年生の永久歯むし歯の調整リスク比

#### 小学校1～3年生で実施した効果



小学校4年生の永久歯むし歯の調整リスク比

3歳時点のむし歯の状況が同じと仮定したとき、就学前施設(4、5歳児)でのフッ化物洗口の施設実施率が高い市町村は実施率が低い市町村と比べて、小学校1年生時点の永久歯の一人当たりのむし歯本数が約40%少ない結果でした。

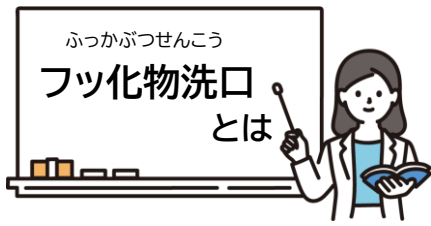
小学校1年生時点のむし歯の状況が同じと仮定したとき、小学校1～3年生でフッ化物洗口を実施した学校は実施していない学校と比べて、小学校4年生時点の永久歯の一人当たりのむし歯本数が約50%少ない結果でした。



フッ化物洗口の効果検証の調査の詳細は茨城県ホームページをご覧ください。



フッ化物洗口をはじめましょう



むし歯予防のためにフッ化物(フッ素)を溶かした洗口液で1分間ブクブクうがいをする方法です。



#### フッ化物洗口動画

効果や安全性、実際にフッ化物洗口を実施している施設の様子がYouTubeで視聴できます。

## Q:なぜフッ化物洗口をするの？

A:茨城県は全国に比べてむし歯が多い状況が続いています。

むし歯は歯みがきだけでは予防が難しいため、フッ化物(フッ素)を上手に使うことが大切です。フッ化物洗口はむし歯予防効果が高く、健康格差を改善することが報告されているため、施設や学校での実施が推奨されています。

## Q:時間はどのくらいかかりますか？

A:フッ化物洗口液を口に入れてブクブクうがいをする時間は1分間です。就学前施設では週5回、小学校では週1回行うことが一般的です。就学前施設では、洗口液をつくる(週1回程度)、コップに注ぐ、子どもたちに配るという準備から片付けまで含めると約15分程度です。

## Q:フッ化物洗口は安全性に問題はないのでしょうか？

A:フッ化物洗口で使用するフッ化物は自然界にあるもので、土壌や水質汚染の原因となっているPFAS(ピーファス)という人工的に合成されたものとは異なり、有害性はありません。また、フッ化物洗口で使用するフッ化物濃度は、歯みがき剤のフッ化物濃度(1,000~1,500ppm)※よりも低いです。 ※出典:う蝕予防のためのフッ化物配合歯磨剤の推奨される利用方法について(日本口腔衛生学会等)

#### 【フッ化物洗口のフッ化物濃度等】

洗口法	週5回法	週1回法
フッ化物濃度	250ppm	900ppm
洗口液の量	5ml	10ml

表は目安であり、これ以外の方法でも歯科医師の指示に基づき実施されることがあります。

フッ化物洗口の実施方法やよくある質問を掲載しています。

#### マニュアル



#### Q&A



### 「茨城県フッ化物洗口効果検証ワーキング会議」

#### 委員の声



県内のフッ化物洗口の実施状況は地域によって差があるので今回の結果を示して全ての施設へ実施を推奨してほしい



フッ化物洗口は集団で行うことで健康格差が減ることがわかっているので保育所・幼稚園・認定こども園や小学校で実施してほしい