

子育てワンポイントアドバイス

● 今月のテーマ ●
フッ素を塗ろう!

子どもの虫歯予防にはフッ素を塗るのが効果的です。
今月のテーマは「フッ素を塗ろう」です。



フッ素って?

働き

虫歯に強い丈夫な歯をつくる
虫歯菌の活動を抑える

アドバイス1
虫歯予防

8本生えたら

1回目のフッ素塗布は、乳歯が8本生えたら塗り時です。1歳前後が目安です。



アドバイス2
虫歯予防

定期的に塗る

3～6カ月間隔で定期的にフッ素を塗ると効果的です。

9カ月後

6カ月後

3カ月後

1回目

アドバイス3
虫歯予防

生え替わる時が大事

生え立ての歯にフッ素を塗ると一番効果的です。永久歯に生え替わる時には特にフッ素を塗ってあげましょう。

アドバイス4
虫歯予防

歯科医

保健センターではフッ素の塗布は行っていません。かかりつけの歯科医で塗布してもらいましょう。



市内でフッ素塗布ができる歯科医療機関はこちらでチェック!

→ <http://www.city.sapporo.jp/eisei/shika/fussosomeibo/d-meibo5.html>

お口の健康情報はこちら → http://www.kenko-sapporo21.jp/dai_2/2-tooth.html

フロアカーリング交流大会

～みんなで交流を深めよう!

高齢者の健康維持や地域住民同士の交流を図ろうと、もみじ台地区で1回目の交流大会が開催されました。



ピカッ写真館

区内の出来事を写真で紹介!



花のチャリティーバザー

～盲導犬も応援!

シクラメンやポインセチアなどたくさんの花が並び、盲導犬のサスケくんも応援に来ました。収益金は福祉事業に役立てられます。



厚別区平和事業

～平和について考えよう!

本年度2回目となる平和事業では、6年生が授業の一環として戦争体験者から話を聞いて、平和について考えました。



厚別消防団

～表彰旗を受賞

長年にわたる地域への貢献が認められ、知事から表彰旗を受賞しました。

