

参考資料

フッ化物洗口について

令和7年度 中部保健所管内市町村歯科担当者会議

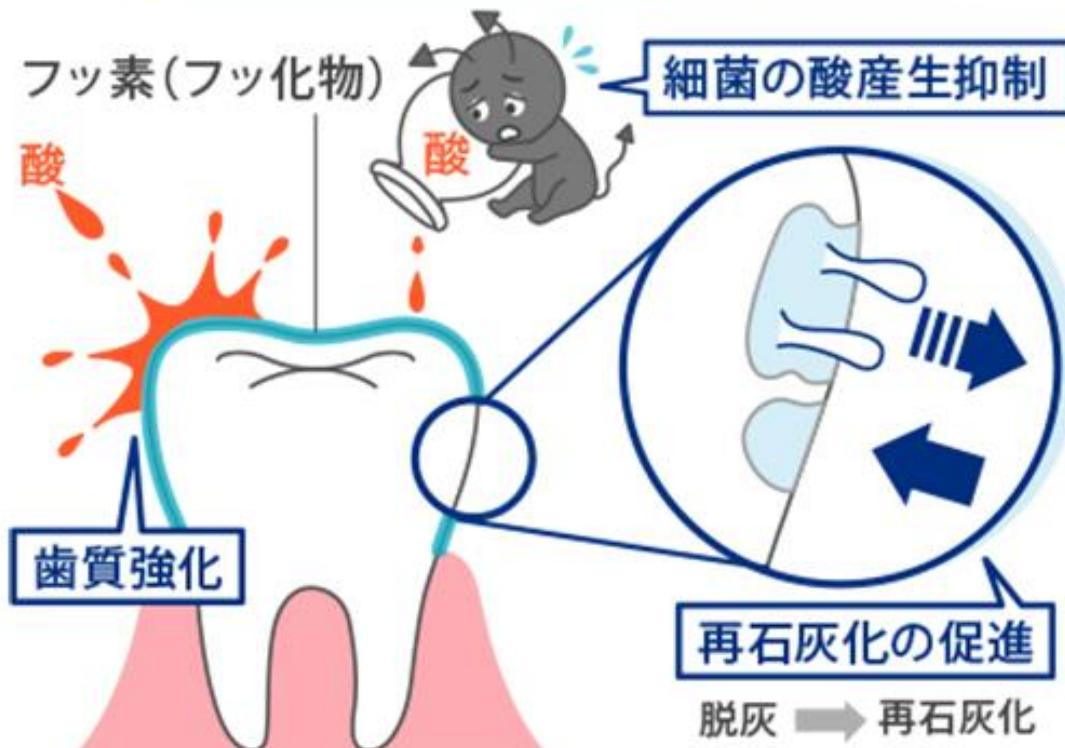
令和8年1月28日（水）

中部保健所 健康推進班 歯科保健担当

フッ化物洗口の概要

フッ化物洗口の効果

フッ素の働き



出典：ライオン、URL:<https://clinica.lion.co.jp/oralcare/shoki-mushiba.htm>

フッ化物洗口とは、歯磨き粉の主成分である「フッ化ナトリウム」でブクブクラがいをすること！



出典：株式会社ジーイー昭和薬品 製品情報サイト オラブリス洗口液0.2%
URL : <https://www.gc-showayakuhin.com/medical/products/medi/ORABLIS-MOUTHRINSE/index.html#>

<期待される効果>

- ①初期むし歯を修復（再石灰化の促進）
- ②歯質の強化（耐酸性）
- ③細菌の働きを抑制

フッ化物洗口の実施方法は2通り

小学校、中学校での主な実施方法

- ・週1回法
- ・0.2%フッ化ナトリウム水溶液
(フッ化物イオン濃度900ppm)

幼稚園、保育所および認定こども園での主な実施方法

- ・週5回法
- ・0.05%フッ化ナトリウム水溶液
(フッ化物イオン濃度225ppm)

共に口に含む液量は4～5歳で5ml、6歳以上で10ml

～フッ化物の濃度「ppm」とは～

・ppmとは“parts per million”、つまり100万分の1。0.0001%のこと。
これらのことから、1 ppm=0.0001%=0.000001=1.0×10⁻⁶

情報提供

沖縄県のフッ化物洗口マニュアル



令和3年3月にフッ化物洗口マニュアルが新しくなりました！
沖縄県のHPからPDFをダウンロードできます。

マニュアル
一部抜粋

III フッ化物応用の安全性について

Q.13 過って多量にフッ化物を飲んでしまった場合はどうしたらよいですか？

A. フッ化物を適正に管理していればそのような事態はないと思いますが、万一、多量に飲み込んだ場合、以下の救急処置を行なって下さい。

過量フッ化物摂取に対する救急処置

F摂取量	処 置
5mg/kg以下	<ul style="list-style-type: none">・カルシウムを与える。牛乳やアイスクリームを与え数時間様子を見る。・嘔吐させる必要はない。
5mg/kg以上	<ul style="list-style-type: none">・催吐剤で嘔吐を誘導し、胃を空にする。・可溶性カルシウムを経口投与。牛乳、5%グルコン酸カルシウムや乳酸カルシウムなど。・病院に連れていき、2～3週間観察する。
15mg/kg以上	<ul style="list-style-type: none">・救急に入院させる。・嘔吐させる。・心不整脈 (cardiac arrhythmia) のチェック。・10%のグルコン酸カルシウム溶液10mlを静注する。・必要があれば利尿剤を用いる。ショックに対する一般的な処置を行なう。

情報提供

マニュアル
一部抜粋

●洗口液を飲み込んだ場合の対応

1回分の洗口液を飲み込んでも問題はありませんので、特別な対応をする必要はありません。

万が一フッ化物洗口液を多量に飲み込むなど過剰に摂取した場合は、誤飲した園児・児童・生徒の体重と誤飲量を照合して下記の表の通り対応します。

保育所(園)、幼稚園 毎日法 250ppm 5mlで行っているとき

体重 (kg)	急性中毒量 (2mg/kg) ※吐き気、腹痛、下痢などの 急性中毒が起こる可能性のある最小量		見込中毒量 (5mg/kg) ※治療、入院が必要となる量	
	フッ化物量 (mg)	洗口液量 (ml)	フッ化物量 (mg)	洗口液量 (ml)
15	30	120 (24人分)	75	300 (60人分)
20	40	160 (32人分)	100	400 (80人分)
25	50	200 (40人分)	125	500 (100人分)
対応	牛乳を飲ませ、2～3時間様子を見る		病院を受診し、適切な処置を受ける	

小中学校 週1回法 900ppm 10mlで行っているとき

体重 (kg)	急性中毒量 (2mg/kg) ※吐き気、腹痛、下痢などの 急性中毒が起こる可能性のある最小量		見込中毒量 (5mg/kg) ※治療、入院が必要となる量	
	フッ化物量 (mg)	洗口液量 (ml)	フッ化物量 (mg)	洗口液量 (ml)
20	40	44 (4人分)	100	111 (11人分)
30	60	67 (7人分)	150	167 (17人分)
40	80	89 (9人分)	200	222 (22人分)
50	100	111 (11人分)	250	278 (28人分)
対応	牛乳を飲ませ、2～3時間様子を見る		病院を受診し、適切な処置を受ける	

情報提供

沖縄県と九州各県におけるフッ化物洗口実施状況

	沖縄県	(参考) R4年度 佐賀県	(参考) R4年度 長崎県	(参考) R4年度 大分県
保育所、認定こども園、幼稚園	13.2%	65.3%	80.5%	22.4%
小学校	3.1%	95.0%	98.7%	99.6%
中学校	2.1%	64.0%	95.0%	99.1%
特別支援学校	0%	100%	100%	100%

出典 :

沖縄県 : 健康長寿課調査

全国 : 集団フッ化物洗口実態調査

佐賀県、長崎県、大分県 : 令和5年度九州各県・政令市歯科保健主管課長会議資料

フッ化物洗口の薬剤①（顆粒タイプ）

値段：約6500円/箱



販売名：オラブリス洗口用顆粒11%

- ・有効成分含有量：
1g中にフッ化ナトリウム110mg含有
- ・包装：6g×60包
- ・貯法：室温保存（洗口液は冷蔵庫）
- ・使用期限：3年（外箱に表示）

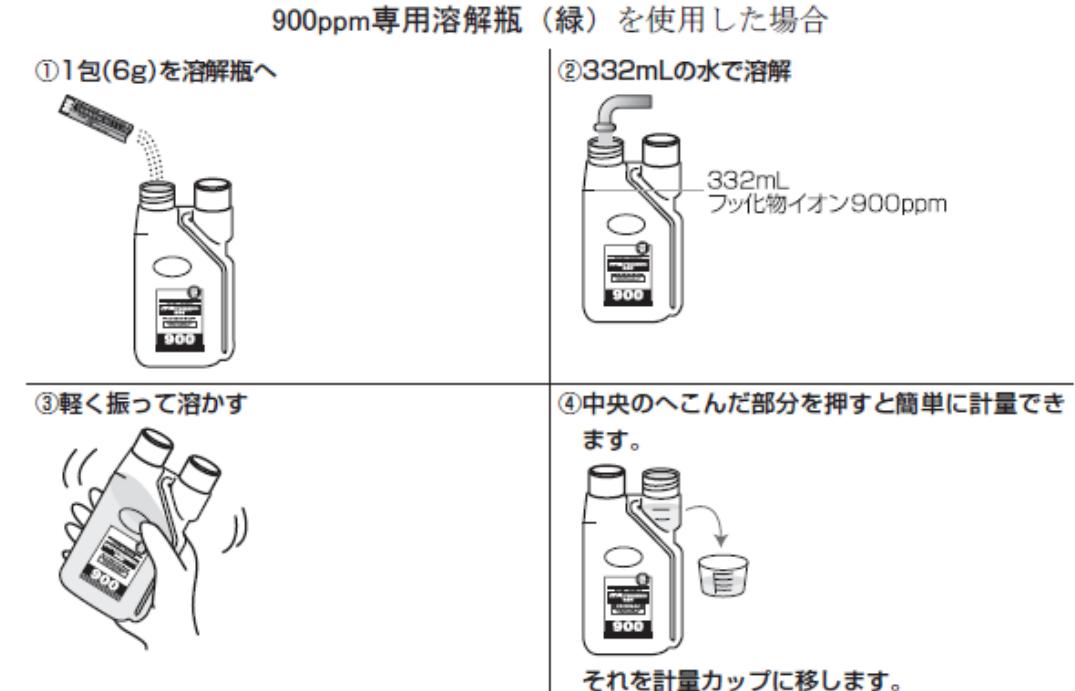
情報提供

専用溶解瓶を使うことで900ppmの洗口液が完成



値段：10個セットで約2000円

出典：株式会社ジー・シー・昭和薬品 製品情報サイト オラブリス洗口用顆粒11% 900ppm専用溶解瓶 [332mL]
URL : https://www.gc-showayakuhin.com/medical/products/medi/ORA-BLISS_BOTTLE900/index.html



1人当たり10mLでは、1包で33人分の洗口液を作ることが可能！

集団洗口の人数目安			
6g分包	水の量	人数の目安	
1包 (6g)	332mL	66人	33人

情報提供

2022年（令和4年）に発売開始

フッ化物洗口の薬剤②（ボトルタイプ）



0.2%のため劇薬
ではない！

- ・販売名：オラブリス洗口液0.2%
- ・有効成分含有量：
1ml中にフッ化ナトリウム2mg含有
- ・包装：500mlボトル×1本
- ・貯法：室温保存（1～30℃）
- ・使用期限：3年（容器に表示）

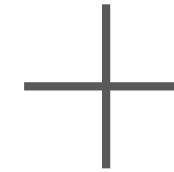
値段：約1500円/本

出典：株式会社ジーシー昭和薬品 製品情報サイト オラブリス洗口液0.2%
URL : <https://www.gc-showayakuhin.com/medical/products/medi/ORABLISS-MOUTHRINSE/index.html#>

情報提供

ボトルタイプは別売りのポンプを装着可能

宜野湾市の大謝名小学校で採用されています



値段：約1500円/本



値段：約200円/本



洗口は1人10mlなので、 $500\text{ml} \div 10\text{ml} = 50$ 人分

2021年（令和3年）に発売開始

フッ化物洗口の薬剤③（ポーションタイプ）

那覇市のおよそ一部の小学校で採用されています



販売名：オラブリス洗口液0.2%

- ・有効成分含有量：
10.5ml中にフッ化ナトリウム2mg含有
- ・包装：10mL×50個
- ・貯法：室温保存（1～30℃）
- ・使用期限：3年（容器に表示）

出典：株式会社ジーシー昭和薬品 製品情報サイト オラブリス洗口液0.2%
URL : <https://www.gc-showayakuhin.com/medical/products/medi/ORABLISS-MOUTHRINSE/index.html#>

値段：約4000円/箱

1人あたり週1回法での費用について

※ 6歳以上を想定し、10mlで洗口する場合とする

①顆粒タイプの場合 値段：約6500円/箱

1箱は60包入りなので、1包あたりの値段は $6500\text{円} \div 60\text{包} = 108.3\text{円}$

1包で33人分のため、1人分の値段は $108.3\text{円} \div 33\text{人} = 3.3\text{円/人}$ (年間：158.4円/人)

②ボトルタイプの場合 値段：約1700円/本 (ポンプ込み)

1人あたり洗口には10ml要するので、500mlボトル1本では50人分

1人分の値段は $1700\text{円} \div 50\text{人} = 34\text{円/人}$ (年間：1632円/人)

③ポーションタイプの場合 値段：約4000円/箱

1箱にはポーションが50個入っているため、1個当たりの値段は $4000\text{円} \div 50\text{個} = 80\text{円}$

ポーションは1人1個のため、1人分の値段は**80円/人** (年間：3840円/人)

についての質問

に フ ッ 化 物 洗 口

- Q 洗口液の薬剤の保管はどのようにしたら良いでしょうか？**
- A** 毒物及び劇物取締法に基づき、洗口の薬剤の中で顆粒タイプは劇薬のため、他の医薬品と区別して保管する必要があります。ただし、ボトルタイプとポーションタイプは劇薬に該当しない（濃度が10パーセント未満）ため、その限りではありません。
-
- Q 学校等での導入時にサポートは受けられますか？**
- A** 嘱託歯科医にご相談することで、地区歯科医師会や県歯科医師会によるサポートの下。フッ化物洗口導入のサポートを受けることができます。宜野湾市では大謝名小学校に続き、令和7年1月から志真志小学校でもフッ化物が開始されました（2校ともボトルタイプ）。
-
- Q ポーションタイプで主にフッ化物洗口を実施している市町村はありますか？**
- A** 那覇市では小中学校53校（小学校：36、中学校：16校）のうち、4校でフッ化物洗口が実施されており、実施形態は全てポーションタイプです。4校の詳細とフッ化物洗口の開始年度は次の通り。天妃小学校(H27年度～)、若狭小学校(R6年度～)、曙小学校(R7年度～)、神原中学校(R6年度～)。

情報提供

フッ化物洗口液は「第3類医薬品」なので、薬剤師または登録販売者からの購入が可能。
(ネット販売也可)



ドラッグストア等でも フッ化物洗口液は購入できる！

<特徴>

- ・毎日の歯みがきに加え、1日1回行う。
- ・4歳から大人まで幅広い年代で使える。
- ・口に含む液量は4～5歳で5ml、6歳以上で10ml。
- ・1ml中にフッ化ナトリウム0.5mg(フッ化物イオンは225ppm)。

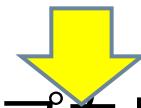


「液体歯磨き」は歯磨き粉の代わりに使うもの（成分が同じ）で、「フッ化物洗口液」はむし歯予防に特化した補助的なものらしい！
「液体歯磨き」を使っている人も、「フッ化物洗口液」を使うのがオススメだね。

事例紹介

那覇市の取り組み

- 12歳児むし歯数は深刻なため、那覇市では予算を組み、県外の小中学校で広く実施されているフッ化物洗口を市内でも普及させたい



- ポーションタイプを用いたフッ化物洗口実施校を増やす目的で、市内の学校へチラシで周知



- 「詳しく話を聞きたい」「教員に説明してほしい」等の要望にも対応

出典：那覇市作成のチラシ「フッ化物洗口を始めませんか？」

フッ化物洗口を始めませんか？

沖縄県は12歳児1人あたりの虫歯の数が全国のおよそ2.5倍！

那覇市では、むし歯罹患率の減少等を目的にポーションタイプのフッ化物洗口を実施します。



ポーションタイプ
ほぼ原寸大



ポーションタイプなら…

- ♥ 安心 効果取扱なし
- ♥ 小分けの必要なし
- ♥ コップの洗浄必要なし
- ♥ 手洗い場での混雑なし
- ♥ 短時間で終了

製品名：オラブリス®洗口液 0.2%

製造販売元：昭和薬品化工株式会社

「フッ化物洗口について詳しく話を聞きたい」、「実際に学校で職員に説明してほしい」等の要望がありましたら下記担当者までお気軽にお問い合わせください。

連絡先

学校教育部 学校教育課 教育企画G

担当：平良俊弥（内線 706164/2623）

61646TOSI@city.naha.lg.jp

事例紹介

那覇市天妃小学校でのフッ化物洗口実施例

※保健委員が朝の間に保健室からポーションタイプの洗口液容器を人数分カゴで受け取り、教室で配布。



①水分補給をする



洗口後はフッ化物が歯の表面にとどまる時間を確保するために、30分間飲食を控える必要があるんだ。

②容器を開ける



事例紹介

那覇市天妃小学校でのフッ化物洗口実施例

③ 1 & 2年生は各自のコップに容器から洗口液を入れてもらう



④ 口に入れて、1分間うがいをする



出典：那覇市作成のチラシ「フッ化物洗口を始めませんか」

事例紹介

那覇市天妃小学校でのフッ化物洗口実施例

⑤口から洗口液を容器にもどす

※ 1 & 2年生はコップに吐き出す

⑥容器にティッシュを入れて捨てる

※ 1 & 2年生は順番に手洗い場に流す



出典：那覇市作成のチラシ「フッ化物洗口を始めませんか」

事例紹介

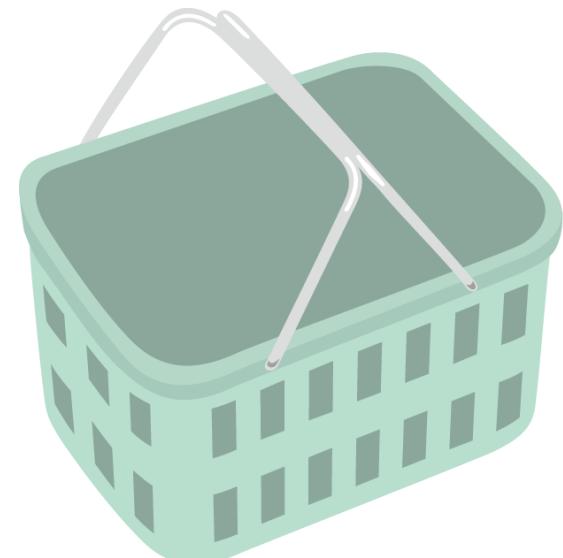
那覇市天妃小学校でのフッ化物洗口実施例

⑦洗口後30分間はなるべく水を飲まない

※1校時体育の場合は我慢せず水分補給！



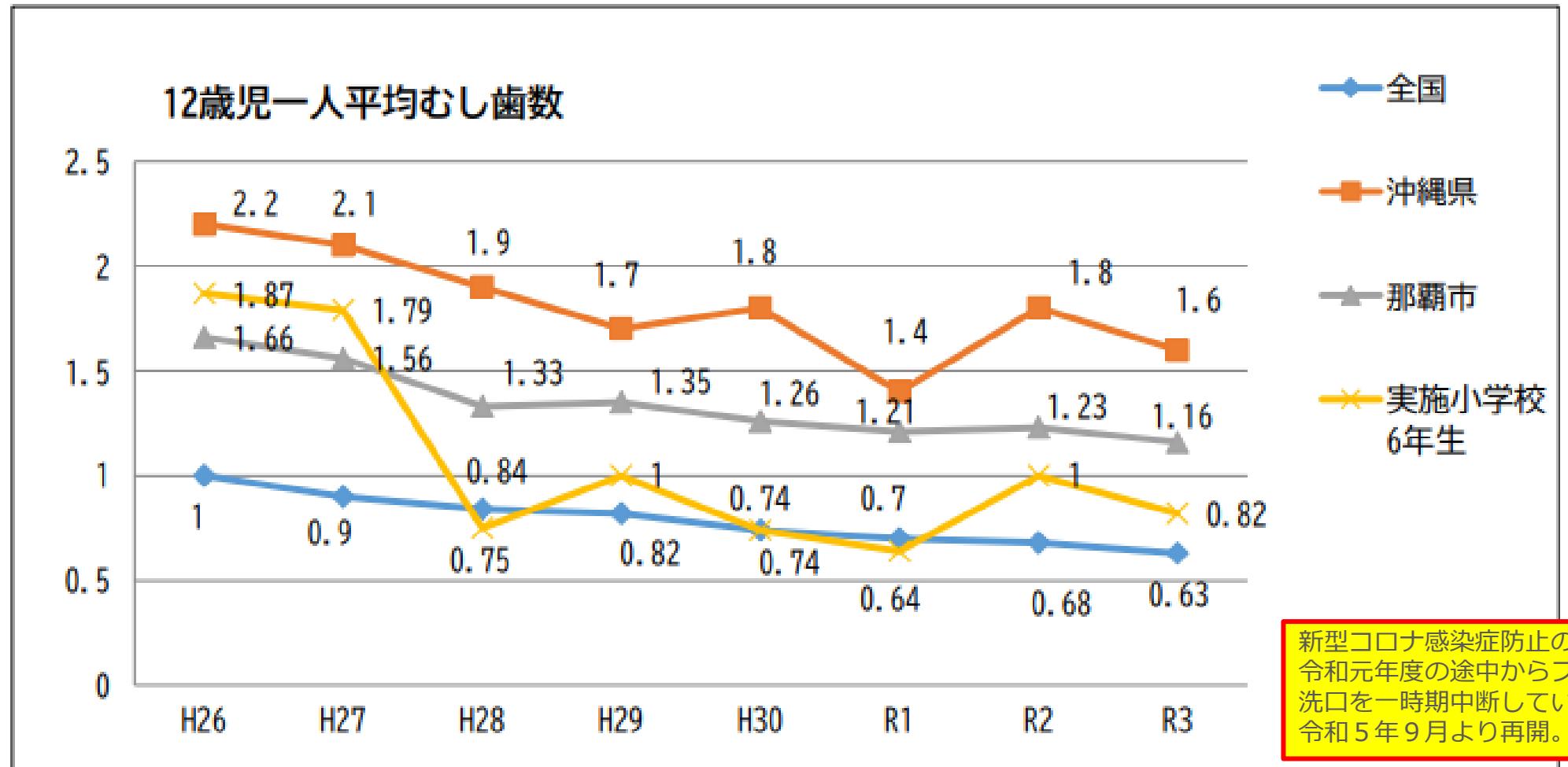
⑧洗口を終えたら、容器を運んだカゴを保健室へ返却



出典：那覇市作成のチラシ「フッ化物洗口を始めませんか」

事例紹介

フッ化物洗口の効果（那覇市天妃小学校）



出典：那覇市作成のチラシ「フッ化物洗口を始めませんか」

参考

※未把握の市町村があるにも関わらず、沖縄県の値が出せるのは、文部科学省による学校保健統計調査が各県にて無作為に抽出した学校(例：10校)から得られた値を代表値として用い、各都道府県の値として算出するため。

中部保健所管内市町村の12歳児むし歯有病者率

市町村	宜野湾市	沖縄市	うるま市	恩納村	宜野座村	金武町	読谷村	嘉手納町	北谷町	北中城村	中城村	沖縄県	全国
割合 (%) R6年度	51.0	未把握	57.9	36.6	41.7	未把握	56.2	45.9	63.4	56.7	41.2	45.9	25.1

<出典>

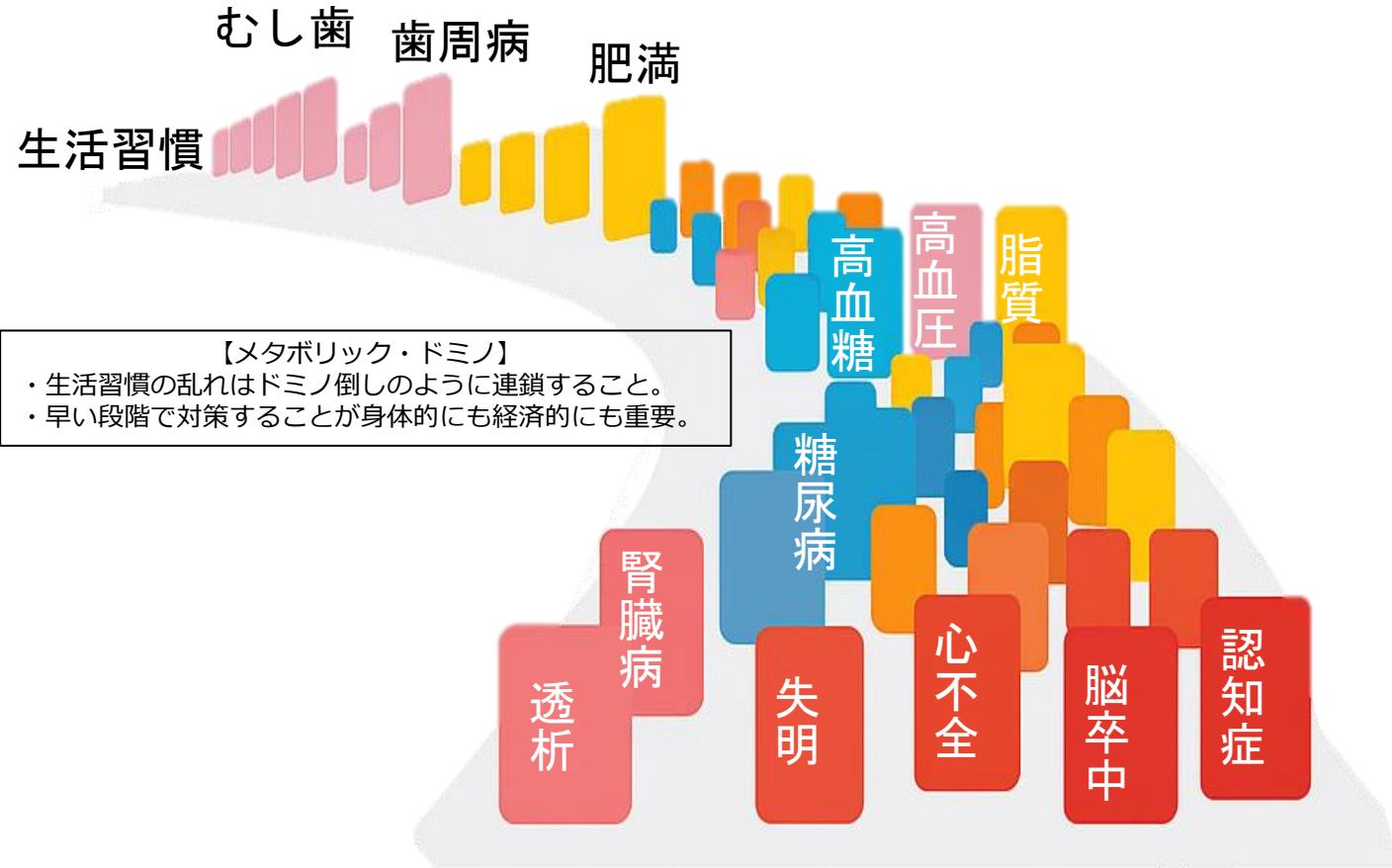
中部保健所管内市町村の値：沖縄県健康長寿課「令和7年度 市町村歯科口腔保健対策実施状況調査」
沖縄県と全国の値：文部科学省「学校保健統計調査」

むし歯で「歯の生涯」は終わりに近づく



出典：公益財団法人ライオン歯科衛生研究所「歯科保健指導チャート集」

むし歯が多いことで将来起こり得る課題



NTTデータ経営研究所調べ
40～45歳時点の歯の残存本数を基準に70歳までに（30年後）かかる
医療費自己負担を推計

～ご清聴ありがとうございました～