

長崎市フッ化物洗口実施マニュアル

【市立小・中学校用】



目次

- 1 フッ化物洗口実施についての長崎市の基本姿勢・・・・・・・・・・P1
- 2 フッ化物洗口剤（オラブリス）とその扱いについて・・・・・・・・P2
- 3 フッ化物洗口実施の流れ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P3
- 4 フッ化物洗口実施の実際・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P4
- 5 実施上の留意事項・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P6
- 6 円滑な実施に向けての工夫・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P7

資料： 1 同意書 2 申込書 3 指示書 4 決定通知書

5 薬剤受理確認書 6 実績報告書 7 薬剤管理簿（作成例）

令和8年4月改訂版

長崎市・長崎市教育委員会

長崎市歯科医師会

はじめに

児童生徒が、歯・口腔の健康づくりを通じた、自らの健康を管理し、改善できるように育むことは、とても重要であると考えます。本市では、国の「歯科口腔保健の推進に関する法律（平成23年8月10日施行）」及び、長崎県の「長崎県歯・口腔の健康づくり推進条例（平成22年6月4日施行）」を受け策定した、「長崎市歯科口腔保健推進計画」に基づき、フッ化物を用いた効果的なむし歯の予防対策を推進しています。

フッ化物洗口は、4歳ごろから中学卒業まで継続して実施することが最も大きな効果をもたらし、その効果は生涯にわたります。むし歯については、家庭や地域など社会経済的な環境により健康格差を生じやすいことが明らかになっています。学校でのフッ化物洗口の実施により、すべての子どもがむし歯予防効果の恩恵を受けることができ、健康格差の縮小につながります。

集団的な利用法としてのフッ化物洗口は、効果及び持続性の面から優れたむし歯予防法として、厚生労働省でも推奨されています。このマニュアルは、同省より示された「フッ化物洗口の推進に関する基本的な考え方」や「フッ化物洗口マニュアル（2022年版）」をもとに、長崎市歯科医師会、長崎市医師会、長崎市薬剤師会、長崎市校長会の協力を得て作成しました。長崎市では、希望するすべての児童・生徒がフッ化物洗口を受けられる環境を整え、長崎市及び長崎市教育委員会の責任の下、事業を進めてまいります。

1 フッ化物洗口実施についての長崎市の基本姿勢

フッ化物洗口はむし歯予防だけではなく、一生を通じてむし歯になりにくい歯を育てるということからその有効性を認識しています。しかし、薬剤を使用するという性質上、県議会の附帯決議のとおり、学校が取り組む場合には、保護者、学校医・学校歯科医・学校薬剤師、教職員など関係者の十分な理解と協議が不可欠であり、その合意のもと実施すべきであると考えております。

実施にあたっては、長崎市及び長崎市教育委員会の責任の下、実施します。

(1) 対象について

保護者の同意を得た児童・生徒とします。

(2) フッ化物洗口に係る薬剤及び消耗品の支給について

市の財源を基本とし、各学校からの申し込み後決定します。

(p. 4 記載の物品に限ります)

(3) 実施の方法について

週1回法を基本とし、実施時間は各学校で決定します。

2 フッ化物製剤（オラブリス）とその扱いについて

○オラブリスはフッ化ナトリウム（NaF）が主成分の顆粒剤です。

学校における扱いについては、特定の職員の負担にならないよう全職員で対応するようにします。

オラブリスには量が異なる 2 種類（1.5g と 6g）あるため、使用前に確認が必要です。

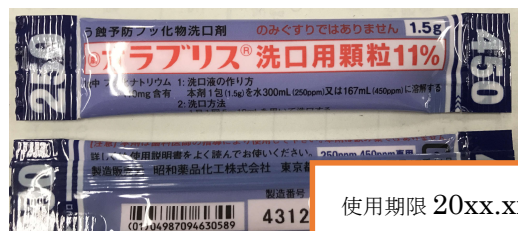
○溶解前のオラブリスの顆粒剤は劇薬扱いになっており、子どもの手に届かないところに保管する必要があるため、鍵のかかる保管庫に保管することが望ましい。

また、学校内での保管責任者は学校長とし、使用する場合は、フッ化物洗口薬剤出納簿へ記入します。

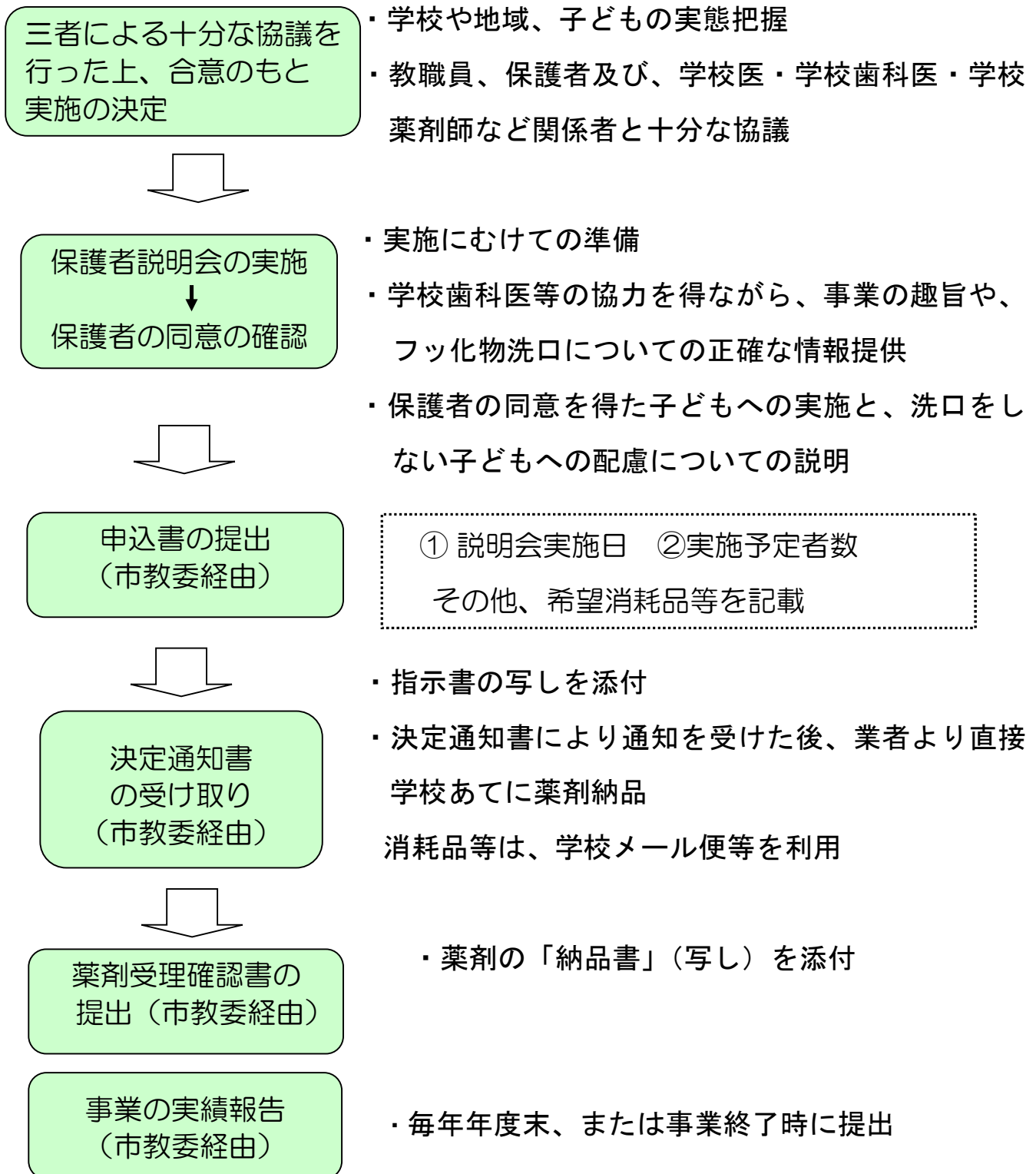
○オラブリスの調整について

洗口液を調整するまでの作業は、必ず学校教職員等複数の大人が行います。なお、顆粒剤を水に溶かした洗口液は劇薬扱いから外れ普通薬となりますが、原則として、児童は洗口のみで、それ以外の運搬等はさせないようにします。

※オラブリスの使用期限は3年となっています。使用期限は、薬剤の包装裏面に記載されていますので、使用の際には確認して下さい。使用期限を超えた薬剤が見つかった場合は使用しないで下さい。



3 フッ化物洗口実施の流れ



(市教委経由)：市教委学校教育課を通じて、健康づくり課内へ提出

4 フッ化物洗口実施の実際（洗口液の調整と実施方法）

フッ化物洗口は週1回、濃度900ppmのオラブリス10mlで30秒～1分間行います。

（1）洗口に必要な薬剤と物品（①～⑤は市配布）

- ① フッ化物洗口剤（オラブリス洗口用顆粒 11%）
- ② 集団洗口用溶解瓶（ディスペンサーボトル）
- ③ ポリタンク（使用量すべてを1回で調整する場合使用）
- ④ 紙コップ
- ⑤ フッ化物洗口用音楽CD又はタイマー
- ⑥ フッ化物洗口薬剤出納簿



（2）フッ化物洗口の流れ




1. 洗口液の調整（40人以下1クラス分の調整）

オラブリス6gを1包、1.5gを2包、鍵の掛かる保管庫から取り出し、（使用量はフッ化物洗口薬剤出納簿に記載）ディスペンサーボトルに500mlの水道水とオラブリス3包（6g 1包と1.5g 2包）を入れ、攪拌し洗口液を調整します。※

※洗口液作成当日または翌日までに洗口を実施してください。

2. 洗口液のクラスへ分配

各クラスに洗口液が入ったディスペンサーボトルを運びます。

オラブリス®洗口用顆粒 11% 6g  ×1包	}	
オラブリス®洗口用顆粒 11% 1.5g  ×2包		

※上記以外にポリタンクで全児童・生徒分を調整し、各クラス用のディスペンサーボトルに分ける方法もあります。

洗口液の調整方法については、学校歯科医又は口腔保健支援センター（電話：095-829-1436）にご相談ください。



3. 洗口（換気した教室等で実施）

消毒液などの別の薬品と間違えないように、ディスペンサーボトルのラベルを確認します。

- ① 配布者は十分な手洗い後、洗口液を紙コップに分注（10ml）し配布します。
- ② 各々の席など密集しない場で洗口を実施します。
- ③ 洗口液を含み、液が十分に歯面にゆきわたるよう、ぶくぶくうがいを30秒～1分間行います。誤飲を避けるため、少し顔を下向きで実施します。
- ④ うがい後、飛沫が飛ばないように、紙コップに口を近づけ、低い位置でゆっくり吐き出し、ティッシュペーパー等を用い、液を吸収させます。
- ⑤ 紙コップは下部をもち、口をつけた部位に手が触れないようにします。手に唾液がついたら、周囲を触れないようにし、すぐに手洗いをします。
- ⑥ ゴミの回収は、職員が担当します。
洗口後 30 分間飲食を避けます。



4. 洗口後の後片付け

各クラスのディスペンサーボトルを回収し、残った洗口液を廃棄し、ボトルを水洗いします。

※洗口液は毎回作製し、余剰の洗口液は廃棄します。

5 実施上の留意事項

《誤飲した場合の対応》

カルシウム飲料を飲ませた場合や他に異常等があった場合は、実施日・学年・氏名・性別・状況等を学校教育課へ電話連絡してください。1回分の洗口液を飲み込んでも問題はありません。

洗口液の誤飲により症状が表れるフッ化物の最少量は体重 1Kg 当たり 2mg、中毒量は体重 1Kg 当たり 5 mgといわれています。以下は、体重に応じた中毒量の目安とその対応を示しています。

誤飲量		体重				対 応
		20kg	30kg	40kg	50kg	
2mg/kg	相当量	40mg	60mg	80 mg	100 mg	2mg～5mg/kg を誤飲した場合は、牛乳又はカルシウム飲料等を飲ませ経過を観察し、症状があれば医療機関を受診する
	相当液量	44.4ml	66.7ml	88.9ml	111.1ml	
	相当人数	4人分以上	6人分以上	8人分以上	11人分以上	
5mg/kg	相当量	100mg	150mg	200mg	250mg	5 mg/kg以上を誤飲した場合は、可能であれば催吐し、牛乳又はカルシウム飲料等を飲ませ、医療機関を受診する
	相当液量	111.1ml	166.7ml	222.2ml	277.8ml	
	相当人数	11人分以上	16人分以上	22人分以上	27人分以上	

※洗口液の大量誤飲により何らかの消化器症状（下痢、腹痛、おう吐等）又は過敏症状（口唇周囲のはれ、かゆみ、じんましん、発疹等）がある場合は、医療機関を受診させて下さい。

《その他の留意事項》

- 洗口液が目に入った場合、念のため水道水で洗い流します。
- 発達段階等に応じ、うがいの練習を行ってから実施します。
- 洗口後は歯の表面にフッ化物が作用しているため、30分間飲食やうがいを避けるような時間の実施が望ましく、食後に実施する場合は、歯みがき後が効果的です。
- フッ化物洗口を希望しない児童・生徒には、各学校で対応を工夫し、配慮して下さい。
- 洗口に同意後に、中止を希望された場合は随時受け付けます。

6 円滑な実施に向けての工夫

担当者等一部の職員に過重な負担がかからないよう、各学校の実態に合わせて、工夫をします。


【例 1】職員全員が洗口液調整についても理解しておく。

【例 2】必要に応じて、保護者や学校ボランティアに共通理解を図り、研修の上、協力（洗口液調整、及び児童生徒への分注以外の部分）を依頼する。

1回分の洗口液を飲み込んでも問題はありません。しかし、万が一、多量摂取による事故が起こった場合に備え、学校医、学校歯科医、学校薬剤師と連携が取れるよう確認しておくことが必要です。

【資料】

提出用の資料は長崎市のホームページの「フッ化物洗口のページ」からダウンロード可

 長崎市 フッ化物洗口のページ | 検索



1 同意書（作成例）

年 月 日

保護者様

学校長名

フッ化物洗口実施について

保護者の皆様には、ご健勝にお過ごしのことと思います。

当校において、児童・生徒のむし歯予防のためフッ化物洗口を下記のとおり実施いたします。実施については、保護者の同意が必要となりますので、先日開催しました説明会内容及び配布した資料についてご確認いただき、下記にご記入の上、ご提出くださいますようお願いいたします。この同意書は当校にお子さまが在籍する間有効ですが、いつでも変更可能です。変更したい場合は、担任へお申し出ください。

1. 実施方法 洗口液（市販の「オラブリス洗口用顆粒 11%」900ppm）で、30秒～1分間「ぶくぶくうがい」をして洗口液を吐き出します。
2. 開始予定 令和 年 月
3. 実施日時 週1回（ 曜日）
4. 費用 無料
5. 申し込み 月 日までにクラス担任まで提出してください。洗口に同意しない方も提出をお願いいたします。

フッ化物洗口同意書

年 月 日

学校長 様

※どちらかを○でかこんでください。

1. 在籍中のフッ化物洗口実施に同意します。
2. フッ化物洗口実施に同意しません。

○ 年 ○ 組

児童・生徒氏名 _____

保護者氏名 _____

※本同意書について、内容の変更はいつでも可能ですのでお申し出ください。

2 申込書

記入例

令和 年 月 日

長崎市フッ化物洗口推進事業申込書

(あて先) 健康づくり課長 様

申込者 学校番号 _____
 電話番号 _____
 学校名 長崎市立 _____
 代表 校長 _____
 (公印省略)

別添指示書のとおりフッ化物洗口を実施したいので申し込みます。

対象者数 実施予定者数	名 (実施予定者数 名)			
実施期間	年 月 日 ~	年 月 日		
実施予定回数	今年度の実施予定回数を記入 (必須) この回数を基に市で申込書・指示書の 内容確認を行います。			
実施方法	週 1	実施回数×対象児者数 (100個/1袋なので101人実施であれば 2袋必要) ※在庫数は必ず記入 前年度の在庫で対応可能な場合は申込数 は0袋と記入		
物品申込内容	薬剤については、指示書通りです。			
	紙コップ ※1	申込数	袋	
		在庫数 (申込日現在)	約 袋	
		規格	必要数 (個・本数)	申し込み理由※2
	集団洗口用 溶解瓶	332ml	本	申し込み理由は必ずご記入ください。 予備は基本的に認められません ので、ご了承ください。
	500ml	本		
ポリタンク (1・2・3・5・10L)	L	個		
タイマー		個		
CD		枚		
※1 紙コップは1袋100個入りです ※2 申し込み理由：不潔になったため、劣化・破損・故障等の理由をご記入ください				
保護者説明会	令和 年 月 日 (実施済み・実施予定)			
事務連絡担当者	氏名：			

添付書類：歯科医師からの長崎市フッ化物洗口推進事業指示書の写し

3 指示書

記入例

令和 年 月 日

長崎市フッ化物洗口推進事業指示書

長崎市立 学校長 様

(学校歯科医師) 住 所

在庫数は必ずご記入ください。

氏 名 印

学校名	長崎	
実施期間	令和 年 月	
フッ化物洗口剤名	オラプリス	
薬剤在庫数 (申込日現在)	1.5g	包 6
フッ化物洗口剤 必要数 (包)	1.5g	包
	6g	包
	1回分作製時 使用薬剤包数	
フッ化物洗口液濃度	週 1 回 法 (900ppm)	
フッ化物洗口液の量	1人1回 10ml	
1回あたりの洗口時間	30秒 ~ 1分間	
洗口液作製方法 留意事項	<p>5Lポリタンクにフッ化物洗口薬剤(オラプリス洗口用顆粒11%) 90g (6gを15包)を水道水5Lで溶解し、指示されたフッ化物イオン濃度(900ppm)のフッ化ナトリウムに調整したものを、ディスペンサー付きボトル(●クラス分)に分注したのち、週1回、児童1人に対し10mlのフッ化物洗口液を用いて、30秒~1分間洗口させてください。</p> <p>また、フッ化物洗口後30分間は、うがいや飲食を避けるよう指導してください。</p>	

1回あたり1.5gを10包使用で
年間41回実施の場合、410包必要
前年度の在庫で対応可能な場合は
必要包数0包と記入。

- m l 溶解瓶に●包溶解し、●本作成
- Lポリタンクに●包溶解し、●包の●m l の溶解瓶に分配等、詳細に記入をお願いします。

4 決定通知書

長健づ第 号
令和 年 月 日

長崎市立 学校
校長 様

健康づくり課長

(公印省略)

長崎市フッ化物洗口推進事業決定通知書

長崎市フッ化物洗口推進事業について次のとおり決定しましたので通知します。

施設名	長崎市立 学校								
対象者数	名								
実施方法	週 1 回 法								
配布数 (薬剤等)	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%;">オラブリス洗口用顆粒 11%</td> <td style="width: 40%;">包 (1.5g/包)</td> </tr> <tr> <td>オラブリス洗口用顆粒 11%</td> <td>包 (6g /包)</td> </tr> <tr> <td>紙コップ</td> <td>個</td> </tr> <tr> <td>(その他の物品名)</td> <td></td> </tr> </table>	オラブリス洗口用顆粒 11%	包 (1.5g/包)	オラブリス洗口用顆粒 11%	包 (6g /包)	紙コップ	個	(その他の物品名)	
オラブリス洗口用顆粒 11%	包 (1.5g/包)								
オラブリス洗口用顆粒 11%	包 (6g /包)								
紙コップ	個								
(その他の物品名)									
備考	<p>上記の薬剤等は、令和 年 月 日から令和 年 月 日までの期間中に業者より貴施設へ直接配達されます。</p> <p>受取後は薬剤受理確認書をご提出ください。</p> <p>なお、上記の日程までに薬剤等が届かない場合は口腔保健支援センター (095-829-1436) までご連絡ください。</p>								

5 薬剤受理確認書

令和 年 月 日

長崎市フッ化物洗口推進事業薬剤受理確認書

(あて先) 健康づくり課長

確認者 学校名
代表者 _____
(公印省略)

令和 年 月 日付で決定通知のあった長崎市フッ化物洗口推進事業に係る薬剤を受理しましたのでその納品書の写しを提出します。

受理した薬剤 納品書(写し)のとおり

6 実績報告書

年 月 日

長崎市フッ化物洗口推進事業実績報告書

健康づくり課長 様

学校名

校長名

(公印省略)

令和 年度の長崎市フッ化物洗口推進事業について、次のとおり事業を実施しましたので報告します。

1. 児童・生徒数及び実施人数等について

全児童・生徒数	洗口実施人数
人	人

2. 実施期間及び実施回数について（年度末見込み）

実施期間	実施回数
令和 年 月 ~ 令和 年 月	回

3. 薬剤、紙コップの在庫状況等について（年度末見込み）

		納入数	使用数	在庫数
オラブリス	1.5 g	包	包	包
	6.0 g	包	包	包
紙コップ (1袋100個入)		袋	袋	袋

・オラブリスの使用期限は、薬剤の包装面に記載されていますので、使用の際には必ず確認して下さい。

7 薬剤管理簿（作成例）

薬剤出納簿（例）

年度

前年度在庫薬剤		使用期限	
1.5g:	包	年	月 日
6.0g:	包	年	月 日

納入日		納入量		使用期限		納入確認者氏名	
年	月	日	1.5g:	包	年	月	日
			6.0g:	包	年	月	日

1回使用量		オラプリス		1.5g × 包		6.0g × 包	
年月日		使用薬剤包数		在庫薬剤包数		洗口液作成者氏名	
1	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
2	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
3	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
4	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
5	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
6	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
7	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
8	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
9	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
10	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
11	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
12	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
13	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
14	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
15	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
16	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
17	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
18	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
19	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
20	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
21	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
22	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
23	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
24	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
25	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
26	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
27	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
28	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		
29	年	月	日	1.5g: 包, 6.0g: 包	1.5g: 包, 6.0g: 包		

平成 28 年 3 月作成

令和 8 年 4 月改訂

長崎市・長崎市教育委員会

長崎市歯科医師会