

国旗下讲话注意卫生(汇总5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

国旗下讲话注意卫生篇一

亲爱的同学们、尊敬的老师们：

大家早上好！

今天是开学的第二周，有句谚语是“一年之计在于春，一年之计在于晨”，春天是充满生机的，让我们回顾一下第一周的在校情况。

一. 卫生打扫及时，校园整洁

大家牢记“校园是我家，快乐你我他”！上个学期的“弯腰捡纸，国旗下表扬”活动继续进行。

二. 红领巾小黄帽佩戴不齐

红领巾是少先队员的标志，小黄帽是安全的标志。希望同学们铭记：少先队员红领巾胸前飘，生命安全小黄帽头上戴。

三. 课间操质量不高

眼保健操动作不到位，许多学生找不准穴位。广播操和啦啦操，学生面部表情僵硬，手、胳膊、腰部、腿动作不到位。

希望同学们认识到自己的不足之处，快乐用力地做好课间操，迎接3月25日赣榆区的大课间评比活动。

四. 学习意识强

每天同学们早早到校，认真地早读。

五. 放学路队整齐

班级实行排队制，班主任送队。班级排列有序，转告家长车辆不能停放在校门口。

亲爱的同学们，滴水之恩当涌泉相报。书上是怎样称赞老师的？“春蚕”“蜡烛”！你们应该铭记“我们是中国人”，请看我们的教室墙壁上的“为中华之崛起而读书”、“放飞梦想、振兴中华”“少年强则国强”，全校学生齐读！

上周获得纪律流动红旗的班级是三（2）班，获得卫生流动红旗的班级是一（1）班，为他们鼓掌。

我的总结完毕，谢谢大家！

国旗下讲话注意卫生篇二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：夏日炎炎，牢记安全。

夏天是个美丽的季节，大地草木繁盛，处处郁郁葱葱，但夏天也是自然灾害多发季节，传染病多发季节，因而同学们比平时更易发生溺水、中毒、触电等安全事故。所以同学们要小心谨慎，确保夏季平安，提高安全意识，掌握安全避险技能。

一、防雷电：

夏天极易打雷，当发生强雷电时，同学们应做好以下几点：

- 1、不要站在树底下，因为树高大极易被雷击中，就会殃及到树底下的人。
- 2、不要放风筝，高高的风筝也极易引来雷击。同时不要拿高的东西。
- 3、不要站在门窗旁边，更不要将身子接触到门窗，因为铁的物品更容易引起雷击。
- 4、不要在打雷时洗澡，自然水管也易引起雷击。

二、防溺水：

同学们，夏季天气炎热，游泳和水中嬉戏是大家喜爱的运动和玩乐方式。同时，夏季雨水多，池塘、河流、沙坑水位上涨，积水较深，游泳和水中嬉戏的安全隐患增加，很多水域不适合学生游泳和玩耍，因为水中可能有旋涡，极易将人卷入水底，同时深水中的水面温度高，而水下温度低，人在水中易造成抽筋而无力游动从而造成溺水。

三、防食物中毒：

同学们，夏季气候炎热，微生物繁殖很快，食物容易发霉变质，非常容易发生食物中毒事故，所以同学们在吃食品时要注意观察食物，从食物的颜色、生产的时间等方面判断食物安全才食用。同时，在夏天同学们要经常洗手，防止细菌由手入口而生病。

四、预防中暑

中暑是人持续在高温条件下或受阳光暴晒所致，大多发生在

烈日下长时间站立、劳动、集会、行走的时候。可以从以下几点来预防：

1、课间活动量不宜过大，要避免长时间的剧烈运动和户外活动。

2、养成经常喝水的习惯，特别是体育活动后大量出汗，更要及时补充水分。

3、午睡能够有效地补充睡眠，不仅对健康有益，而且能让你有充足的精力投入到下午的学习中去。一旦发生中暑症状，采用适当方法散热，并及时就医。

我的演讲完毕，谢谢大家！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

国旗下讲话注意卫生篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是高一x班的xxx□很高兴站在这里，今天的演讲题目是《关于食品卫生安全的问题》。

常言道：国以民为本，民以食为天。食品是人类生存的第一需要，食品安全直接关系到人民群众的生活，影响我们每一个人的健康，更关系着子孙后代的幸福和民族的兴旺昌盛。不讲食品安全，哪怕是一块豆腐，一根豆芽，都能让你身体残缺；不懂食品安全，哪怕是小小的一包盐，就能中断免疫系统的正常运行；不要食品安全，哪怕只是小小的一个意念，就能让生机勃勃的生命处于危险之中。健康何等重要！生命何等珍贵！一旦我们失去了健康，甚至是失去了宝贵的生命，我们不可能再重来一次。所以我们要时刻维护自己的健康，珍爱自己的生命，而食品质量安全则是生命健康最有力的保证。

我们不断从报纸、电视中，看到有关食品安全的新闻：“奶粉门”事件余烟未散，“瘦肉精”接踵而来，“染色馒头”刚刚平息，地沟油让我们闻食色变……食品安全事件频频出现。肯德基的“豆浆门”事件；三亚的“毒咸鱼”；广东的“瘦肉精”事件，令我们望肉而怯步；号称生命杀手的“苏丹红”竟出现在我们最喜欢吃的辣味食品里；还有毒豆芽、蒙牛毒牛奶等事件接二连三地发生，究竟要到什么时候才停止啊？面对这一件件让人触目惊心，不寒而栗的事件，我们不禁要问：究竟我们还能吃什么？我们吃的安全吗？上述重大事件都已熟知，可是你们可曾注意到在我们周围，劣质食品也正在悄悄地危害着我们的身体健康。请关照我们的食品安全吧。

我的演讲完毕，谢谢大家！

国旗下讲话注意卫生篇四

人们在责怨生活的不公时，换个角度想一下，这未必是种财富，是生活的磨难让我们更加的成熟、更加的坚强，更加地

坦然，更加地懂得怜惜。

所有的经历都是人生旅途中的足迹，都是生命过程，都是一种财富。如果说人生是一部书，那么每一次经历就是书中一段故事或一个篇章。它既能够自己翻看，又可供别人参阅，对谁都有启迪、警示的作用。

经历像一枚干果，果虽不鲜，其味依然，什么时候都有嚼头。人要善于咀嚼这枚干果，可从中弃扬出一种新的精神、新的喜悦、新的人生境界。

生活不是一种味道，经历不是一种模式。有的经历如履平地，有的经历似登高山。这是命运之神赐给我们的礼物——一次练砺的机会，我们应庆幸，欣然笑纳。不要困难而沮丧，相信“登”上去，无限风光在顶峰。人生定会多一分成实，多一笔重彩。平庸的生活，固然没有炼狱的煎熬，过得顺畅、安逸，但单调乏味，色彩浅淡而单一，生命空虚而无光。

生命就是一场永无休止的苦役，不要惧怕和拒绝困苦。超越困苦，就是生活的强者。在人生旅途上，高山平地都要走，苦辣酸甜都要尝。

任何经历都是一种积累，积累的越多，人越成熟。经历的多，生命有长度；经历的广，生命有厚度。经历过险恶的挑战，生命有高度；经历过困苦的磨炼，生命有强度；经历过挫折的考验，生命有亮度。

人的成长在于经历，个人的经历有多有少，有浓有淡，有顺有逆，有成有败，喜愤哀乐愁尽在其中。任何经历，无论是成功或者失败，总会在人生的轨迹上留下些许痕迹，蓦然回首时从中受益。

当有一天我们回首往事，回首人生之路时，是丰富多彩还是苍白一片，是辉煌灿烂还是风尘弥漫，这取决于昨日的我们

究竟到过什么地方，做过哪些事情，有过什么追求，取得过哪些成绩，明天的我们又将开始怎样的旅程，又回去结识哪些形形色色的人，经历怎样样的月阴圆缺、悲欢离合。

经历不但和自己一生所创造的物质财富紧密相关，还是一笔弥足珍贵的精神财富。趁着年轻，多出去走走，看看，读万卷书，不如走万里路；行万里路，不如阅人无数。或许，读万卷书不如行万里路。或许，人生只有走出自己的小世界，才会感知真正的世界观。或许，出路、出路，走的多了才会有路。人生的格局和梦想就是这样一步一步走出来的。

在我们置身的现实生活中，经历就是财富，有经历就有磨砺，有经历就有经验，有经历就有成长，有经历就有积累……所有的经历都是人生旅途中的足迹，都是生命过程，都是一种财富。如果说人生是一部书，那么每一次经历就是书中一段故事或一个篇章。它既能够自己翻看，又可供别人参阅，对谁都有启迪、警示的作用。任何经历都是一种积累，积累的越多，人越成熟。经历的多，生命有长度；经历的广，生命有厚度。经历过险恶的挑战，生命有高度；经历过困苦的磨炼，生命有强度；经历过挫折的考验，生命有亮度。

经历过，才明白珍惜，经历过，才渐渐成熟，

经历过，才明白不易，经历过，才慢慢成大。

经历过，才明白存在，经历过，才明白人生

丰富的经历，才会收获财富。

国旗下讲话注意卫生篇五

食品，是我们每个人身体健康的支撑点，犹如一条潺潺流淌的河，如果人是河流，那么食品就是这条河的源头，假如源头受到了污染，那么整条河都会受到污染。俗话说得

好：“国以民为本，民以食为天”是啊，如果不关注食品安全，那么会直接影响到我们的生活。

不知你是否注意过，学校外小路上的小摊总是人山人海，但是，他们贩卖的食品都是“三无”食品，而且，路上扬起的灰尘会污染食品，这样，灰尘便随着食品进入到我们身体的各个角落了。大家买东西时有没有想过这些食品有没有生产许可证，这家店有没有营业执照，食品中有没有添加防腐剂呢？也许你们只是觉得味道好就吃了，但味道好并不代表着食物它安全，健康啊！

不仅仅是移动小摊贩卖的食物不安全，长期吃膨化类食品也不安全，膨化类食品中含有许多食品添加剂，如果长期大量摄入，就会影响到我们的正常饮食。

像小摊上经常贩卖的棉花糖中，含有大量的糖分，但有些商家为了节约成本，会使用一种叫做甜蜜素的食物添加剂，来保证食品甜度以及食品风味。

由此可见，食品安全不单单存在于那些移动小摊上，我们平时所喜好的许多零食都会存在一些安全问题，所以，为了我们自身的健康，我向大家提出以下几点建议：

1. 购买食品尽量选择正规渠道进行购买，不要贪小便宜而购买那些安全没有保障的食品。
2. 购买食品前可以先看看食品的包装配料表中添加剂的含量。
3. 我们要控制自己的口腹之欲，在吃东西前想想食物是否健康。
4. 做到良好的膳食搭配，不多吃零食，多吃健康蔬果。
5. 坚持每日饮食均衡，保持身体健康。

食品安全需要你我的参与，更需要大家的参与。生命美好从健康做起，身体健康从食品做起，食品安全从你我做起!让我们携起手来，为了我们灿烂的将来，为了我们美好的家园而共同努力吧!

食品卫生安全国旗下演讲稿