

2023年清洁消毒灭菌知识点的总结(实用10篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇一

我敬佩的人有很多很多，解放军、医生、……但我最敬佩的，还是那每天默默无闻清理卫生的清洁工。

每天早晨，当人们还在熟睡时，辛勤的清洁工人们已经开始了一天的劳动，他们有的不到五点钟就起床了，拿起扫帚，劳动起来。他们无论刮风下雨、严寒酷暑都一如既往地清扫街道，从不会有怨言。当我们在美好的环境里生活时，可曾想过是谁为我们创造出来今天的环境，是谁让我们每天走在干干净净的马路上。清洁工人们无私为我们奉献，他们不求高额的回报，只是让人们每天生活在干净的环境里。

如果有人问我：“热吗？”我毫不犹豫回答：“热，热极了！”许多同学放学就买一些冰棒，解热也解渴。回家后大部分开上了空调，舒舒服服地睡觉。唯一清洁工人，汗水早已打湿了他们的衣服，脸被炎热的太阳晒得通红通红的。

有一次，我到学校去值日，火辣辣的太阳焦烤着大地，射的我睁不开眼睛，正看见一个清洁阿姨在打扫学校卫生，她拿起扫帚，一下一下扫起来，灰尘扬起来到了她的眼睛里，她揉揉眼睛，继续扫起来，一滴一滴晶莹的汗珠从她的脸颊上流下来，汗水把她的衣服湿透了，她也不在乎，我被这种精神所感动了，待着迟迟不肯离去。地扫完了，她的身上早已是布满灰尘，慢慢地往回走去。

还有一次，我下楼跟伙伴玩耍，正玩得开心，突然看到一个穿着清洁工制服的阿姨在扫着马路上的垃圾，只见他一手拿着扫帚，一手拿着垃圾盒，边扫边不时望着两路来的车辆，我在心里问：为什么阿姨这样危险还去打扫？我带着这个疑问去问那位阿姨，那位阿姨说：“现在的人们太不讲卫生了，开车时乱扔垃圾，使满条马路全都是，如果不扫开，其他车辆就会压到。”就在这时，一辆车从车窗飞速扔出一个易拉罐，马上，在另一条道的车一下子“刺啦”一声，易拉罐被压得稀扁，清洁阿姨只好上前扫开，望着她那一去一回的背影，我想：现在的人们太不知道什么是幸福了，清洁阿姨辛辛苦苦地打扫，而很多人却乱扔垃圾，让清洁阿姨冒着生命危险去清理。

后来，我明白了：清洁工人们为的是我们大家的环境，无私奉献，默默无闻，他们不求回报，而是换来大家美好的生活环境。宁可一人脏，换来万家洁。他虽然不平凡，可是他的那种精神很让我敬佩，牺牲自己，奉献别人。在我眼里，他们就是高尚的人！

每一次走在马路上，每一刻都在思考：城市是整洁的，可是需要维持世界这个大家庭的整洁不止是要靠几个人的力量就能实现的，而是需要我们这个大家庭里的每一个成员都行动起来，可是.....

可是能行动起来的人寥寥无几。每当走在马路上，看到有些人早出晚归，任劳任怨地在马路上忙碌着，不论刮风下雨我相信，我们都能看到他们的身影。

记得有一次，一位老爷爷骑着一辆破旧的脚踏三轮车，车里面都是饮料瓶，这时一位小伙子站在很远的地方，一不小心把饮料瓶扔在了老爷爷的头上，但老爷爷没有抱怨，只是默默的走下车，把饮料瓶放在车里，然后步步履蹒跚的走上车。

那一刻我沉思，那是多么高尚的品质啊！为了大家，为了城

市的清洁，没有责骂，没有抱怨，只有老爷爷那弱不禁风的身影。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇二

第一段：引言（背景介绍）

三清洁是一种保持环境整洁的生活方式，其中包括清洁家居、清洁身体和清洁心灵。通过三清洁，我们能够营造一个干净、健康的居住环境，同时也能促进个人身心的健康。在过去的一年里，我认真贯彻三清洁的理念，深刻体会到了它对于生活的积极影响。

第二段：清洁家居

保持家居整洁是三清洁的核心之一。每天早上，我会抽出一些时间打扫我的家，擦拭家具、清扫地板、整理杂物。这不仅能让住在一个整洁的环境中，还能提升我的生活质量。我发现，当家里干净整洁时，我会变得更加放松和开心。同时，清洁家居也能减少细菌和过敏原的滋生，对保护家人的健康十分重要。

第三段：清洁身体

保持身体的清洁不仅是为了外在的整洁，更是为了内在的健康。每天早晚洗澡，保持身体的清洁，让我感到清新和焕发活力。除了洗澡，我还会养成勤洗手的好习惯。特别是在疫情期间，洗手成为了每个人防控疾病的重要步骤之一。通过保持身体的清洁，我不仅能保护自己，还能避免疾病传播给他人。

第四段：清洁心灵

清洁心灵是三清洁的重要组成部分。在如今繁忙的生活中，心灵清洁显得尤为重要。我喜欢花一些时间独处，沉思并反思自己的内心。这种沉静时刻让我能够平息内心的纷扰，找回内心的宁静。另外，关注自己的情绪与思维也是清洁心灵的方式之一。我会时常调整自己的情绪状态，保持积极向上的心态，以此来影响和帮助他人，传递正能量。

第五段：三清洁的好处与心得体会

实践三清洁给我带来了许多好处。首先，它增强了我的生活质量。居住在一个整洁的环境中，让我感到舒适和满足。其次，它改善了我的身体健康。保持身体的清洁和注重个人卫生，减少了疾病的风险。最后，三清洁帮助我保持了内心的平静和清澈。通过清洁心灵，我能更好地理解和处理自己的情绪，以积极态度应对生活的挑战。

总结：三清洁是一种全方位的生活方式，它不仅关注外在的整洁，更注重内在的健康。通过清洁家居、清洁身体和清洁心灵，我们能够塑造一个美好的生活。在实践三清洁的过程中，我深刻体会到它对我的生活和健康所带来的积极影响。我愿意继续践行三清洁，让它成为我生活中的一部分，持续提升我的生活品质。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇三

能清楚地听到清洁工“刷，刷”地扫地声，直到半夜，站在窗口，仍能看到清洁工们的身影。他们总是愿意落下许多汗水，在我们的生活中，有许多值得我们敬佩的人。他们就像夜空中那闪烁着耀眼光芒的星星，数也数不尽。他们有可能是大名鼎鼎的“明星”，也有可能是一个很不起眼的“小星星”……而清洁工却是我敬佩的人。

我每次从他们身边走过，我都会不由自主地停下脚步，默默

注视他们。他们总是默默无闻，无私奉献地打扫大马路，每次清晨我还在热乎乎的被窝里时，我就来获取别人的称赞和健康。

有一次，我从马路边走过，看到几个清洁工在扫大马路，忽然，有一个叔叔带着他的女儿经过，嘴里还吃着香脆的饼干，只见他们吃完饼干后把袋子随手一扔，我正准备去和那个叔叔评理，只见一位清洁工阿姨什么也没说，就把袋子扫走了。我走过去悄悄地对清洁工说：“阿姨，您为什么不说说那位叔叔呢？”阿姨却说到：“都是平常人，干吗要那么斤斤计较呢？计较了又能怎样呢？做人是不能怕吃亏，应该有大肚量，能够容忍别人的错误，更应该具有无私奉献的品质呀！”听了阿姨的话，我十分感动。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇四

第一段：引言（120词）

生活中，我们经常会遇到许多杂乱和脏乱的环境，如何保持环境的整洁和清洁成为了我们每个人的责任。为此，实施“三清洁”已经成为了广泛的宣传教育活动，提倡清洁家庭、清洁城市和清洁环境。在此我将分享一些我个人对于“三清洁”的心得体会。

第二段：清洁家庭（240词）

首先，保持家庭清洁是每个家庭成员的共同责任。我发现，当家庭环境整洁时，人们会变得更加健康和快乐。因此，我每天都会确保家里保持整洁。清洁家庭不仅包括日常卫生打扫，还包括更深入的大扫除。我按照一个月或者一个季度的周期来进行彻底清洁，每个角落都要进行仔细的清理，从床底下到冰箱的角落，都不容忽视。

清洁家庭也需要节约资源，我会尽量减少水和电的用量，同时鼓励家人减少浪费。在我家，我们用杯子和勺子代替一次性塑料餐具，使用可回收和环保的清洁用品，以减少对环境的负面影响。

第三段：清洁城市（240词）

清洁城市不仅是市政府的职责，也是市民的义务。作为市民，我们要遵守城市的规章制度，不乱扔垃圾，保持公共场所的清洁。我经常主动参加社区的公益活动，提倡环保和垃圾分类。我鼓励周围的朋友一起参与这些活动，帮助清洁城市。

此外，我还积极参与城市的绿化活动。我喜欢在周末去城市公园参加义务植树，并且自愿进行废弃物的收集和清理。通过这样的活动，我不仅锻炼了身体，还有机会增加了与其他市民的交流，共同创造一个更加美丽和清洁的城市。

第四段：清洁环境（240词）

保持环境的清洁是我们每个人的责任。对于我来说，清洁环境不仅包括日常垃圾的处理和分类，还包括保护自然资源和生态环境。

我注意到，如今奇珍异兽越来越少见，自然环境也受到不同程度的破坏。为了保护我们的地球，我参加了一些环保组织和志愿者活动。我与其他志愿者一起清理河流和海滩上的垃圾，为野生动物提供更好的生活环境。通过这些活动，我深刻体会到了环境保护的重要性。

第五段：总结（120词）

通过实践的过程，我认识到了保持环境整洁对于我们每个人的生活和健康都至关重要。清洁家庭使我们身心得到放松和舒适，清洁城市让我们生活在一个更加美丽和宜人的环境中，

清洁环境保护了我们的自然资源和生态系统。每个人都可以从小事做起，做到日常清洁和环保，一起为创建美好的生活和未来贡献力量。

总而言之，我相信“三清洁”不仅是一种行为，更是一种生活态度。通过个人的努力和持续的关注，我们可以共同创造一个更加清洁、美丽和可持续发展的世界。在这个过程中，我们不仅仅在改善我们自己的生活，也为后代留下了更好的环境。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇五

三清洁，即清洁家园、清洁环境、清洁身心，是我一直以来的生活态度和追求目标。在这个快节奏的社会中，我深感保持内外清洁的重要性。通过长期的实践和思考，我获得了一些关于“三清洁”的心得体会。

首先，清洁家园是一个人生活的起点。家是心灵的港湾，家庭的环境直接影响一个人的心态和品质。因此，我注重保持家庭的整洁和美好。每天晚上，我都会花一些时间打扫卫生，整理物品的摆放，让家里看起来舒适宜人。而且，我还注重给家添加一些绿色植物，提高室内空气的质量。在保持家庭清洁的过程中，我深刻体会到，只有家庭的整洁有序，才能给人一种清爽宜人的感觉，从而让人心情愉悦，精神焕发。

其次，清洁环境是保护自然的责任。作为一个地球村的一员，我深感环境保护的重要性。出门在外，我注意不乱扔垃圾，不随地吐痰，积极参与社区的环境整治。同时，在生活中，我倡导节约用水和节约用电，减少能源的浪费。此外，我还坚持使用环保袋，拒绝使用塑料袋，以减少对环境的污染。通过坚持清洁环境的好习惯，我不仅保护了自然环境，也增强了自己对环境保护的责任感，形成了良好的社会公民意识。

最后，清洁身心是健康生活的基石。身心健康是幸福生活的

保障，因此，我注重身心的清洁和调整。首先，我养成良好的卫生习惯，坚持每天洗澡，保持身体的清洁，并注意饮食的卫生。其次，我重视充实自己的心灵，通过阅读书籍、品味音乐和欣赏艺术，深入思考人生的意义。与此同时，我还注重锻炼身体，通过运动来放松自己的身心。这些做法使我受益匪浅，不仅提高了身体的健康水平，也拓宽了自己的心智，让我以积极的心态去面对生活中的各种挑战。

综上所述，清洁家园、清洁环境、清洁身心是我一直以来追求的生活目标。通过长期的实践和思考，我深刻理解到这种追求的重要性。保持家庭的整洁让人心情愉悦，清洁环境保护自然资源，清洁身心是健康生活的基石。在今后的生活中，我将继续坚持“三清洁”的原则，努力成为一个更好的人。同时，我也希望通过自己的努力，影响身边的人，让更多的人加入到清洁家园、清洁环境和清洁身心的行列中来。只有人人都积极追求“三清洁”，我们的社会才能变得更加美好。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇六

三清洁是指清洁自己的心灵、清洁自己的身体和清洁自己的环境。这是一种全新的生活理念，旨在提高个人的幸福感和生活质量。通过深入的思考和实践，我个人有了一些关于三清洁的心得体会。

第一段：清洁心灵

心灵的清洁是我们内心深处的一种状态，它决定了我们对世界的态度和对自我的认知。我意识到，只有保持积极向上的心态，才能拥有真正的幸福和快乐。因此，我开始注重内心的调整。我学会了每天静坐几分钟，让自己沉静下来，舒缓压力。我也开始培养感恩的心态，每天写下一些自己对生活的感激之情。这些简单的习惯，让我发现了内心的美好，也让我更加平和和宽容地面对生活中的困难和挑战。

第二段：清洁身体

身体的清洁不仅仅是指外表的整洁，更是指身体内部的健康状况。我通过定期锻炼来保持身体的健康。我每天早晨都会做一些简单的运动，例如慢跑和太极拳。这不仅可以增加体力和耐力，还可以提高抵抗力和免疫力，远离疾病的侵袭。此外，饮食上我也开始注意营养的搭配，多吃蔬果，少吃油腻食物。这样，我感到更有活力和精神焕发，身体健康成为我生活的基础。

第三段：清洁环境

环境的清洁是指我们生活和工作的周围环境的整洁。一个干净整洁的环境可以提高我们的生活质量和工作效率。我开始养成每天整理和清洁自己使用的物品和空间的习惯。我保持办公桌的整洁，摆放物品有序。我也定期清洁家里的地面、家具和卫生间。通过这些小小的习惯，我发现自己的生活变得更加整齐有序，工作变得更加高效，同时也减少了生活的杂乱感和焦虑感。

第四段：三清洁的互动关系

我发现三清洁之间存在着互动关系。当心灵纯净时，我们更容易保持良好的身体状态和创建一个干净整洁的环境。而身体的健康和环境的整洁也能够提升我们内心的愉悦感和幸福感。这种互动关系让我意识到，只有三清洁相互促进，才能真正实现人生的幸福和快乐。

第五段：三清洁的重要性

三清洁对个人的重要性不可忽视。它们不仅能够提高我们的生活质量和幸福感，还能够增加我们的自信和积极性。通过清洁心灵，我们能够更好地理解自己和他人，提高人际关系的质量。通过清洁身体，我们能够拥有更多的体力和精力去

追求自己的梦想。通过清洁环境，我们能够创造一个快乐、舒适的空间，让自己尽情享受生活。因此，我相信三清洁对每个人来说都是至关重要的。

总结：

通过三清洁的实践，我深刻体会到清洁心灵、清洁身体和清洁环境对个人幸福的重要性。我努力保持积极向上的心态，注重身体的锻炼和营养搭配，并养成了整理和清洁环境的习惯。这些改变让我更加健康、快乐和有自信，也让我的生活变得更加美好。我相信只要我们坚持三清洁的理念，就能够实现更好的自我和更美好的生活。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇七

清洁工是那么渺小，却是那么高尚。他们是绿色家园、美好家园的守护者。他们日复一日、年复一年，在那不起眼的岗位上默默奉献着。

夏天，当我们还在家中享受着清凉时，他们却在酷暑下坚守岗位，他们好像从来不怕太阳的热烈、垃圾刺鼻的臭味。脸上豆大的汗珠，在阳光的照射下那么晶莹透明。冬天，当我们还在家中享受着温暖时，他们却在严寒下用冻僵的双手，捡拾着每一片被风吹落的叶，打扫着每一条街道，生活的每一个角落都有他们踏过的足迹。所以每次遇到清洁工，我都不由得对他们竖起大拇指点赞！

上周六下午，我漫步在小区里，湛蓝的天空，芬芳的花儿，清新的空气……花香沁人心脾，令人身心舒适，我不禁赞美，真是“采菊东篱下，悠然见南山。”

这些忙碌在世界各地的绿色家园守护者们，她们在的年华用最动人的方式默默地用自己的汗水冲刷掉环保隐患，贡献着自己的智慧和力量，为社会创造了很大的实用价值，他们是

当前环保大战中有魅力的劳动者。让我们竖起大拇指——清洁工，给你点赞！

清洁消毒灭菌知识点的总结篇八

在日常生活中，我们无时无刻都需要保持清洁，无论是我们的身体、环境还是思想。不仅是为了保持健康和舒适，更是为了培养良好的生活习惯和道德品质。从小事做起，我们可以在三个方面保持清洁，分别是身体清洁、环境清洁和心灵清洁。我通过实践总结出了一些心得体会。

第一段：身体清洁

身体清洁是我们生活中最基本的一项清洁工作。我们每天都要洗澡、洗手、刷牙等，以保持身体的清洁和健康。经过长期的坚持，我发现身体清洁不仅仅是一种习惯，更是一种修养。每天洗澡不仅可以让我们的身体舒服，还可以减少因为累积的污垢导致的皮肤问题。洗手、刷牙更是可以预防一些疾病的发生。保持身体清洁不仅是对自己负责，也是对他人负责。因为我们的行为会影响到他人的健康和幸福，所以在生活中要时刻保持身体清洁，做一个有道德、有素质的人。

第二段：环境清洁

环境清洁是指我们身处的周围环境的清洁。无论是家庭、学校、办公室还是公共场所，都需要我们共同努力来保持干净整洁。我觉得环境清洁不仅仅是责任，更是一种美德。当我们生活在一个整洁的环境中，会感到舒心 and 愉快，也会有更多的动力去保持这种整洁。我们应该养成随手清理垃圾的好习惯，因为垃圾不仅会影响环境的美观，还会造成环境污染和危害健康。通过保持环境清洁，我们不仅可以提高生活质量，还可以树立良好的品质，为他人树立榜样。

第三段：心灵清洁

心灵清洁是指清除我们内心的不良情绪和思想，保持积极向上的态度。在快节奏的生活中，我们常常会感到压力、烦躁和不安，而这些负面情绪会对我们的心理健康产生负面影响。为了保持心灵清洁，我学会了放松自己，寻找内心的宁静。我会定期进行一些放松身心的活动，如听音乐、读书、写日记等。这些活动能够帮助我排解压力，放松身心，更重要的是让我拥有积极的心态，面对困难和挫折时能够勇敢地面对和战胜。

第四段：三清洁的联系和互动

身体清洁、环境清洁和心灵清洁是密不可分的，它们相互联系和互相影响。身体的清洁可以帮助我们保持健康的身体，提高生活质量。而环境的清洁也会影响到我们的身心健康，创造一个干净整洁的环境可以让我们感到舒适和愉快。心灵的清洁则是源于我们的内心，只有清除内心的杂念和负面情绪，我们才能拥有积极向上的心态，充满自信和力量去追求自己的目标。所以，在日常生活中要注重三个方面的清洁，相互促进，共同发展。

第五段：三清洁的意义与价值

保持身体、环境和心灵的清洁对我们的生活有着极其重要的意义和价值。首先，它有利于我们的健康和幸福。身体的清洁可以预防疾病的发生，环境的清洁可以创造一个良好的生活环境，心灵的清洁可以提高心理素质和生活质量。其次，保持清洁有助于我们培养良好的生活习惯和道德品质。通过养成遵守卫生规范和保持环境整洁的好习惯，我们能够提高自己的道德素养和社会责任感。最后，保持清洁的生活方式也是一种美德和修养，它能够让我们拥有良好的品质，为他人树立榜样。同时，它也是一种社会文明的表现，能够促进社会的和谐发展。

通过实践和总结，我深深体会到了身体清洁、环境清洁和心

灵清洁的重要性和价值。保持清洁不仅是一种工作，更是一种生活态度和修养。只有通过三清洁，我们才能够拥有健康、美丽和幸福的生活。因而，我们应该从现在开始，从身体、环境和心灵三个方面入手，养成良好的生活习惯，打造干净、整洁和快乐的生活环境。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇九

每当看见头上裹着湿毛巾，左手拖着一个垃圾桶，右手拿着扫把美化小区的道路时，我就会想起几年前在暑假里发生的一件令人难以忘怀的事。

那是一个十分炎热的中午，太阳无情地烘烤着大地，知了在树上不停地叫着；小狗张大嘴巴，伸出舌头，散发着身上的热量；野猫们全都来到地下室避暑。此时，我正靠在椅背上，左手拿着一根棒冰，右手拿着我最喜爱的书津津有味地看着。

“佳佳，帮我扔一下垃圾。”妈妈的大嗓门儿从厨房里响了起来。而我此时看书看得十分入迷，于是不耐烦地答道：“知道了，知道了，待会儿就去。”

“不行，待会儿就要吃饭了，你现在就去。”

哎，没办法，我只好恋恋不舍地把书放在一边。然后，我飞快地穿上鞋子，提着垃圾，像一支离弦的箭朝楼下冲去。冲到四楼时，我脑子里闪过一个绝妙的主意：为什么我不直接把垃圾从这里扔下去？这样不是更节省时间吗？说干就干，我把头和提着垃圾的那只手往窗外伸去，对准垃圾桶，用力一扔。“啪”的一下，垃圾掉落在垃圾桶的边缘上，垃圾袋破了，一大半垃圾洒落在垃圾箱外。糟了，这样不是把小区的环境污染了吗？我犹豫要不要用扫把把这些垃圾处理掉。这时，两个满头大汗的走了过来，大概是去地下室乘凉吧。她们都看见了散落在地上的垃圾。

“咦，真奇怪。我十分钟前刚把这个垃圾桶旁的垃圾清理掉，怎么现在……”

另一个说：“哎，现在乱扔垃圾的人太多了。没办法，再扫一次吧。”说着，两人利索地清理掉了地上的垃圾。看着她们干得汗流浹背，我的脸不禁红了。

从此以后，不论有多么重要的事，我都会耐心的把垃圾扔进垃圾桶。地上的垃圾越来越少了，我仿佛看到了的笑容。

清洁消毒灭菌知识点的总结篇十

每当我妈带我上下学的时候，我总能看到一个穿着橙色工作服的'人，——。他们每天早起，保持道路清洁。他们多辛苦啊！

也有个好听的名字，叫“城市美容师”。他们不仅美化了城市，让我们生活在一个干净的环境中，而且美化了人们的心灵。

以前的在我眼里是那么的微不足道，我甚至看不起他们。有时候在小区遇到他们扫地，我会捂着鼻子绕道走。然而，在一次事件之后，的形象逐渐在我心中成长起来。我觉得他们真的很难，很神奇。

我记得那天，我和妈妈在等车的时候，一个穿着工作服戴着口罩的在挥舞着他的大扫帚小心翼翼地扫着路。不一会儿，他横扫的一切就像变魔术一样。这时，一个年轻人穿过街道，漫不经心地把嘴里的烟头扔向新打扫过的地方。乍一看，就是这么不协调。就在我感到可惜的时候，我看到已经走了过去，迅速扔掉烟头，地面又干净了。再看看那个年轻人。他没有觉得自己做错了什么，而是一脸得意，嘴里吹着口哨，哼着小曲，陶醉于自己。看了看，摘下口罩，真诚地对他说：“年轻人，你不能乱扔垃圾。垃圾桶就在前面。只要往前走

两步，路就能保持干净。”年轻人听着，双手交叉，眉毛扬着，眼睛瞪着，开始骂：“你在乎吗？”如果你是，你应该扫地。如果我不扔垃圾，你还应该扫什么，当！“听到这里，我心里想：对，扫垃圾，人家不扔垃圾，那他们还做什么？就在我疑惑的时候，我看到耐心的说：“我不在乎你，但是你有一些坏习惯。保护环境是每个人的责任。你想想，中国有13亿多人口。如果我们都像你一样乱扔垃圾，我们不是住在垃圾堆里吗？”年轻人听着。顿时，她的脸红得像煮熟的龙虾，她低下头，在众目睽睽之下向道歉。

这时，我惊呆了。我第一次看着：他那张饱经风霜的老脸有一双慈祥的眼睛，但他的目光是如此深远。

这一刻，我是多么佩服啊！是你用勤劳的双手把城市打扫干净的。我想对你说：“你真了不起！”