

最新国旗下的讲话卫生的(模板6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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

国旗下的讲话卫生的篇一

各位老师，亲爱的同学们：

大家好！今天，我讲话的题目是“讲卫生，爱环境，共建绿色校园”。

送走了温暖和煦、繁花似锦的春天，我们迎来了炎炎夏天。随着夏天的走近、气温的升高，各类病菌也开始滋生、蔓延，讲究卫生、爱护环境就显得尤为重要。

校园是我们的家，让我们用心呵护她。校园的公共卫生需要你我共同维护。同学们，请你们先闭上眼睛，扪心自问：

当你看到别的同学随手扔纸片，乱掷粉笔头，或其它破坏公共卫生的行为时，你是否会上前制止，并告诉他应该怎么做呢？同学们，我们也会每天看到保洁阿姨不停忙碌的身影，她们为了校园的整洁，付出了太多，我们又怎忍心破坏呢？请大家真正行动起来，珍惜他人的劳动成果，共同维护校园、教师的公共卫生，让我们的学习环境更干净、更美丽、更舒适！

另外，个人卫生也同样重要。夏天，是各种疾病的多发期，我们更是易感染人群，为了自己和他人的健康，我们要注意个人卫生，勤洗澡、勤换衣物、勤理发、勤剪指甲，举手之劳，望大家都能做到！

教室内要做到勤通风，让空气畅通，不随地吐痰。打喷嚏或咳嗽时请用纸巾捂住口鼻，这是对他人最起码的尊重。不随地扔垃圾，或往不易看到的卫生死角扔垃圾，如门后、墙角周围等容易滋生细菌的地方，养成将垃圾放入垃圾桶的好习惯。同学们，“误以善小而不为，勿以恶小而为之。”勤捡垃圾，不扔垃圾，对我们来说轻而易举，但可以让我们的校园更加干净、美丽！

饮食卫生更是直接关系到我们的健康。在此，我们呼吁广大同学们一定要注意饮食安全。为了我们的健康，请同学们多留心，多了解关于食品的安全知识，健康饮食，安全饮食！

美丽的环境自然带来美丽的心境，美丽的心境带来了美丽的生活。虽然我们做的这些很微不足道，但是，星星之火可以燎原。为了让学校的树更绿，为了让学校的花更红，让我们手拉手、肩并肩，从现在开始，从一点一滴做起，爱护环境，共同营造一个绿色、和谐的校园。

国旗下的讲话卫生的篇二

同学们、老师们，大家好！

我们又相逢在春光明媚的早晨。春风吹绿了大地，吹醒了冬眠的动物朋友，我们的校园呈现出一派勃勃生机的景象。但细菌的生长和传播也变快了，前一段时间，我们学校个别班的一些同学患腮腺炎就说明了这个问题。所以我们应该更加讲究卫生，保护环境。

同学们，如果我问：“你讲卫生吗？”你一定会自豪地说：“当然讲卫生啊！”那你在平时又是怎样做的呢，我听一个同学说：“讲卫生就是管住我的嘴，不随地吐痰；管住我的手，不乱扔垃圾；管住我的脚，不践踏花草。”简简单单的“三管住”，可以看出这个同学真正悟出了讲卫生的好方法。他知道，讲卫生就是爱自己、爱同学、爱老师、爱父

母、爱人类；管住自己，就保护了人类共同生存的环境。

在抗击“非典”的斗争中，人们认识到：讲究卫生、改掉自己不讲卫生的不良习惯不再是个人的小事，而是关系到人类命运的大事。爱人类就要从改掉不讲卫生的不良习惯做起。

在近百年的文明进程中，随地吐痰的行为一直为大家所唾弃，但令人遗憾的是，这种不良习惯却始终无法根除。科学研究报告告诉我们，每滴唾沫里有几十万个细菌，而且还有肺结核、肺炎，流感等传染性疾病的病菌。如果在公共场合随意吐痰，痰液干燥以后，随风和尘土飞扬，病菌就会在人群中传播扩散，很可能因此导致疾病的流行。也许，就是在随地吐痰的过程中，“非典”的元凶——冠状病毒才得以“扬眉吐气”地传播开来。因此，对于个人来说，一口痰可能是“不经意”的，但对于其他人来说，一口痰却意味着病菌的流行，这是真正意义上的“祸从口出”。

如果我们再留心一下，还会发现，有时我们的校园到了放学的时候，经常可以看到纸屑、果皮、口香糖。这到底是什么原因？我想同学们都已心知肚明。就是有一些同学都把零食带到学校来吃，吃完后果皮、包装纸随手扔掉。同学们看到这些果皮纸屑，会想这些乱扔垃圾的同学不爱卫生、不讲文明，但很少有人会弯下腰把它捡起来扔进垃圾筒。

还有一些同学在学校外的小商小贩那里买一些廉价不卫生质量不合格的食品带到学校来吃，甚至上课也在偷偷地吃。吃完以后把包装袋随地乱扔，口香糖随地乱吐。同学们吃了质量不合格的食品，表面上看是香了嘴巴，但实际上的害了自己的身体，同时乱扔的垃圾也害了自己周围的同学。这真是“病从口入”。

还有一些同学在上厕所小便时，还没有站在台阶上就开始小便，弄得厕所里满地都是小便。这确实是一些同学不讲卫生的不良习惯。

最近，大家也会发现，学校开展保护环境、爱护卫生的活动，各班还选出“环保小卫士”，我们各个班开展了许多清理卫生死角的活动。尽管如此，但我们还是经常可以看见口香糖和小纸片、小垃圾的“身影”，可见“治”不能代替“防”。我们保护校园环境一定要从预防为主，从我做起。我们每个同学都要做到“三管住”。一管住我的嘴，不随地吐痰；二管住我的手，不乱扔垃圾；三管住我的脚，不践踏花草。我相信如果我们都做到了“三管住”，我们天空会更加蔚蓝，我们草坪会更加嫩绿，我们的校园会更加美丽，我们的身体也会更加健康。

最后让我们一起记住这三句话。大家跟我一起说：一管住我的嘴，不随地吐痰；二管住我的手，不乱扔垃圾；三管住我的脚，不践踏花草。

同学们，告别不良卫生习惯、创设美好校园环境，从我做起吧！

国旗下的讲话卫生的篇三

民以食为天，食以安为先，食品卫生安全问题涉及千家万户，下面是本站小编给大家整理的食品卫生国旗下讲话稿，仅供参考。

老师、同学们大家好：

虽然各级卫生行政部门查处了一批大案要案，但在取得阶段性成果的同时，还要清醒地认识到，保障食品安全任重而道远，绷紧食品安全这根弦，无论是现在，还是将来，都是政府乃至全社会的共同责任！为了建设一个富裕、安康、美丽新斗门，让我们手牵手，心连心，从现在开始抓好学校食品卫生安全工作。学校食品卫生安全工作为其重要，因为它关系到我们全体师生的身心健康问题。如果忽略了这项工作。其

后果不堪设想。大家都知道病从口入，所以不能忽略学校卫生安全工作。那怎样作好学校食品卫生安全工作呢?跟我们全体师生最大密切关系是学校食堂、小卖部。这两个部门必须要严格把好食品(食物)进货质量关。严禁学校向无卫生许可证的单位和个人订购集体用餐食品。不允许过期、变质的食品进入校园，食堂炊管人员、食品营业员必须定期健康检查，必须持健康证上岗，未经体检和体检不合格者，不得从事这项工作。我们学校的食堂，还有小卖部，可以告诉老师同学们，你们可以放心的在自己学校食堂和小卖部用餐、购买食品因为他们都经过卫生防疫部门检验批准过的，有卫生许可证的。

一、建立合理的膳食制度。膳食制度常随学习情况、生活习惯和季节不同而异。一般以一日三餐为好，因为食物进入胃后，在正常情况下，4-5个小时可以排完，一日三餐刚好适应胃的消化机能。全天热量分配，一般主张早餐占总热量的25-30%，中餐占40-50%。提倡早餐吃好，中餐吃饱，晚餐吃少是有一定道理的。学校上午一般有四节课，不吃早饭就上学，会使学生机体热量不足，上课精力不足，容易疲劳，严重的会头晕无力，影响身体健康和学习效果。

二、作为学生应掌握一定的食品安全卫生知识，做好个人防护，以下几点提请大家注意：

(一)、购买食物时，注意食品包装有无生产厂家、生产日期，是否过保质期，食品原料、营养成分是否标明，有无qs标识，不能购买三无产品。

(二)、打开食品包装，检查食品是否具有它应有的感官性状。不能食用腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、污秽不洁、混有异物或者其他感官性状异常的食品，若蛋白质类食品发粘，渍脂类食品有嚎味，碳水化合物有发酵的气味或饮料有异常沉淀物等等均不能食用。

(三)、不到校园周边无证摊贩处购买盒饭或食物，减少食物中毒的隐患。

(四)、注意个人卫生，饭前便后洗手，自己的餐具洗净消毒，不用不洁容器盛装食品，不在食堂乱扔垃圾防止蚊蝇孳生。

(五)、白开水是最好的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于青少年学生的健康。

(六)、养成良好的卫生习惯，预防肠道寄生虫病的传播。

(七)、生吃的蔬菜和水果要洗干净后再吃，以免选成农药中毒。

(八)、少吃油炸、烟熏、烧烤的食品，这类食品如制作不当会产生有毒物质。

针对年龄特点，同学们应该主要做到以下几点：

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。比如说，手上沾有致病菌，再去拿食物，污染了的食物就会进入消化道，就会引发细菌性食物中毒。从而引起腹泻。

2、选择新鲜和安全的食品。购买食品时，要注意查看其感官性状，是否有腐败变质。尤其是对小食品，不要只看其花花绿绿的外表诱人，要查看其生产日期、保质期，是否有厂名、厂址、生产许可证号(qs号)等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现质量问题无法追究。

3、食品在食用前要彻底清洁。生吃瓜果要洗净。瓜果蔬菜在生长过程中不仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。需加热的食物要加热彻底。如菜豆和豆

浆含有皂甙等毒素，不彻底加热会引起中毒。

4、尽量不吃剩饭菜。如需食用，应彻底加热。剩饭菜，剩的甜点心、牛奶等都是细菌的良好培养基，不彻底加热会引起细菌性食物中毒。

5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米(粒上有霉点)，其中的霉菌毒素会引起中毒。

6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。装有消毒剂、杀虫剂或鼠药的容器用后一定要妥善处理，防止用来喝水或误用而引起中毒。

7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

8、饮用符合卫生要求的饮用水。不喝生水或不洁净的水。最好是喝白开水。

9、提倡体育锻炼，增强机体免疫力，抵御细菌的侵袭。

只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，从而预防食物中毒，保证我们的身体健康。

老师们，同学们：

你们好！我是来自三一班的严倩宇，很荣幸今天能站在这里与大家分享我的食品卫生与安全感受。古人云：民以食为天。不管你是老是少、是男是女、是贫是富，每天都要吃饭。以前，人们想要吃点好的，但又买不起。现在好了，社会进步了，大家也都富裕起来了。但他们又不敢随便买东西吃了，因为食品安全又成了一个隐患。出现这样矛盾的情况——想吃时买不起，买得起时却又担心食品安全，这就要怪罪于那些昧着良心做生意的人了。他们有些人只为了图眼前利益，

把那些不合格的食品卖给别人。有些人更荒唐想要早点回家数钞票，竟想出要把青杨梅染上颜色，市场上那一个个看似鲜红诱人的杨梅便是由他们加工后的成品。

只要到休息时间，有些同学手里一边拿着辣条，一边吃着油炸食品。那些油炸的东西，炸的油大部分都是从阴沟里捞上来的，听着就觉得恶心，这样做出来的东西怎么能吃呀？而这些东西吃多了，就跟吸毒品一样，越吃越想吃，都很难戒下来。还有门口小店里的辣条，那一条条金黄色，和红色的东西包装袋上既没有生产日期也不知是怎么做的，更不知厂商是谁，厂址在哪儿。有些同学一时嘴馋，便掏出钱去买，心想：我只吃一次，没事的。而这些同学一回到家便马上闹肚子。这令我想到其实买这些东西是无异于买毒品，吃这些东西也是无异于慢性自杀的。

生活中其实还有许许多多这样的事例，只是大家没有留心去发现这些隐藏在生活中的食品安全隐患罢了。食物是人类在日常生活中不可缺少的东西，食物是让人可以健康成长，放心食用的东西，不是危害人类健康的“毒品”。所以，请购买食品时应该到正规的商店或超市，还要看清生产日期，不要贪图小便宜，为了解自己一时嘴馋，而害了自己。因此，我不禁在这里真诚地呼吁大家：在生活中购买东西时睁大眼睛，不要去买那些有害自己身体的东西。

作为学生应掌握一定的食品安全卫生知识，做好个人防护，以下几点提请大家注意：

- 1、购买食物时，注意食品包装有无生产厂家、生产日期，是否过保质期，食品原料、营养成分是否标明，不能购买三无产品。
- 2、打开食品包装，检查食品是否具有它应有的感官性状。不能食用腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、混有异物或者其他感官性状异常的食品。

- 3、注意个人卫生，饭前便后洗手，自己的餐具洗净消毒，不用不洁容器盛装食品，不在食堂乱扔垃圾防止蚊蝇孳生。
- 4、白开水是最好的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于青少年学生的健康。
- 5、养成良好的卫生习惯，预防肠道寄生虫病的传播。
- 6、生吃的蔬菜和水果要洗干净后再吃，以免选成农药中毒。
- 7、少吃油炸、烟熏、烧烤的食品，这类食品如制作不当会产生有毒物质。

同学们：炎热的夏天到了，“民以食为天，食以安为先”，食品安全问题涉及到每个人的身体健康和生命，不安全的隐患就在我们身边。同学们，你们是祖国的花朵，是祖国的未来，是早上八九点钟的太阳，是祖国发展和平富强的希望；你们每天吃的方便面是合格食品吗？每天吃的肉类是符合卫生标准食品吗？每天喝的矿泉水饮料是在有效保质期之内吗？每天吃的面包有厂名、厂址、生产日期、合格证吗？妈妈每天给你喝的牛奶有qs标志吗？有些人在平时吃到、买到的食品只是没有留心注意到这些。那么在平时日常生活中吃到、买到不合格食品应该向谁投诉举报呢？带着这些在我们自己身边日常生活中经常遇到的食品安全的小问题，借此机会给大家讲一讲食品安全方面的知识。我给大家讲几个食品安全事件的案例：

案例1：瘦肉精中毒事件 20xx年9月13日开始，上海市发生多起因食用猪内脏、猪肉导致的疑似瘦肉精食物中毒事故，截至9月16日已有300多人到医院就诊。9月17日上海市食品药品监管部门确认中毒事故为瘦肉精中毒。瘦肉精学名盐酸克伦特罗，是一种平喘药，添加到饲料里，可提高猪的瘦肉率，现已禁用。如果瘦肉精含量过高，可能出现肌肉震颤、头晕、呕吐、心悸等中毒症状。上海连续发生“瘦肉精”食物中毒事故，波及全市9个区、300多人。 案例2：福寿螺致病 xx

年6月份，北京第一例食用福寿螺导致的广州管圆线虫病患者确诊。截至8月21日，北京市卫生局统计，确诊的广州管圆线虫病病例达到70例。“蜀国演义”酒楼因此出名，因为大多数患者都是食用了该酒楼的福寿螺后发病的,,,,。

同学们这些食品安全事件给了我们什么警示?学生食品安全卫生知识、个人卫生行为教育是学校教学工作的重要组成部分，关系到你们能否健康生活、学习和成长。对学校而言，培养学生健康的体魄、健全的人格，与传授知识同等重要。如果没有健康的身体，学习知识将是非常困难的事;如果没有健全的人格，就不能很好地将所学知识贡献给社会。请大家了解一些食品安全小知识：

1、什么叫食品安全? 食品安全指食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。根据世界卫生组织的定义，食品安全是“食物中有毒、有害物质对人体健康影响的公共卫生问题”。食品安全也是一门专门探讨在食品加工、存储、销售等过程中确保食品卫生及食用安全，降低疾病隐患，防范食物中毒的一个跨学科领域。

2、什么是qs标志? qs是食品“质量安全”的英文缩写，是食品质量安全市场准入标志，食品外包装上印有qs标志表明符合质量安全基本要求。食品市场准入标志由“qs”和“质量安全”中文字样组成，标志主色调为蓝色。字母“q”与“质量安全”四个中文字样为蓝色，字母“s”为白色。

3、安全购买食品的注意事项

1)任何食品需特别关注五个要件：厂名、厂址、生产日期、保质期□qs标志。注意看食品包装标识是否齐全，注意食品外包装是否标明商品名称，配料表、净含量、厂名、厂址、电话、生产日期、保质期、产品标准号等内容。

2)注意看食品的生产日期或失效日期，注意食品是否超过保质期。

3)看产品标签，注意区分认证标志。

4)看食品的颜色，不要被外观过于鲜艳、好看的食物所迷惑。

5)看散装食品经营者的卫生状况，注意有无健康证，卫生合格证等相关证照，有无防蝇防尘设施。特别提醒各位同学，夏天到了，请同学们不要在没有照摊贩上购买食品。通过这次食品安全教育，我们要明白了丰富的食品安全知识，懂得不安全食品对自己和家人的危害，我们要增强食品安全意识，夏天要养成良好的饮食习惯。

最后送同学们一句话：

饥饿时，嘴莫馋，吃饭之前洗手脸，细嚼慢咽成习惯，这样身体才康健，吃零食，坏习惯，不分场合和时间，三心二意分精力，别人觉得也讨厌，吃瓜果，先洗净，蚊叮蝇爬传染病，病从口入是古训，讲究卫生不生病，安全事说不完，时刻小心理当然，偶出事故总难免，自觉自愿最重要。说安全，道安全，安全工作重泰山，教师学生齐参与，校内校外享平安。

谢谢大家！

国旗下的讲话卫生的篇四

大家早上好！

今天我的题目是“注意卫生，预防疾病”。

首先要养成良好的卫生习惯，减少接触病源的机会。比如每

天洗手，洗澡，换衣服，刷牙。二是注意食品卫生，防止“疾病入口”；日常生活中不要吃不干净的食物。所谓‘不洁食品’，主要是指来源不明。

长期储存或腐烂的食物，并决心不贪图游戏。所以要想预防疾病，一定要注意卫生，所以我们提出。

（1）养成良好的卫生习惯

勤洗手是抵御病毒感染的第一道防线。此外，经常喝水可以保持粘膜湿润，增强抵抗力。同时，经常喝水也便于体内废物的及时排泄，有利于增强身体的抗病能力。上课时，教室应经常通风，室内通风可以稀释和减少致病因素。在传染病流行季节，尽量避免去空气流通性差、人口密集的公共场所。这里特别提醒学生不要去不适合学生的地方，比如网吧、游戏厅，这些地方已经被学校取缔了。

（2）加强体育锻炼，提高免疫力

现在是体育锻炼的好时机。每个人都应该积极参加体育锻炼，在户外呼吸新鲜空气，但要注意根据气候变化增减衣服，合理安排运动量。每天都要坚持做眼保健操和课间操，积极做好体育课和活动课。

（3）注重环境卫生，营造整洁的校园环境。我们学校长期以来非常重视环境卫生，通过大家的努力取得了一定的成绩。但是，我们还是迫切需要改进：平时清洁环境，请不要乱扔废纸、瓜子、食品包装袋等。我们希望所有的学生都能用我们的一点点努力来保持我们的清洁环境。

（4）调整心态，形成良好有序的生活规律

我们应该勇敢地面对各种传染性流行病的存在，不要惊慌，但我们不应该掉以轻心，因为它们具有传染性，会对生命和

健康构成一定的威胁。形成良好有序的生活规律，加强营养和合理休息，防止过度紧张和疲劳，注意冷暖。只有以健康和科学的态度生活，我们的免疫系统才能免受入侵。

老师们，同学们，健康是一个人最大的财富，幸福的基础，做人的责任。要有一个健康的身体，注意卫生是每个人预防疾病最基本的方法。只要我们时刻牢记并实践，各种疾病都是可以预防的。

最后，祝大家身心健康，在事业和学习上上一层楼。

请举起你的右拳和我发誓：

养成良好的健康习惯

加强体育锻炼

创造一个干净的校园环境

养成有序的生活规律。

誓言结束了。

国旗下的讲话卫生的篇五

各位老师、同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是：《养成良好卫生习惯，共创美好校园环境》。

校园是我们共同生活的地方，所以养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境是我们每个同学的责任。

什么叫习惯呢?所谓的“习惯”是指长期重复地做并逐渐养成的不自觉活动。

首先，应该从我做起，从现在做起，我们应该时时刻刻提醒自己，不要随地吐痰，不要随地乱扔果皮纸屑及废弃杂物，那些看似无关紧要的“小恶”可能造成的后果就是使我们的校园变得丑陋、肮脏。我们还要制止其他同学不讲卫生的行为，看到地上有果皮纸屑主动捡起。这些似乎让人不屑一顾的“小善”可以互相促进良好卫生习惯的养成，让我们的校园更加干净整洁。

其次，我们每位同学都应该自觉地保护教室及其所在班级周围的环境卫生。通过上一周的督促检查，我们发现各个班级环境卫生都打扫得比较好，希望大家坚持养成好这一良好的习惯，并能始终保持这种现状，让我们每天走进教室里，都会看到桌窗明净，桌凳摆放整齐，地面一尘不染、无纸屑。我想，大家在这样干净整洁的环境里学习、生活，一定会心情舒畅，身心健康。

我们作为观音初中的一员，首先要主动做好校园卫生的保持工作，养成良好的卫生习惯。让我们的校园始终保持干净、整洁，让全体师生拥有一个良好的工作、学习环境。其次，我们应做到“看见污迹主动擦，发现纸屑主动捡，遇到垃圾主动扫，碰上乱扔主动管。”从我做起，从身边小事做起，做当代文明中学生。

拥有健康的身体是我们能够认真学习的保证，为保障同学们有一个良好的学习和生活环境，远离疾病，我希望同学们能做到以下几点：

- 1、不吃零食，零食的外包装到处乱扔会影响环境卫生。更重要的是吃零食会给我们的健康带来不良的影响。如零食中多余的热量会使我们的身体变得肥胖，零食中的色素和防腐剂会损害我们的身体健康。零食吃多了，就影响到我们的食欲

而吃不下饭，久而久之我们就会营养不良。

2、保持个人良好卫生，勤洗手洗脸，勤换洗衣服。课堂上，有些同学在思考问题的时候，会不经意把手指或者笔放进嘴里，请同学们牢记“病从口入”这句话，努力改掉这种不良习惯。

3、不乱扔果皮纸屑，不吃口香糖，不随地吐痰，不在墙上留下脚印、污迹。

4、保持室内空气流通，避免前往空气流通不畅、人员密集的公共场所，教室一定要注意开窗通风。

5、宿舍衣物、鞋子、毛巾、脸盆等摆放整齐，被子叠得方方正正，按时打扫卫生，宿舍不留垃圾、赃物、脏水，保持空气流通。

6、加强思想道德教育。主动捡拾别人丢在地上的垃圾，养成“文明清洁”的良好习惯，共同创建一个美丽的校园。

同学们，健康是一个人最大的财富，是幸福的基础，也是做人的责任。要有一个健康的体魄，必须从个人卫生、环境卫生做起。只要我们时刻谨记，并身体力行，我们就能远离疾病，健康、快乐地生活、学习。校园是我们的家，让我们自觉维护校园环境，努力养成不乱扔果皮纸屑和粉笔头、；不向楼下扔杂物、倒脏水；不随地吐痰等良好习惯。同时，认真打扫好教室、清洁区的卫生，并且时刻保持干净、整洁；做到有人检查和没人检查一样干净，一样整洁。一份耕耘一份收获，只要我们共同努力，坚持不懈，我们的校园就会像花园一样一尘不染，空气清新，令人神清气爽。

让我们在飘扬的五星红旗下作出庄严的承诺：从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

国旗下的讲话卫生的篇六

各位同学：

大家早上好！

送走了繁花似锦的春天，炎炎夏天也要到来了。随着夏天的走近、气温的身高，各类病菌也开始滋生、蔓延，爱干净、讲卫生也显得尤为重要。今天我们来说说身体卫生、吃饭卫生和用眼卫生。下面请看三（1）班同学的情景演示：

一、身体卫生：

男：哎呀，好饿呀！刚上完厕所，我就不洗手了，赶紧去吃饭！

女：手上有好多细菌，吃饭前请洗手！

男：可是我好饿啊，手上真的有那么多细菌吗？！

女：当然！如果你上完厕所不洗手，细菌就会停留在你的手上。你吃东西时，细菌会通过你的手和食物一起被你吃到身体里面，严重的就会呕吐，拉肚子！

男：原来这么严重。（停顿2秒）好了！洗好了！

女：洗手时最好把手心和手背都认真地搓洗，才能起到冲走细菌的效果。

男：好的，谢谢提醒！

二、吃饭卫生：

男：哎呀！你把我的勺子碰到地上去啦！

女：对不起！我帮你捡起来了，你快拿去洗洗吧！

男：算了吧，好麻烦，地上好像不太脏，我就直接用吧！

女：地面上有很多你看不见的细菌，粘在勺子上被你吃下去很容易生病的。我去帮你洗洗吧！

男：好的，谢谢！

三、用眼卫生：

男：老师刚刚在黑板上写了今天的作业，趁眼保健操时间，我就把作业抄下来，这样一放学就能去坐校车了！哈哈哈！

女：常做眼保健操，可以调节头部血液和眼睛周围的肌肉，改善眼睛疲劳，预防近视。

男：原来是这样！我最近总感觉看不清楚黑板，看来我要多做眼保健操了。

感谢两位同学的精彩演示！

健康是一个人最大的财富，是幸福的基础。要有一个健康的体魄，讲究卫生就是最基本也是每个人都能做到的。我们每个人都希望在一个清洁，舒适的环境中学习、生活、健康成长，而讲卫生的习惯靠我们平时一点一滴地养成。希望大家从日常生活中的点点滴滴入手，养成讲卫生的好习惯！谢谢大家！