

演讲稿讲卫生(精选16篇)

青春是冒险、挑战和打破束缚的阶段。演讲是一门艺术，发言稿的写作是演讲艺术的基础，通过学习和掌握发言稿的写作技巧，我们可以更好地展现自己的演讲魅力。

演讲稿讲卫生篇一

大家好!

今天，我国旗下讲话的主题是“讲卫生、爱清洁”

19--年11月2日到20--年，一年中，她培养出了一代又一代优秀的人才。

作为一名柳石二小的的学生，我们应该为柳石二小感到骄傲，也应该为柳石二小献上一份最真挚的祝福，向她表达一份热爱。

当我们在绿树成荫的校园中漫步时，一定会感到心旷神怡;当我们坐在窗明几净的教室中读书时，怎能不全神贯注?优美的环境，让我们如沐阳光，享受快乐。

可是因为某些人的一点自私，几分懒惰，让这惬意的享受悄无声息地从我们的指缝间溜走。每当下课后、午休时、放学后，操场、楼梯、绿化带内,,,凡是有我们学生成群走过的地方，到处散落着同学们随意乱扔的包装袋、糖果纸。其实我们每天都在打扫卫生,应该说学校里除了落叶外应该不会再有其他的杂物。可事实不是这样,刚刚扫完的操场、楼梯、教室、走廊往往又有新的杂物出现，这些杂物是怎么来的呢?原因很简单，这些杂物来自于某些同学的乱扔，来自于某些同学的不良生活习惯。我们的同学每天都在辛勤的劳动，为我们校园的清洁付出了很大的努力，可是有些同学根本就不知道尊重别人的劳动成果，垃圾桶就在跟前，也不愿意多走一步路，

随手就丢在地上。

校园是我们学习和生活的地方，也是我们成长的摇篮。校园环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活，同时，校园环境卫生也是一个学校文明程度的重要标志，是学校对外形象好坏的直观影响因素。

我们都希望有一个舒适的学习生活环境，因而我们更要珍视他，并且这也是我们义不容辞的责任。美好的东西是需要不断的呵护，才能够保持他炫目的光彩。就让我们从身边做起，从我们每一个人开始，从一点一滴做起，呵护我们的校园。

在此，我们向全校师生发出“爱我校园，从我做起”的校园无垃圾倡议，并希望大家做到以下几点：

一、以爱护校园环境为己任，自觉维护校园的清洁卫生。

二、从我做起，从现在做起，养成良好卫生习惯，不带零食进校园、不乱扔垃圾。

三、提倡“弯腰精神”，随时拾起地面上的点滴垃圾，扔进垃圾桶里。

四、养成“热爱劳动的好习惯”，每天早读之前要对清洁区进行一小扫，教室每天放学要一大扫，确保地面的干净，校园无果皮纸屑。

五、自觉与不文明行为说再见，与不文明行为作斗争，成为保护环境的卫士。

其实，这些行动都不需要花费我们太多的精力与时间，只需要每一位同学一些简单的动作和良好的习惯。我想，我们在付出的同时也在收获，付出的是一粒种子，收获的是满园芬芳。相信众志成城，我们的校园一定会在我们用心的呵护下

越来越美丽。

作为新一代的小学生，适逢如此伟大的时代，我们感到无比幸运。同学们就像一株株幼苗，生根在祖国肥沃的土壤里。你们是祖国的未来，光辉的五星红旗照耀着你们前进的每一个脚步。明天是属于你们的！未来的祖国需要更多优秀的接班人。你们一定要把个人的理想与祖国的命运联系在一起，珍惜自己的生命，努力学习科学文化知识，成为一个理想远大、知识丰富、身体健康、遵守法纪的学生，为祖国的进一步繁荣富强而奋斗！明天的柳石二小更美好！

演讲稿讲卫生篇二

各位老师、同学们：

大家好！

今天，我国旗下讲话的主题是“讲卫生、爱清洁”

1989年11月2日到2011年，21年中，她培养出了一代又一代优秀的人才。

作为一名柳石二小的的学生，我们应该为柳石二小感到骄傲，也应该为柳石二小献上一份最真挚的祝福，向她表达一份热爱。

当我们在绿树成荫的校园中漫步时，一定会感到心旷神怡；当我们坐在窗明几净的教室中读书时，怎能不全神贯注？优美的环境，让我们如沐阳光，享受快乐。

可是因为某些人的一点自私，几分懒惰，让这惬意的享受悄无声息地从我们的指缝间溜走。每当下课后、午休时、放学后，操场、楼梯、绿化带内,,,凡是有我们学生成群走过的地方，到处散落着同学们随意乱扔的包装袋、糖果纸。其实我

们每天都在打扫卫生,应该说学校里除了落叶外应该不会再有其他的杂物。可事实不是这样,刚刚扫完的操场、楼梯、教室、走廊往往又有新的杂物出现,这些杂物是怎么来的呢?原因很简单,这些杂物来自于某些同学的乱扔,来自于某些同学的不良生活习惯。我们的同学每天都在辛勤的劳动,为我们校园的清洁付出了很大的努力,可是有些同学根本就不知道尊重别人的劳动成果,垃圾桶就在跟前,也不愿意多走一步路,随手就丢在地上。

校园是我们学习和生活的地方,也是我们成长的摇篮。校园环境的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活,同时,校园环境也是一个学校文明程度的重要标志,是学校对外形象好坏的直观影响因素。

我们都希望有一个舒适的学习生活环境,因而我们更要珍视他,并且这也是我们义不容辞的责任。美好的东西是需要不断的呵护,才能够保持他炫目的光彩。就让我们从身边做起,从我们每一个人开始,从一点一滴做起,呵护我们的校园。

在此,我们向全校师生发出“爱我校园,从我做起”的校园无垃圾倡议,并希望大家做到以下几点:

- 一、以爱护校园环境为己任,自觉维护校园的清洁卫生。
- 二、从我做起,从现在做起,养成良好卫生习惯,不带零食进校园、不乱扔垃圾。
- 三、提倡“弯腰精神”,随时拾起地面上的点滴垃圾,扔进垃圾桶里。
- 四、养成“热爱劳动的好习惯”,每天早读之前要对清洁区进行一小扫,教室每天放学要一大扫,确保地面的干净,校园无果皮纸屑。

五、自觉与不文明行为说再见，与不文明行为作斗争，成为保护环境的卫士。

其实，这些行动都不需要花费我们太多的精力与时间，只需要每一位同学一些简单的动作和良好的习惯。我想，我们在付出的同时也在收获，付出的是一粒种子，收获的是满园芬芳。相信众志成城，我们的校园一定会在我们用心的呵护下越来越美丽。

作为新一代的小学生，适逢如此伟大的时代，我们感到无比幸运。同学们就像一株株幼苗，生根在祖国肥沃的土壤里。你们是祖国的未来，光辉的五星红旗照耀着你们前进的每一个脚步。明天是属于你们的！未来的祖国需要更多优秀的接班人。你们一定要把个人的理想与祖国的命运联系在一起，珍惜自己的生命，努力学习科学文化知识，成为一个理想远大、知识丰富、身体健康、遵守法纪的学生，为祖国的进一步繁荣富强而奋斗！明天的柳石二小更美好！

演讲稿讲卫生篇三

老师们，同学们：

新的学期已经开始了。本学期的主题是“放飞童年梦想共建和美校园”，我们共同上好每节课，做好每件事，快乐每一天！在各班的寒假活动小结中，可以看出同学们假期生活是丰富多彩的，同学们又学到许多新的知识，增长了不少本领。主要表现在以下三个方面：

- 1、春节期间，同学们都能做到安全文明，自觉遵守交通规则，开学都平安回校上课。同学们能够继承保持孝敬父母的传统美德，通过做家务等形式表达对父母长辈的感恩之心。假期中，不少同学们跟随父母，游览了祖国的大好河山，如：内蒙古、上海、绍兴等地，用小眼睛看大世界，感受到了祖国繁荣昌盛的崭新面貌。

2、寒期中，同学们能够合理安排好作息时间，认真完成暑假作业，积极开展读好书活动。如302班组织学生共读《名人传》和《三十六计》，汇编了《过年那些事儿》文集，激发了阅读的兴趣，提高了写作能力。

演讲稿讲卫生篇四

大家好，我是来自xx班的xx[]今天有幸站在庄严的国旗下与大家分享创建卫生城市的话题，我感到无比的自豪，共同创建一个卫生、和谐的生存环境，构建一座美丽、环保的山水园林城市，是我们大家义不容辞的责任和义务，今天我演讲的题目就是“创建全国卫生城市，我们一直在行动。”

众所周知，近几年来，环境卫生成为了我们关注的焦点，随着环境越来越恶劣，人们的环保意识也被逐步“唤醒”。从电视上动画版的“创卫”宣传短片，到报纸上关于“创卫”的报道，再到街道上每天来回忙碌的洒水车和环卫工人不间断辛勤工作的背影，再看看我们学校开展的“三月卫生月”活动，校园内的卫生环境一天天在改变，原本很干净的校园显得更加洁净，空气也更加清新，同学们都自觉的维护着校园的环境卫生。

看，校门口系着红色飘带的环保小卫士正一丝不苟的检查着是否有同学带零食进校，是否有同学在校园外乱扔垃圾；再看，校内操场上偶尔的小垃圾，也马上有同学迅速的拾起，而跑道边的垃圾桶也显得格外整洁、醒目，不再像以前如摆设一样。

学校是学习文化知识的摇篮，更是培养我们社会公德、文明习惯、树立健康人格的教育殿堂，代表着民族未来的我们，需要学习和继承的东西有很多很多，而最基本的问题是，我们究竟要怎样去接过人类文明的接力棒。

同学们，我们每播下一个动作，将收获一个习惯，我相信，

我们每个人迈出一小步，就会使社会迈进一大步，作为高年级的'我们更应为低年级的同学做好榜样，对不文明、不卫生的行为，我们大家就要一起say“no”□让我们携手共创卫生文明城市，为仙桃“五张名片邀天下，桃花源里好创业”再增添一张漂亮的名片吧！这张名片就是我们，同学们让我们行动起来吧！

演讲稿讲卫生篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

今天，我国旗下讲话的题目是“讲卫生我健康”。

校园是我们学习工作的重要场所，校园环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活。所以养成良好的卫生习惯，共同努力创建一个洁净的校园，是我们每个人的责任。希望同学们可以做到“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，从一点一滴的小事做起。

而且卫生与健康是紧密相连的。不讲卫生是很容易生病的。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、保持个人良好卫生，衣服要勤换洗，勤洗澡，勤剪指甲；饭前要洗手；有很多同学喜欢把手指或者笔放进嘴里，请同学们牢记“病从口入”这句话，改掉这种坏习惯。适当参加体育锻炼，提高自己的免疫能力。

- 2、保持校园的卫生。不乱扔果皮纸屑，不吃零食，零食的外包装到处乱扔很容易影响校园的环境卫生。更重要的是吃零食会给我们的健康带来不良的影响。零食中的色素和防腐剂会损害我们的身体健康。保持教室内空气流通，一定要注意

开窗通风。如果长时间呼吸不新鲜的空气，很容易患上呼吸道疾病，而且身体的抵抗力也会降低，患传染病的机会增多。勤开窗通风，让室外的新鲜空气可以进入室内。

3、注意食品卫生。吃东西之前一定要洗净双手，才能减少“病从口入”的可能。生吃水果要洗净。水果在生长过程中不仅会沾染病菌，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。不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料。这些劣质食品、饮料往往卫生质量不合格，食用会危害健康。不喝生水。水是否干净，仅凭肉眼很难分清，清澈透明的水也可能含有病菌、病毒。所以一定要喝煮开的水。

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，讲究卫生是最基本的。也是每个人都能做到的预防疾病的方法，只要我们时刻谨记，并身体力行，那么无论什么样的疾病都是可以预防的。最后，祝同学们身体健康，学习进步。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

演讲稿讲卫生篇六

亲爱的小朋友、老师、阿姨们：

上午好！

秋姑娘走了，冬爷爷悄悄的来临了，北风呼呼的刮起来了，它告诉我们寒冷的冬天已经到来了。进入冬季后，天气寒冷，是感冒的好发季节，如果我们不注意身体，就很容易着凉，生病了。

怎么办呢？我告诉大家一个好办法：就是要多多参加体育锻炼！早晨起来去跑跑步，放学回家跳跳绳，打打球，在幼儿

园里坚持认真做操，这样我们的抵抗力就会增强，身体就越来越棒，各种病菌就不敢来找我们的麻烦了。

冬天雪花飘，天气变冷了。

小鸟叽叽叫：“冷——冷——冷——”；

大树吱吱喊：“冷——冷——冷——”；

小猫、小狗往屋里钻：“冷——冷——冷——”；

小朋友们哈哈笑，

又跑步，又跳绳，

“我们不怕冷！”

希望你们在寒冷的冬天每天都参加体育锻炼，像冬天里不怕寒冷的小松树一样健康茁壮地成长。

演讲稿讲卫生篇七

老师们、同学们：

大家上午好！

今天我讲的题目是“讲究卫生，预防传染病”。

讲究卫生是一个老生常谈的话题，它的含义其实很浅显，那就是指在日常生活中吃干净的食物，喝干净的水，穿干净的衣物，用卫生的器具，处干净的场所以及必要的卫生防护，也就是说既要讲究个人卫生，又要维护环境卫生。讲卫生，预防疾病应从我们做起，从身边的小事做起。

首先，校园是我们生活和学习的主要场所，校园环境卫生的

好坏与我们每个同学的身体健康有着密不可分的关系。而校园环境必须靠大家共同来创造。因此，每天我们应积极主动的做好室内外清洁，不放过任何一个卫生死角，及时处理堆积的垃圾，并把垃圾倒入学校指定的地点。这样才能有效阻止细菌的滋生，从源头上防止疾病的发生。更重要的是我们每个人都应该做好保洁工作，不乱丢纸屑、果皮，不随地吐痰。只有我们每个人都管好自己的手和口，我们的校园才会变得清洁干净，我们的身体健康才能有保证。

其次，要注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，这是预防传染病的关键。饭前便后，打喷嚏和清洁鼻子以及外出归来，一定要按规定程序洗手，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，要保持教室以及室内空气流通。在传染性病原流行季节，尽量避免前往空气流通不畅、人口密集的公共场所。这里特别提醒同学们不要去学校早已明令禁止的网吧、游戏室等不适合中学生去的场所。另外应积极参加体育锻炼，多到郊外，户外呼吸新鲜空气。

第三，要注意休息和睡眠。生活要有规律，劳逸结合。劳累过度，必然导致抵抗力下降，容易受到病毒感染。冬季天气寒冷，气温骤降，要根据天气变化，及时增添衣物。另要合理安排好饮食，饮食上不宜太过辛辣，太过则助火气；也不宜过油腻。要减少呼吸道的刺激，要多饮水，摄入足够的维生素，多吃些富含优质蛋白质、糖类及微量元素的食物，如瘦肉、禽蛋、大枣、蜂蜜和新鲜蔬菜、水果等。另外出现急性发热、头痛、咽喉痛等症状，请及时到医院就诊检查治疗，避免疾病的传播。

第四，要调整好心态。对各类传染性流行病应正视它的存在，形成良好有序的生活规律，不必恐慌，但也不能掉以轻心，因为它们有传染性，对生命健康会带来一定威胁。但是我们只要形成良好有序的生活规律，加强营养和合理的休息，防止过度的紧张和疲劳，并注意防寒保暖。以健康的、科学的良好心态生活，我们的免疫系统才会免遭侵袭。

第五，在学校如果出现不适症状，要及时报告老师，及时去医院就诊，避免病情延误导致更严重的疾病。如果确诊得了传染病，要注意请假隔离，以便防止再进行二次传染。

健康是一个人的财富，是全社会幸福的基础，也是做人的根本责任。讲究卫生就是最基本也是每个人都能做到的预防疾病的方法，只要我们时刻谨记，并身体力行，那么无论什么样的疾病都是可以预防的。希望同学们都能养成良好的卫生习惯，让疾病远离我们每一个人，去健康地生活。我的讲话完了，谢谢大家！

爱清洁讲卫生演讲稿篇你们好。现在正直三月~四月之间。这样的天气给我们带来了病毒的困扰。现在，很多地方最热门的话题就是“流行性感冒”简称“流感”。流感这种说它杀伤力强不是，说它杀伤力弱也不是。它只不过是一种会随着飞沫和空气到处传染的小病毒罢了。那为什么它们会对人类造成那么大的影响呢？因为，在香港已经有三名儿童因患上“流感”而在短时期内造成死亡。所以我们不能忽视它。

流感和平常的感冒病毒不同，而染上了这种病的人的病征也不同。而且，染上了平时的感冒只要几下功夫就能康复。而感染上流感就不单要吃药那么简单了，他好了以后还会有可能落下病根呢！流感的传染速度十分快，特别是在人多的公共场所。所以，大家只要稍不留神，随时会有可能染上流感。

流感潜伏期短，传播迅速，起病急骤。主要表现为畏寒发热，头痛，咳嗽，伴有咽喉痛。严重的会引起肺炎等并发症。请大家做好预防工作。

希望大家都能健健康康。

演讲稿讲卫生篇八

同学们：

早上好，我是五年级xxx,今天我演讲的主题是“文明讲卫生”

一个个的小家庭组成的一个大家那是国。那什么是家呢?就是由一个一个成员而组成。所以，一个国家中人最重要。只有当每一个人都具备了文明素质，那么这个国家的整体素质才能提高。

为一个身心和谐发展的人

演讲稿讲卫生篇九

老师们同学们：

大家好！

我是四四班的贾若愚，今天我为大家演讲的题目是《讲文明讲卫生讲礼貌一屋不扫何以扫天下》。

我们经常听到，节假日后，海滩上的垃圾堆积如山；钱塘江观潮后，江边的垃圾，环卫工人需清理数天；各地花展时，踩踏花木事件屡见不鲜。

当我劝告他们不要随手丢弃垃圾时，他们却理直气壮地说：“你管这闲事干什么？不是有人在打扫吗？”

亲爱的同学们，“千里之行，始于足下”“一屋不扫，何以扫天下”。我们不能把热爱学校、热爱集体挂在嘴边，也不能把讲卫生、讲文明、讲礼貌写在手抄报、黑板报上。

同学们，我代表四四班中队，向全校的少先队员们提出“讲卫生、讲文明、讲礼貌”倡议，请大家跟我一起宣誓：讲卫生，垃圾废物不抛洒不丢弃；讲文明，常说你好谢谢对不起；讲礼貌，公共场所保持安静有秩序。

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲稿讲卫生篇十

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。

我们作为学校一员，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、脏物、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：从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

今天我讲话的题目是：《养成良好的卫生习惯，做文明的中国人》。

同学们，四月是一个春暖花开，踏青出游的季节，四月也是病菌出没，疾病流行的季节，因此，我们国家将每年的四月定为全国爱国卫生月。今年的四月，是我国第二十五个爱国卫生月，今年的主题是：

美丽中国，健康生活摒弃乱吐乱扔陋习说到这个主题，我不得不说一件事情：

前几年在互联网上的有个日本人说：再过一百年，你们中国还是不行。下面跟帖的骂声一片。然后他举了一些例子，他说，同一个体育场，你们中国观众那边垃圾成片，我们这边干干净净；你们中国越是风景名胜，越是破坏严重、垃圾如山，到处是某某到此一游的字迹，我们越是风景名胜国人越会倍加珍惜；甚至你们的'天安门广场每天都会产生十几吨的垃圾。

同学们，作为一个有一腔爱国热血的人，这时候我们还能辩驳什么？难道人家说的不是事实吗？在这样的事实面前，我

们能感觉到的只能是-羞耻，这不仅仅是个人的耻辱，更是我们国家民族的耻辱。

所以公民的卫生习惯，不仅仅关系到环境和健康，还是公民素质，甚至是国家素质的体现。

再谈谈我们的校园卫生。校园是我们学习生活的重要场所，校园卫生情况是影响学校对外形象的重要因素，更是学生整体素质的反映。每一个同学都想在优美干净的环境中学习生活。所以，维护校园卫生是我们每一个同学的义务和责任。

可是我们总能看到这样一些现象：刚打扫好的地面上很快会出现几张醒目的纸片；整齐的绿篱中总是有那么几点刺眼的颜色；教室的地面上痰迹斑斑；而饭后食堂的地面上，面巾纸就像雪片一般。

其实，我们的素质正是在这些小小的细节中所体现出来的。当你随口吐下一口痰时，也吐掉了你的修养，而你随手扔下垃圾的同时也扔掉了你的品行。教育家苏霍姆林斯基说过这么一段话：薄情会产生冷漠，冷漠会产生自私自利，而自私自利则是残酷无情之源。一个对花草的薄情，对环境的冷漠的人，本质上就是自私自利的人。这样的人很难会成为一显示桌面□scf个充满爱心，对别人真诚的人，当然也很难得到别人的以诚相待。

可喜的是，我们的同学正在不断的进步，值日生总能自觉的完成值日工作；随手乱丢的也越来越少；特别是这学期开学典礼结束后，场地上没发现一片废纸，一点杂物。这让我们在欣慰之余也看到了希望。

同学们，美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。让我们行动起来，从我做起，从身边的小事做起，做一个文明的中国人！谢谢大家！

演讲稿讲卫生篇十一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天，我演讲的题目是《爱护环境，美化郡园》。

长郡是我们的第二个家，在全市开展“文明创建”的活动下，我校积极响应，并向全校同学发出倡议，呼吁大家爱护环境，美化郡园。为创建文明郡园，和谐郡园，请同学们从今天做起，从现在做起，从身边的小事做起，爱护长郡校园环境，争做保护环境小卫士。

为了使我们的校园多一份绿，多一份生机，多一份洁净，让她成为我们成长的乐园。大家积极行动起来吧！保护好我们的校园环境，我向全体师生倡议“爱护长郡环境，从我做起”，希望大家做到以下几点：

- 1、从我做起，从现在做起，养成良好卫生的好习惯。
- 2、爱护长郡的公共设施，不乱涂乱画，不踩踏草坪。
- 3、提倡“弯腰精神”，一见垃圾就捡起。
- 4、以爱护教室环境为己任，自觉维护教室的清洁卫生，做好值日生工作。
- 5、自觉与不文明行为说再见，与不文明行为作斗争，成为环保小卫士。

各位老师、同学，让我们从点滴做起，爱护长郡环境，自我约束，相互检查。捡起一片垃圾，留下一方洁净。“学校无垃圾行动”需要你、需要我、需要我们大家共同努力！

让我们携起手来，共同营造文明、整洁、优雅的长郡校园环

境吧！让我们在长郡校园这片圣洁的天空、心灵的净土中放飞希望！那么美丽的长郡校园一定会因我们的文明而锦上添花。

此致

敬礼

演讲稿讲卫生篇十二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我是第三人民医院公共卫生科的一名普通职工。公共卫生服务涉及千家万户，关系到每一个人的健康，要做好预防、保健、医疗等健康服务工作就要走千家、进万户。刚开始开展工作时，居民们根本不知道什么是公共卫生服务，曾被当做流窜于街巷的医药骗子避而远之，也曾被不明真相的群众拒之门外，那段日子，迷茫与彷徨成了我的伙伴，报怨和哀叹与我如影随形。但我相信：爱可以融化一切。我跑遍了所管辖的48村庄，收集居民健康信息，建立健康档案33460余份；给孕产妇、儿童、老年人、高血压、糖尿病、精神病患者做健康指导，制定疾病防治方案；还经常开展各种宣传和义诊活动来消除村民的疑惑；渐渐的，他们消除了疑虑，开始主动配合我的工作，有时甚至愿意和我分享他们生活中的快乐与忧愁，我终于用真诚和爱敲开了百姓的家门，叩开了百姓的心扉。寒来暑往，穿梭在大街小巷，敲开或熟悉或陌生的每一个家门，在拒绝或欢迎声中度过了一天又一天。

一次家访经历，让我终身难忘。那是戴庙镇魏庄村，典型的留守儿童、老人村，村子一共有60多户，200多口人。阴历六月的中午太阳火辣辣地烤在脸上，让人睁不开眼。这个时间村民不会下田劳作，在农闲时入户也是村民乐于接受的一种

方式。

演讲稿讲卫生篇十三

尊敬的各位家长、老师、亲爱的同学们：

校园，是我们学习生活的重要场所。校园环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活，同时，校园环境卫生也是一个学校文明程度的重要标志，是学校对外形象好坏的直观影响因素。

然而，总有与美丽和文明不相称的现象，在我们的校园里，还有同学随意乱扔的废纸、瓜子壳、糖果纸、口香糖、泡泡糖、塑料瓶、食品袋等，每天同学们辛勤清扫后，总有些不自觉的同学又把垃圾随手乱丢。我们相信，没有哪一位家长希望自己的孩子在一个垃圾遍地，污秽不堪的环境中学习、生活；我们相信，没有哪一位家长不希望自己的孩子在一个清洁、舒适的环境中学习生活、健康地成长；我们相信，没有哪一位家长不希望自己的孩子能养成良好的卫生习惯和饮食习惯。而良好的卫生习惯和饮食习惯*我们平时一点一滴地养成。

为了我们能在一个清洁、卫生的环境中健康、快乐地成长，也为了我们能从小养成良好的卫生习惯和饮食习惯，我发出如下倡议：

三、不把冰糕、冰棍、冰袋等带进校园；

五、不随地吐痰、不乱刻乱画；

六、爱护花草树木，不踩踏花园、草坪；

七、看到地上有纸屑、塑料袋等垃圾，弯一下腰，主动捡起来，扔进垃圾桶里；

八、以爱护校园环境为己任，自觉维护校园的清洁卫生，认真做好值日清扫工作；

“十里益海是我家，清洁靠大家”，。爱我校园、清洁从我做起！同学们，老师们，家长们，让我们人人动手，从身边的小事做起，爱护校园环境，自我约束，相互检查。拾起一片垃圾，留下一方洁净。拾起一片垃圾，留下人格与文明。今天储蓄文明，长大后收获成功。为创造一个清洁的、卫生的、美好的学习生活和工作环境，需要你、需要我、需要我们大家共同的努力！

此致

敬礼

演讲稿讲卫生篇十四

亲爱的小朋友、老师、阿姨们：

上午好！

秋姑娘走了，冬爷爷悄悄的来临了，北风呼呼的刮起来了，它告诉我们寒冷的冬天已经到来了。进入冬季后，天气寒冷，是感冒的好发季节，如果我们不注意身体，就很容易着凉，生病了。

怎么办呢？我告诉大家一个好办法：就是要多多参加体育锻炼！早晨起来去跑跑步，放学回家跳跳绳，打打球，在幼儿园里坚持认真做操，这样我们的抵抗力就会增强，身体就越来越棒，各种病菌就不敢来找我们的麻烦了。

冬天雪花飘，天气变冷了。

小鸟叽叽叫：“冷——冷——冷——”；

大树吱吱喊：“冷——冷——冷——”；

小猫、小狗往屋里钻：“冷——冷——冷——”；

小朋友们哈哈笑，

又跑步，又跳绳，

“我们不怕冷！”

希望你们在寒冷的’冬天每天都参加体育锻炼，像冬天里不怕寒冷的小松树一样健康茁壮地成长。

演讲稿讲卫生篇十五

老师们、同学们：

上午好！今天我国旗下讲话的题目是：《讲卫生，爱健康》。

今年4月是我国第26个爱国卫生月。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。我们每一个人都希望在一个清洁，舒适的环境中学习、生活、健康成长。而美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。

在此，我希望全体同学在保护环境卫生方面能做到以下几点：

1. 不吃零食，尤其是坚决不吃三无产品。吃零食会给我们的健康带来不良的影响。
2. 不乱扔果皮纸屑，不吃口香糖，不随地吐痰。
3. 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。随着天气逐渐转热，教室一定要注意开窗通风。

4. 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。

同时为了我们的身体健康，在体育运动方面要做到：

1. 运动前要做足热身运动，防止韧带拉伤等伤害。

2. 穿着适合运动的衣裤和鞋子，不穿凉鞋、裙子上体育课。

3. 不在体育器材场地随意玩耍，防止摔伤。

4. 注意防暑，不要在烈日下过量运动，防止因骨骼、关节、肌肉等承受负担过重所导致的运动伤害。

希望大家重视起身边的小事，健康地生活，健康地学习，健康地度过每一天。希望每一位师生都有一个健康的体魄，希望我们都有一个卫生整洁的家园！同学们，让我们行动起来吧！从我做起，从身边小事做起，做当代文明的小学生。

我的讲话完毕，谢谢大家！

此致

敬礼

演讲稿讲卫生篇十六

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我叫凡诗诗，来自四（1）班。

今天，国旗下讲话的题目是《讲卫生，从我做起》。

大家应该都知道我国近代的地质学家李四光吧！他具有良好的卫生习惯，他穿戴整洁，房间和实验室里的物品都摆放得很整齐。在做实验的时候也时刻保持着双手的干净。我们是不是应该向他学习呢？回答是肯定的。

如果一个人蓬头垢面，衣着不整，出入于大街门市，这不仅是不讲卫生，更是不文明，不礼貌的表现。所要，讲好个人卫生，从我做起。当你准备出门时，请照照镜子，瞧瞧脸蛋剪剪指甲，梳梳头发。让污垢从小脸蛋上销声匿迹，让细菌从指甲缝中落荒而逃，让头上的“稻草”和你说拜拜！

美化家园，人人有责。学校是我们共同的家园，也是我们生活的大家庭。但令人遗憾的是，时常会有不和谐音符出来捣乱，比如有的同学几天不洗澡，脏衣服几天不换，袜子的气味可以招来苍蝇“开大会”；有的同学边走边吃水果，果皮成了他形影不离的好朋友；有的同学把餐巾包装袋随地乱扔，饮料瓶四处乱滚，犹如天女散花。

同学们，青葱的校园里，沉淀着我们继往开来的`财富，平凡的生活中，闪烁着我们传承文明的光辉。让我们心系未来，着眼身边，立足校园，从我做起，从现在做起，保持环境卫生让我们的学校变得更美，让我们家园中的人们变得更美。