# 小学生讲卫生讲话稿5篇范文

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2025-05-11

*讲卫生要从我做起。要人人重视公共卫生，爱护公共卫生，保护公共设施。从小事做起从一滴一点做起，小到一根小木棒、一讲卫生从我做起片纸屑、一个包装袋，一块果皮断，都不能顺手丢、顺手扔、顺手抛，把它放到该放的地方去。下面给大家分享一些关于小学生讲卫...*

讲卫生要从我做起。要人人重视公共卫生，爱护公共卫生，保护公共设施。从小事做起从一滴一点做起，小到一根小木棒、一讲卫生从我做起片纸屑、一个包装袋，一块果皮断，都不能顺手丢、顺手扔、顺手抛，把它放到该放的地方去。下面给大家分享一些关于小学生讲卫生讲话稿5篇，供大家参考。

**小学生讲卫生讲话稿(1)**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

我今天国旗下讲话的题目是《讲卫生从我做起》。

在上一周，我们刚刚度过了4月7日。这一天是世界卫生日。1948年的4月7日，世界卫生组织成立。每年的这一天，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的重要性，今年世界卫生日的主题是“应对糖尿病”。

乍一听，这个主题和你我的距离是那么的遥远，可是，同学们，“疾病”这个词又离我们多远呢?我们每个人患病，都是自己和周围的亲朋好友最不想看到的事情。人们都说“病来如山倒”，所以对病魔防患于未然才是正道。

我校是人口密集型单位，对疾病的防范工作更是时刻不能掉以轻心。如果不对个人卫生、环境卫生严格管理的话，那么出现爆发性疾病后果不堪设想。春天来了，老鼠、苍蝇、蚊子等传播疾病的介质渐渐多了起来。这些在我们眼里成了肮脏的代名词的生物，在哪里最容易见到呢?当然是在卫生环境差的地方。所以要预防疾病就要讲究个人和环境卫生，我倡议，我们要做到以下几点：

第一，每天要及时清倒废弃的各类垃圾，盛装垃圾的容器要定期用水冲洗。

第二，搞好室内外卫生，及时清除各种废旧杂物，减少害虫栖息的场所。

第三，搞好个人卫生。做到勤洗手、洗澡，勤换洗衣物，勤晾晒被褥。

第四，养成良好的卫生意识，不乱扔垃圾，不乱倒脏水，不乱丢果皮纸屑，不随地吐痰。

除了身体上的健康，我们更应该重视自己个人的心理卫生。同学们，我们在日常生活中，要放下自己的思想包袱，把以前可怕的事情渐渐忘掉，给自我确定一个积极的人生生活目标，乐观向上，结交好朋友，有适当的情绪控制与发泄，创造良好的人际关系，在不违背集体意志的前提下适度发挥个性，创建和谐的校园环境。

同学们，一个健康而良好的卫生环境要靠你、我、他每个人的努力才能创造出来。让我们从我做起，从自身做起，养成好的卫生习惯，共同创建一个美丽的校园，在一个清洁、舒适的环境中学习生活，健康地成长。

谢谢大家。

**小学生讲卫生讲话稿(2)**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

从小我们就从老师的教导与公益广告的宣传中明白讲卫生的重要性，尤其是作为文明的学生便更应该在言行举止方面起到带头作用才行，若是因为随手乱扔垃圾从而给学生的身份抹黑可就有些得不偿失了，不经意之间的乱扔其实是对自身素质修养的唾弃，所以面对目前的严峻形势应该号召更多的人明白讲卫生的重要性。

也许平时在家中的我们能够在父母的教育下注重个人卫生状况，无论是日常的刷牙洗脸还是捡起地上的垃圾都是对讲卫生习惯的良好养成，但是让人感到比较遗憾的是大多数人似乎只能在家中或者学习工作的场所做到这点，有些时候仅仅是不愿意多走一步便将手中的垃圾丢在离垃圾桶不远的地方，既污染了环境又给环卫工人的工作增添了许多不必要的麻烦，很明显之中素质低下的做法不应该发生在我们学生群体之中，平日里学校将个人卫生状况与学生综合评价挂钩也是想让我们明白这点，更何况即便是以往打扫教室与清洁区的不易也应该能让我们明白不讲卫生会带来怎样的后果。

实际上对于讲卫生需要注意的地方并不仅仅局限于可丢弃的垃圾上面，无论是桌子上的油污还是衣服上面的污渍都是不讲卫生的表现，如果我们连个人的卫生状况都不能维持好又怎么好意思进行提倡呢?我们应该明白有些时候将衣服弄脏只会让进行清洗的父母感到十分困扰，至少平时很少做家务的我们很难体会到洗衣服究竟是多么麻烦的事情，尤其是一些顽固污渍的清洗需要花费很多的精力才能够将其祛除，因为不讲卫生导致辛苦工作的父母还要因为这方面的事情操心的确是太过分了。

联想起不讲卫生导致的后果又怎能继续无动于衷下去，污染的河流与脏乱的街道让人看起来感到有些触目惊心，但这的的确确是少数不讲卫生的人导致的结果，即便是少数人不重视卫生状况也会为环境造成十分严重的污染，所谓才需要作为学生的我们行动起来并提倡大家讲卫生，若是连我们都无法践行下去又怎能让子孙后代见到青山绿水呢?

讲卫生这种事情并非动动嘴便能将恶劣的形式扭转过来，既然我们已经学过讲卫生的相关知识和重要性就应该通过实际行动践行下去，无论是为了改变现在还是造福后人都应该让更多的人认识到讲卫生究竟有多么重要，对于这点深有体会的大家更应该成为提倡讲卫生的先锋并尽快行动起来。

谢谢大家!

**小学生讲卫生讲话稿(3)**

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。在传染性病源流行季节，尽量避免前往空气疏通不畅、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!

**小学生讲卫生讲话稿(4)**

亲爱的老师，同学们：

大家早上好!今天我讲话的题目是“讲究卫生，预防疾病”。

讲究卫生虽然是一个老生常谈的话题，但今天在这里再次提起就显得格外的重要和紧急。目前，甲型h1n1流感正在全球蔓延，这是由甲型h1n1流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。世界卫生组织专家说，甲型h1n1流感的症状与其他流感症状类似，如高热、咳嗽、乏力、厌食等。其传染途径与季节性流感类似，通常是通过感染者咳嗽和打喷嚏等进行传播。，通常情况下，人类很少感染甲型h1n1流感病毒，但夏季早晚温差较大，正是传染病的多发季节。而你们儿童是多种传染病的易感人群，你们在学校生活相对集中，因此，应该时时敲响警钟。

不过同学们也不必害怕，传染病虽然可怕，但也可以预防，可以治疗。为保障同学们有一个良好的学习和生活环境，远离传染病，我提出如下倡议：

(一)保持个人良好卫生，勤洗手洗脸，换洗衣服。打喷嚏、咳嗽、清洁鼻子、写完作业之后和就餐之前都要记得洗手;洗手后，用清洁的毛巾或纸巾擦干。一年级的小同学们更应该改正咬手指和吮吸手指的坏习惯，要牢记“病从口入这句话”!

(二)养成良好的生活习惯，饮食均衡，作息规律，保证充足的睡眠。眼下正是运动锻炼的大好时机，大家应积极参加体育锻炼，多到室外呼吸新鲜空气，但要注意根据气候变化增减衣服，合理安排运动量。每天我们都应坚持做好课间操，积极上好体育课、唱游课，但回教室后切不可贪凉，一个劲儿的猛吹电扇。

(三)注意饮食，多喝水，多吃瓜果蔬菜，维持身体营养平衡，不吃生冷、变质的食物。

(四)坚决不吃校外小商小贩的食品，这些食品大多为不法商贩加工而成，他们的健康状况和加工的环境卫生没有经过有关部门的检查，食品也没有合格证，所以在这个非常时期，同学们要坚决和这些食品说再见，以防病从口入。

(五)尽量不去空气流通不畅、人口密集的公共场所。这里特别提醒同学们不要去商场、集市等人口密集的场所。

(六)注意环境卫生，创造整洁的校园环境。我校长期以来非常重视环境卫生工作，经过大家的努力已经取得了一定的成效。但我们急需改进的是环境卫生的保持。不要随意乱扔废纸、乱丢食品包装袋、不随地吐痰等，我们希望所有的同学用我们的举手之劳，维护我们整洁的环境。同时还要注意，教室内要每天通风换气，避免细菌滋生。

(七)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。

老师们、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，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。还记得我们的“五勤好习惯”吗?请同学们跟我一起说：

勤洗澡、勤换衣，勤洗手、勤刷牙，勤剪指甲讲卫生，养成五勤好习惯，牢记心头认真做!

最后祝大家身体健康，学习更上一层楼!

**小学生讲卫生讲话稿(5)**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我在国旗下讲话的题目是《讲卫生，防疾病》。

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，并把垃圾倒入指定的地点。这样才能阻止细菌的滋生，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。另外，还要注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，这是预防春季传染病的关键。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，要保持教室以及寝室内空气流通。

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。

最后，希望同学们都能养成良好的卫生习惯，疾病自然会远离我们的。

我的讲话完了，谢谢大家。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！