

# 最新学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲 防灾减灾国旗下讲话演讲稿(模板10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《防震减灾珍爱生命》

2009年，每年的5月12日被设为全国“防震减灾日”。“防震减灾日”的设立，既是纪念四川汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘、后事之师，增强全社会防震减灾意识，普及推广全民防震减灾知识和避灾自救技能，最大限度地减轻自然灾害的损失。

首先最重要的就是要镇静，任何突发应急事件不要慌乱。

如果正在上课时发生了地震，靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及后排的同学应尽快躲到课桌下，用书包护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部；远离窗户，以防玻璃碎片伤人。在走廊或楼梯上同学，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。如果在场等户外，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；注意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。当然，人的一生遇到大的灾难的几率是小的，我们更加要注意小的安全问题，提高防范意识。

第一体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

第二上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止的发生。

第三在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助解决。

第四、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，教室、宿舍要多通风，注意个人卫生，停止传染病的发生。更不要私自下河游泳。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，珍爱生命，努力增强自我防范能力，时刻注意防灾减灾，做到警钟长鸣！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇二

老师们、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从你我做起》。2008年5月12日，我们永远记得这个日子，汶川发生了大地震，房屋倒了，亲人没了，家园瞬间成了废墟。那一幕幕都揪痛了我们的心。同学们，为了引起我们对防灾减灾工作的重视，增强灾害风险的防范意识；普及防灾减灾的知识，增强综合减灾的能力。国务院批准，自2009年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视，小学生安全意识也随之增强，防范能力逐渐提高，但是重特大伤亡事故仍时有发生，安全问题不容乐观。面对每一次残酷的事故，面

对每一个鲜活的生命在瞬间逝去，每一个同学都应当视自己的生命为最宝贵的东西，都应当时时关爱自己和他人的生命。

今天，利用升旗仪式的时间就“安全”这个主题，希望同学们记住以下几点：

第一、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

第二、要注意交通安全。学生们一定要严格遵守交通规则，不能跟着汽车跑，横穿马路时要注意来往车辆。

第三、同学们的所作所为也要有安全意识。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，一定要自觉遵守校规校纪。自己解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助解决。

第四、现在进入春季后，雷雨天气会比较多，在雷雨天，人应尽量留在室内，不要外出，关闭门窗，防止球形闪电穿堂入室。在野外遇雷雨时，尽快找一低洼或沟渠蹲下，不要在孤立的大树、高塔、电线杆下避雨。

第五、要注意食品安全。不要买吃过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。吃饭喝水都要讲究卫生，预防传染病。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇三

老师们、同学们：

2008年发生在四川汶川的一场地震灾难成为了13亿中国人刻骨铭心的疼痛；一年后，国务院还规定每年的5月12日为“防灾减灾主题日”。为了提高广大师生的防灾减灾意识，对于增强防灾减灾自救互救能力，有效减少人员伤亡我们今天进行了一次防灾减灾疏散演练活动。

安全重于泰山，人的生命是最可宝贵的。对一个国家而言，安全是社会和谐的基石；对一个单位而言，能使其毁于一旦的只有安全；对个人而言，生活的幸福来自安全，人生的快乐首当平安。从这个意义上讲，没有安全，就没有社会的稳定，就没有各项事业的进步和发展，就没有个人的安居乐业。

学校是人员密度较大的场所，一次严重的安全事件都会给学校带来灭顶之灾，学生的平安牵动着千家万户。安全是学校兴盛的前提和保障，安全责任要常抓不懈。今天，我们举行的这次防震安全逃生演练，是对学校安全措施的一次再落实，是对学校师生员工安全防范意识的一次再强化，是对提高大家安全逃生技能的一次实地演练和培训，也表达了学校对学校安全工作持之以恒、紧抓不放的决心。

对这次活动，我们用以下的几句话进行概括、点评：各班教师高度重视，组织有序；参演学生服从指挥，步调一致；动作要领规范到位，活动安全有序，达到了预期的目的和要求。对于这样的演练活动，我们要经常化、常态化，要采取突然进行和有准备进行多种形式。全体师生务必高度重视，积极参与。让我们共同努力，打造平安学校，建设和谐校园。

谢谢大家！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇四

老师们，同学们：

大家早上好！我是二（10）侯思齐的家长，今天我很荣幸能

够作为家长代表在这里发言。

我发言的主题是《时时不忘防灾减灾》。

同学们，生命的确很脆弱。不久前的雅安地震、“新闻夜班车”播出的娱乐室火灾、一次次交通事故以及无法救治的各种病症剥夺了一条条鲜活的生命。由此可见，健康生活一辈子对于每个人来说是一件多么不容易的事。周围的一切，电磁辐射，自然灾害，交通隐患、运动伤害，水、火、电等等都考验着每个人的生命力量。

“珍爱生命，安全第一”是我们永恒的话题。只有我们牢固树立安全意识，充分认识生理健康知识，扎实掌握一些自救技巧，才能避免各种侵害和伤害，才能让自己和周围的朋友过得舒心健康。同学们，以前我们学校举行的紧急疏散演练活动就是比语文、数学重要得多的一课。现在，你一定明白为什么每天上学时，你们的父母总会唠叨着：“过马路时要小心”，“注意安全”了吧。就是这些充满善意与爱心的提醒，告诉你要“珍爱生命，安全第一。”

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，时刻不忘防灾减灾，做到警钟长鸣！

我的发言完毕，谢谢大家！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的主题是“增强防灾减灾意识，学会自我保护”。

今天是5月12日，也是我国的第x个防灾减灾日。今年的主题

是：城镇化与减灾。在2009年3月2日，经国务院批准，把每年的5月12日定为全国的防灾减灾日。这既体现了国家对防灾减灾工作的高度重视，也是构建和谐社会的重要举措。通过设立“防灾减灾日”，定期举办全国性的防灾减灾宣传教育活动，有利于进一步唤起社会各界对防灾减灾工作的高度关注，增强全社会防灾减灾意识，普及推广全民防灾减灾知识和避灾自救技能，提高各级综合减灾能力，最大限度地减轻自然灾害的损失。

虽然灾难看似离我们很遥远，但是如果如果没有树立起正确的安全防范意识，即使在我们的校园中，也会容易出现安全事故。

举一个简单的例子，篮球可能是男同学们最喜爱的课余活动之一，然而就是在这一片不大的场地中，倘若轻视了自我保护，也会给自己带来惨痛的教训。很可能就在一次碰撞中，因为没有做好自我保护，就因此受到伤害，出现骨折等现象。因此，上体育课、体锻课前要做好准备活动，运动时注意不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤；活动时，要在体育老师的正确指导下，使用体育器材或参加运动，课余时间活动要注意安全。

此外，在我们的教学楼中，如果不注意的话，也容易引发安全事故。上下楼梯要轻声慢步靠右行，这是一项基本的文明准则。但是，有些同学喜欢在楼道里，甚至楼梯上追逐打闹，不仅影响他人学习，更是埋下了安全隐患。试想，就在楼道这样一个方寸之地中，如果有别的同学正在走路，在走廊里打闹，小刮擦一定是难免的，如果没有及时躲避，很容易造成安全事故。

而更值得引起警醒的是，在学校组织的安全疏散演练中，有部分同学抱着开玩笑的态度，嘻嘻哈哈，打打闹闹，不仅影响演练的正常进行，更是埋下了隐患。从表面上看，这是不遵守学校的纪律；严重来看，是对自己的生命的极度不负责，是缺乏安全防范意识的表现。演练者，训练演习也。在平常

的日子里，如果没有及时做好对随时可能来临的灾难的准备，当灾难来临时，会有多少人能够保持镇定、能够通过科学的方法保护自己的生命？是的，也许会有人会说，演练那么多次，一次都用不上。但是，谁能预测下一秒钟发生的事情呢？一只蝴蝶扇动翅膀，一次飓风就会侵袭美国东海岸。《左传》中有这样一句话：居安思危，思则有备，有备无患，敢以此规意思是人在安全的时候，一定要想到未来可能会发生的危险，这样才会先做准备，以避免失败和灾祸的发生。只有居安思危，树立起忧患意识，增强自我保护意识，才能在灾难来临之时，做出正确的判断，使自己安然无恙。正如孟轲有云：生于忧患，死于安乐。因此，我们要端正自己的态度，认真参与每一次的疏散演练，以严肃认真的态度，珍惜每一次为自己的生命安全加分的机会。

随着天气逐渐变热，游泳安全问题又引起社会各方面的重视，近一段时间来，全国各地先后发生几起学生溺水死亡事件，虽然原因各不同，但是生命之花的凋谢，令我们扼腕长叹。我们要谨防溺水，远离伤害，要认真做好防溺水工作的“六个不”，不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或教师带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到不熟悉的水域游泳；不熟悉水性的学生不擅自下水施救。此外，我们还要做好交通安全，防范暴雨、雷电等自然灾害工作，防高空坠物、防火等自身安全防范工作。

同学们，生命是世上最宝贵的，它只有一次，它不单单只是属于你，也属于每一个家庭，更属于我们的国家。当我们还小的时候，我们的生命在父母的呵护下成长，那么现在，当我们渐渐长大了，离开了父母谁来呵护我们的生命？得靠自己，因此我们要强化安全意识，提高防范能力，时时刻刻都要注意自身以及周围人群的安全。不能让我们的行为有任何闪失，不能让我们的身体受到任何伤害。防止安全事故的发生就是为家庭为社会节约了宝贵的财富，就是为自己未来的幸福生活奠定了基础。总之，安全重于泰山，重在自我保护，增强安全意识，从我做起，从小事做起，是关键。

为了让疼爱你的父母永远有幸福的笑容，记住珍爱生命，安全第一；请为了你美好的家庭永远保持完整，记住珍爱生命，安全第一；请为了我们可爱的祖国永远星光灿烂，记住珍爱生命，安全第一。让安全系着你、我、他，愿我们的生活每天都充满阳光与快乐，愿平安和幸福永远伴随着我们大家！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇六

各位老师，同学们：

周三早晨我校举行国旗下的讲话，2008年5月12日是汶川大地震发生的日子，为表达对遇难在害者的悼念和追思，增强全民忧患意识，提高防灾减灾能力，我国把每年的5月12日确定为全国防灾减灾日。

少先队员代表在国旗下做了关于地震来临，我们应该如何保护自己 and 自救的讲话。她们说道，在地震来临时，我们可以按照如下方法自救：

若居住在平房里，应迅速跑到屋外空旷处，来不及跑到屋外，则要迅速钻到床下桌下，并用枕头，脸盆，书包等物品护住头部，等地震间隙再转移到安全的地方，若房屋倒塌，应呆在床下或桌下，不要移动，等待救援。

若居住在楼房里，不要试图跑出楼外，应选择厨房，卫生间等小空间避震，也可躲在桌柜等家具下面以及房间内侧墙角，并且注意保护好头部。

在公共场所里可躲到就近比较安全的地方，如桌柜下墙角等，不要在高楼下，广告牌下桥头等危险的地方停留。

若在野外活动时，应尽量避开山脚陡崖，以防滚石和滑坡，若在海边游玩，则应迅速远离海边，以防地震引起海啸。



如果在上课时发生地震，大家逃生自救可以参考以下建议：

1、在教室中要立即寻找活命三角区，（课桌、讲台、墙角、墙根等处，都是容易形成三角空间的位置），将身体蜷缩在这些物体旁边，抱头躲避。

2、等到晃动停止后，迅速有组织地撤离，防止发生拥挤踩踏等事故。

3、跑到操场后，原地蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。

4如果被埋入废墟中，要保持冷静，设法避开身体上方不结实的倒塌物，并设法用砖石木棍等支撑容易倒塌的物体。

5、保存体力，设法发出求救信号，等待救援。

平时大家也许会觉得地震离自己很遥远，但在关键时刻，这些知识会帮助大家远离危险、安全避震。希望队员们如果能牢记并传播它们，认真参加学校组织的防震逃生演练，一定能提升自己的自护能力。

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇七

队员们：

2008年5月12日，在我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震。汶川地震严重破坏地区超过10万平方公里，直接经济损失8000多亿元人民币，是唐山大地震后伤亡最严重的一次地震。为表达对灾害遇难者的悼念和追思，增强全民忧患意识，提高防灾、减灾能力，我国把每年的5月12日确定为全国“防灾减灾日”。

队员们，当地震突然来袭时，应该怎样逃生、自救呢？

若居住在平房里，应迅速跑到屋外空旷处。来不及跑到屋外，则要迅速钻到床下、桌下，并用枕头、脸盆、书包等物品护住头部，等地震间隙再转移到安全的地方。若房屋倒塌，应待在床下或桌下不要移动，等待救援。

若居住在楼房里，不要试图跑出楼外，应选择厨房、卫生间等小空间避震，也可躲在床、柜等家具下面以及房间内侧的墙角，并且注意保护好头部。

在公共场所里，可躲到就近比较安全的地方，如桌柜下、墙角等。不要在高楼下、广告牌下、桥头等危险地方停留。

若在野外活动时，应尽量避免开山脚、陡崖，以防滚石和滑坡；若在海边游玩，则应迅速远离海边，以防地震引起海啸。

在日常生活中，队员们也许会觉得地震离我们很遥远，但在关键时刻，这些知识会帮助大家远离危险、安全避震。希望队员们能牢记并传播它们，还要认真参加学校组织的防震逃生演练，提升自己的自护能力。

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇八

各位老师、各位同学：

早上好！

造成六万多同胞遇难的灾害已经远去，但它却时刻提醒我们：防灾减灾的安全警钟应当长鸣。首先我们共同来认识几种影响较大的自然灾害：

- 1、地质灾害，主要是自然变异和人为的作用导致地质环境或地质体发生变化，有泥石流、山体滑坡、崩塌、地面下沉和地震。

危害最严重的就是地震，像1976年唐山大地震，去年四川汶川大地震，都给当地人民带来了无可挽回的巨大灾难。

2、洪涝灾害，像雨涝、洪水、凌汛等，这些灾害多数发生在夏季，我国1998年就发生了长江洪涝灾害，那次灾害给长江中下游地区造成了巨大的损失。

3、风灾，它主要发生在沿海地带，有台风、寒潮大风、雷暴大风、龙卷风等。

4、冰雹灾害，分为轻雹害、中雹害、重雹害三级，我国是世界上雹灾较多的国家之一。

接着，针对我们生活中可能出现的一些紧急情况，老师要给大家介绍几种常见情况的自救方法。

1、烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口10分钟以上。

如烫伤较轻无伤口，可用烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。

2、眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。

3、地铁或城铁发生事故时，不要擅自扒门，以防触电。

即使全部停电，列车上还有可维持45分钟至1小时的应急通风，不必担心缺氧问题。

4、人被宠物抓伤、咬伤后，首先要挤出污血，用肥皂水反复冲洗伤口至少20分钟，并涂擦75%的酒精，然后到狂犬病免疫预防门诊接种疫苗。

5、如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动

以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。

油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。

6、微波炉工作时，人应当离开炉体1米以上，防止微波辐射伤人。

电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。

7、发生地震时，如果在家中，应躲在面积较小的房间内，用衣服捂住口鼻防尘防烟并保持低姿。如果在外，切勿在立交桥等高大建筑物附近停留。

8、如果被通知上空有毒云或可疑云团，在室外要沿侧上风方向避开烟幕快速离开；在家中应用湿毛巾和衣服护住头，用塑料袋挡住眼睛。

9、如遇到了火灾，首先保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。

在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！安全

是我们幸福生活的保证，安全是我们健康发展的前提；安全不仅关系我们本人、更关系学校、家庭，关系到我们整个社会、整个国家和整个民族。让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周！远离灾害，让我们一起行动！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇九

老师们、同学们：

早上好！

今天国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从我做起》。

伙伴们，还记得吗？5月12日，四川汶川发生了极为罕见的8级特大地震，它波及之广，破坏之大，为新中国成立以来之最。还记得当时地震时房屋倒了，亲人没了，家园瞬间成了废墟。那一幕幕都揪痛了我们的心。同学们，为了引起我们对防灾减灾工作的重视，增强灾害风险的防范意识；普及防灾减灾的知识。国务院批准，自起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

给大家讲个故事：有这么一个人，他也不能预见地震会何时来临，但他有杞人一样忧天的情怀和执着：从开始，他就不断的修补和加固学校每一处建筑物，一栋只花了17万建筑费的不合格教学楼，他用了40万来加固；他规定每周星期二都要进行安全教育，让老师专门讲交通安全和饮食卫生等。他从开始，每学期要在全校组织一次紧急疏散的演习。具体到怎样走，谁先走，老师站哪里，清清楚楚。地震发生时，2200师生只花了1分36秒，全部集合到了操场上，无一伤亡。汶川地震当时，他在外面开会，通讯断了，交通断了，当他跌跌撞撞赶到学校，看见老师们把多学生团团包围守护在操场上时，他哭了！他叫叶志平，55岁，安县桑枣中学校长，四川省优秀校长！

同学们，故事讲到这里，你们明白了是什么意思吗？生命是用来宝贵的，不是用来玩忽的。安全是用来预防的，不是等着用残酷的现实来检验的。居安思危，有备无患，才可保生命之安，生命之全！灾难，我们希望它永远不要发生，而准备，却是不以灾难发不发生而可以忽略的。

因此，老师们，同学们，每次的安全疏散演练，请以生命的名义，我们为自己的安全而演练，绝不儿戏！

## 学校开展防灾减灾救灾国旗下演讲篇十

各位老师，同学：

大家早上好！2008年的5月12日，下午2点28分，在我国四川省发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为了平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和教师失去了生命；4月20日，四川省芦山再次发生7.0级大地震。2003年2月，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自年起，每年5月12日为全国“防震减灾日”。5月6日至13日为“防震减灾日”宣传周。今天利用国旗下讲话时间，对大家作一些警醒和提示：

首先老师要讲一下地震发生时逃生常识：

地震具有突发性，使人措手不及，地震开始时，如果正在屋内，切勿试图冲出房屋。权宜之计是躲在坚固的床或桌下，倘若没有坚实的家具，应站在门口，门框多少有点保护作用。应远离窗户，因为窗玻璃可能震碎。如在室外，不要靠近楼房、树木、电线杆或其他任何可能倒塌的高大建筑物。尽可能远离高大建筑物，跑到空地上去。为免地震时失去平衡，应躺在地上。

倘若附近没有空地，应该暂时在门口躲避。切勿躲在地窑、

隧道或地下通道内，因为地震产生的碎石瓦砾会填满或堵塞出口。除非它们十分坚固，否则地道等本身也会震塌陷。

地震时，木结构的房子容易倾斜而致使房门打不开，这时就会眼睁睁地把命丢掉。所以，不管出不出门，首先打开房门是明智之举。发生大地震时，搁板上的东西及书架上的书等可能往下掉。这时，保护头部是极其重要的。在紧急情况下可利用身边的棉坐垫、毛毯、枕头等物盖住头部，以免被砸伤。

地震时，大桥也会震塌坠落河中，此时停车于桥上或躲避于桥下均是十分危险的。因此，如在桥上遇到地震，就应迅速离开桥身。大地震有时发生在海底，这时会出现海啸。掀起的海浪，会急剧升高，靠近岸边的小舟就十分危险。此时，最好是迅速离开沙滩，远离浪高的海面，才算是安全的。

如果在学校或公共场所一旦发生地震，首先要做到听从老师或现场工作人员的指挥，千万不能慌乱、拥挤。应就地蹲在桌子或其他支撑物下面，用手或其他东西保护头部，尽量避开吊灯、电扇等悬挂物。待地震过后，听从指挥，有组织地迅速撤离。

同学们，我们国家对安全工作越来越重视，为了防止及降低各类伤亡事故的发生，在全国“防震减灾日”到来之际，我们来审视我们生活学习的行为，我们应该在每个行为细节中都要靠近安全远离危险，做到：上下楼梯慢步轻声靠右行，课间在教室、校园内不打闹，不追逐；体育课上严守上课纪律，听从体育老的话，不无故生事。另外，做到预防传染病的发生，也是十分必要的。首先我们要提高个人免疫力。做到养成良好的个人卫生习惯，睡眠充足、勤于锻炼、减少压力、足够营养。避免接触发热、咳嗽、流涕等流感症状的病人；注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手。

同学们！万思安全最重，安全在于未然防范，让我们牢记安

全生于泰山，树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！