

2023年卫生演讲稿(优质9篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

卫生演讲稿篇一

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好！

我是来自九年级三班的xx□我今天演讲的题目是“文明从小事说起”。文明一词，你熟悉吗？答：太熟悉了。含义大吗？答：太大了。回答不正确。

古人曾说过：“一屋不扫，何以扫天下。”这句话就是告诉我们一个人的品质是从很小的时候，很小的事情做起的，就如我们生活中的点滴小事一样。在公汽上给老幼让座，顺手将脚下的垃圾捡起。当看见他人乱扔垃圾时告诫他，不随意乱扔垃圾。这事几乎是天天发生在我们身边，那我们自问一下，有几个人能那样做？随意乱丢垃圾是一种不讲卫生的表现，当你看见有人乱丢垃圾而你不去制止，当你看到地上有垃圾而你不去拾起。这就是一个人的品质问题了，这就是足以体现一个人的文明程度的问题了。这就说明讲卫生也是讲文明。

作为祖国的未来的我们，应从各问的举止上去改变，让自己变得更加文明，让国家变得更加文明，让环境更加美丽，让我们的所生活的地方处处呈现处一种和谐，文明，绿色。

卫生演讲稿篇二

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！我是六年二班的xx今天，我为大家演讲的题目是《校园是我家，卫生靠大家》。

清晨，当我们轻轻推开教室的窗户，阵阵香气扑面而来。这是春风送来的花草芬芳，这是春风送来的泥土清香。吮吸着这春的甘露，我们精神振奋，快乐无比，充满了对校园的喜爱之情。但如果这时，一个食品袋从天而降，落在整洁的道路上，我们的心情又会怎样？我们学校xx多名学生，一人扔一张纸，校园中美丽的草坪就会被纸屑压得喘不过气来。你也许会说，不就是一点垃圾而已吗？有那么严重吗？我说：有！有许多同学会把吃完的食品袋扔进下水道的排水缝里，眼不见心不烦。但日积月累，碎屑就会像一堵墙一样把排水口堵的密不透风。那后果将不堪设想。

到那时，走进校园，你会被迷人的风景所吸引。现代化的教学楼前郁郁葱葱的树木，干净整洁的地面……漫步在校园里这一派绿景之下，你一定会感到精神舒畅，心旷神怡。

同学们，一同加入“弯弯腰”活动中吧，随手捡起每一片纸屑，擦净每一扇窗户，用我们的双手，用我们的行动，共同创建宁安四小绿色校园。

春天已悄悄地来到了校园，同学们，行动起来吧！从我做起，从现在做起，用我们的双手，为校园披上绿装，让校园的花儿更红，草儿更绿，树儿更茂密。时刻牢记：校园是我家，卫生靠大家！

谢谢大家！

卫生演讲稿篇三

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

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。

卫生演讲稿篇四

敬爱的老师、亲爱的同学:

大家好!

讲文明讲卫生演讲稿

我是xx班的,今天,我站在讲台上演讲,感到非常高兴。我演讲的题目是“讲文明讲卫生争做文明小卫士”。

去年突然爆发的“非典”疫情,我虽然不懂他的严重性,但爸爸妈妈告诉我,这跟我们国家公共卫生抓得不好和人们卫生习惯上的许多陋习有很大关系。在我们生活的城市里,污水、垃圾比比皆是,蚊蝇、老鼠随处可见;我们的生活方式也存在着许多不文明和不健康:随地吐痰、乱扔垃圾等陋习,不勤洗手、睡懒觉、不喜运动、吸烟喝酒等不良习性。

下面我向大家讲讲我亲自经历过的两件事情。首先讲的第一件事情与我家有关,有些老师和同学知道,我自己家住在电业局,我们那里绿树成荫、鸟语花香,道路和建筑物井然有序,还有大片大片的草地,但就在这么一个优美的环境里,有个别人竟然随地吐痰、乱扔果皮、纸屑、烟蒂等,弄得地上格外刺眼。我的爸爸妈妈从小就教育我,要爱护公共环境,并经常带我把看到的一些纸屑、塑料袋捡到垃圾桶里去,可那些痰呢……哎!!!

想起就恶心。可是在我们娄底,还有更糟的呢!我每次去我外婆家——娄底老街,总是看到空中灰蒙蒙的,地上到处是各种各样的垃圾:纸屑、砖块、塑料……我们想去拣,却又不知道从哪里下手,我小时候问过妈妈,怎么这些地方这

么脏呀？妈妈告诉我说：因为我们娄底有许多人不讲卫生，所以造成这样。我那时不懂，但我现在却有点明白了。这就是我要讲的第二件事情，那是几个月前，我和爸爸妈妈在景致优美的娄星广场玩，看到地上有几张槟榔纸和烟头，我们就用塑料纸套着手把它们拣起来，准备扔到垃圾筒里去，可就在我们旁边，有人在吃瓜子，瓜子皮扔得满地都是，他们身上穿的却是漂漂亮亮的，我很生气，就走过去对他们说：你们怎么这么不注意公共卫生呀，你们应该把瓜子壳扫干净！可他们呢，却一声不吭地走了。我问妈妈，他们怎么能这样呀？妈妈无奈地摊摊手，反问我，你说呢？我可想不通。

后来，妈妈对我说：仅仅凭我们几个人的力量是不够的，公共卫生必须靠大家共同来维护才行啊！哦！原来是这样，我又有想法了。

我想，要改变这种状况，需要我们共同努力，全体少年儿童行动起来，杜绝一切危害健康、污染环境的不文明行为和不良陋习，希望全国少年儿童：从小做起，从我做起，从现在做起，争做“文明小卫士”，让一切疾病远离我们，让我们拥有更加文明、卫生、健康的生活，我们的家园才能变得更加美丽。

卫生演讲稿篇五

老师们、同学们：

早上好！

今天我要讲的`题目是“讲究卫生，从我做起”。

先让我为大家讲述两个事例：

第一个事例是：新加坡是一个通用英语的国家，这个国家的公共场所的各种标语大多是用英语书写。但其中的一些涉及

文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“不乱扔垃圾”等却用中文书写。为什么呢？人家回答：因为有这些不讲卫生的行为的大数是中国大陆的游客。为此，到新加坡考察的一位中学校长语重心长地说：不讲卫生的行为也是国耻。

第二个事例是：据中央电视台报道，国庆节后的天安门广场，随处可见的口香糖残迹，显得格外刺眼，40万平方米的天安门广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上竟有9块口香糖污渍，密密麻麻的斑痕与天安门广场的神圣和庄严形成了强烈的反差。以上两个事例表明，我们国家在讲卫生、讲文明上与别的国家还有一定距离，因此我们每个学生都应该养成讲卫生、讲文明的习惯。然而遗憾的是，在我们身边，在一部分同学身上，还是有着一些不讲卫生的行为。例如，我们的过道、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑和零食包装袋，有的同学认为，反正有值日的同学打扫，扔了又何妨；再例如洗手间里，同学们把吃过饭擦嘴的餐巾纸丢在洗手池里，个人讲卫生了，但不讲公共卫生；还有男同学如厕不跨上一步，使得厕所里臭气熏天。这样的例子还有很多，我们很多同学把文化知识的学习放在首位而常常忽略了社会公德、文明的卫生习惯的养成，而这恰恰从本质上体现一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯是保证我们良好学习的前提，也是树立健康人格的基础。（）在学校没有良好的行为习惯的同学就目无纪律，不讲卫生，扰乱整个学校的学习环境。相反，如果我们养成了文明的卫生习惯，学习环境就是良好的、有序的。

无数事例表明，走向事业辉煌，开创成功人生的关键，是品德高尚的情操。代表民族未来的我们，需要学习继承的东西有很多很多，然而最基本的问题是，我们究竟要以什么样的风貌，什么样的思想品质，什么样的道德水准，去接过人类文明的接力棒。同学们，我们播下一个动作，便收获一个习惯；播下一个习惯，便收获一个品格；讲卫生已被人们放在心里的一个重要位置，千万不要把卫生习惯看作小事。让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成

良好的卫生习惯，做文明学生，管住我们的口，不在校园里吃零食；管住我们的手，不乱扔垃圾。我相信，我们全体师生经过努力，一定会营造一个宁静、有序、有着良好学习环境的校园。

谢谢大家。

卫生演讲稿篇六

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天是4月7日，世界卫生日。

每年的4月7日是世界卫生日，旨在引起世界各国人民对卫生、健康工作的关注，提高人们对卫生领域的素质和认识，强调健康对于劳动创造和幸福生活的的重要性。

- 1、有200多种疾病通过食物传播
- 2、世界范围内食源性疾病在不断增加
- 3、新出现的疾病大多与食品相关连
- 4、有效预防禽流感

在我小的时候，食品安全的观念很淡化，并不是我们的食品在那时就一定是安全的，也许那是人心淳朴。但更多的是对于食品安全的麻木，病从口入只是在开学第一课上才会强调的。食品安全观念的出现，代表了我们在观念上已经开始重视，我们开始活得有质量。国家也开始加强法律规范，食品安全的与我们每个人息息相关，并不是国家的担子我不管。仿佛食品安全只是猪肉盖章严不严格，其实不然。我们下了

晚自习之后每天晚上在华润的十字路口那都会有推路边摊的小商小贩，夜宵的诱惑力是无限大的，于是我们学校会有很多同学去购买，但是显而易见，那些东西也不会干净到哪里去。许多来接小孩的家长会上阻止自己孩子购买，我们应该已经不是那种需要父母来约束的人了。食品安全的责任有时也应该自己担。就拿前段时间很火的辣条来说，在中学校园里刮起了吃辣条的流行风潮。我们都知道这是三无产品，但我们总是抱着侥幸的心态，认为少吃一点没关系的态度，一点一点消耗我们的健康。直到三一五前夕，爆出了小孩吃辣条吃到烂嘴的新闻，辣条才逐渐淡出我们的零食圈。

除了要在卫生方面注意，还有饮食节制，天气渐渐炎热，各种冰饮料，冰棒成为了同学们吃完饭后的消暑选择，可是气温变化无常容易受凉，有些同学受不了热，便在跑操运动后大量吃冷饮，没有节制。适当饮食是可以的，可是通常嘴上感受到了凉爽，胃痛也会伴随而来。希望同学们在调侃气候是冰与火之歌的同时，也注意适当饮食，注意食品安全。不要为了多数提子而连吃几根美国提子。在运动过后喝常温白水才是更好的选择。

梅雨季节就快到了，大家要做好食品保鲜工作，防止霉变，不要将食物吃的顺手塞在课桌肚里，一下把他遗忘在角落几天，不光教室里味道会不好，也容易引来蟑螂等害虫。桌旁的垃圾袋最好一天一换，不要装一些味道过重，易腐烂的垃圾，教室边就有垃圾桶，下课出去时顺手带上扔掉也不会费多大事。

预防禽流感也是今年食品安全主题被确立的初衷，预防流感要多开窗通风，保持室内空气流通，尽量少去空气污浊不流通场所；减少在人群密集地区久留；注意个人卫生，勤洗手、口、鼻，打喷嚏或咳嗽时掩住口鼻，不用脏手揉眼。使用可清洗的地垫，避免使用难以清理的地毯。

期中考试就快到了，高三的同学们马上就要高考了。我们更

应该比平时更注重个人卫生，希望大家可以做到安全饮食，卫生生活。

卫生演讲稿篇七

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。

尊敬的家长，为了让你的孩子能在一个清洁、卫生的环境中健康、快乐地成长，为了你的孩子从小养成良好的卫生习惯和饮食习惯，榕山镇中心校向全校师生、家长发出如下倡议：

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；

“榕小是我家，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！

卫生演讲稿篇八

老师和学生：

早上好！今天中国演讲的主题是：“创造一个干净卫生的环境。”

师生们，为了进一步提高校园环境卫生质量，注重卫生，减少疾病的发生，创造美好的学习环境，养成良好的卫生习惯，我希望大家可以做到以下几点：

1. 大家以爱护校园环境为己任，认真打扫教室、楼梯、卫生区、厕所、校园死角，给校园一个美好的环境。
2. 不要在校园里丢弃垃圾和垃圾，主动捡起地上的垃圾，做一个绿色卫士。
3. 不要在校园里吃熏香

糖、瓜子糖果等零食，不随地吐痰，不在墙面乱写乱画。学文明人，做文明事。

- 4、教室里的劳动工具摆放规范，同学们的学习用品摆放整齐，自己的座位区包括桌洞要干净整洁。
- 5、各班卫生保洁员每天坚持对教室和卫生区进行卫生保洁。
- 6、不在地上摸爬滚打，注意自身修养，保洁自身清洁。

老师们，同学们，爱护环境，讲究卫生，是一个国家、一个民族高度文明的象征，也是一个人美好素养和良好习惯的具体体现。我们相信没有哪一个同学希望在垃圾遍地，放眼斑斑点点的环境中生活、学习。让我们积极行动起来，以你是树中的主人翁责任感，从自身做起，自我约束、相互检查，学校“无垃圾行动”需要你、需要我、需要我们大家共同努力，养成良好的卫生习惯，打造我们树中优美洁净的校园环境！

谢谢！

卫生演讲稿篇九

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

刚刚过去的4月7日，是世界卫生日。所以今天我国旗下讲话的'题目是讲究卫生，做健康的主人。每年的世界卫生日，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。

那么我们小学生，应该怎样参与到做健康的主人的活动中来呢？

第一，保持良好的个人卫生习惯，饭前便后洗手，勤剪指甲，勤洗澡，不随便使用别人的生活用品。遵守作息时间，做到

起居有规律。

第二，均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。同学们早晨起床后可以到户外锻炼，呼吸一些新鲜的空气，跑跑步都是很有好处的。学校组织的广播体操和大课间等室外活动是非常好的锻炼机会，不要马虎了事。

第三，保持室内空气流通，尽量减少去空气流通不畅、人员密集的公共场所。随着天气逐渐转热，教室一定要保持通风状态，让门窗敞开，使空气对流，避免造成室内有异味存在。

第四，注意心理卫生。我们在学习、工作、生活过程中，要做到紧张而活泼，保持愉快的心情。遇到困难或不顺心的事，找好朋友或老师倾诉一下或自我调节，千万不能一直闷闷不乐，这对身体也是有害的。

同学们，只要我们每个人都注意提高卫生安全意识，自觉维护公共环境卫生，时刻注意个人卫生，那么我们会拥有美丽的生存空间，就会拥有健康的体魄，就会拥有美好的未来！让我们共同努力吧。