

最新演讲稿拒绝购买垃圾食品 拒绝垃圾食品演讲稿(实用5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

演讲稿拒绝购买垃圾食品篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，我是五(3)班的_____，今天我演讲的题目是：拒绝垃圾食品，打响健康的“保胃战”。

金秋九月，同学们又从温馨的老家，多姿多彩的旅游城市回到了珠海，走进了学校。此时，流动摊贩售卖的各式各样的“美味佳肴”，犹如拿到了“入学通知书”一样，跟随着同学们的步伐，也准时来到了校园周边“报到”。但实际上，我们不得不因为这些“美味佳肴”的到来，为我们自己打一场关于健康的“保胃战”。

“炸鸡翅、烤香肠、烤肉串……”摊贩老板的叫卖声此起彼伏。这些看上去鲜美多汁，闻起来芳香四溢，吃起来回味无穷的垃圾食品，是不少同学的‘最爱，一出校门他们就争先恐后地涌现在路边摊贩前，正是这些让人欲罢不能的垃圾食品，正像毒品一样侵害着我们的健康。

老师和家长天天教育我们要远离这些路边摊贩，拒绝来历不明的食品，但是不少同学依旧认为这些零食并不会太大的危害。其实，这些零食很多都是三无食品，什么香的、辣的、甜的、酸的、冷的一起吃，吃坏了肚子，上厕所的时间比上课的时间还长；因为常吃油炸类垃圾食品，学校的小胖墩也越

来越多了;因为常吃各种零食，一日三餐吃不饱吃不好，长时间营养不良，豆芽型同学也多了。现如今，还有一些商家为了小食品在色泽和口感上更加吸引人，往往违规甚至违法使用各种香精和色素，这些都是由化学物质配置而成的，然后做成所谓的牛肉味、羊肉味、鸡肉味的食品，其实他们和牛肉、羊肉、鸡肉没有一毛钱关系，反而对人体危害极大!这些食品制作过程也是极其简单和不卫生，我从电视中看到，在垃圾满地，臭水横流，苍蝇满天飞的地下工厂，一些上了厕所连手都没洗的三无人员，徒手包装零食，大家想想食品原料上会带有多少细菌和病菌，长期食用，轻则中毒，重则上“天堂”。

可见，“保胃战”不容乐观啊!同学们，我们也不能空谈垃圾食品的危害却不去做出行动。想要打好健康的“保胃战”，我认为要在以下两个方面入手：

一是学校方面。在放学期间，是小摊小贩流动最频繁的时间。我认为学校应该请家长义工加强巡逻监督，劝离停留在摊贩车附近的孩子们。同时，可以借助食品卫生监督和城市管理执法部门的力量，从外界“支援”来打好“保胃战”。

二是自身方面。历次大战的经验告诉我们，如果只有外部的支援，而没有内部的配合，战斗必败。所以，希望同学们能从自身入手，自觉主动拒绝垃圾食品，同时也要宣传引导其他同学远离诱惑，我们才能打赢“保胃战”。

我们是祖国的花朵，祖国的未来，正在长身体的我们必须要有健康的体魄才有资本为中国梦的实现而奋斗。同学们，让我们一起努力，拒绝垃圾食品，远离垃圾食品，从你我做起。

谢谢大家!

演讲稿拒绝购买垃圾食品篇二

亲爱的老师，尊敬的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《拒绝垃圾食品，保护身体健康》大家都知道垃圾食品，垃圾食品有些是三无产品，这三无分别是无家产，无日期，无职业。垃圾食品的坏处是，油炸食品导致肥胖，含有较高的油脂和氧化物质，是导致高脂血和冠心病，最危险的食品在油炸过程中，往往产生大量的致癌物质。方便面危害盐分过高，含防腐剂，香精易损伤肝脏有热量没有营养。我们可以用显微镜来观察垃圾食品里边有大量的油渣，很不卫生。

在现实生活中有很多都是因垃圾食品而死亡，比如我身边就有一位他的家里很富，他经常到楼下去买垃圾食品。还有一次吃坏肚子了，去医院检查发现肚子都黑了，发现垃圾食品都过期了。但这上面写着还有4个月。这真是“良心”商家啊！所以有很多超市里面的食品，他们虽然上面写着没有过期，但是它里面真的没有过期吗？谁也不确定。多夸有人死捐出器官，想想如果没有会有什么后果。

各位老师同学们，我的演讲到此结束，谢谢大家！

演讲稿拒绝购买垃圾食品篇三

各位同学：

大家好！

我演讲的题目是抵制三无食品做健康人。民以食为天，食以安为先。目前，在学校周边经营的食品店，最喜欢用各式各样花花绿绿的食物吸引我们学生。然而，食以洁为先，食以

安为本，我们少年儿童食品的质量和安​​全已成为全社会关注的焦点。为了积极宣传《中华人民共和国食品安全法》，创造和谐的校园食品消费氛围，构建安全的校园食品消费环境，我们要做到如下几点：

一、加强学习，提高认识。

我们要利用课余时间，认真学习《中华人民共和国食品安全法》及其它的食品安全常识，积累一些食品安全知识，提高自己的辨识能力，尤其是对“无厂名、无厂址、无生产日期”的“三无”食品的辨识能力，充分认识到“三无”、过期、不洁等食品的危害性。

二、增强意识，自觉抵制。

切实增强我们的食品安全意识和自我保护意识，在校园内营造人人讲究饮食安全的氛围，自觉抵制“三无”食品、无“qs”标志的食品和其它垃圾食品，坚决不购买不健康的食品，也要教育自己的亲人、朋友和同学积极抵制这些不健康食品。

三、积极宣传，勇于监督。

人人争当食品安全的`小小宣传员和监督员，及时向身边的同学、亲人和朋友宣传食品安全科普知识，宣传《食品安全法》，勇于监督身边的食品经营商，发现“三无”食品或其它不符合规定的食品，及时向工商部门举报。同学之间也互相监督，坚决杜绝不安全的食品进入我们的校园。让我们从小事做起，从身边做起，从自我做起，珍惜健康，安全消费，远离不安全食品，让我们共同为创建和谐校园、安全校园贡献一份力量吧！

最后，希望同学们做个小小监督员，监督自己的家长严禁使用高度农药。那样我们的世界将会变成健康的，美好的绿色

世界。

演讲稿拒绝购买垃圾食品篇四

大家好！

记得那是中午，吃过午饭，王一进教室就趴在课桌上，脸色惨白，肚子被痛苦地蒙着，嘴里不停地嘟囔：好痛！好痛！老师送他去医院检查后，才知道这病是吃辣皮引起的。

所谓的辣皮，其实就是豆皮包裹着一层香味(做成条状叫辣条)，味道辣，色泽鲜艳，诱人。很自然地，它成了我们一些同学的时尚宠儿，几乎总是买来满足他们的渴望。

每天中午食堂门口总会有一条长蛇。他们在买什么？文具？不，不是。他们在排队买辣皮！容器上的辣皮堆得像小山一样，不到10分钟就被卷走了。买的同学在笑，没买的在皱眉。

但是你知道它对我们的伤害吗？它不仅会让人挑食、厌食，危害身体健康，还会让人养成乱花零花钱的坏习惯，其阴暗的来历和制作过程更是触目惊心。

我看到经理神秘地笑了笑，说：“没关系，请跟我来。”他们来到一个黑暗破败的地下工厂。里面有一股难闻的味道，墙壁又黑又油，到处都是蜘蛛网。

经理回答：放心吧！看这边！

试想，这样恶劣的环境，这样劣质的材料，这样的三品，能给我们带来健康吗？同学们，让我们都行动起来，拒绝披着美味外衣的辣皮，让我们拥有健康的身体！

演讲稿拒绝购买垃圾食品篇五

尊敬的家长：

你们好！随着生活水平的提高，孩子们吃零食现象比较普遍，部分学生喜欢在校园周边或上下学路上买零食，有的甚至养成了边走边吃的坏习惯，甚至有的同学上课也偷偷地吃，这不但影响环境卫生，而且也不利于学生的身体健康，尤其是许多垃圾食品存在不合格、过期变质等不良因素，存在着严重的安全隐患。毫无异议，您的孩子吃下这样的垃圾食品容易诱发流行性疾病的发生，而且容易养成乱花钱、不讲卫生的坏习惯，既影响了学生的健康成长，又增加了我们管理的难度，助长了学生的没有计划的盲目消费心理和同学间不良的攀比风气，更不利于学生安心学习。

为此，经我们研究决定立即开展“保护环境、拒绝垃圾食品、从我做起”教育活动，现对家长朋友倡议如下：

一、坚决杜绝学生自主在小摊点购买三无食品。

二、禁止把山寨饮料、三无食品等零食带入本小饭桌，一经发现，全部没收！

三、禁止学生边走边吃零食，禁止随地丢垃圾。

四、坚持把早餐吃饱吃好，不以零食充当早餐或晚餐。

五、多喝开水，少喝或不喝饮料，不在就餐时购买和食用各类零食。

六、教育子女养成良好的卫生习惯，不随地乱扔果皮、纸屑与包装袋等垃圾。

最后，敬请家长们对智慧树的决定给予充分的理解和支持，

教育孩子养成良好饮食习惯。有目的地控制零花钱，做到不该买的不买、不该吃的不吃，养成良好的卫生习惯。

倡议人□xxx

时间□xxxx年xx月xx日