

讲究卫生演讲稿 讲究卫生讲话稿(优秀8篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

讲究卫生演讲稿篇一

- 1、务必注意食品卫生，要吃新鲜干净的食物，瓜果要洗干净再吃，不吃在冰箱内放置过久的食物，不吃苍蝇叮爬过的食物，不要用脏手抓东西吃，要喝开水不喝生水，少吃冷饮。
- 2、少吃垃圾食品，多吃水果蔬菜。
- 3、要注意休息，保持充足的睡眠，增强个人抵抗力，避免肌体免疫力下降。
- 4、注意个人卫生、饭前便后要洗手，勤剪指甲、勤换衣服。
- 5、注意x流感，少吃猪肉或不吃猪肉。

同学们，让我们讲究卫生和注意饮食安全，用实际行动预防疾病发生。愿我们每一位同学、老师都有健康的身体，每天朝气蓬勃，在美丽的校园中学习、教书，生活，让我们的健康，快乐度过夏天，让我们的身体，健康的成长！

讲究卫生演讲稿篇二

周五放学，我的同行旅伴先行一步，就因为这样，我才得以和郭菲菲、姜多娟同行。

我好早就和郭菲菲建议要请姜多娟吃辣条，好不容易盼来这一天，还未出校门，我们就把提前准备好的辣条递给了姜多娟。起初，她看着白色的包装很兴奋，这让我更加确信她没吃过。待走出校门后，她立即撕掉包装，看见里面的东西，一脸茫然，她拿起袋子闻了闻，尽是无可言喻的嫌弃。她就那么愣着，也不下手，后面还是我和郭菲菲打了个头阵，先吃为敬。

不知是不是对我们的怀疑解除了，也尝试着吃了一口，到底还是不能接受，发出了一阵嫌弃声“嗯……”。又走了一段路，姜多娟突然望向袋子里的辣条，仔细地数了起来。郭菲菲很好笑地手舞足蹈了起来：“唉，你看她在数。”接着她也这么做了起来。菲菲更好笑，引得我哈哈大笑。

郭菲菲常常和我说，她和姜多娟走的时候，姜多娟常常会拿出几包旺旺雪饼分着吃。今天，我也享受了这种待遇。姜多娟很熟练地将背包翻身，从里面拿出雪饼，给我、菲菲一人一包。菲菲朝我会心一笑：“你看是吧。”原本还在吃辣条的我们，突然画风一转吃起了饼干。

快乐的三人行很快就结束了，因为菲菲的站点已到，只剩下我和姜多娟同行。其间，我发现了姜多娟的一些“小动作”。我的饼干早早就吃完了，姜多娟吃的比我快，那么为什么她还在吃，垃圾呢？我紧紧盯着她，直到她吃完最后一块，反手将垃圾塞进了书包旁的格子中。说实话这举动着实令我佩服。

很快，我和她也分道扬镳了。

讲究卫生演讲稿篇三

讲究卫生公德是每一位公民应尽的义务，本文是本站小编为大家整理的讲究卫生的国旗下讲话，仅供参考。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

早上好！今天，我在国旗下讲话的题目是“讲究卫生从我做起”。学校的卫生环境，是学校精神文明建设的窗口，也是学校师生素质高低的综合反映。但由于同学们还存在一些不良的卫生行为习惯，给校园环境带来不良的影响。例如：1、乱丢乱扔。现在有些同学把零食带进校园，随手丢弃包装袋和果皮、纸屑，给校园卫生清扫增加了负担。2、乱涂乱画的痕迹在各处均有发现：课室走廊、楼梯间等都存在一些脚印、篮球印等。3、垃圾乱倒。有些值日生倒垃圾时，不把垃圾倒入垃圾桶，反而倒入其它班级的清洁区或垃圾桶内。这样的行为，是不尊重他人劳动成果的行为，有这种现象的同学，应该努力增强道德意识和卫生意识。

同学们，让我们从现在做起，养成良好的卫生习惯。不论何时何地，都要注意讲究卫生，不仅要求我们自己要做到，当发现我们自己身边的人有不讲究卫生的行为时，也要及时劝阻，共同维护校园环境卫生。希望人人讲究卫生从我做起，养成良好的卫生习惯，自觉维护公共环境卫生，让我们生活在一个美丽的校园中，做一个有文化，懂科学、讲文明，讲卫生的学生。

我的讲话完毕，谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

1、务必注意食品卫生，要吃新鲜干净的食物，瓜果要洗干净再吃，不吃在冰箱内放置过久的食物，不吃苍蝇叮爬过的食物，不要用脏手抓东西吃，要喝开水不喝生水，少吃冷饮。

2、少吃垃圾食品，多吃水果蔬菜。

3、要注意休息，保持充足的睡眠，增强个人抵抗力，避免肌体免疫力下降。

4、注意个人卫生、饭前便后要洗手，勤剪指甲、勤换衣服。

5、注意h1n1流感，少吃猪肉或不吃猪肉。

同学们，让我们讲究卫生和注意饮食安全，用实际行动预防疾病发生。愿我们每一位同学、老师都有健康的身体，每天朝气蓬勃，在美丽的校园中学习、教书，生活，让我们的健康，快乐度过夏天，让我们的身体，健康的成长！

尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天国旗下讲话的主题是养成良好的卫生习惯，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。习惯的力量很大，培养良好的卫生习惯首先应从自我做起，我们应该时时刻刻提醒自己，不要随地吐痰，不要随手乱扔废物。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脏、乱、差。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。

同学们，校园是我们的家园，让我们自觉维护校园环境卫生。努力养成不乱扔废纸、粉笔头；不向楼下扔杂物；不随地吐痰等良好习惯。同时把班级和卫生区的卫生认认真真做好，并且时时刻刻保持。可是，关于“校园卫生靠大家”、“保护环境，人人有责”这样类似的倡议我们已经听的太多太多了，结果人人有责就变成了人人没有责，法不责众啊！

保护校园卫生似乎都已经变成一个老生常谈的空话、套话、废话了，为什么我们的校园里依旧有不和谐的因素在，为什么我们每天值日却依旧有那么多垃圾需要打扫呢？相信大家自己心里清楚吧。有的时候，你只是不经意间，随手扔了一块纸屑，可就这样一个微不足道的动作，就已经破坏了我们学

校的环境卫生。拾起一片垃圾，留下一方洁净。捡起的是一张纸片，纯洁的是我们的精神；擦掉的是一点污渍，净化的是我们的灵魂！学校是我们的家，我们是学校的主人，学校环境的美化要靠大家的共同努力。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，令人精神爽朗。

老师们、同学们，让我们积极行动起来，从一点一滴做起，爱护校园环境，自我约束，相互监督。让我们在飘扬的红旗下作出庄严承诺：从我做起，从现在做起，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。希望大家管好自己的口，管好自己的手。做一个有文化的人，做一个有道德的人，做一个有素质的人！

讲究卫生演讲稿篇四

今天，我为大家演讲的题目是《爱劳动，讲卫生》。

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，落在整洁的跑道上，我们的心情又会怎样？我们学校有260名学生，一人扔一张纸，校园中美丽的广场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。看看礼堂拐角的那个下水通道，经常有食品袋塞在通道口，总务陈老师不知疏通了多少次，如果谁也不疏通的话，那后果将不堪设想。

这两周的星期二第六节课，我都带领二年级的全班同学，捡全校的垃圾，每次都捡得半桶，校门口沟两边，二楼通往厕

所的通道两边，男厕所的尿槽和水龙头下的水槽里，都有不文明同学随手留下的垃圾。

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，共同创建排上绿色校园。

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！

讲究卫生演讲稿篇五

1. 勤快的人都在做饭，装相的人才在收拾卫生。
2. 维护社会公德，保护生态环境。
3. 清洁家园，从我做起。
4. 卫生连着你我他，创卫需要靠大家。
5. 绿色、文明是希望，让我们一起来播种希望吧！
6. 病从口中入，寒从脚下起；无病要早防，有病要早治。
7. 用心服务，有爱相助，公共卫生铸就健康之路。

8. 让地球妈妈永远年轻美丽。
9. 因为人类的恶作剧，所以地球母亲在痛哭，快止住妈妈的眼泪。
10. 环境你不爱，美景不常在。
11. 吃饭先喝汤，胜似良药方。
12. 珍爱生活空间，热心创卫工作。
13. 一顿吃伤，十顿喝汤。
14. 讲卫生，守秩序。
15. 食品卫生无小事，您的、健康是大事。
16. 讲究社会公德，爱护公共环境。
17. 卫生切要知三戒：大怒、大欲、大醉。
18. 喝绿茶，吃大豆。睡好觉，常运动。酒限量，烟戒掉。天天笑，容颜俏。
19. 爱护绿化，就是保护自己。
20. 万众一心抗非典，众志成城保畅通。
22. 我们的、地球需要每个人的保护。
23. 大搞爱国卫生运动，铲除病菌滋生土壤。
24. 轻轻纸巾，忧忧我心，但为君故，沉积至今，油油草坪，你丢水瓶，我有嘉宾，很是吃惊。慨当以慷，卫生难忘，共护美景，拒绝肮脏。

25. 爱护我们共同的家园——地球。
26. 建设“四化”离不开绿化。
27. 保护环境，就是爱惜生命。
28. 饮食卫生要注意，健康永远伴随你。
29. 绿色象征生命，珍惜生命，环保第一。
30. 提高农民健康素质，促进农村卫生与经济社会协调发展。
31. 破坏环境的人终将得到大自然的惩罚。
32. 谁不爱家？谁不爱妈妈 ——保护地球。
33. 讲究卫生谈吐干练，健康个人朋友喜欢，形象美好气质如兰，好运降临幸福相伴，时时整洁受益永远。世界卫生日，祝你做个优雅干净的标兵。
34. 让我们的心灵像花一样美丽。
35. 整洁家园，人人有责。
36. 地球妈妈需要你我的细心呵护。
37. 文明伴我行，公德在我心。
38. 公共卫生服务以人为本，健康呵护以爱为魂。
39. 环卫工作人人参与，美好环境家家受益！
40. 礼貌是最容易做到的事情，也是最容易忽视的事情，但她却是最珍贵的事情。

41. 用好你的手，垃圾无处溜。
42. 讲求公共卫生，污染不再来，文明天天。
43. 文明卫生是我们共处的金钥匙。
44. 把绿色带到世界每一个角落，让绿色流入人们心中。
45. 捡起一张纸，创造一个美的环境。
46. 如果没有花草树木，我们还能吸收氧气吗？让我们保护花草树木吧！
47. 文明卫生健康你我他，和谐社会幸福千万家！
48. 手边留情花似锦，脚下留情草如茵！
49. 节约能源，人人有责！
50. 让我们来保护花草树木吧！看，花草树木在向你挥出希望的小手。
51. 少些尘土，再现碧蓝天空。
52. 关注农村卫生，促进经济发展，推进农村建设。
53. 社区卫生很重要，代表文明新面貌。
55. 保护环境，从我做起。
56. 天空是小鸟家，河流是鱼儿的家，地球是我们的家。
57. 有礼貌不一定总是智慧的标志，可是不礼貌总使人怀疑其愚蠢。——兰道尔（演讲）

58. 卫生整洁，从我做起。
59. 世界卫生组织
60. 食堆半饱无兼味，酒至三分莫过频。
61. 保护环境卫生，减少生活污染，共建美好家园。
62. 战胜不良习惯，养成文明行为。
63. 墙上无脚印，地上无痰迹。
64. 讲究公共卫生，爱护公共设施，维护公共秩序，遵守公共道德。
65. 门前脏乱差，没人去他家。
66. 如果说身体要注意卫生，那么头脑和性格也是要注意卫生的。
67. 食品卫生，连着你和我，连着千万家。
68. 个人卫生好，不良习惯全赶跑，疾病自然不会扰；家庭卫生好，窗明几净心情妙，细菌无处能站脚；社会卫生好，果皮纸屑不乱抛，干净整洁多美好。
69. 太阳公公起得早，一天生活开始了。从早到晚需注意，讲究卫生少不了。饭前洗手饭后漱口，细菌远离无烦恼。垃圾分类入桶内，卫生清洁又环保。环境干净心情好，个人卫生无病扰。世界卫生日到了，讲究卫生，做一个健康文明的人！
70. 革除陋习，战胜非典。
71. 创建美好家园，从一点一滴做起。

72. 家庭卫生很重要，健康一家老与少。社区卫生很重要，代表文明新面貌。个人卫生很重要，包装漂亮好推销。世界卫生很重要，火星来客不嘲笑。

73. 手脚勤，卫生好，多锻炼，身体好，善饮食，疾病少；卫生好，心舒畅，身体好，气脉顺，疾病少，全家欢。

74. 有花有草，不摘花草，无花无草，应栽花种草，破坏环境，岂不可惜。

75. 讲究卫生，人人有责。

76. 地球是我们的妈妈，我们是妈妈的孩子，热爱妈妈吧！

77. 食品卫生无小事，您的健康是大事。

78. 以滥用水为耻，以节约水为荣。

79. 环境好一点，心情美一天。

80. 克服不良习惯，养成文明行为。

81. 重视预防：不得病、少得病、晚得病、不得大病。

82. 洁净向我走来，我为洁净添彩。

83. 环境要优美，秩序要优良，服务要优质。

84. 人人动手，消灭四害，提高人民健康水平；

85. 农民素质高一分，农村形象美十分。

86. 绿树成荫，花香扑鼻——理想家园靠大家。

87. 讲究卫生，人人有责；改善环境人人受益。

88. 树立科学持续发展观，全民共创环保模范城。
89. 开展环境卫生整治，营造清洁生活环境！
90. 知道不？垃圾要清理，心情会如意；地要常打扫，会长人民币；手要常清洗，快乐存心底；世界卫生日到，讲究卫生，人也变美丽！试试吧！
91. 不爱护环境就等于抛弃了自己的生命。
92. 宁可一人脏，换来万家洁。
93. 让我们一起来：关心集体，爱护公物，保护环境！
94. 建好卫生城市，当好文明市民。
95. 环境整洁优美，生活健康科学，社会文明进步。
96. 花儿用美丽装扮世界，我们用行动美化校园！
97. 必须熟悉历史，不仅仅是那些描写名人和重大事件的琐碎的近代史，而且要了解人类历史发展的主流，从而懂得什么行动创造了伟大的文明，什么破坏了文明。——马歇尔（演讲）
98. 学道德建设纲要，扬文明行为新风。
99. 环境卫生好，心情无烦恼，家庭卫生棒，心里真舒畅，个人卫生好，疾病不会扰，人人讲卫生，世界真美好。
100. 饭前便后勤洗手，细菌消除不入口；洗脸刷牙勤洗澡，干干净净人清爽；室内卫生常打扫，一尘不染心情好；开窗通风被常晒，空气新鲜睡得香；丢弃垃圾需分类，环境优美乐淘淘。

101. 优质的水源，浇灌出艳丽的生命；新鲜的空气，带来了健康与活力；优雅的环境，让心灵安隐陶醉。世界卫生日提醒你，保护水源，空气，环境的卫生，健康永伴随。

102. 食能以时，身必无疾。

103. 向老师说声好，不困难；困难的是，要坚持向老师真心地说声好。

104. 阳光是个宝，越晒人越好。

105. 太阳公公起得早，一天生活开始了。从早到晚需注意，讲究卫生少不了。饭前洗手饭后漱口，细菌远离无烦忧。垃圾分类入桶内，卫生清洁又环保。环境干净心情好，个人卫生无病扰。

106. 保护环境，就是保护自己。

107. 地球只有一个，失去它，我们到哪里去寻找家园。

108. 参与绿色行动，保护美丽家园。

109. 为小家，为大家，搞好卫生，人人夸。

110. 有意擦去的一块污渍，净化的是自己的灵魂。

111. 世界卫生从我做起，个人卫生从头做起。头发勤剪更要勤洗，常常抚顺常常梳理。指甲勤剪双手勤洗，否则不许乱吃东西。贴身衣物通风晒底，对待细菌不要客气。

112. 奉洁身体净，不得皮肤病。

113. 礼貌和文明是我们共处的金钥匙。

114. 牙齿每天刷两遍，口腔疾病永不见。

115. 科学、健康、环保、文明。
116. 自我做起讲卫生，身体健康病不生。
117. 废气□stop!废水□stop!染污□go away!
118. 谁能忍受每天戴着防毒面具过日子？——还空气清新吧！
119. 卫生为健康护航，服务携社区腾飞。
120. 社区和百姓两相连，卫生与健康一线牵。
121. 请高抬贵脚，听，小草在哭泣！
122. 注意卫生祛病祛灾，讲究健康延年益寿。
123. 鸟儿因翅膀而禁用词语翱翔，鲜花因芬芳而美丽，校园因文明而将更加进步。
124. 公共卫生服务时时处处，保障健康惠及家家户户。
125. 随地吐痰人唾弃，乱扔垃圾害自己。地面肮脏心情差，走路都要看仔细。蚊蝇滋生病菌传，惹来疾病一大堆。
127. 整治农村环境，促进村容整洁。
128. 尊重环卫工人劳动，请勿乱倒乱丢垃圾。
129. 保护绿化，爱护公物，从我做起！
130. 那里有绿色，哪里就有生命。
131. 环境卫生，从我做起。

132. 请脚下留情，别伤害一棵小草。
133. 珍惜自己，关爱他人，革除陋习，从我做起。
134. 学校是学习之所，文明是成功之本。
135. 微笑是我们的语言，文明是我们的信念。
136. 健康之所以妥协，是因为卫生没有搞好。
137. 保护环境，人人有责。
138. 爱护环境就是爱护自己的生命。

讲究卫生演讲稿篇六

大家早上好！

今天我在国旗下演讲的题目是《讲究卫生，预防疾病》。

一要增强防范意识，平时要多关注了解流感等传染病防治的基本知识。二要养成良好的个人卫生和生活习惯。如勤洗手、勤洗澡、勤换衣。俗话说，早睡早起身体好，因此充足的睡眠也是必不可少的。第三，我们平时还要彻底打扫教室环境和宿舍卫生，创造干净的'校园环境和生活环境。要加强宿舍教室等人群聚集场所的通风换气，保持室内空气流通。我校历来重视校园卫生工作，现在校园整洁文明。但我们还需注意卫生的保洁，大家不要随意乱扔垃圾，希望用我们的举手之劳，共同维护我们的美丽环境。第四，要讲究饮食卫生，防止病从口入。不食不干净或过期食物，不在卫生状况差的流动摊点购买食物。五要加强体育锻炼。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，每天我们都应坚持做好课间操和眼保健操，提高自身免疫力，有效预防和减缓近视。另外要注意根据天气变化增

减衣服，保持身体健康。最后，调整好心态，正确对待流行疾病。对各类传染性流行病我们应正视它的存在，不能掉以轻心。我们要形成良好有序的生活规律，加强营养和合理的休息。只有以健康的、科学的良好心态生活，我们的免疫系统才会免遭侵袭。

同时，根据市委市政府、区委区政府的要求，为了进一步改善城乡人居环境，大力整治和美化市容市貌，增强全民环保意识，提升城市文明程度，大家要自觉维护城市市容和环境卫生，努力做“住在定西、热爱定西、靓丽定西”的宣传者、践行者，在校外不随意乱丢果皮、纸屑，不随地吐痰等行为，确保实现全域无垃圾的目标。大家应自觉遵守，努力展示我们一中学子的好形象。

老师们、同学们，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的要求。预防疾病，从我做起，从点点滴滴做起！

最后祝大家身体健康，工作顺利，学习进步！

我的演讲完毕，谢谢大家！

讲究卫生演讲稿篇七

今天是“全国卫生日”，也就是大家都要讲卫生的一天，这样一个纪念日。说到讲卫生，我们大家都不陌生，但是很多人却做不到讲卫生这样一个小小的事情。

在学校的时候，老师经常会告诉我们每天要勤洗手，勤刷牙，勤换衣等等等等，因为讲卫生不仅仅是为了自己的健康，更是为了尊重别人，这也是对别人的一种礼貌。

我们或许面对大街上一些乞丐或者是流浪汉的时候，有很多人都会露出一副排斥的眼光，很多人不喜欢他们，其中很重

要的一方面就是觉得他们不讲卫生。所以说一个不讲卫生的人在其他人眼里是不好的印象，这也是为什么说我们讲卫生不是为了自己，更是为了赢得别人的尊重。

从小除了老师告诉我，我的妈妈也经常教育我要讲卫生。讲卫生要从我做起，从小做起，自己要树立一个优良的榜样，有的人认为讲卫生就是一定要爱干净每天都把屋里擦的干干净净，把自己换洗得干干净净，但是讲卫生也不是过分的讲卫生。比如很简单的，我们每天要饭前便后洗手，勤换衣服，保证自己的衣服是干净的屋里边要保证没有尘土，没有垃圾，这样的环境我们自己住着也舒服。

所以讲卫生，讲礼貌，赢得别人尊重都是从自己做起的，而且不是每一个人一下子就可以成为一个讲卫生受人尊重的人，每个人都是要从小事做起。

讲究卫生演讲稿篇八

大家早上好！

今天我国旗下讲话的主题是《讲文明，讲卫生》。我们都知道，每年的4月7日都是世界卫生日。世界卫生日的宗旨是希望引起世界各国对卫生问题的重视，并动员世界各国人民普遍关心和改善当前的卫生状况，提高人类健康水平。世界卫生日期间，包括中国在内的世界卫生组织各会员国都举行庆祝活动，推广和普及有关健康知识、提高人民健康水平。

讲文明，讲卫生，是我们中华民族的传统美德。但在日常生活中，我们有时会遇到，因为一句粗口，而吵得面红耳赤，甚至大打出手。不讲文明，不讲礼貌的言行。轻者别人认为你没教养，不愿和你深交；重者则对你产生不满，甚至发生冲突。如果你是一个讲礼貌的人，碰到老师同学问句好。一句简短的话语，拉近的是感情，增进的是友谊，换来的是微笑与热情。于是，你的朋友天下有，你的困难天下帮。不但助

你的成长，而且会让你拥有腾飞的翅膀。

为此，我们在学习上，应该要努力学习，认真完成学业，努力提高自己的文化水平，增强自己的素质修养。在生活中，见到长辈问声好，不小心撞到别人道声歉，……总之，我们要从小养成文明礼貌的好习惯。因为，我们是中华民族中的一员。而讲文明，又要从讲卫生做起，讲卫生不仅是一种好习惯，更是一种文明行为。一个人若蓬头垢面，衣着不整的出入大街或步行闹事，不仅是不讲卫生，而且是一种不文明的行为、不礼貌的表现。在日正常生活中我们应该养成勤洗澡、勤剪指甲、早晚洗脸刷牙、饭前便后勤洗手的好习惯；不随地吐痰、不随地丢果皮纸屑；不喝不干净的水、生吃瓜果应洗净或削皮等。

同学们,让我们从今天起，用你的实际行动去感染你身边的人。让我们的校园、我们的家园更干净、更美丽。

我的讲话完毕，谢谢大家！