

最新和肿瘤的演讲题目(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。

和肿瘤的演讲题目篇一

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。

（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。

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！

和肿瘤的演讲题目篇二

早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《讲究卫生、预防疾病》。

现在已经进入冬季了，冬季是很多呼吸道传染病的好发季节，

如水痘、麻疹、流行性腮腺炎、普通流感、还有甲型h1n1流感等。一旦某一学生患病，就容易在学生中引起传染、甚至流行。从而影响学生上课，甚至影响学校的正常教学秩序。因此要注意预防这些传染病。

那么该如何预防呼吸道传染病呢？我们应做到以下几个方面。

普通流感、甲型h1n1流感、腮腺炎、麻疹等传染病，它们主要经过空气飞沫传播，容易在人群密集的地方发生流行。为此我们要养成良好的卫生习惯，如经常洗手，在饭前便后、外出归来、打喷嚏、咳嗽以及清洁鼻子后，要立即用流动水和肥皂洗手；打喷嚏或者咳嗽时要掩住口鼻，不随意吐痰；以免病菌散播。家里和教室应经常通风换气，保持空气新鲜和室内干燥，及时打扫教室和房间卫生，清理卫生死角，不给病菌以孳生之地。同时在呼吸道传染病流行期间，不要到公共场所和人群密集的地方去，以免感染。

每天进行晨检，可以了解学生的身体状况，做到早发现、早隔离、早治疗。如各班有传染病疑似症状的学生，要及时报告，一经确诊必须立即隔离治疗。病人在痊愈后才能复学，以免传染给其他同学。一旦班级里有学生得了传染病，可以对班级进行紫外线或用醋熏蒸消毒，学生也可以预防性的'服药，如板蓝根冲剂等。

加强体育锻炼，可以使身体气血畅通，筋骨舒展，增强心肺功能，提高身体的抗病能力。另外，还要保持正常的生活规律，保证充足的睡眠，看书、看电视的时间都不要过长，注意劳逸结合，处事不要过激，调养精神做到心胸开阔，心平气和，情绪乐观，减少心理压力，以增强机体的抵抗力。

冬季比较寒冷，人极容易受寒伤肺，降低人体呼吸道免疫力，使得病原体极易侵入，引发呼吸系统疾患。因此要注意及时添加衣服保暖。

饮食均衡，合理营养，可以增强身体的抗病能力。挑食和偏食可以使营养不均衡，抵抗力差。冬季可以多吃些含维生素c丰富的水果、蔬菜和高热量、高蛋白的食物，能增强抵抗病毒和细菌感染力量。

呼吸道传染病都有相应的预防疫苗可供注射，注射后可以获得免疫力，一般就不会被传染了，即使被传染其症状也很轻，所以注射疫苗是预防传染病的一项可靠措施。

同学们，希望你们都有一个健康的身体，能快快乐乐的学习生活。

和肿瘤的演讲题目篇三

首先我要感谢各位领导能够给我提供这样一个展示自我的机会，其次要感谢同志们对我的信任和支持。如果我当选会计科长，我要从以下几方面入手，来全面提升我单位的财会工作水平。

一、严格执行《会计法》，不断完善会计制度《会计法》是会计人员开展会计业务的法律依据，会计制度是保证会计工作高质高效运行的前提条件，单位性质不同，会计制度也会有所不同。会计人员除了要严格执行《会计法》外，还要遵守本单位的会计制度。上任后，我要认真研究现有的会计制度，找到缺点和漏洞，并结合我单位的实际，不断加以完善，为会计工作提供良好的制度保障。

二、合理分工，健全内部监督机制

从事会计工作的人一定都知道“会计回避”的意义所在，但“会计回避”做到了并不代表会计分工的合理，合理的会计分工不仅要“回避”，还要实现监督的职能。上任后，我要对会计科的人员进行分工调整，并健全内部监督机制，保证我单位的会计工作合法合理地运行。

三、加强会计电算化工作，提高工作效率

众所周知，现在的时代是信息时代，不会使用电脑就等于“文盲”。虽然我单位的会计电算化工作起步比较早，但大家对财会软件的应用还不够熟练，财务软件还有很大的开发空间。上任后，我要对我们目前使用的财务软件实行二次开发，充分发挥财务软件方便、准确、快捷的特点，不断提高工作效率。

四、定期开展业务培训，提高会计人员业务素质

会计法规和会计制度日新月异、不断更新，所以会计是一个必须终身学习的职业，从我们当会计的那一天开始，我们就承担了学习的义务和责任。上任后，我要时刻关注国内外会计制度的变迁，了解会计学科的前沿知识，定期组织会计人员开展各种形式的业务培训，让会计人员不断汲取新知识，不断提高自身的业务素质。

五、树立服务意识，简化报销手续

目前国外的一些理论学者已经把会计行业定位为服务行业，会计所提供的会计核算和会计监督就是一种服务。上任后，我要在会计科内搞一次会计职业道德大讨论，通过大讨论使大家牢固树立服务意识。在此基础上，我还要结合会计制度的完善，在不违反原则的前提下，简化报销手续。

六、科学整理会计数据，给领导提供及时准确的会计信息

有人说：“会计就是看钱、记账的管家，只要不把钱看丢，不把账记错就是好会计”。其实不然，我认为会计所从事的工作不仅是核算工作，更重要的是管理工作，他担负着为领导提供决策依据的重任。我上任后，要在每月提供基础报表的基础上，依据财务管理的有关原则，科学整理会计数据，给领导提供及时准确的会计信息，做好领导决策的参谋和助

手。

七、主动与上级财政部门沟通，努力争取上级财政补助

自从国家实行事业单位“收支两条线”管理后，我单位的收入完全依靠上级财政拨款，所有行政事业性收费均要如数上缴财政，而财政按进度拨款在一定程度上影响了一些季节性业务和临时业务的开展。上任后，我要加强与上级财政部门沟通，尽可能地争取财政能够根据我单位的实际情况灵活机动拨款，并努力争取上级财政部门的资金扶持。

八、合理编制财务预算，削减不必要的支出

在全国轰轰烈烈创建节约型社会的大前提下，“增收节支”成为每个企事业单位必须面对的重要课题。作为事业单位，财务预算就成为我们节约开支的突破口。上任后，我要根据业务需要，合理编制财务预算，尽量削减不必要的开支，真正做到“花小钱，办大事”。

以上就是我对我们单位财会工作的几点设想。如果我能够有幸当选会计科长，我将全力以赴投入到工作中去，实现我的设想，全面提升我单位的财会工作水平，以回报领导和同志们对我的信任；如果我落选，说明我离大家心目中的会计科长还有一定差距，我会一如既往地努力工作，不断学习，不断完善自我。

和肿瘤的演讲题目篇四

老师们、同学们：大家好！今天，我演讲的题目是“讲究卫生，预防疾病”。

现在秋天的天气早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，各种致病菌生长、繁殖加快，一些传染病也就悄悄地开始传播。而我们儿童是多种传染病的易感人群，学校是人群聚集场所，

因此，应该时刻敲响警钟。

(一)讲究个人卫生，勤洗手洗脸，换洗衣服。(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。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，积极上好体育课。(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)尽量不去空气流通不畅、人口密集的公共场所。(五)注意环境卫生，创造整洁的校园环境。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。

(六)教室内要每天通风换气，避免细菌滋生。教室的门窗要常开。

让我们积极行动起来，讲究卫生，预防疾病。让我们大家健康、快乐地学习、生活！

预防疾病发言稿

敬爱的老师、亲爱的同学们：

- 1、注意气候的变化，及时增减衣物。
- 2、保持室内空气清新。虽然天气比较冷，但在每天上课前、课间，应该要打开门窗通风，保持空气流畅。
- 3、养成良好的生活习惯。充足的睡眠、营养均衡的饮食都有助于调节我们身体的各种机能，增强我们的抗病能力。
- 4、进行合理的体育锻炼。适当的户外运动，提高抵抗力。
- 5、加强个人卫生和个人防护。勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸

巾掩住口鼻，与呼吸道传染病患者接触时佩戴口罩，这些都是保护自己不受疾病侵害的有效手段。

6、尽量少去人员密集、通风不良的场所。

7、早发现、早治疗。一旦出现咳嗽、咽痛、流涕等呼吸道症状应及时就诊，明确诊断，科学用药。

最后祝老师们、同学们健健康康度过每一天！

预防食物中毒演讲稿

敬爱的老师,亲爱的同学们:大家早上好!今天我演讲的主题是《注意食品卫生,预防病从口入》。保尔·柯察金曾经说过:“人最宝贵的是生命,生命对于每个人来说,只有一次。”而我们少年儿童的生命更像一朵含苞欲放的花儿,娇嫩纤弱,应该珍爱。然而,在我们身边,随时都可能因为某些举动而发生危及我们生命的事,所以,我们从小就应该提高安全意识。

食物是我们人类生活中必不可少的,但食物的质量问题和人在饮食时的不注意也会导致一些疾病甚至食物中毒,而我们小学生由于幼稚无知可能是最大的受害者。

在学校,有些同学经常会从路边的小摊随意买一些零食。一放学,校门口的小吃摊前人来人往,那些烧烤摊更是被同学们围得水泄不通。同学们啊,当你们大快朵颐时,却不知这些食品有些是“三无”产品:过期食品、含有色素和防腐剂的食品,甚至是地下工厂生产的食品。一些同学因买了这一类食品,吃过后轻则腹痛,重则呕吐、腹泻、以至食物中毒。另外,有的同学刚玩过,手弄得脏兮兮的,便吃东西;有的同学吃东西的时候不注意节制,暴饮暴食。这样都可能会危害我们的健康。

目前,我国许多地方都发生了手足口病,给儿童的学习、生活造成了极大的影响,有的甚至危及生命。

预防食物中毒,防范手足口病的发生,首先要讲究个人卫生,做到勤洗头、勤理发、勤剪指甲、勤洗澡、勤换衣裤。保持教室、宿舍及环境的清洁卫生,养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。其次做到“六不吃”,不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐败变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。再就是要从食品标签上注意识别食品质量,选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。还有,尽量少去或不去拥挤的公共场所,减少感染手足口病的机会。同学们,我们要牢固树立“安全第一,预防为主”的思想,因为它关系到我们全体师生的身心健康问题。希望同学们在以后的学习和生活中要引起注意,如果忽略了这项,其后果不堪设想。

和肿瘤的演讲题目篇五

大家早上好,今天我国旗下演讲的题目是:《共同携手,预防冬季传染性疾病》。天气已进入冬季,此时,不但气温下降,而且各种易发的传染性疾病也悄然而至。如何保持良好的健康身体呢?今天,我就要和同学们分享关于预防冬季传染性疾病的知识。

冬季常见的传染性疾病有如下几类:

这是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,具有很强的传染性。它的传染源主要是病人和隐性感染者,以空气飞沫直接传播为主,也可通过被病毒污染的物品间接传播。流感病毒主要侵入呼吸道,但其毒素对全身器官有广泛的毒性作用,常有发热、全身酸痛、咽痛、咳嗽与白细胞减少等症状。

这是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病。感染起自鼻咽,侵入血液循环,最终达到脑膜或身体其他部分,产生炎

性损害。这种主要侵犯脑膜的传染病多发于冬春季节，发病急，传播快。带菌者和流脑病人是本病的传染源，大多是通过呼吸道飞沫传播而感染。

这是由腮腺炎病毒引起的呼吸道传染病。腮腺炎患者和携带病毒者是本病的传染源，由空气飞沫传播。主要在儿童和青少年中发生，常在学校和公共集会场所爆发。开始有畏寒、食欲不振、头痛、低热等症状，其后则出现腮腺肿大等症状。

1、注意气候变化，随时增减衣服，避免受凉。因为身体受凉时，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。

2、下课后教室应立刻开窗通风，保持空气流通。

3、注意生活规律，保证充足睡眠。充足睡眠能调节人体机能，增强我们的免疫力。注意饮食均衡，每天保证适量的水分和营养摄入，多食新鲜的`蔬菜瓜果，不吃变质的和制作环境不卫生的食品，以防病从口入。

4、加强锻炼，增强体质。我们应当积极参加学校安排的课间操、体育课，真正做到“每天运动一小时”，强健体魄、提高自身的抗病能力。

5、尽量少到人多的公共场所去，更不要接近患呼吸道传染病的人。

6、服用中药抗病毒冲剂、每天吃几瓣大蒜或几段大葱对预防流感非常有效。

7、如遇身体不适请及时就医检查。发现病人早报告、早隔离、早治疗、早处理，以免在校园内传播。

同学们，学校为我们创造了良好的学习条件，为了让我们的校园生活更加精彩，请加强体育锻炼、注意身体健康，抵御

传染性疾病，让我们的生活更加精彩，更加平安！

最后，同学们本学期学校给我们安排了营养餐，中餐供大家免费吃，这本是件好事，但发现有同学吃完饭后不按规定将餐具放到规定的位置，甚至有同学直接将餐具扔出窗外去，一走了之。在此，我不禁想问下同学们，难道你们在家吃完饭后，也是直接将碗盘扔掉吗！我现在申明：请同学们一定要爱护公共财物，从今天起立即改正，改掉这个臭毛病。如果再有此事反生，一旦被抓住将取消该同学的营养餐，并将对其作出严厉的批评教育。

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！