

最新演讲不吃垃圾食品(通用8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

演讲不吃垃圾食品篇一

大家好！

最近我们不断从报纸、电视中，看到有关食品安全的新闻：南京“冠生园”事件，让人们望月饼而生畏；三亚的“毒咸鱼”，使我们谈“咸鱼”而色变；广东的“瘦肉精”事件，令我们望肉而怯步；号称生命杀手的“苏丹红”竟出现在我们最喜欢吃的辣味食品里；去年8月8日北京地区的福寿螺事件，使131人发病，至今想起来还会让人胆颤心惊；还有近来的染色馒头、毒豆芽、蒙牛毒牛奶等事件接二连三地发生，究竟要到什么时候才停止啊？面对这一件件让人触目惊心，不寒而栗的事件，我们不禁要问：究竟，我们还能吃什么？我们吃的安全吗？上述重大事件都已熟知，可是，你们可曾注意到在我们周围，劣质食品也正在悄悄地危害着我们的身体健康。现在，有很多人还是不关心不注意自己所吃食品是否是安全健康，只想着满足一时的食欲。

我想提醒大家，那些东西不但不卫生，而且在制作过程中，还有可能产生致癌物。作为一名学生，我们有责任维护社会食品安全，从我做起，从点滴做起，了解食品卫生安全常识，学习食品质量安全相关的法律法规，监督和揭露危害食品安全的事件和不法分子，传播食品安全知识，为食品健康尽一份自己的力量。

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。

以人为本，安全第一，食品安全需要你我的参与；食品安全需要你我共同的努力。为了少年儿童茁壮成长，为了千家万户的幸福，为了阳光更加灿烂的明天，朋友们，让我们牢牢记住：食品安全，从我做起。

最后我衷心的祝愿老师们工作顺利，同学们学习愉快，健康平安！

演讲不吃垃圾食品篇二

大家好！

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。

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。

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者，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！

演讲不吃垃圾食品篇三

今天，我们利用校园广播系统集中进行食品卫生安全知识的共同学习。春夏之交温度高，湿度大，各种致病微生物易繁殖，食物易腐败，再加之苍蝇叮爬，污染食物，如果人吃了被病菌或病菌毒素污染的食物，就可能引起食物中毒。熟食制品、凉菜、冷食等食品加工或贮存不当，极易引发食物中毒。一般来说，易导致食物中毒的食品以冷荤、凉菜、剩米饭和肉制品等为主，海鲜类食品、扁豆、新鲜腌制的咸菜也易出现这一问题。

预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发，勤换床单和被盖(一月一次)。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。

1、认识食物中毒特征。

潜伏期短：一般食后几分钟到几个小时发病

胃肠道症状：腹泻、腹痛，有的伴随呕吐、发热

2、提高自我救护意识

出现上述症状，应怀疑是否食物中毒，并及时到医院就诊，同时报告老师。

3、预防发生食物中毒

养成良好的卫生习惯，勤洗手特别是饭前便后，用除菌香皂，洗手液洗手

不吃生、冷、不清洁食物

不吃变质剩饭菜

少吃、不吃冷饮

少吃、不吃零食

不要随便吃野果，吃水果后不要急于喝饮料特别是水。

剧烈运动后不要急于吃食品喝水。

不到无证摊点购买油炸、烟熏食品，尽可能在学校食堂就餐。千万不要去无照经营摊点饭店购买食品或者就餐。

不喝生水，建议喝标准的纯净水。

从家里所带腌制品在校不能超过2天

谨慎选购包装食品，认真查看包装标识

查看基本标识，厂家厂址、电话、生产日期是否标示清楚、合格

查看市场准入标志(qs)

演讲不吃垃圾食品篇四

今天我讲话的主题是《关注食品安全，保障身体健康》。随着我国社会经济的迅速发展和人民生活水平的日益提高，人们对健康、对食品安全更加关注。“食品安全”已经成为关系到国民健康、社会稳定、经济发展、市场繁荣的重要因素。

1、要树立食品安全观念，了解食品安全知识，增强自我防护能力。在购买食品时，应选择正规的大型商场和超市，选购食品应尽可能选择一些知名品牌。同时一定要注意食品包装上有无生产厂家、生产日期，是否过保质期。若在小店里买食品一定要看好厂家、生产日期、保质期，注意包装袋有无破损，外包装有没有被改动过的痕迹。无生产许可证□qs标志的食品坚决不能购买和食用。

2、培养良好的饮食观念。不食用流动摊点的小吃、零食等，自觉抵制三无食品、低质食品的诱惑，在校学生尽可能到学校食堂就餐。

3、养成健康的饮食习惯。不挑食，不偏食，每日三餐，定时定量，不暴饮暴食。自备水杯，多饮白开水。其实，白开水是最好的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于青少年学生的健康。

老师、同学们，食品安全无小事，“病从口入”重预防。现在已进入春意盎然、万物复苏的季节，各种病菌也在悄然滋生和迅速蔓延。让我们自觉行动起来，关注食品安全，重视“问题食品”对身体健康和青少年成长的危害，远离“问题食品”、“不合格食品”，不断提高我们的食品安全意识

和自我保护意识，为构建平安和谐、健康向上的校园环境而不懈努力！

演讲不吃垃圾食品篇五

食品是大家每天的必需品，然而随着现代工业的不断发展，我们赖以生存的生态环境遭到破坏。农药，生长素，激素等的使用使许多动植物食品失去了安全。下面是小编为大家收集关于小学生食品安全演讲稿，欢迎借鉴参考。

现在，大街上不知什么时候刮起了一阵“快餐风”。只要没空烧饭就拿着钱走到街上，看到那些令人垂涎三尺的快餐，炒饭。呱呱，好像挺美味的：白白的米粒，红艳艳的红烧肉，啊~只能用一个字来形容：香！可是，那香喷喷的红烧肉真的想我们看见的那么美味又干净吗？带着这个问题，我走到了大街上一处卖炒饭和凉皮凉面的地方。

刚才那是街边摊，现在，我们来看看店铺——麦诺小子。“嗡嗡”，这是什么声音？原来麦诺小子没有安装空调，天气闷热，又没有多少人来买汉堡，那些做汉堡的材料就引来了苍蝇。再来看看，油渍占满了橱窗，风扇上也藏污纳垢，显然好久没有清理了，厨房十分昏暗，油看起来呈黄黑色。柜台上杂物乱放。

这样做出来的食品，你，还敢吃吗？

二十一世纪，是个经济发展迅速，拥有先进技术的世界。人们生活水平提高，不再有饥饿，现在虽然没有了饥饿可是人们又为另一件事而烦恼：怎样才能吃到绿色食品，健康食品而发愁！

民以食为天，食品安全不可忽视，它关乎人们的健康，稍有不慎就会危及生命！

电视上经常报道，瘦肉精、苏丹红、地沟油等。就连三鹿奶粉也被说是“毒奶粉”有些不法商贩为了减少成本竟然用可以导致致癌的工业盐充当食用盐。这些致癌食品它们打着“廉价”的旗号，来销售给那些不知情的人。虽然已经查封了许多没有“生产许可证”的厂家。但是还有许多不法厂家没有被查封，危险还隐藏在我们身边！

俗话说：“人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌”我们虽然不能制止不法商家但是我们可以不去买三无食品，所以我们应当选择安全食品，有生产日期，有qs号等食品。我想如果我们每一个人都能在买东西前看看生产日期，选择有qs的食品那么就不会让不法商家有可乘之机！

2月6日，中国首次特别设立了食品安全工作高层次议事协调机构——国务院食品安全委员会，成员包括国务院29个部委中的15个。农业部、卫生部、质检总局、工商总局、食品药品监督管理局等有关部门分工协作。

我相信每个人只要不被蒙骗，加上管理局的管理，不法商家就会不攻自破！

进食对人类来说非常重要，而吃东西是我们每天都要做的事，随着社会的发展，食品安全也渐渐成了我们大家所担忧的事。俗话说“民以食为天”食品安全尤为重要，而我们小学生对食品安全有了解多少呢？恐怕只是知道发芽的土豆不能吃了吧。

所以，在这里我要建议大家不要总是坐在电脑、电视前，可以在家长做饭的时候，自己观察一下家长们都用什么方法分辨食物的好坏等。还跟着家长出去走走。买买菜，像我们这种00后，总是过着衣来伸手，饭来张口的日子，跟着家长出去买买菜不仅提高了你自己的生活能力，而且可以在买菜的过程中向家长讨教一些基础的食品安全知识。还有，大家应该多关注有关食品安全的报道，例如：三鹿奶粉事件、大头娃娃事件、染色馒头、瘦肉精、地沟油等。铭记报道里的事

件，重视食品安全问题，时刻提醒自己或家人，注意食品安全。

说完了了解，再说一说做吧。相信大家都看到过街边的小食品摊，大排档等等。这些是最基本的食品安全隐患。也许这里面有你最爱吃的东西，这些东西看起来跟家里做出来的没什么差距你就会买、会吃，可是同学们，那些黑心的摊贩在食物里做手脚会让你看出来吗？要绝对杜绝地摊食品，无论是颜色鲜艳的食品，还是看起来安全的食品，都要杜绝。

生命掌握在自己的手中，为了自己的安全，为了大家的安全，让我们携起手来，重视食品安全，重视自己的健康。

演讲不吃垃圾食品篇六

不知什么时候，我家对面开了一家大排档，早上经营早餐，中午不营业，晚上做烧烤夜宵之类。因为就此一家，生意也算红火，每一天晚上都有很多人在这喝酒、划拳、吃烧烤，如果是周末，生意更红火。

一天傍晚，做完作业后我到阳台上舒展筋骨。这时美丽的晚霞把我吸引住了，我随意地欣赏着这美丽的晚霞，无意间瞄了一下那家大排档，可眼前的情景让我大吃一惊：他们正在洗烧烤用的竹签，只见他们心不在焉地把用过的竹签和没用过的竹签混在一齐洗几下，就捞出扔在地上晾晒，竹签条上隐约还能够看到油污。此时，我目瞪口呆，心想：这么红火的一家大排档，想不到卫生却那么差，吃不坏人真的很万幸，我越想越可怕。

正当我看得入神的时候，姐姐笑的走了过来，神秘得对我说：“阿爽，今日晚上你有口福了，表哥说发了工资请咱们去吃烧烤。”我听了，头摇得像拨浪鼓似的，并把刚才看到的情景一五一十讲给姐姐听。姐姐不相信，晚上她和表哥高高兴兴

兴地吃烧烤去了。半夜，她肚子疼痛得呱呱大叫，之后连续打了3天吊针，才有所好转。

现今社会，各式各样的食品安全问题，牵动着每一个人的心，给人们的生命和健康带来了严重的影响。他们为了一己私欲，为了利益而行尸走肉，这难道不应当抵制吗？朋友们，为了我们能生活在一片健康，安全的蓝天下，请大家行动起来：让食品安全的警钟长鸣，让我们携起手来共创健康，安全的完美家园！

演讲不吃垃圾食品篇七

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。

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。

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！

演讲不吃垃圾食品篇八

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：大家好！

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。

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。

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一谐校园、安全校园贡献一份力量吧！