

2023年食品安全教育班会教案小学(大全10篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。那么教案应该怎么制定才合适呢？以下是小编收集整理教案范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

食品安全教育班会教案小学篇一

- 1、使幼儿建立食品安全意识。
- 2、知道吃绿色食品对身体好。
- 3、加强个人卫生习惯和饮食卫生习惯。

1、兔子宝宝住院图片，以及各种粮食、蔬菜、水果图片和零食垃圾食品图片若干张。

2、绿色食品（水果、蔬菜、干果）和垃圾食品（火腿肠、方便面等）若干

- 1、故事导入，引起幼儿的兴趣。

（播放兔子宝宝住院图片）老师认识一位叫兔子宝宝的小朋友，瞧，今天它也来到了我们班。但是兔子宝宝好像住院了，你们想不想知道它为什么住院了呢？你觉得兔子宝宝怎么了？（幼儿自由发言和讨论，表达自己的看法。）

哦，原来是这样啊。原来昨天兔子宝宝吃了好多好多东西，突然觉得肚子疼了起来。

（继续播放零食等垃圾食品图片）看，兔子宝宝吃了好多零

食，还有烧烤还喝了碳酸饮料。难怪它肚子疼呢。小朋友们想一想这样的垃圾食品我们能不能吃得那么多？那每天我们应该多吃什么东西？应该少吃什么东西呢？（幼儿思考举手表达观点。及时鼓励和表扬幼儿。）

2、区分垃圾食品和绿色健康食品

小朋友们想一想，每天我们应该多吃什么样的食物？少吃什么样的食物？不吃什么样的食物？（多吃粮食、蔬菜和水果等。多吃主食少吃零食和烧烤等东西。不吃变质的过期的食物。）

播放图片，请幼儿认识营养丰富而且健康的粮食、蔬菜等。

3、强化饮食安全中需要注意的其他方面

小朋友们除了辨别健康食品和垃圾食品之外还需要注意个人卫生，吃饭或吃别的东西前一定记得要洗手，生吃蔬菜水果时一定洗干净了再吃。

另外，家里的剩饭菜一定要加热了以后再吃，变质食物和过期食物不能吃。

4、总结：每日生活中我们需要多吃主食和蔬菜水果，少吃零食和加工产品。不吃变质食物和过期食物。

要养成勤洗手等良好的个人卫生习惯。

1、引导幼儿观察加工食物的保质日期。

2、跟妈妈逛超市时提醒妈妈看好食物的保质日期。

食品安全主题班会教案

安全教育主题班会教案

寒假安全教育主题班会教案

小学安全教育主题班会教案

消防安全教育主题班会教案

2017关于食品安全教育主题班会方案设计

小学消防安全教育主题班会教案

食品安全教育班会教案小学篇二

食品卫生安全知识

让学生了解食品卫生安全知识，认识食物中毒特征，提高自我救护意识，预防发生食物中毒。

一、图片导入

1、多媒体出示一些因食品卫生而出现问题的学生。（有腹泻、腹痛、呕吐等）

2、让学生说一说怎样区分问题食品，预防食物中毒。

二、重点讲述

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

a□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

b□不吃生、冷、不清洁食物

c□不吃变质剩饭菜

d□少吃、不吃冷饮，少吃、不吃零食

e□不要长期吃辛辣食品

f□不要随便吃野果，吃水果后不要急于喝饮料特别是水。

g□剧烈运动后不要急于吃食品喝水。

h□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。

i□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

10谨慎选购包装食品，认真查看包装标识、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”为了保护人们饮食卫生安全，国家质量监督检验检疫局自2002年起，在全国范围内实施食品安全市场准入制度，对出厂食品，经过强制检验合格后，加贴市场准入标志，方便选购。2002年起，对小麦粉、大米、食用植物油、酱油、食醋等5类食品；2003年下半年，对方便面、膨化食品、罐头、冷饮等10类食品，实施了市场准入制度。

三、让学生互相交流，谈谈体会。

四、总结

食品安全教育班会教案小学篇三

一、班会背景：

在日常生活中，学生顶撞家长、怨恨家长甚至逃避家庭的现象屡见不鲜；一些学生对老师的帮助、教育很不耐烦，情绪对立的现象时有发生；在我们周围也有一些人，怨天尤人，颓废消极，对社会、对人生充满抱怨，总觉得人生不如意，命运太不公平。为此，我觉得有必要对我们的同学进行“学会感恩父母”的教育。因为家是社会的一个单元，是组成国家最小的单位。一个人成长的环境小是家，大是国。所以先贤梁启超先生说“忠孝二德，人格之要件也。孝于亲，忠于国，皆报恩之大义也。”在学生成长的过程中，先让他们认识父母，了解父母，“孝于亲”；并在此基础上进而了解祖国，认识祖国，“忠于国”，这是符合人成长过程的认识规律的’。“可怜天下父母心”主题班会的召开，无论对学生现阶段的成长，还是漫漫的人生之路，都有着重大作用。

二、班会目的：

此次班会，要求学生先采访父母，再与父母进行心与心的交

流，就是在为父母和子女之间搭建一个互相沟通，互相理解的平台，在这个平台上，父母完成教育子女的义务，子女在父母的教育下健康成长，孩子在成长中变得成熟。这种成熟表现在他们理解父母的爱心，苦心和用心，从而对父母感恩感德上。这种感恩心会由小到大蔓延开来，当孩子们感谢他人的善行时，第一反应常常是今后自己也应该这样做，这就给孩子一种行为上的暗示，让他们从小知道爱别人、帮助别人。为了让学生懂得感恩，并不断体验和感悟到在感恩中成长的快乐和收获，本班特以“可怜天下父母心——学会感恩”为主题举行此次班会。让我们学校和家庭携起手来，共同完成对未成年人的教育任务；愿未成年人在我们的共同教育下健康成长。

三、班会准备：

- 1、日常生活中请学生熟诵《弟子规》。联系实际，让学生深刻体会到父母对自己的爱，引导学生关心父母、热爱父母、理解父母，教育学生从小有一颗感恩的心。
- 2、以“可怜天下父母心”为主题学生自己设计题目采访父母。（班会前一周完成）
- 3、学生给爸爸妈妈写一封信。（班会使用）
- 3。搜集部分学生及家长的照片及成长经历中的一些感恩事件。
- 4、阎维文的歌曲《母亲》，《父亲》、《感恩的心》、《天下父母心》、《烛光里的妈妈》歌曲磁带和录音机。
- 5、印制家长邀请函，请家长们前来参加我们的班会活动。班长准备好dv记录下我们的班会全过程。__×等同学精心准备主持人稿。同学们也都十分积极配合地合唱“感恩的心”。

四、班会内容及过程：

（一）才艺表演

- 1、情景剧“家有儿女”
- 2、配乐诗朗诵《感恩》。

（二）心灵对话：

主持人：上一周老师布置了一项作业，要求大家以“可怜天下父母心”为主题自己设计题目采访父母。采访完毕，大家的心情久久不能平静，第一次发现自己那么不懂事、那么固执、那么的不理解父母的良苦用心！那么的不应该———首先请听一位同学对父母的的心声：（一生上台朗读“给爸爸妈妈的一封信”）

食品安全教育班会教案小学篇四

班会背景：

当今社会中，一日三餐是人们必不可少的，然而人们就因为一日三餐中，餐桌上那些我们人身体必有的东西一但有什么对人体有害的东西，轻则会食物中毒，重则会死亡。因此必须指导学生学习一些有关食品安全等知识，使学生懂得安全的重要，在购买食品时要进行选择 and 鉴别。从而树立安全意识，从精神上远离安全隐患，加强自身的素质培养，使学生安全、健康地成长。

班会目的：

- 1、通过对食品中毒事故案例的介绍，让学生通过讨论等形式，认识到食品安全的重要性。
- 2、通过本次班会活动，增强食品安全意识，对食品能够进行选择 and 鉴别，从而健康成长。

教学准备：

ppt,准备相应的图文资料。

教学过程：

一、启发谈话

在猪流感病毒肆虐全球的时候，在这个流感多发季节，我们应该如何有效地遏制病菌，防止流感病毒入侵呢？专家认为，猪流感的传播途径与季节性流感类似，通常是手触摸了感染猪流感病毒的物品，再通过口鼻进入体内，所以我们应该增强食品安全意识，防止病从口入。

俗话说：民以食为天。一日三餐是人们生活中必不可少的。那么，同学们，当你平时享受那些花样繁多、种类齐全的'儿童食品时，你是否想到了安全问题呢？今天，我们这节课就来谈谈关于食品安全的这个话题。

二、得到启迪

(一)案例分析

1、自7月始，全国各地陆续收治婴儿泌尿系统结石患者多达1000余人，卫生部调查证实石家庄三鹿集团生产的婴幼儿配方奶粉受三聚氰胺污染所致。

2、203月20日下午，鸡西市和平小学、园丁小学、师范附小3所小学一些学生，因食用鸿鹄营养送餐厅供应的盒饭出现食物中毒症状。经查，鸿鹄营养送餐厅擅自超《食品卫生许可证》核准的许可范围加工凉菜，生熟食用具、工具混用，在加工过程中造成凉拌松花豆腐被变形杆菌污染，在分装和运输过程中凉拌松花豆腐又不同程度地污染了其他食物，引发了食物中毒。

3、年3月30日上午，湖北十堰张湾区东风公司46厂大门右侧的小博士幼儿园突发儿童食物中毒事件。截至3月31日，已有135人出现中毒症状，包括儿童128名，教职工7人，其中10名儿童症状较重。当地卫生部门诊断为亚硝酸盐食物中毒。

a.学生交流

b.教师总结

c.学生讲述自己生活中遇到的食品安全事故。

食品安全教育班会教案小学篇五

一、活动目的：

通过观看图片的内容，结合生活实例展开讨论，使学生认识毒品的危害，提高抵御毒品的能力，促进学生身心健康发展，养成良好的行为习惯，牢固树立“一生远离毒品”的信念。

二、活动准备：

禁毒宣传图片。

三、活动过程：

观察图片，让学生认识毒品种类。

结合自己所见所闻、生活实例，讨论青少年吸毒的主要原因。

（学生热烈讨论，分小组汇报讨论结果）

投影出示：（学生齐读）

吸毒的原因之一：精神空虚。

吸毒的原因之一：好奇心强，分辨是非能力差。

吸毒的原因之一：无辜上当受骗。

班主任：对毒品的危害，我们必须有非常充分的认识，增强防毒能力。为此，我们要做到：

- 1、在毒品面前不能存在一丝一毫的好奇心。
- 2、树立积极进取的人生观。
- 3、请注意交友及社会场合的选择
- 4、增强心理承受能力，战胜学习中的困难。
- 5、除了提高自身的防毒能力外，还应为全社会禁毒工作贡献。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

食品安全教育班会教案小学篇六

在县教科局文件精神指引下，学校政教处的安排下，本班

于周一下午第三节课召开了以“食品安全教育”为主题的班会，现将情况总结如下：

1、指导学生学学习一些有关食品安全等知识，使学生懂得安全的重要，从精神上远离安全隐患，加强自身的素质培养。

2、通过本次班会活动，增强学生的食品安全意识，对食品能够进行正确选择和鉴别，使学生安全、健康地成长。

1、教师讲述食品安全案例。

2、学生交流感受。

3、教师总结。

4、学生讲述自己生活中遇到的食品安全事故。

5、了解食物中毒的特点。

6、认识食物中毒的种类。

7、讨论日常生活中如何加强食品安全意识？

食品安全教育班会教案小学篇七

一、设计理念：

现实和未来都要求人们从小学会认知，学会做事，学会共同生活，学会生存。这些都与人的心理品质有关。可以说，如果没有较高的心理素质，就很难适应21世纪的激烈竞争。另外，现代社会的快速进步和发展也使得小学生的心理健康面临着更多更大的压力和挑战。社会的发展变化对学校培养的人才提出了更高的要求。

设计此次活动，旨在让学生懂得不但要有强健的体魄，有获取信息、加工信息和应用信息的能力，更要有健康的个性心理品质和良好的社会适应能力。

二、活动目标：

- 1、让学生知道在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免。
- 2、初步掌握战胜挫折的方法，培养学生战胜挫折的能力。
- 3、每个人都应该以积极、健康的心态正确对待挫折，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。

三、活动准备：

- 1、课件(名言、图片、音乐等)。
- 2、心理小测试题。心理专家牌子夹
- 3、学生带好笔。学生奖品
- 4、相应材料（4*55）
- 5、小花50朵，大花1朵

四、活动过程：

（一）快乐篇（学生绘画，背景音乐一）

导入，揭题。

- 1、师：同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

学生拿起老师为他们各自准备的一朵含苞欲放的花。（老师拿起花）

师：这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。（老师放下花）人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。

2、（点击课件，快乐篇）：大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花（要有花开过程的动感美）

师（手指画面）：花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花，你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。（点击课件，返回到主界面）

3、揭示主题：风雨后，花儿绽放得更美丽（教师口述课题，贴大花）

师：把我们的的心交给这句话，和老师一起慷慨激昂地说……（教师手指课题）

故事：如何战胜挫折（从海伦·凯勒身上得到启发） 课件：图片话语话

请学生回答。

那海伦看到了什么？（点击课件）老师请班里朗读最好的同学来读海伦凯勒的内心独白。

师：你读到了海伦的内心世界里了，这就是海伦心中看到的世界。一个盲人眼中的世界。让人心动，让人感动。

名人的故事激励我们积极向上，让我们再次认识了海伦姐姐，你一定感受很深，讲出来与大家共享。

师引导：海伦面对人生挫折，没有自暴自弃，选择了与命运

抗争，取得了成功。正因为如此（点击课件出示话）

6、教师小结：海伦姐姐，你不屈不挠的奋斗精神永远留在我们的心中。

师：接下来这个故事是老师听来的，听后，深深地打动了我的心。这是个关于帽子的故事。（点击课件）

7、听老师讲故事：苏珊的帽子学生交流，教师引导。

苏珊在担心什么呢？

苏珊为何轻松自如了呢？

你想对苏珊或他的老师或他的同学说些什么吗？

师：当别人遇到挫折时，应该伸出援助之手，帮助别人战胜挫折。

8、师：小组讨论，假如你的同学遇到挫折，你会教他一招战胜挫折的方法吗？

（点击课件）

战胜挫折解决的办法有：**a**□发泄法：打枕头，写日记……

b转移法：到外面玩，做别的事……

c□换位法：别人遇到此事，会怎样做……

d□安慰法：塞翁失马，焉知非福……

e□求助法：找人倾诉，寻找办法……

.....

教师根据学生的回答点击相应点，并引申拓展。

师：战胜挫折有那么多方法，如果你遇到了挫折，就可以用上这一招半势。

（四）彩虹篇

1、师：如果每次你都能战胜挫折，那挫折将成为你成长的宝贵财富，我们相信，风雨后，花儿绽放得更美丽！看！

2、（点击课件）女排姑娘的故事（三个阶段）音乐：《阳光总在风雨后》

师：中国女排重新登上世界最高领奖台，靠的是女排姑娘们顽强的毅力、奋力拼搏的精神和一次次不怕输的良好心理素质。听说教练和女排姑娘们最喜欢唱一首歌！

师：对！《阳光总在风雨后》

（五）升华篇

师：老师课前收集了一些关于挫折的名人名言。

1、点击课件：

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。——郑板桥

我觉得坦途在前，人又何必因为一点小障碍而不走路呢？——鲁迅

卓越的人一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。——贝多芬

学生朗读。读给自己，从你们的读中老师感到了你们战胜挫折的勇气和信心，为自己鼓掌！

2、名言是我们的指路明灯，激励自己勇敢地与挫折作斗争，

你能创作一句吗？送与好朋友共勉。拿出你的小花，请写上一句，并在末尾署上你的姓名，使此句成为你的名言。举一例后，互赠名言！

3、总结（背景音乐《阳光总在风雨后》）

师：成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何面对，要学会与命运抗争，笑着完成每一次作业，笑着面对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯，挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！

勇敢面对生活，有你、有我、有他，让我们共同面对。

（点击课件）听，熟悉的旋律又充盈我们的课堂，让我们在歌声中结束这节课吧！

5、师：同学们、亲爱的少先队员们，张开双臂，挥动手中的小花，一起哼唱这首歌吧！笑着拥抱挫折吧！

食品安全教育班会教案小学篇八

对学生进行用电、防火、防盗等教育，提高学生的安全意识，使学生学会一些自救的方法，让学生在遇到危险时能采取一定的措施，保护自己。

1、学生说说家里有哪些电器？（引起学生兴趣，因他们较熟悉。）

2、教师根据学生的回答及时教育：

现代家庭，随着生活水平不断提高，家庭中的电器也越来越多，给我们学习、生活带来了好多方便及乐趣。但是，假如我们没有掌握一定的用电知识，不注意用电安全，就会很危险。所以，我们不要出于好奇，自行拆卸、维修电器，不要私自拉或乱接电线和随意拆装电器。使用和操作电器要注意不能湿水，一旦电器出现故障，应立即截断电源。

1、提出问题讨论：

假如你发生火灾或看到邻居有火灾怎么做？（学生各自发表意见，说做法，对正确的肯定。）

2、根据讨论，结合《安全教育读本》向同学们补充一些防火知识。

首先：自己不能玩火。其次：发现火灾要想办法自救。再次：要知道报火警电话：119。还要注意有电的要及时切断电源，同时要听从救火组织统一安排。

结合现实生活中因游泳、玩水等引发的溺水事故，结合我们这些地方的天气和地域情况，要求学生不能私自到河滩、水库等危险地方游泳，即使是在游泳池也必须有大人陪同和严守规则。同时，发现有溺水事件发生要及时报告大人，不能自行下河、水库等救人，由于你们还不具有救人的能力。

进行防止高楼坠下、误服药物中毒等教育。

这节课我们主要学习了用电安全、防火安全、防溺水安全教育，今后我们还会学更多安全知识，这样对你们有很多的好处。

食品安全教育班会教案小学篇九

教学目标：

1. 了解校园安全隐患。
2. 掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。
3. 开展防灾应急教育。

教学重点：

掌握安全知识，培养学生“珍爱生命，安全第一”的意识。

教学过程：

同学们，生活就像早晨盛开的花朵，就像香甜的蛋黄派，就像水汪汪的葡萄。它既美丽又清新。因为有生命，我们才能享受生活的快乐，才能和父母幸福地生活。生命安全高于天，父母给你的生命只有一次，所以大家要珍惜生命，注意安全。今天，让我们都来学习如何保护这宝贵的生命，注意生活中的安全。

1. 上下楼梯和课间休息时需要注意什么？学生讨论交流后，老师总结。
2. 在集体活动中，你应该服从指挥，遵守时间，纪律，秩序和文明的语言。

不吃过期和腐烂的食物，并保留有毒药物(如农药、老鼠药等。)在一个安全的地方。禁止购买用竹签串成的食品：油重复使用，竹签易伤人，食品卫生无法保证，油炸食品有致癌物质。

行人和车辆要靠右行驶，靠斑马线过马路，注意过往车辆，红灯停绿灯行，遵守交通规则。

学生讨论：溺水原因主要有：不会游泳；游泳时间过长，疲劳；水中突发疾病，特别是心脏病；盲目游入深水漩涡。游泳要注意哪些问题？学生分组讨论。

老师总结:没有家长老师同意不要去;不会游泳的'大人不能陪;深水的地方不要去;我不想去河流和池塘。未成年人发现有人溺水,不能贸然下水施救。他们应该立即寻求帮助。在进行急救的同时,他们应该迅速拨打急救电话或停车,将其送往医院。

脱险的基本原则:保持冷静,趋利避害;学会自救和保护自己;想尽一切办法不断寻求帮助;记得随时报警求助:“119”-消防报警“120”-急救“110”-报警“122”-交通事故报警。

打电话的时候,把地点、相关信息、特色说清楚。

生活是美好的,生活是多彩的,而拥有这一切的前提是安全。所以,一定要时刻强化安全意识,努力增强自我防卫能力,做到警钟长鸣!

食品安全教育班会教案小学篇十

教学过程:

一、谈话引入:

同学们生活在幸福、温暖的家庭里,受到父母和家人的关心、爱护,似乎并不存在什么危险。但是,生活中仍然有许多事情需要备加注意和小心对待,否则很容易发生危险,酿成事故。下面就谈谈食品安全要注意什么:

1、正确洗手,是饮食安全第一步。

“湿、擦、搓、捧、干”,人人饭前便后不忘做,病菌不入口。

2、路边饮食、零食拒入口,疾病远离我。

- 3、不买包装不完整、标示不明的食品，不吃隔餐食品、牛奶。
- 4、购买眼睛、鳞片明亮有光泽、肉质有弹性、无腥臭味的鱼；呈粉红色具弹性的肉；绝不买头、脚部以及尾扇部变黑、头部快脱落的虾。
- 5、防交叉污染：买回家中的食物，应分类分区贮放；烹调时，生、熟食分开处理，保持餐具与食器清洁。
- 6、禽畜类食物先除去内脏、清洗，并依每餐份量个别包装存放冰箱；蔬菜去污、除烂叶，不以一般报纸(可用白报纸)包裹置冰箱内，防油墨食入体内有碍健康。

二、教育学生养成良好的食品卫生习惯。

- 1、够买食品时要进行选择 and 鉴别，不购买“三无食品”。就是没有商标的食品不能买；没有生产日期的食品不能买；没有厂址的食品不能买。天气炎热，微生物繁殖迅速，食品容易腐坏变质，一旦不注意易发生食物中毒，故烹调及保存食物时应特别注意卫生，尤其是厨房环境设施卫生、个人卫生及食品原材料调理都要注意。
- 2、除了服药预防外，食疗也是方便可行的选择。一根白萝卜、半个橘子皮、三片生姜、两段葱白、一绺香菜，煲汤全家喝，就能够达到增强呼吸道防护能力的作用。

三、发生身体不适怎么办？

- 1、立即停止食用可疑食品。
- 2、饮水。立即喝下大量洁净水，稀释毒素。
- 3、催吐。用手指压迫咽喉，尽可能将胃里的食物吐出。
- 4、用塑料袋留好呕吐物或粪便，送医院检查，以便于诊断。

5、出现脱水症状(如皮肤起皱、心率加快等)，应尽快将国毒病人送往附近医院救治。

四、小结：

喜欢零食是孩子的天性，但往往在吃得高兴的同时却忘记要看看食品是否过期，是否变质，因此就存在一个很大的安全隐患。请同学们在享受零食时记住要吃安全放心的食品。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、不吃腐坏变质食物、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。