

最新爱眼日国旗下讲话稿(优秀18篇)

公司宣传语是公司在推广产品、树立品牌形象时使用的句子或语段，它具有简短、凝练以及容易让人记住的特点，可以有效传达公司的核心理念和价值观。编写一句优秀的公司宣传语需要耐心和细心，多做调研和分析，不断优化和改进。创新驱动，引领行业 —— B公司宣传语范文。

爱眼日国旗下讲话稿篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

今天我在国旗下讲话的题目是《爱护眼睛、保护视力》。

当我们抬起头注视着鲜艳的五星红旗冉冉升起时，你们有没有想过：是什么让我们看到了这激动人心的情景对，是我们的眼睛！

眼睛是心灵的窗户，拥有一双明亮的眼睛是一件多么幸福的事情。我们每个人小时候都拥有一双明亮的眼睛，拥有过夏夜繁星闪烁的天空。可是渐渐地，由于读写姿势不当，用眼过度，许多人的视力不断地下降，蓝天不再明净，繁星变得一片朦胧。我想，大家一定不愿眼镜带来的不便伴随自己一生吧！

6月6日是世界爱眼日，虽然今年的爱眼日已经过去，但是我们每时每刻都应牢记保护眼睛。有资料显示，我国眼睛不好的人数居然仅次于世界第一的日本，因此也被称为“中国眼”。我国的盲人达到了500万，占全世界盲人总数的18%；而且每年约有45万人失明，这意味着几乎每分钟就会出现一例新的盲人。我国的近视率达到了1000万。保护视力刻不容缓，为此，我呼吁：为了你能继续拥有一双明亮的眼睛，为了你能拥有更明净的天空，每一位同学都要把保护眼睛的信念牢记心中，都要把爱护眼睛的要求落实到自己的日常行为中。为此，我建议大家

作到如下几点：

- 1、始终保持教室内充足的光线,光线不足时要及时开灯.
- 2、看电视和操作电脑时,要保持一定用眼距离和坐姿的端正.眼保健操要正确到位.
- 3、养成良好的读书写字习惯,读写姿势要端正,背部要伸直,颈部保持直立,做到“三个一”,也就是眼睛离书本一尺,手指距笔尖一寸,胸脯与桌子隔一拳.不正确的握笔姿势和不良的读书习惯要随时纠正.走路和乘车时也不要看书,不要躺着看书,不在光线过强或过暗的地方看书.
- 4、保证充足的睡眠.充足的睡眠是消除疲劳,恢复学习能力的重要原因,也是保持身体健康的主要因素.
- 5、多做户外运动,经常远眺,使眼睛得到休息,调节视力,解除疲劳.
- 6、不偏食,多吃奶制品,鱼蛋,肉等,少吃糖果和含糖高的食品,合理的安排我们的饮食结构,从饮食中获取充分的营养物质.多吃蔬菜,尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品.

做到以上6点并不难,只要同学们自觉执行,只要老师们随时提醒,及时纠正,我相信,同学们一定会拥有一双更清澈,更明亮的眼睛,一定会拥有一片更广阔,更明净的天空!

爱眼日国旗下讲话稿篇二

责任是每个人都有的,不是说我还小我就没有什么责任;也不是说我已老去,是一个即将逝去的人所以我现在没有什么责任,其实不是只要你生活在这个世界上,那么你就存在着责任。

从我们来到这个世上开始,就注定了我们的责任,在生活中

我们不只是只有享受，在享受的同时我们也承担着相应的责任。

我们出生时还是一个什么都不懂的小孩，那时的我们会有什么责任呢？那时我们的‘责任就是长大；到达上学年龄的我们，享受着国家的教育资源，那时我们的责任就是好好的学习，长大以后好好的报效祖国；当我们成年以后，我们的责任就是养家，奉养自己的父母，回报父母为我们所付出的所有；当我们老去时，我们的责任就是安排好自己生后的事，享受生下的余光。

责任伴随着我们的一生，我们到来有着责任欢迎，我们的离去，有着责任的送行。

爱眼日国旗下讲话稿篇三

今天是第xxxx个“全国中小学安全教育日”，主题是“强化安全管理，共建和谐校园”。

校园安全与我们每个师生密切相关。它关系到我们学生能否健康成长，能否顺利完成学业；它关系到老师能否在一个宁静、安全的环境中教书育人。因此，校园安全是我们校园生活的基础和前提。所以校园安全必须长抓不懈，落到实处。为了进一步做好我校的安全教育工作，在此我向全体师生发出倡议：

- 1、要有高度的安全意识，充分认识到安全工作的重要性和紧迫性。老发现有安全隐患，要及时向学校汇报，防患于未然。
- 2、要注意心理安全。青少年时期容易冲动，容易感情用事，因此，同学间遇到矛盾时，一定要冷静、理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良后果，要以平和的心态处理自己面对的困难。

- 3、在各项运动中要注意安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，防止运动受伤。
- 4、要注意食品卫生安全。
- 5、要注意教室的安全。离开教室前一定要关好门窗，不能让小偷有机可乘。
- 6、要注意交通安全，一定要严格遵守交通规则。
- 7、注意实验课的安全，在上实验课前一定要认真听老师讲解注意事项，做实验时要严格按照要求来做。
- 8、不在走廊踢球，打闹，上下楼梯不互相推操。
- 9、在寝室注意防火、防盗，注意安全用电。

爱眼日国旗下讲话稿篇四

老师们、同学们：

冬季是安全事故的多发季节，所以今天我想给大家讲一讲冬季安全的问题，希望能引起全体同学的高度重视，在安全方面不能大意，不能存在任何侥幸心理，因为只要出现安全事故，就会造成难以弥补的伤害。安全问题一定要做到万无一失，否则一失万无。因此，向全体同学提出以下几点建议。

同学们要适时增加衣服、穿好棉鞋棉袜，戴好手套、帽子等，防止冻坏身体、冻伤手脚。冬季室内外温差大，同学们为了防寒，往往长时间将门窗关闭，这样，教室内空气不流通，容易滋生蔓延各种疾病，因此要求同学们利用班空打开门窗通风换气，防止各种传染性疾病的发生。通风时间可以定在上午课间操和下午阳光体育时间，同学们去上操，值日生同学把教室内所有门窗打开。

首先要注意骑自行车的安全，尤其是在雨雪、雾天，同学们在骑车时，一定要更加小心，精力要集中，慢骑车，与前面的行人、车辆保持较大距离，以便应对突发情况；要走非机动车道；尽量穿颜色鲜艳的外套，引起司机的注意；过路口时要下车，推车过马路；下雪天，选择雪层浅的平坦路面，不要急刹车，急拐弯，防止因惯性摔倒；跑校生不要骑电动车；晚上下晚自习后，家远的同学可以让父母来接一下；其次乘车时，要注意观察车况，不要乘坐安全无保障的车辆，不要乘坐“三无”车辆，不要乘坐超员车辆，以防出现安全事故。

首先冬天穿鞋要讲究。路面容易结冰，最好穿保暖、防滑性好的鞋子，或者抓地较好的运动鞋，而且应尽量稳步前行，以防发生事故。其次，楼梯和楼梯口处遇到雨水或积雪容易结冰，同学们在进出楼时容易滑倒摔伤，因此，应注意及时清扫楼梯和门口的雨水或积雪，同学们也要注意不要把水倒在教室和宿舍门口，防止门口结冰。再者，下雪时不要打雪仗，更不要把积雪带入教学楼，防止地面打滑，增加摔倒的几率。还有，早晨不要拖地，尤其是走廊和楼梯，同学们拖地的时间可以定在下午上课前，每天拖一次地即可。

临近年末，高校学生放假回家，外出务工人员返乡，社会上人员比较复杂，容易发生一些意想不到的事情，使同学们的人身、财产受到伤害。因此，希望同学要学会自我保护。首先在校期间不要跟不熟悉、不认识的人离开校园。同学们也不要私自外出，外出时，一定要向班主任老师请假，说明理由，凭请假条，在校门口登记后方可离开。同学们不要领着校外人员到我们的校园里来，绝对不要在宿舍里留宿校外人员。

生命只有在安全中才能永葆活力，幸福只有在安全中才能永具魅力。在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸；在安全的问题上，我们必须防范在先、警惕在前；在安全的问题上，我们必须人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全。只有这样，

才能为我们的生活筑起安全的长城。

我的发言完毕，谢谢大家。

爱眼日国旗下讲话稿篇五

各位老师、同学们：

大家早上好！

今天是3月30日，是第xx个全国中小学生安全教育日，3月30日至4月3日，是第x个xx省学校安全教育周，主题为“xx”□

据了解，我国每年大约有1.6万名中小学生因交通安全、食物中毒、溺水等非正常死亡，平均每天有40多人，相当于每天消失一个班。调查发现，安全事故已经成为14岁以下少年儿童的第一大死因。同时专家指出，通过安全教育预防，80%的意外伤害事故是可以避免的。因此，同学们要记住以下五点：

- 1、注意交通安全。按时放学回家，不在外逗留。小学生骑车上学。
- 2、注意饮食安全。不在校门外的流动摊点购买无牌、无证、无保质期的食品，以防中毒。
- 3、注意在教室里的安全。上下楼梯要轻声、慢步、靠右行，不能在楼梯、楼道上追逐打闹；进校后不要外出，有事外出必须请假。
- 4、注意活动安全。课间严禁追逐打闹，以免受伤；同学间遇到矛盾，一定要冷静理智，自己不能处理的事要请求老师的帮助，不要动手动脚。
- 5、注意外出安全、交友安全。学会自护自救，掌握基本的防

护知识和逃生本领，记住家长、老师的电话号码和急救电话，要远离网吧或营业性娱乐场所，不和社会上怪异的陌生人交往。

安全重于泰山，重在自我保护，同学们要学习安全知识、增强安全意识、提高防范能力。安全自护，从我做起，从小做起。

爱眼日国旗下讲话稿篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

就在上周五下午的3点45分，一个平常的周末，某小学的师生们正开开心心地准备放假回家。可就在这时，一名10岁的小学生在校内被校车撞倒，随即被送往医院抢救，但因伤重抢救无效死亡。目前事故还正在调解处理中。一瞬间，一个活泼好动的孩子从此消失，两个家庭随之改变。交通安全是学校安全的一个重要方面，今天我们就来讲讲有关安全问题。

首先是交通安全。我们上学、放学途中和校外活动等，都离不开交通。车祸猛于虎，每天总有人因违反道路交通安全法规而发生交通事故造成伤亡。去年10月12日早晨5点40分左右，高中高三的一位女生在她妈妈用电动车送往学校的途中，被一辆白色的依维柯撞倒，两人当场死亡。据有关数据统计，涉及非机动车的事故，在交通事故总量中占比达到48.6%，其中85%以上是非机动车方须负担“主要以上”的事故责任。现在我校一些男生骑行的电动摩托车，速度太快，危险更高。

被车压扁了还能站起来，那是动画片里的人物。人的生命只有一次，因此，我们每一位同学都应该提高保护意识，遵守交通法规。在校内，上下楼梯靠右走，轻声慢步讲文明，遵守秩序防踩踏。在校外不闯红灯，过交叉路口，要注意来往

车辆；上下学途中或外出活动不嬉戏打闹、互相追逐；骑车不听耳机，不带人，不飞车，电动车最高时速不应大于20千米，骑乘电动车时戴好头盔，经常检查使用的车辆状况，及时消除安全隐患；不要坐报废车、无证无牌等“黑车”、“病车”和超载车辆；进出校门时一定要下车推行。同时我们还要教育家长文明行车，尤其是上学或放学期间不在马路中央随意调头，以免影响交通；在节假日汽车开进校园时，务必减速慢行。我们不仅是交通的参与者，更要成为文明交通的使者。

在这里也特别提醒我们每一位教职工，为保证校园里师生安全，在学生用餐、自由活动期间或上午课间操、下午活动课期间，所有汽车不得穿越篮球场。在其他区域行车，必须减速慢行，确保安全。

在运动安全方面，同学们要提高防范意识，属于特异体质的，应及时书面告知学校或班主任老师，以避免在正常的教育教学活动中受到伤害。运动前要充分热身，体育课要听从教师的安排，活动课要注意防止激烈冲撞。

在饮食安全方面，同学们要做到不买外卖。一是学校附近的外卖，多是些小作坊，没有正规的卫生防疫，有些外卖闻起来香，实质上制作环境脏乱差，人员安全意识淡，容易引发食品安全问题。二是同学们购买外卖，会让商家变本加厉，不择手段，趴在围墙边，站在梯子上，极大地损害了学校形象。甚至有少数外卖人员爬墙进入校园，引发校园安全问题。

在防控传染性疾病上，近期气温多变，气候干燥，是流感、水痘等传染病的高发季节，要特别注意预防流感。同学们要根据气温变化适当增减衣物，加强体育锻炼，增强抵抗力；教室内要注意通风换气，下课后打开门窗通风。同时清扫周围环境和搞好室内卫生，注意多饮水，一旦出现发热、头痛、呕吐等症状，应及时就医。

在财物安全方面，同学们要注意防盗，要交的费用尽早上交，过多的现金可以存到校园卡上，校园卡遗失后要及时挂失；平时不把现金和贵重物品放在教室和宿舍里。

在消防安全方面，同学们要注意熟悉各场所的消防逃生线路，学会自保自救。特别要批评的是上周在高二的一个宿舍发现，有同学私自拆开电源盒，使用电吹风。违规用电可能危及本人生命，在宿舍使用电吹风更可能引发火灾，危及他人生命财产安全，这是极其危险的违规行为。今后一经发现，一定从重处罚。

老师们，同学们，安全责任重于泰山。我们理当安全永记心中，积极发现并消除安全隐患，努力共建平安校园。

爱眼日国旗下讲话稿篇七

各位同学各位老师：

人的生活中，处处离不开交通，时时刻刻在交通之间徘徊，也许，一刹那的疏忽，会给你带来终身的遗憾。所以，为了朋友，为了家人，为了自我，我们应当遵守交通，做一个知法、守法的好公民。

在日常生活中，许多人不注意交通安全，而鲁莽行事，司机驾驶着汽车一跃而过，在那飞奔的过程中，留下了什么，只留下了飘扬的尘埃吗你是否看到身后隐藏着莫大的恐惧与伤感；喝醉的司机在“晨曦”的朦胧中颠着，昏昏沉沉中，没有任何思想的你，怎能冒如此险。当我看见“司机一滴酒，亲人一行泪”的标语，我为你们的无知而深感惭愧，难道在你们心中，它就是一张白纸吗只代表着空虚吗这使我陷入了沉思！

以往，在一个炎夏里，一个小男孩为了捡一个心爱的小球，不顾一切的直奔马路中央，也许，他还小，单纯的思想并没

想到那可悲的后果，真是不幸，一辆卡车飞奔而来，把他压得粉身碎骨，把他永远压在土地深层，父母的泪犹如倾盆大雨，从天而降，又有谁能够听到他们的呼唤，上天是仁慈的，同情之心油然而生，可又能怎样，仅有无可奈何的哀叹，忍受着痛苦，真是可悲啊！一辆载重汽车由于超载，以至被滚下那万丈深渊，那轰隆声回响山谷，可那位年轻的司机却抛弃一切毫无声息的走了，走得那样伤感，那样的悲痛。

那一件件血淋淋的事实在我们的眼前一闪而过，可那悲痛的情景却铭刻于心，那是血的挣扎，那是痛苦的泪痕，那是同情的目光。在一次次恶剧不断重演之时，我们是否有所体会，难道不应当为此而珍惜宝贵的生命吗也许他们死不瞑目，在黑暗中，那哀叹永不停息。也许，他们在告诫我们：应当注意交通安全，珍惜拥有。这是他们唯一的话语，这是他们一生中最为精典的佳话。他们已深深领悟到生命的脆弱与顽强，它取决于你对它的`珍惜。

遵守交通，注意交通安全，这是全人类的呼唤，大家没有理由，仅有职责，有为全人类生活美满幸福的职责，这便是大家唯一的准则。

亲爱的同学们，朋友们，珍惜自我的生命吧，做一个合格的公民，遵守交通安全、交通法规，让幸福永远伴随着我们，在那时候，你将会明白交通安全的重要性与对于生命的垄断，为了一切，让我们共同为交通事业而努力、共同欢呼、共同为祖国取下最为灿烂的一页，让那交通的泪痕永不渗出，在那张白净的脸上露出幸福的微笑！

爱眼日国旗下讲话稿篇八

各位同学各位老师：

“安全”这两个字，经常说，教师也说，父母也说，都快听腻了。可是我们真的做到了吗？让我们看看不把“安全”二字

放在心中会有什么结果。

在某繁华的商场，顾客云集。一个站满人的手扶电梯出了故障，突然停了。这一停可就惨了呀！因为是向上行走的电梯，就象一个正在快速开动的客车突然急刹车一样，人们先是随着惯性向前倾斜一下，跟着就全部失去平衡重重的往后倒下。一层层的压在刚上电梯的人的身上。有位妇女意识到可能会压到后面的人，立刻抓住了扶手。虽然她把扶手当救命稻草抓了一下，但还是造成了轻伤。当我看到左边的图片时（电脑制做的模拟图片），比看恐怖小说还要恐怖百倍。被压在最下头的人因为压迫到内脏，嘴里吐出了鲜血。跌到的人和被压的人叠起来足足将近有一个书桌那么高。死亡的人里有几名是男童。

这个故事是真实的。这样的事故让人们心里有些发毛，直打抖。事故中不光有电梯的“错”，也有人们安全意识淡薄的“错”。既然电梯是在大型商场里，各项指标都要检验合格，严格把关。人的生命仅有一次，难道赔偿能让人起死回生吗？如果楼房的安全都象这样，后果真是不堪设想。

被人抢劫往往发生在环境偏僻的地方。因为在那些地方，匪徒往往打劫单独行走的人。所以放学后，同路的同学能够约在一齐回家。然而有些同学因为对方是女生（或男生）怕被人看见，说闲话而放弃了。我觉得安全比“被人闲话”更重要。

不管怎样，“安全”应放在第一位。没有安全，你再健康也没有保障；没有安全，再有钱也没处花。因为人的生命仅有一次，我们应当时刻提高警惕。其实安全隐患就在身边，许许多多，让我们一生与安全同行。

爱眼日国旗下讲话稿篇九

老师，同学们：

大家早上好！

这个星期三是6月6日，可能大家还不太知道，它是“全国爱眼日”。今天我国旗下讲话的题目就是“像爱惜生命一样爱护眼睛”。

为什么要设立这样一个节日呢？因为目前青少年近视问题形势十分严峻。据卫生部、教育部的联合调查显示，目前我国学生近视发病率接近60%，居世界第二，而人数高居世界第一。

眼睛是心灵的窗户，人人都有一双明亮的眼睛。这双眼睛可以看到五彩缤纷的大千世界，但现在，清晰的视野离我们越来越远。这是因为许多同学没有作息地用眼，不顾卫生地擦拭眼睛，不注意距离地看电视、用电脑、看书等等。也许有的同学错误地认为“只要我学习好，视力不好戴眼镜就好了。”；更有甚者认为戴眼镜是有知识的象征。但现实生活告诉我们：一旦患了近视，戴眼镜会给学习和生活带来很多不便。例如在参加体育活动的时候，打篮球或踢足球时，打破眼镜甚至伤及眼睛到医院做手术缝合是常有的事。戴上眼镜如仍不注意用眼卫生，常会使视力下降加快，形成高度近视，甚至失明。而且患高度近视的同学在将来考大学选择专业和将来工作择业都会受到限制。

那么该怎么保护我们的视力呢？

第一、就是少看电脑和电视。有人会问：“我不看电脑电视能做什么呀？”可以多做运动、结交朋友，生活丰富了，我们的收获也会更加丰富。或许你能成为打球高手、游泳健将、钢琴王子、芭蕾公主等等。据说，打乒乓球是“最好的防近视运动”，同学们可以课余时间多打打乒乓球。

第二、做到“三个一”：一尺、一拳、一寸，每天学校的眼保健操也要坚持做，下课时，多看看绿色植物，看看远景。

第三、饮食也可以帮助大家保护眼睛。胡萝卜是大家熟知的保护视力的食物，番茄、菠菜、蛋黄也很好。

这些方法其实同学们多多少少都有所了解，在家父母也经常提醒吧。我想爱护眼睛贵在坚持，持之以恒地做到这几条，你的眼睛会一直像星星一样闪亮。人们都说：“眼睛是心灵的窗户。”我也送给大家一句话：“黑夜送给我黑色的眼睛，我却用它来寻找光明。”让我们打开心灵的窗户透透气吧，让阳光照进来，让我们的生活一直美妙！

爱眼日国旗下讲话稿篇十

老师们，同学们：

早上好！

眼睛是“心灵的窗户”，每个人都想拥有一双明亮的眼睛。然而，统计结果表明，我国约有盲人500多万，低视力者600多万，儿童斜弱视者1000多万。卫生部、教育部的联合调查显示，目前我国学生近视发病率接近60%，居世界第二，而人数高居世界第一。

这意味着，在我们中间，每10个同学差不多就有6个要成为近视患者。

我听到大家一片惊叹声，是啊，这样的一种情形，几乎可以用“可怕”来形容了。正因为眼睛如此重要，而在我国眼睛疾病又如此严重，1996年，卫生部、教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日列为国家节日之一，并确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

关于爱眼，我们应该做些什么呢？

第一、少看电脑和电视。不是禁止完全不碰，一呢少看，二

呢注意休息，让眼部肌肉能有机会放松。有人会问：“我不看电脑电视能做什么呀？”可以多做运动、结交朋友，生活丰富了，我们的收获也会更加丰富。或许你能称为打球高手、游泳健将、钢琴王子、芭蕾公主等等。

第二、做到“三个一”：即手指距离笔尖是一寸，眼离课本一尺，胸口离桌子一拳。每天学校的眼保健操也要坚持做。

第三、饮食也可以帮助大家保护眼睛。胡萝卜是大家熟知的保护视力的食物，番茄、菠菜、蛋黄也很好，最近还有专家发现，甜食是少儿视力下降的罪魁祸首，所以提醒大家控制甜食不要过量。

这些方法其实同学们多多少少都有所了解，在家父母也经常提醒吧。我想贵在坚持，持之以恒地做到这几条，你的眼睛会一直像星星一样闪亮。人们都说：“眼睛是心灵的窗户。”我也送给大家一句话：“黑夜送给我黑色的眼睛，我却用它来寻找光明。”让我们打开心灵的窗花透透气吧，让阳光照进来，让我们的生活一直美妙！

我的国旗下讲话毕，谢谢大家！

爱眼日国旗下讲话稿篇十一

大家早上好！

今天是第xxxx个“全国中小学安全教育日”，主题是“强化安全管理，共建和谐校园”。

校园安全与我们每个师生密切相关。它关系到我们学生能否健康成长，能否顺利完成学业；它关系到老师能否在一个宁静、安全的环境中教书育人。因此，校园安全是我们校园生活的基础和前提。所以校园安全必须长抓不懈，落到实处。为了进一步做好我校的安全教育工作，在此我向全体师生发

出倡议：

- 1、要有高度的安全意识，充分认识到安全工作的重要性和紧迫性。发现有安全隐患，要及时向学校汇报，防患于未然。
- 2、要注意心理安全。青少年时期容易冲动，容易感情用事，因此，同学间遇到矛盾时，一定要冷静、理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良后果，要以平和的心态处理自己面对的困难。
- 3、在各项运动中要注意安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，防止运动受伤。
- 4、要注意食品卫生安全。
- 5、要注意教室的安全。离开教室前一定要关好门窗，不能让小偷偷有机可乘。
- 6、要注意交通安全，一定要严格遵守交通规则。
- 7、注意实验课的安全，在上实验课前一定要认真听老师讲解注意事项，做实验时要严格按照要求来做。
- 8、不在走廊踢球，打闹，上下楼梯不互相推操。
- 9、在寝室注意防火、防盗，注意安全用电。

爱眼日国旗下讲话稿篇十二

各位同学各位老师：

安全是什么安全就是爱护和保护人的生命不受损害。安全是

一种尊严，它既是对他人的尊重，也是对自我的尊重。安全是一种礼貌，是时代的提高、社会的发展和人的整体素质的提高。安全是人生幸福的港湾。有了安全，才有欢乐和温暖，有了安全，才会拥有美丽的人生。

安全，是多么完美的字眼，如同温馨一样，让人倍感亲切、踏实。然而，在现实生活中，却常常发生许多触目惊心的事故。事故的发生有客观的原因，但更多的却是人为的原因而造成的。不注重安全宣传，不注重安全生产，不注重安全操作，使得多少生灵涂炭，多少幸福家庭惨遭不幸。

安全靠什么安全靠责任心，在工作的每一分钟、每一秒钟，安全隐患随时都可能像凶残的野兽张开血盆大口，盯着我们脆弱的肉体，麻痹我们的神经。仅有强化安全意识，增强责任心，安全生产才不受威胁，仅有增强责任心，安全才有保障，生命才会美丽。

所以，把安全“印”在心中，是我们必须坚守的神圣职责。把安全印在心中，时刻绷紧安全这根弦，让安全生产、安全经营、安全工作切实落实到实处，从身边的小事抓起，把一切隐患消灭在可能出现的萌芽之前，让我们的生产、经营和各项工作都处于一个安全的环境之中，让我们的生活充满更多的笑容和欢乐。

对于安全生产，我一向以为安全和生产是同等的，但此刻明白，更重要的还是安全，首先应当是安全的生产，然后是生产的安全。我们是在生产一线的工人，我们的生产关系到国家建设的命脉，所以不能因为安全而误了生产，更不能因为生产而误了安全，生产与安全对于我们来说，对于我们的国家来说，都是一样的重要。因为安全而造成的生产停滞对于企业是不可弥补的损失，而因为生产造成的安全问题对于我们的工厂、我们的同事、我们所有的人来说都是可怕的。

安全，是我心中一个朴实的心愿。要搞好安全，真正做到安

全为了生产、生产必须安全，除了严格按照各项安全操作规程规定作业外，最重要的一点就是要“自我管住自我”。事故往往就在工作走神，思想溜号，违章操作的情景下找上门来。出了事故，单位受损失不说，自我轻则受皮肉之苦，重则缺胳膊少腿，甚至连生命都没有了，家人还要为你承担痛苦与不幸。生活是完美的，家庭是温暖的，何必为一时之错、一念之差，付出如此沉重的代价为此，还要重复那句话：“若珍惜自我的生命，请自我管住自我”。

思想工作是一切工作开展的源头问题，我们仅有从思想上提高认识，才能使工作开展的有声有色。安全生产一样是这样，要让大家认识到安全生产对于一个工厂、一个行业的生产活动的重要性，意识到安全生产对于生命的重要性、对于家人的重要性。这说起来似乎是一件很简单的事情，可是做起来可能会很难，因为，每个人都有自我的惰性，刚开始可能真的会意识到这个问题是多么的重要，可是时间长了就产生麻痹思想，就松懈了，问题也就在这个时候出来了。所以，这也就要求我们理解更多的思想教育，要求我们不断的给自我充电，不断的强化思想上的认识，在工作中时时刻刻提醒自我，时时刻刻给自我敲警钟，认真分析危险点预控，仅有这根弦绷紧了，才能从根本上解决开展所有活动的意识问题。

“安全职责，重于泰山！”是啊，这个职责，不仅仅关系着我们的企业，更与我们自我息息相关！我们要明白，没有安全，企业就谈不上发展；没有安全，也谈不上我们个人的生存；没有安全，我们的幸福，我们的未来又从何而来呢为了我们的企业，为了我们的家庭，为了我们自我，请把你的安全思想牢牢树立。我相信，只要每个人都做到爱岗敬业，忠于职守，牢固树立安全意识，就必须能把好我们的安全关！

爱眼日国旗下讲话稿篇十三

同学们，老师们：

大家早上好！本周有全国爱眼日，今天我国旗下讲话的内容是爱护眼睛。

这个愿望却离我们越来越远：长时间地看电视、玩电脑，过度地使用眼睛，周边环境的辐射、污染，都使我们的视力在逐年下降，眼镜已经架在了我们的鼻梁上，眼胀、流泪、头痛等症状也如影随形地追着我们，厚厚镜片在时刻告诫我们：爱护眼睛，刻不容缓。

曾经看过一篇文章，讲的是在一个万紫千红的春天，一位双目失明的老人坐在马路边，手拿木牌，上面写着“我什么也看不见”。同学们，什么也看不见，那是什么样的感觉，是不知道光明的感觉，是分不出色彩的感觉，是辨不出路在何方的感觉，是失去了才知道宝贵的感觉。所以，请从现在开始保护好自己的眼睛，做到五坚持：坚持体育锻炼、坚持卫生用眼，坚持定期检查，坚持充足睡眠，坚持合理饮食。

今天我为大家演讲的题目是《爱护眼睛，珍惜光明》。每年的6月6日是世界爱眼日，我们大家经常说眼睛是心灵的窗户，是我们人体不可缺少的一部分，试想如果有一天我们失去了这宝贵的“心灵之窗”，那么我们的眼前将是一片黑暗，再也看不见那美丽的颜色，在别人嬉戏时自己却只能在旁边听着那欢声笑语，那时我们的世界将是如何的灰暗。那种感觉是多么孤独、多么无助啊！

正如海伦凯勒在《假如给我三天光明》一书中写的，她希望拥有三天的光明去感知这个世界，使她熟悉身边的一切，海伦想看到的事物实在是太多太多了。三天光明，对于常人来说只是人生的短暂一瞬间。而对于双目失明的海伦来说，却是可想而不可及的。同样，视力的减弱，也会给我们的学习和生活带来许多的不便。目前，据中国、美国、澳大利亚合作开展的防治儿童近视研究项目前期调查显示，我国人口近视发生率为33%，全国近视眼人数已近4亿，已经达到世界平均水平22%的1.5倍。而近视高发群体——青少年近视发病率

则高达50%至60%，我国是世界上近视发病率最高的国家之一，近视眼人数世界第一。近视已经成为影响我国人民健康的重要问题。

假性近视也是同学们经常遇到的问题，由于长期看近物，引起眼内肌肉调节痉挛，在看远时仍有部分屈光度未放松，因而远视力降低，而近视力正常。患假性近视如果不防不治，让眼睛长期处于过度调节状态，久而久之，可能有一部分假性近视成为真性近视。假性近视可以治疗，千方百计设法使之看远，放松调节，是治疗假性近视和预防真性近视的根本措施。

大量的医学研究证实，随着近视度数加深，各种眼病的发生率将显著增加，像黄斑变性、视网膜脱离等，特别是高度近视更容易引起上述并发症，严重的可以致盲。学生近视，将影响中国高素质人才职业的筛选，缩小不少特殊职业人员的选取范围，它甚至成为高中生高考健康体检专业受限的首要因素。近视和其他的高危疾病不大一样，它并非是突发性的，而是渐进性的，是可以预防的。

爱眼日国旗下讲话稿篇十四

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天是六一国际儿童节。在这里首先祝我们初一的同学们节日快乐！同时也祝我们初二初三年级的同学们同样节日快乐！还有我们的老师们，虽然我们已过了过六一的年龄，但希望每一位老师和同学不管到了什么年龄，都能常保一颗童心，心里永远年轻！

这个周六——即6月6日，是国际爱眼日。1996年，国家卫生部、

国家教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

眼睛对我们每一个人来说都是至关重要的。想象一下，如果我们眼前是一片黑暗、什么也看不见，那该是多么可怕的一件事情！人们常说眼睛是心灵的窗户，但是现在有很多人由于不懂得科学用眼、爱护眼睛，心灵的窗户已经变得一片朦胧。有资料显示，我国眼睛不好的人数居然仅次于世界第一的日本，因此也被称为“中国眼”。我国的盲人达到了500万，占全世界盲人总数的18%；而且每年约有45万人失明，这意味着几乎每分钟就会出现一例新的盲人。我国的近视人数达到了1000万。保护视力刻不容缓，为此，我建议大家做到如下几点：

一、“一好”认真准确做好眼保健操，注意眼睛卫生。

二、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部要伸直，颈部保持直立，做到“三个一”，眼离本一尺远，手距笔一寸高，胸离桌一拳头。

三、“三不”：不躺着看书，不在行进中看书，不在光线暗弱或过强的地方看书、写字。

四、看电视和操作电脑时，要保持一定用眼距离和坐姿的端正。

五、保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳，恢复学习能力的重要原因，也是保持身体健康的主要因素。

六、多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

七、不偏食，多吃奶制品、蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维

生素的食品。少吃垃圾食品，从饮食中获取充分的营养物质。

做到以上几点并不难，只要同学们自觉执行，我相信，同学们一定会拥有一双更清澈、更明亮的眼睛。

爱眼日国旗下讲话稿篇十五

各位同学、老师大家好：

今天我国旗下讲话的题目是《关爱眼睛》。

我们每天都与书本打交道，若不讲究用眼卫生，就很容易视力不良。每学期的第三周定为“防近周”，就是希望通过“防近周”开展一系列活动，引起大家去关注、去保护自己的眼睛，教育局每年也将对全县中小学生体质健康状况进行年度抽测，并将抽测结果纳入《中小办学水平评估方案》，视力就是其中的一项指标。由此可见，我们学生的视力问题，越来越受到大家的重视。让我们每个人从现在做起、从我做起，养成良好的用眼习惯。因此，我建议大家平时要注意以下几点：

1. 读书写字姿势要端正，连续看书、写字半小时左右要休息片刻，或向远处眺望一会。
2. 看书与写字时，光线应适度，不宜过强或过暗，光线应从左前方来，以免手的影妨碍视线。改正不合理的用眼习惯，如趴在桌上、歪头看书或写字，躺在床上看书，吃饭时看书，这些不良习惯都会使眼睛过度疲劳，降低视力的敏锐度。
3. 写字时，眼距书本一尺，胸距桌前缘一拳，手食指距笔尖一寸。
4. 避免眼睛疲劳的最佳方法是适当休息，切忌连续用眼。每隔1小时至少让眼睛休息1次。

5. 养成多眨眼的习惯。通常情况下，一般人每分钟眨眼少于5次会使眼睛干燥。不用脏手揉眼睛，不要看字迹太小或模糊的书报，写字不要写得太小。

6. 纠正偏食、挑食的不良习惯，多吃一些蔬菜和粗粮，这些食物对视力有益。

7. 平日里要加强体育锻炼，如跑步、做广播_、打球、踢毽子等。此外，眼保健_也是预防近视眼、自我保健的好方法，可以在读书写字的间隙做眼保健操，以起到解除眼疲劳的作用。

爱眼日国旗下讲话稿篇十六

敬爱的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天我国旗下讲话的题目是爱眼护眼，远离近视。

眼睛是心灵的窗户，帮助我们认识世界，学习知识，如果我们近视了，看东西将是模糊的，而且高度近视有可能导致失明，那时你的眼前将是一片黑暗。据统计，我国高中学生近视率已达90%，初中已达70%，小学高年级近视率有的高达50%。在众多的近视患者中，除少部分人是遗传因素引起的，大部分是后天用眼不当造成的。不良用眼习惯是青少年形成近视眼的罪魁祸首，主要原因是读写姿势不正确，长时间看电视、上网，在室内玩小玩具，缺少室外活动。要想拥有一双明亮的眼睛，请同学们从以下几点做起：

1、注意营养、不挑食

眼球发育需要充分、全面的营养。蛋白质或维生素的缺乏都会成为近视的诱因。为保证眼球的正常发育，平时要平衡饮食，合理营养。少吃糖果和高糖食品，多吃富含维生素的新鲜蔬菜、水果、动物肝脏以及富含高蛋白的鱼、肉、奶等。

2、改善照明、端正坐姿

最理想的光源为自然光源，光线好的时候，我们尽量不要开灯。开灯时要把室内顶灯和台灯同时打开，台灯最好要用25瓦白炽灯。

读写姿势要端正。眼离书本1尺，笔尖与手指距离一寸，胸距离桌子约一拳，这个距离符合眼的调节生理机能，能减轻眼睛的疲劳。

要保持良好的读写姿势，还要注意：

不要在直射阳光或暗弱光线下读书、写字；不要躺在床上或趴在桌上看书；

不要边走边看书，更不要在晃动的车厢里看书。

3、节制看电视、用电脑

看电视要有节制，距离要适当，和电视的距离为3米以外。使用电脑的距离保持在50—70cm左右，看电视、用电脑的持续时间不要超过半个小时。

4、经常望远，做好眼保健操

积极参加户外活动，经常眺望远处，放松眼睛，如可以眺望远处的树木或建筑物，也可以在夜晚辨认那满天的星斗。

坚持做好眼保健操能够消除疲劳，增强眼部血液循环，放松眼肌，对近视的防治有积极的作用。

让我们行动起来，保护视力、远离近视！

爱眼日国旗下讲话稿篇十七

尊敬的各位x□老师们、同学们：

下午好！

今天我们即将迎来了第__个“全国爱眼日”，自1996年，国家卫生部、国家教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并重新确定每年6月6日为“全国爱眼日”，对其关注提高到全新的高度。

__年全国青少年健康体质调查，我国学生平均近视率：小学20.2%，初中48.2%，高中71.3%，大学73.0%，__年初中生近60%，高中生76%，大学生83%，较__年显着提高，而且发生年龄提前，程度加重。根据__年中国、美国、澳大利亚合作开展的一项防治儿童近视研究项目前期调查显示，中国人口近视发病率为33%，全国近视人数已近4亿，已经达到世界平均水平22%的1.5倍。而近视高发群体——青少年近视发病率则高达50%至60%，我国是世界上近视发病率最高的国家之一，近视人数居世界第一。近视已经成为影响我国人民健康的重要问题。此外，我国视力残疾人数约有1310万人，在视力残疾患者中约25%即300万患者需要低视力保健，而且低视力患者仍以每年上百万计的数量增加。在这种严峻的形势下，国家非常重视视觉质量的提高和低视力患者的康复。5月17日，国家卫生部医政司发出了《关于开展__年全国“爱眼日”活动的通知》，把__年全国爱眼日主题确定为“关爱低视力患者，提高康复质量”。《通知》指出，第__个全国“爱眼日”的目的是为普及低视力防治康复知识，提高低视力患者生活质量和康复水平，保护人民群众眼健康。开展“爱眼日”宣传活动对提高低视力患者生活质量和康复水平、预防眼病、保护人民群众眼健康具有重要意义。地方各级卫生行政部门和残疾人联合会要充分认识这项工作的重要性，按照《中共中央国务院关于促进残疾人事业发展的意见》，围绕活动主题制订“爱眼日”活动工作方案，确定专门机构和专人负责，进一步加强

沟通和协调，精心部署安排今年的“爱眼日”活动。“爱眼日”活动期间，要组织动员医疗机构、防盲治盲工作者和眼科医务人员深入到城市社区、农村和乡镇，开展义诊和健康咨询活动，为群众提供眼保健服务，普及低视力防治知识，帮助低视力患者掌握正确的治疗和康复方法，培养群众良好的用眼习惯，降低眼病发病率和致盲率。要积极与新闻媒体沟通协调，通过电视、广播、报刊、互联网、12320全国公共卫生公益热线等形式，宣传国家的防盲治盲政策，介绍防盲治盲项目，传播眼保健知识，提高公众的防盲治盲意识。要加强部门间的沟通协调，建立工作机制，将宣传活动引向深入，确保各项宣传措施取得实效。

在普通老百姓中，还有很大一部分人群对视觉健康的关注还不到位。作为眼视光技术专业的学生，你们是光明的使者，肩负为人民群众解决视觉健康问题的重任。

爱眼日国旗下讲话稿篇十八

老师，同学们：

大家早上好！

同学们，今年的六月六日是全国第十五个爱眼日。你们知道六月六日爱眼日的来历吗？1992年的9月25日，天津医科大学眼科教授王延华与流行病学教授耿贯一首次向全国倡议，在国内设立爱眼日，并在天津召开了全国爱眼日第一次研讨会。这一倡议受到眼科学界和眼科专家们的响应，1996年，国家卫生部、国家教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

今年全国爱眼日主题是：“爱护眼睛，世界等你去发现”

青少年正是长身体、长知识的时期，也是用眼最多的时期，

对眼的养护尤为重要。眼睛是人体获取外界信息的主要器官，在日常生活中，我们需要养成良好的用眼习惯。

躺着看书、看电视，或者长时间使用电脑，眼睛得不到休息是有害的！环境的好坏对人的眼睛危害更加令人不可忽视，噪声、强光、不好的情绪对眼睛的损害可得小心呢！

请同学们记住三个一。（与学生共同诵读）

看书写字时，书与眼睛距离要一尺，

手与笔尖距离要一寸，

胸与桌子距离要一拳。

爱眼日宣传口号：

- 1、加强全民爱眼意识，提高民族健康素质
- 2、动员社会各界力量共同关心人们的眼睛
- 3、视力好不等于没有视疲劳