# 防寒保暖广播稿(精选9篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-12-30

*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。防寒保暖广播稿篇一尊敬的老师们、亲爱...*

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。

**防寒保暖广播稿篇一**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

寒冷的冬季已经来临，同学们每天都顶着呼呼的寒风来上学，真了不起!可要注意了，当气温降到5℃以下后，我们的小手小脸就可能会变得又红又痒，严重时出现水疱，破裂后形成糜烂或溃疡。这种冻伤多发生在我们的身体末端或表面，这些部位血流缓慢，且又经常暴露在外，局部温度低，极易受寒冷的伤害。那我们如何做好防冻工作呢?这里我建议大家勤做五件事。

1、勤进行耐寒锻炼。如慢跑、快步走、跳绳等体育活动，让全身各个部位活动起来，既可促进血液循环，也可以提高人体对寒冷的`忍耐性。

2、勤准备防寒物品。在严寒的时候，我们不仅要穿着适当厚度的保暖御寒衣服，还应戴上口罩和手套。

3、勤换鞋、袜和鞋垫，勤用热水洗脚。俗话说：“寒从脚下起。”在严冬，我们更应该注意脚部保暖。

4、勤活动手脚和揉搓面部、耳、鼻。经常揉搓按摩这些部位，可以改善局部微循环，加快血液流动。这是预防冻疮的最佳办法。

5、勤晒被褥。被褥经过日晒，变得蓬松，不仅增加了空气量，而且还增加了厚度。因此，盖着晒过的被子，会觉得更加暖和。

除此之外，冬季出门前我们一定要吃饱、穿暖，做好各种御寒准备。但如果外出活动时手脚被冻得发僵怎么办?我们千万不要立刻在炉火上烤或者在热水中浸泡，这样会形成冻疮甚至溃烂。正确的方法是回到温暖的环境中去，使冻僵部位的温度慢慢回升。最有效的方法是用手搓，通过摩擦增加温度，促进自身的血液循环，以恢复正常。

冬天还很漫长，希望同学们掌握相关知识，提高防寒能力，注意冰雪天不要被冻伤。在此我衷心祝福大家过一个健康愉快的冬季。

**防寒保暖广播稿篇二**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好!(鞠躬)

今天广播的主题是 “防冻保暖，平安伴我”。寒冷的冬季已经来临，同学们每天都顶着呼呼的寒风来上学，真了不起!可要注意了，当气温降到5℃以下后，我们的小手小脸就可能会变得又红又痒，严重时出现水疱，破裂后形成糜烂或溃疡。这种冻伤多发生在我们的身体末端或表面，这些部位血流缓慢，且又经常暴露在外，局部温度低，极易受寒冷的伤害。那我们如何做好防冻工作呢?这里我建议大家勤做五件事。

1、勤进行耐寒锻炼。如慢跑、快步走、跳绳等体育活动，让全身各个部位活动起来，既可促进血液循环，也可以提高人体对寒冷的忍耐性。

2、勤准备防寒物品。在严寒的时候，我们不仅要穿着适当厚度的保暖御寒衣服，还应戴上口罩和手套。

3、勤换鞋、袜和鞋垫，勤用热水洗脚。俗话说：“寒从脚下起。”在严冬，我们更应该注意脚部保暖。

4、勤活动手脚和揉搓面部、耳、鼻。经常揉搓按摩这些部位，可以改善局部微循环，加快血液流动。这是预防冻疮的最佳办法。

5、勤晒被褥。被褥经过日晒，变得蓬松，不仅增加了空气量，而且还增加了厚度。因此，盖着晒过的被子，会觉得更加暖和。

除此之外，冬季出门前我们一定要吃饱、穿暖，做好各种御寒准备。但如果外出活动时手脚被冻得发僵怎么办?我们千万不要立刻在炉火上烤或者在热水中浸泡，这样会形成冻疮甚至溃烂。正确的方法是回到温暖的环境中去，使冻僵部位的温度慢慢回升。最有效的方法是用手搓，通过摩擦增加温度，促进自身的血液循环，以恢复正常。

冬天还很漫长，希望同学们掌握相关知识，提高防寒能力，注意冰雪天不要被冻伤。在此我衷心祝福大家过一个健康愉快的冬季。

今天广播到此结束，谢谢大家!

**防寒保暖广播稿篇三**

各位老师、同学们：

大家下午好！

谁都希望能有一个健康的身体，今天我们的广播就来聊一聊冬季如何强身防病的话题，《讲究卫生，预防冬季传染病》。

同学们，冬天气温回升，适宜多种微生物滋生繁殖，很容易引发腮腺炎，手足口病，流行性感冒等。因此，在冬天，只要稍不注意卫生，是很容易引发各种疾病的。而这些疾病的引发大都是由于我们不注重卫生习惯，不爱洗手，饮食不注意，随地乱扔垃圾等小细节而造成的。

常见的肠道传染病有霍乱、伤寒、痢疾等。这类传染病经“口”这一途径传播，是“吃进去”的传染病，通常是由于细菌或病毒污染了手、饮水、餐具或食物等，未经过恰当的处理，吃进走后发病。

常见的呼吸道传染病有流感、军团菌病、肺结核病等。这类传染病经呼吸道传播，是“吸进去的传染病。细菌和病毒通过空气传播或通过灰尘中细菌或病毒的飞沫经呼吸道进入人体后发病。

常见虫媒传染病有乙脑、疟疾、登革热、流行性出血热等。这类传染病是通过一些昆虫媒介，如蚊、螨、虱子、跳蚤等叮咬人体后传播，是“叮咬传播”的传染病，昆虫先叮咬病人，然后再叮咬健康人，同时将细菌或病毒传入健康人的体内导致发病。

首先，让我们的教室和校园保持干净整洁。每天打扫卫生时不放过任何一个卫生死角，及时处理堆积的垃圾，并把垃圾倒入学校指定的地点。这样才能有效阻止细菌的滋生，从源头上防止疾病的发生。更重要的是我们每个人都应该做好保洁工作，不乱丢纸屑、包装袋，不随地吐痰，更不去买那些不卫生的三无食品。只有我们每个人都管好自己的手和口，我们的校园才会变得清洁干净，我们的身体健康才能有保证。

其次，要注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，这是预防冬季传染病的关键。饭前便后、打喷嚏、体育课结束后都要及时认真洗手，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，要保持教室以及室内空气流通。尽量少去公共场所。

另外，提醒大家要注意休息和睡眠。生活要有规律，劳逸结合。

根据天气变化，适时增减衣服，切不可一下子减得太多。如果不小心感冒了，要及时报告老师或家长，多喝白开水，按时休息。同学们，健康的身体是我们快乐学习的基本保证，要有一个健康的体魄，讲究卫生是最基本的，也是每个人都能做到时刻做到的，只要大家时刻谨记，并身体力行，那么无论什么样的疾病都是可以预防的。

最后，希望同学们都能养成良好的卫生习惯，让疾病远离我们每一个人，去健康地生活！

**防寒保暖广播稿篇四**

甲：敬爱的老师们!

乙：亲爱的同学们!

合：大家下午好!红领巾广播站又和大家见面了!

甲：我是xxx

乙：我是xx

甲：当灿烂的晨曦暖着整个校园,采撷一缕阳光,编织成七彩的花环.

乙：留住一丝清风,播撒出希望的明天.

甲：：带走一片笑容,永远与我们同行。

乙：我很激动，我们第一次在红领巾广播站相遇。

甲：我很高兴，我们第一次相聚在这美好的时刻。

甲：今天是12月22日。

乙：哦，那你知道今天是什么节日吗?

甲：当然知道，12月22日，冬至节呀!

乙：那今天我们就来谈谈冬至节吧。

甲：好啊!

乙：我先来问问你，你知道冬至节的来历吗?

甲：以前不是很清楚，通过查阅一些资料，我终于有些了解了。今天我们就来和大家介绍一下吧!冬至为二十四节气之一，并且是我国民间重要的传统节日之一，冬至是按天文划分的节气，古称“日短”“日短至”。冬至这天，太阳位于黄经270度，阳光几乎直射南回归线，是北半球一年中白昼最短的一天，相应的，而南半球在冬至日，白昼全年最长，冬至过后各地气候都进入一个最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九，”我国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。

乙：哦，冬至节原来是这样来的，谢谢你，乐儿!据我了解，我国的这些传统节日里，每个地方都有自己的风俗习惯。

甲：是啊，那你现在能不能就给大家讲讲这冬至节又有哪些风俗习惯呢!

乙：好啊，不过，我们先放松一下，听听下面这首我们很少听的节气歌。(播放儿歌中的节气歌)

甲：老师，同学们，一首节气歌之后，继续我们精彩的内容。

乙：下面，我就给大家讲讲冬至节的一些风俗习惯。冬至节与众多的节日一样也有很多食俗的，俗语说“冬令进补，明年打虎”，由于正值隆冬时节，冬至吃的食品，以进补为主，有顺阳助阳的象征意义。以食治病，逐渐形成了独特的节令美食，如冬至要吃饺子、馄饨、吃汤圆、年糕、赤豆粥、吃冬至肉，如羊肉、狗肉、腊肉，吃冬至团等。这些食俗也都有很多民间的传说和由来。

甲：啊?那你也给我们讲一个吧?

乙：好啊!就讲其中一个吧。冬至吃狗肉的习俗据说是从汉代开始的。相传，汉高祖刘邦在冬至这一天吃了樊哙煮的狗肉，觉得味道特别鲜美，赞不绝口。从此在民间形成了冬至吃狗肉的习俗。现在的人们纷纷在冬至这一天，吃狗肉、羊肉以及各种滋补食品，以求来年有一个好兆头。

甲：你真了不起，知道的这么多。不过，我还了解到了一些跟冬至节有着密切关系的内容。那就是在北京流传了几百年的《九九歌》。下面和大家一起来分分享。(播放《九九歌》)

甲乙：老师，同学们，讲起冬至，我们还搜集了有关的诗句呢!下面就由我们俩为大家读一首吧!(播放背景纯音乐)

小至(唐)杜甫

天时人事日相催，冬至阳生春又来。刺绣五纹添弱线，吹葭六管动飞灰。

岸容待腊将舒柳，山意冲寒欲放梅。云物不殊乡国异，教儿且覆掌中杯。

冬至(唐)杜甫

年年至日长为客，忽忽穷愁泥杀人!江上形容吾独老，天边风俗自相亲。

杖藜雪后临丹壑，鸣玉朝来散紫宸。心折此时无一寸，路迷何处望三秦?

乙：亲爱的老师、同学们，时间过得真快，转眼又到说再见的时候了。

甲：希望我们本次的播音能给你留下美好的回忆。

乙：让我们在另一首节气歌中结束我们本次的播音。

合：感谢大家的收听，再见。(放节气歌)

**防寒保暖广播稿篇五**

随着冬季的到来，天气寒冷。安全事故隐患也随之增多，为确保学生安全，我们的家长和学生都要格外的注意冬季安全。

一是防寒保暖，家长要及时提醒学生添减衣服，防止感冒和冻伤。

二是注意交通安全

冬季有霜冻，路面较滑，有时还有大雾天气，学生行走要当心。学生和家长都要注意不要乘坐超员客车、载货汽车、三轮车、摩托车和非法营运车辆等。过马路时，必须走人行横道线，不要任意横穿马路。不在道路上玩耍、追逐、打闹。乘坐公交车要自觉排队，有序上车，不将头、手伸出车外，不往车窗外扔东西。

三是注意消防安全

四是注意用电安全。要教会学生常用家用电器的使用方法，确保在使用电器过程中不出事故。

五是注意饮食卫生。要求学生不吃零食，不喝生水，严防食物中毒事故发生。

六是严防煤气中毒，要指导学生正确使用煤气灶、取暖炉，屋内要注意开窗透气。使用取暖器时，不要将易燃物品放置在旁边；对不用的电器设备、燃气设备要关闭电源和气源，预防火灾事故和煤气中毒事故的发生。

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，我们必须防范在先、警惕在前；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`生命筑起安全的长城。

**防寒保暖广播稿篇六**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

天气渐渐冷了。随着气温的降低，细菌、病毒等更容易存活，我们要特别注意呼吸道疾病等传染病的预防。

要想不被这些传染病侵袭，我们需要做到以下几点：

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！

**防寒保暖广播稿篇七**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好!

今天广播的主题是：预防冬季疾病，注意防寒保暖。

转眼又到了年末，冬天到了，天气渐渐冷了。随着气温的降低，呼吸道疾病的病原体，如细菌、病毒等更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激，抵抗病原体的能力下降，这两方面的共同作用导致了冬天呼吸道传染病的多发。冬天常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、水痘等等。我们要特别注意这些学校中常见的传染病的预防。

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。

1.讲究卫生 。要养成良好的卫生习惯，如经常洗手，不随意吐痰;家里和教室应经常通风换气，保持空气新鲜和室内干燥。

2.加强锻炼，增强免疫力。应积极参加体育锻炼，每天散步、慢跑、做操等，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。

3. 注意居室通风，减少和抑制病菌病毒繁殖。

4. 注意防寒保暖。冬季比较寒冷，人极易受寒伤肺，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。

同学们，让我们携起手来，为我们能拥有一个健康的体魄，能快乐、舒心地学习、生活而一起努力吧!

今天的广播到此结束，谢谢大家 !

**防寒保暖广播稿篇八**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好!(鞠躬)

今天广播的主题是“防冻保暖，平安伴我”。寒冷的\'冬季已经来临，同学们每天都顶着呼呼的寒风来上学，真了不起!可要注意了，当气温降到5℃以下后，我们的小手小脸就可能会变得又红又痒，严重时出现水疱，破裂后形成糜烂或溃疡。这种冻伤多发生在我们的身体末端或表面，这些部位血流缓慢，且又经常暴露在外，局部温度低，极易受寒冷的伤害。那我们如何做好防冻工作呢?这里我建议大家勤做五件事。

1、勤进行耐寒锻炼。如慢跑、快步走、跳绳等体育活动，让全身各个部位活动起来，既可促进血液循环，也可以提高人体对寒冷的忍耐性。

2、勤准备防寒物品。在严寒的时候，我们不仅要穿着适当厚度的保暖御寒衣服，还应戴上口罩和手套。

3、勤换鞋、袜和鞋垫，勤用热水洗脚。俗话说：“寒从脚下起。”在严冬，我们更应该注意脚部保暖。

4、勤活动手脚和揉搓面部、耳、鼻。经常揉搓按摩这些部位，可以改善局部微循环，加快血液流动。这是预防冻疮的最佳办法。

5、勤晒被褥。被褥经过日晒，变得蓬松，不仅增加了空气量，而且还增加了厚度。因此，盖着晒过的被子，会觉得更加暖和。

除此之外，冬季出门前我们一定要吃饱、穿暖，做好各种御寒准备。但如果外出活动时手脚被冻得发僵怎么办?我们千万不要立刻在炉火上烤或者在热水中浸泡，这样会形成冻疮甚至溃烂。正确的方法是回到温暖的环境中去，使冻僵部位的温度慢慢回升。最有效的方法是用手搓，通过摩擦增加温度，促进自身的血液循环，以恢复正常。

冬天还很漫长，希望同学们掌握相关知识，提高防寒能力，注意冰雪天不要被冻伤。在此我衷心祝福大家过一个健康愉快的冬季。

今天广播到此结束，谢谢大家!

**防寒保暖广播稿篇九**

老师们、同学们：

大家早上好!

随着天气渐渐地变冷，为了抓好校园冬季安全，为我们的学习和生活提供更好的.安全保证。借此机会，给同学们讲讲有关进入冬季应注意的问题。

进入冬季，气温较低，是感冒病症的高发季节，尤其是体质较弱的，应更加注意防寒保暖，预防感冒。

1、关注天气变化，遇到降温要提前做好防寒保暖准备，出门时要适当多加衣物，有必要时还应戴上手套、帽子、系上围巾。

2、适当增加运动量，加强身体锻炼，增强自身抵抗力。在运动后许多同学都会出现身体发热现象，这时一定不能图一时舒服，随意脱掉衣服。

3、一旦发现感冒症状，要及时就诊，按时吃药，不要拖延。

冬天天气寒冷，经常会有结冰下雪天气出现。为了好玩，有的同学会在校园中追逐打闹。这种嬉戏在冬季气候条件下很容易出现滑倒摔倒的现象，会造成身体损伤，希望同学们不要追逐打闹。

总之，安全无处不在。做好安全工作是我们一切学习和生活的保证和前提。让我们齐心协力，共同做好冬季校园安全工作，共同创建一个文明和谐的校园!

广播到此结束，谢谢大家!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn