# 防灾减灾日国旗下的讲话总结 防灾减灾日国旗下讲话(优秀10篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-02-25

*总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!防灾减灾日国旗下的讲话总...*

总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇一**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：大家好!

今天我国旗下讲话的题目是：“防灾减灾从你我做起”。205月12日14时28分，我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震，共造成8万人死亡，37万人受伤，其中有5335名四川学生在地震中遇难，已经办理残疾证明的有546名学生，直接经济损失8437亿人民币，损失影响之大，举世震惊，为了纪念这个日子，国务院决定从开始每年的5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第10个“防灾减灾日”宣传活动主题是：行动起来，减轻身边的灾害风险”。

我们的身边不可避免的存在着各种各样的灾害侵犯，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高“防灾减灾”意识和应急逃生自救互救能力，可以把灾害的损害降到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。因此我建议同学们注意以下几点：

1.了解地震避险和火灾逃生有关知识与方法。地震了怎么办?首先千万要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震强震过后再有序地撤离。当火灾发生时，不要慌乱，可用湿毛巾捂住口鼻，并采用弯腰的姿势，迅速逃离烟火区。严防吸入热烟和有毒气体刺激眼睛和吸入呼吸道。

2.注意校内课堂、活动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意预防碰撞，以免撞伤或摔伤。操场上的体育运动器械，必须按规定使用，不要私自攀爬、玩耍。上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生。不在教室、走廊追赶、打闹、大声喧哗。

3.要注意交通安全。过马路，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。在没有人行横道的路段，应先看左边，再看右边，在确认没有机动车通过时才可以穿越马路。乘坐公交车，要排队上车，不要拥挤。上下车均应等车停稳以后，先下后上，不要争抢。未满十二岁的儿童，不要骑自行车上街。

4.预防溺水事故。夏季已到，天气渐暖，没有经过父母同意，不得私自外出游泳，更不能到溪、河、池塘等不安全的水域游泳。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻注意安全，努力增强自我防范能力，做自己的首席安全官，做到警钟长鸣，居安思危。让我们行动起来，普及防灾减灾知识，增强安全意识，让平安伴我们快乐成长!

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇二**

大家好!地震灾害是世界上造成人们经济损失最严重和人员伤亡最多的自然灾害之一。我们要加强对地震的学习，正确地掌握避震和自救、互救的方法。

我们要听地震预告，学会看地震发生前的预兆，比如：动物们的异常惊飞、逃窜、狂叫等，也可以预防灾害的发生，以防在先及早、撤离。

当地震发生时，房屋倒塌后所形成的室内三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点。特别是在楼房内的人，选择厨房、卫生间等空间小的地方，还有不易倒塌的空间、墙角。桌子、床下等坚固家具空间的地方都可以避震。及时得用坐垫等保护好头部，不要盲目跳楼，使用电梯等。我们一定用科学的方法来保护好自己和家园，共同防止灾害的发生。

今天是学校防震演习的日子，全体师生都参加了。具体的情况老师已经一遍又一遍地交代了我们每个同学。“地震来了”广播中传来老师急促的\'喊声。我们迅速将书包顶在头上“嗖”地往外窜，每个同学都不想落后，发疯似的往操场上跑去，老师则在一旁有条不紊地维持秩序。

我们还要多看防震减灾的书籍。把防震减灾的知识告诉身边的每一个人，让这些知识一传十、十传百，让每个人都知道在地震来到时，人人都知道如何保护自己，减少地震给我们带来的灾害。让这些知识伴随我们每一个人，让我们每个人都有防震意识。

我们是祖国的建设者、保卫者，让我们快快行动起来，共同防止灾害的发生。“防震减灾，人人有责”让我们共同祝愿明天的地球更加光明，更加灿烂!

谢谢大家!

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇三**

各位老师，同学们：

早上好!

新的一周又开始了，今天我们站在国旗下，心情格外沉重。的5月12日，下午2点28分，在我国四川汶川县发生了8级大地震，许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。经国务院批准，自20起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。今天，利用国旗下讲话时间，我们来说说如何防震减灾。

一、我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。地震了怎么办?首先千万要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震过后再有序地撤离。

二，除了了解这些知识之外，我们要认真参加学校安排的应急演练活动。汶川地震来临之时，绵阳安县桑枣中学的师生，在1分36秒内全部从教室安全撤离到操场，毫发无损，2200多个学生，98位老师，没有一个伤亡。原来该校每学期都要组织一次紧急疏散演习，师生认真参与其中。我们学校每学期都会安排一次全校师生应急逃生演练，希望广大、同学教师加以重视，而不单单是觉得好玩，应付了事，生命是你们自己的，只有一次。

同学们，防灾减灾，主要是要增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。那么在的全国“防灾减灾日”来临之际，让我们来审视我们的生活学习行为，在每一个行为细节中都靠近安全，远离危险。借此机会，我郑重的向同学们提出如下倡议：

1.在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

2.要注意交通安全。乘校车和公共汽车的同学要相互礼让，文明乘车。

3.同学们的平时各项活动都要有安全意识，不能感情用事。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，更不能找外来人解决。

4.课间文明，不大声喧哗，不追逐打闹，进出走廊不奔跑，不嬉戏，不在走廊和门口玩耍。保持楼道内安静，做到轻声、慢步、靠右行。

5.要注意夏季食品安全。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。让我们行动起来，普及防震减灾知识，增强安全意识。

防灾减灾日国旗下演讲稿

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇四**

各位老师，同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是防灾减灾，警钟长鸣，2024年5月12日，我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震，为了纪念这个日子，国务院决定每年的5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第x个“防灾减灾日”。

我们的身边不可避免的存在着各种各样的灾害的侵犯和隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，我们相信只要认真学习“防灾减灾”的基本常识，提高逃生的自救互救常识，我们完全可以把灾害的损害降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。

第一，要从课堂内外多种渠道了解灾害的起源以及怎样自救。比如，地震了怎么办？刚才我们进行了演练。既首先要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的\'课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震过后再有序地撤离。

第二，除了了解这些知识之外，我们要认真参加学校安排的应急演练活动。学校每学期都会安排一次应急演练，同学一定要重视，而不单单是觉得好玩，应付了事。

同学们，防灾减灾，主要是要增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。那么，让我们来审视我们的生活学习行为，在每一个行为细节中都靠近安全远离危险。借此机会，我向同学们提出如下要求：

1、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏的事件的发生；不在教室、走廊追赶、打闹、大声喧哗。

2、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，同学们要注意保暖，教室多通风，勤洗手，注意个人卫生，防止传染病的发生。

3、夏天到来，气温渐高，食物中毒事件有可能增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。

4、天气渐暖，不要私自下河、塘、水库游泳。在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

5、同学们的所作所为也要有安全意识，不能感情用事。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，更不能找外来人解决。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。让我们行动起来，识别灾害风险，提高应对能力。

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇五**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好!今天我讲话的题目为《防震减灾，珍爱生命》

5月12日14时28分，四川省汶川地区发生了8.0级特大地震，其能量相当于400颗广岛原子弹，倾刻间，山崩地裂、房屋倒塌、公路断裂、桥梁坍塌、通讯中断、尸横遍野、大地悲泣，地震造成7万余人遇难，37万余人受伤以及巨大的经济损失。“5.12”是一个需要永远记住的日子。为了引起我们对防震减灾工作的重视，增强对灾害风险的防范意识;普及防震减灾的知识，增强综合减灾的能力。经国务院批准，自20起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。今年5月12日是我国第九个防灾减灾日，其主题是“减少灾害风险建设安全城市”，并设5月9日至15日为防灾减灾宣传周。

“5•12”大地震过去了，除了悲痛，我们应该以新的视角去审视这一历史性的灾难。“防灾减灾日”的设立，既是纪念汶川大地震故去的人们，也是提醒我们更加重视防震减灾工作，更要唤起全社会各界对防震减灾工作的高度关注，增强全社会防震减灾意识，学校是人员密集场所，应积极做好防震减灾工作，掌握防震减灾知识,增强大家对防震减灾重要性的认识。有利于构建和谐社会、创建平安校园。在防震减灾日来临之际，让我们共同学习一些防灾减灾的小知识。

一、防地震。发生地震时：如果是正在上课，靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及后排的同学尽快躲到课桌下，用书包护住头部;靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部;远离窗台，以防玻璃碎片伤人。如果在走廊或楼梯上，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。如果在操场、大街等户外的地方，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要在广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。如果万一不幸被埋在建筑物中，应先设法清除压在腹部以上的物体;用毛巾、在衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息;要往意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。

二、防火。生活中，发现火情应及时报警。一旦遇到火灾，首先要保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸它们是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。

三、防电。不要乱插、私接电源，特别是不要用湿手去插电源插头。凡是金属制品都是导电的，不要用这些工具直接与电源接触。不要用湿的手巾擦电器，防止水滴进机壳内造成短路，以免触电。雷雨天气，不要站在树底下避雨，以免遭到雷击。在放学、上学的路上，特别注意路边的电线是否有脱落，见到有脱落一定要及时躲开。不要私自玩电，当家里没有人时，一定要把所有的电源都关闭或拔掉。

四、防溺水。不要独自外出游泳，更不要到不知水情的地方去游泳。游泳前，要清楚自己的身体健康状况，先活动身体，做好下水前的准备，千万不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹。在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。

五、交通安全。我们要养成遵守交通规则的好习惯，如：行人要走人行道，横过公路时要一停二看三通过。骑自行车时要注意：不在机动车道内骑自行车、不逆向行驶、不带人、不闯红灯等等。

六、心理安全。同学们要形成积极、健康、自信、自强的乐观品质，遇到心理问题要找好朋友、老师和家长帮忙疏导，不可产生自暴自弃、自残自虐的不良心理。

生命是无价的，每个人的生命都只有一次。关注安全就是关爱生命!关注安全就是关注我们自己!安全是我们幸福生活的保证，安全是我们健康发展的前提。安全不仅关系到我们本人，更关系到学校、家庭，关系到我们整个社会、整个国家和整个民族。

同学们，让安全意识常驻我们心间，从现在开始，防灾减灾，珍爱生命，让我们行动起来!

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇六**

老师们，同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《防灾减灾记心中》。

同学们，当我们在尽情享受每一天的快乐时光时，我们是否想到安全隐患无时不在袭击着我们。5月12日下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自20起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”，目的是为了增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。

利用今天国旗下讲话的机会，再次对大家作一些警醒和提示：

1．如果正在上课，地震来了，同学们一定在要在老师的指挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲在自己的课桌下面。

2．第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，仍然在老师的指挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，在楼道里不要惊慌，不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，冲出教学楼，冲向操场。

3．如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

4．应该强调的是千万不要跳楼！不要到窗台边上去！也不要到走廊的护栏边上去，应该迅速撤离教室、教学楼。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可以通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。安全重于泰山，安全在于防范，让我们加强防灾减灾知识学习，将防灾减灾时刻记在心中。

我的讲话完毕，谢谢大家！

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇七**

各位老师、各位同学：早上好！

明天，20xx年5月12日，是我国第二个防灾减灾日，也是四川汶川大地震周年祭的日子。在这个特殊的周一，我国旗下讲话的题目是《远离灾害，我们一起行动》。

一年前，一声撕心裂肺的巨响，一个地动山摇的震撼，一场痛彻心扉的灾难，降临在泱泱巴蜀。在生死一线的救灾现场，代表消防抗震救援人员的橙色，代表中国军队和武警部队的绿色，代表医护人员的白色，代表志愿者传递爱心的黄丝带……绘成照亮废墟的生命的颜色。一年中，无数拳拳赤子之心一齐跳动，爱的潮水一浪胜过一浪地涌向巴蜀大地。国家的牵挂、社会的支持、同胞的援助，加速改变着汶川，温暖着灾区人民的心。一年后，崭新的住所、熙攘的游客、平静的生活，凝结成灾区里一道生机勃勃、充满希望的景色。在汶川大地震发生一周年的日子里，让我们为6万多遇难同胞虔诚地献上一朵花，点燃一支烛，祈求一个福。

在首个防灾减灾日来临之际，也让我们共同来学一点防灾减灾的小知识：

首先，让我们来了解一下对我们苏州影响最大的几种自然灾害

1．地质灾害。它的种类有：泥石流、滑坡、崩塌、地面下沉、地震。

2．洪涝及其它灾害：包括雨涝灾害、洪水灾害、凌汛灾害、地震灾害。

3．大风灾害：主要指台风、寒潮大风、雷暴大风、龙卷风。

接着，老师要给大家介绍几种常见情况的自救方法。

1．烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口10分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。

2．眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。

3．地铁或城铁发生事故时，不要擅自扒门，以防触电。即使全部停电，列车上还有可维持45分钟至1小时的应急通风，不必担心缺氧问题。

4．人被宠物抓伤、咬伤后，首先要挤出污血，用肥皂水反复冲洗伤口至少20分钟，并涂擦75％的酒精，然后到狂犬病免疫预防门诊接种疫苗。

5．如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。

6．微波炉工作时，人应当离开炉体1米以上，防止微波辐射伤人。电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。

7．发生地震时，如果在家中，应躲在面积较小的房间内，用衣服捂住口鼻防尘防烟并保持低姿。如果在外，切勿在立交桥等高大建筑物附近停留。

8．如果被通知上空有毒云或可疑云团，在室外要沿侧上风方向避开烟幕快速离开；在家中应用湿毛巾和衣服护住头，用塑料袋挡住眼睛。

9．如遇到了火灾，首先保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！安全是我们幸福生活的保证，安全是我们健康发展的前提；安全不仅关系我们本人、更关系学校、家庭，关系到我们整个社会、整个国家和整个民族。让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周！远离灾害，让我们一起行动！

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇八**

各位老师，同学：

大家早上好，20的5月12日，下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为了平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。203月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。5月6日至13日为“防灾减灾日”宣传周。今天利用国旗下讲话时间，对大家作一些警醒和提示：

首先老师要讲一下地震发生时逃生常识：

地震具有突发性，使人措手不及，地震开始时，如果正在屋内，切勿试图冲出房屋。权宜之计是躲在坚固的床或桌下，倘若没有坚实的家具，应站在门口，门框多少有点保护作用。应远离窗户，因为窗玻璃可能震碎。

如在室外，不要靠近楼房、树木、电线杆或其他任何可能倒塌的高大建筑物。尽可能远离高大建筑物，跑到空地上去。为免地震时失去平衡，应躺在地上。倘若附近没有空地，应该暂时在门口躲避。

切勿躲在地窑、隧道或地下通道内，因为地震产生的碎石瓦砾会填满或堵塞出口。除非它们十分坚固，否则地道等本身也会震塌陷。

地震时，木结构的房子容易倾斜而致使房门打不开，这时就会眼睁睁地把命丢掉。所以，不管出不出门，首先打开房门是明智之举。

发生大地震时，搁板上的东西及书架上的书等可能往下掉。这时，保护头部是极其重要的。在紧急情况下可利用身边的棉坐垫、毛毯、枕头等物盖住头部，以免被砸伤。

地震时，大桥也会震塌坠落河中，此时停车于桥上或躲避于桥下均是十分危险的。因此，如在桥上遇到地震，就应迅速离开桥身。

大地震有时发生在海底，这时会出现海啸。掀起的海浪，会急剧升高，靠近岸边的小舟就十分危险。此时，最好是迅速离开沙滩，远离浪高的海面，才算是安全的。

如果在学校或公共场所一旦发生地震，首先要做到听从老师或现场工作人员的指挥，千万不能慌乱、拥挤。应就地蹲在桌子或其他支撑物下面，用手或其他东西保护头部，尽量避开吊灯、电扇等悬挂物。待地震过后，听从指挥，有组织地迅速撤离。

同学们，我们国家对安全工作越来越重视，为了防止及降低各类伤亡事故的发生，在全国“防灾减灾日”到来之际，我们来审视我们生活学习的行为，我们应该在每个行为细节中都要靠近安全远离危险，做到：

上下楼梯慢步轻声靠右行，课间在教室、校园内不打闹，不追逐；体育课上严守上课纪律，听从体育老的话，不无故生事。另外，做到预防传染病的发生，也是十分必要的。

首先我们要提高个人免疫力。做到养成良好的个人卫生习惯，睡眠充足、勤于锻炼、减少压力、足够营养。避免接触发热、咳嗽、流涕等流感症状的病人；注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手。

同学们！万思安全最重，安全在于未然防范，让我们牢记安全生于泰山，树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇九**

还记得2024年的5月12日，下午2点28分，在我国四川省xx县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。2024年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，每年的5月12日为全国“防灾减灾日”。今年已经是第四个“防灾减灾日”了，5月7日至13日为“防灾减灾宣传周”，今年的活动主题是“弘扬防灾减灾文化，提高防灾减灾意识”。

为了更好地进行防灾减灾教育，实小在本周一国旗下讲话特地进行“防灾减灾”的宣传。冯老师以《防灾减灾，居安思危》为题，以汶川大地震引入，教给了同学们一些地震发生时的逃生常识。同时，冯老师还指出，在全国“防灾减灾日”到来之际，我们要重新审视我们生活学习的行为，我们应该在每个行为细节中都要靠近安全远离危险，做到：上下楼梯慢步轻声靠右行，课间在教室、校园内不打闹，不追逐；体育课上严守上课纪律，听从体育老师的话，不无故生事。另外，做到预防传染病的发生，也是十分必要的。首先我们要提高个人免疫力。做到养成良好的个人卫生习惯，睡眠充足、勤于锻炼、减少压力、足够营养。避免接触发热、咳嗽、流涕等流感症状的病人；注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手。

生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以，我们一定要牢记安全重于泰山，树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！

**防灾减灾日国旗下的讲话总结篇十**

队员们：

2024年5月12日，在我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震。汶川地震严重破坏地区超过10万平方公里，直接经济损失8000多亿元人民币，是唐山大地震后伤亡最严重的一次地震。为表达对灾害遇难者的悼念和追思，增强全民忧患意识，提高防灾、减灾能力，我国把每年的5月12日确定为全国“防灾减灾日”。

队员们，当地震突然来袭时，应该怎样逃生、自救呢？

若居住在平房里，应迅速跑到屋外空旷处。来不及跑到屋外，则要迅速钻到床下、桌下，并用枕头、脸盆、书包等物品护住头部，等地震间隙再转移到安全的地方。若房屋倒塌，应待在床下或桌下不要移动，等待救援。

若居住在楼房里，不要试图跑出楼外，应选择厨房、卫生间等小空间避震，也可躲在床、柜等家具下面以及房间内侧的墙角，并且注意保护好头部。

在公共场所里，可躲到就近比较安全地地方，如桌柜下、墙角等。不要在高楼下、广告牌下、桥头等危险地方停留。

若在野外活动时，应尽量避开山脚、陡崖，以防滚石和滑坡；若在海边游玩，则应迅速远离海边，以防地震引起海啸。

在日常生活中，队员们也许会觉得地震离我们很遥远，但在关键时刻，这些知识会帮助大家远离危险、安全避震。希望队员们能牢记并传播它们，还要认真参加学校组织的防震逃生演练，提升自己的自护能力。

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