



# 健康生活 幸福成长

每年四月全国爱国卫生月

早睡早起益成长，学习休息要兼顾；

洗手洗澡要勤劳，室内环境勤通风；

早晚刷牙需牢记，饭后不忘漱漱口；

强身健体靠坚持，抽烟喝酒需摒弃；

饮水卫生要讲究，路边摊头零接触；

少油少盐拒糖饮，奶蛋果蔬好营养；

预防疾病保健康，端正姿势防近视；

蚊蝇鼠蟑必消灭，垃圾分类有意义。

指导单位：上海市教育委员会

监制：上海市学生活动管理中心 上海市健康促进中心

