# 高温防暑的问候语简短（15篇）

来源：多多范文网 作者：官方发布 更新时间：2025-07-07

*当蝉鸣被烈日烤得发脆，柏油路蒸腾的气浪卷起七月的滚烫，防暑的警钟便随着温度计的红线一同攀升。阳光像融化的金子泼洒在城市每个角落，红绿灯在热浪中模糊成晃动的光斑，连树叶都卷着边儿躲在枝头喘息——此时的人间，正需要一场与酷暑的温柔博弈。树...*

当蝉鸣被烈日烤得发脆，柏油路蒸腾的气浪卷起七月的滚烫，防暑的警钟便随着温度计的红线一同攀升。阳光像融化的金子泼洒在城市每个角落，红绿灯在热浪中模糊成晃动的光斑，连树叶都卷着边儿躲在枝头喘息 —— 此时的人间，正需要一场与酷暑的温柔博弈。 树荫下的遮阳伞撑起一方清凉，便利店冰柜里的绿豆沙沁着水珠，社区门诊的藿香正气水成了夏日 “护身符”。别让烈日偷走你血管里的水分，记得给\*露的皮肤披上防晒衣的铠甲，让空调房的习习凉风与冰镇西瓜的红壤，成为对抗热浪的温柔防线。当高温预警在手机屏幕亮起，那些关于防暑的叮咛便成了最贴心的牵挂：愿你在灼热的季节里，既能拥抱阳光的热烈，也能守住身体的清凉，让每一个暑气蒸腾的日子，都有恰到好处的防护与心安。以下是多多范文网为您整理的《高温防暑的问候语简短（15篇）》，供大家赏阅。

**1.高温防暑的问候语简短 篇一**

　　1、炎热的夏天，我用池塘里的荷叶给你遮荫，做一碗香绿豆汤给你降温，然后做一把扇子给你降温，让你度过凉爽的夏天！

　　2、夏日炎炎人遭罪，瓜果蔬菜来补胃。荷叶莲子绿豆粥，清淡消火又养胃。太极瑜珈不贪睡，养心养肝又养肺。生活规律效率高，心情舒畅勿急躁。

　　3、夏日养生要注意：晨练不宜过早，以免影响睡眠，运动时要控制好强度，以免体能消耗过大；运动后冷饮降温伤害肠胃，温稀盐水是降温的饮料。

　　4、天气变化莫测，气候时冷时热，早上多件衣服，正午注意防晒，工作不忘休息，别把身体累坏，多吃蔬菜水果，保持心情愉快，健康快乐夏天！

　　5、夏日口干舌燥，美食缓解有招，莲子芯水常饮，每晚枸杞干嚼，蜂蜜米醋晨喝，樱桃一把就好，平日多吃苹果，芝麻煮粥独到，快乐安康没跑！

**2.高温防暑的问候语简短 篇二**

　　1、夏天星空月亮的粉丝，短信载着你，烟波河上的风景秀丽，一缕清凉的心底。抚摸夏天的烦躁，波光粼粼，点点祝福，换成静心醉梦。

　　2、太阳像火一样炎热，道路变成了停车场。公共汽车和私家车都在抢道，焦虑不安。小摩擦少关心，早晚高峰多体贴。世界上有一点尘埃，知足常乐于豁达。

　　3、阳光明媚，炎热难当；发短信祝你健康；降温防暑，喝绿豆汤；消热消暑，消除疲劳；最后提醒：工作悠闲，不要太累，来日长，身体宝贵！

　　4、现在是炎热的夏天。防暑降温，照顾好自己。下班后别忘了休息。多吃水果和蔬菜，增添美丽。问候短信传达友谊。祝你工作顺利，爱情甜蜜！愿你有一个凉爽的夏天。

　　5、防暑秘诀：高温橙色预警，可以多喝橙汁，冷冻比较好。高温红色预警，可以多吃西红柿，凉伴。高温绿色预警，喝绿茶，吃绿豆，施绿肥，戴绿帽子！

**3.高温防暑的问候语简短 篇三**

　　1、天气变化很快，但温度还不错。出门要注意防晒，多吃水果蔬菜，不要累坏身体，保持好心态。祝你夏天凉爽快乐。

　　2、不要担心炎热的天气。那是因为我把对你的热爱和热情变成了祝福你的热流。愿你在这个炎热的夏天感受到我对你的热烈问候：愿你的夏天充满热情和奔放！

　　3、带来一阵雨，让你有一颗凉爽的心；带来一阵夏风，拂去你的疲惫和悲伤；带来夏日祝福，带给你关怀：在炎热的天气照顾好自己，祝你心情愉快！

　　4、夏天给你捧一杯茶，以温暖的问候为叶，以芬芳的祝福为花，以温暖的热情为水，以宽容的包容为杯，让你的热度消失，平静入怀，喝出清凉美好的生活。

　　5、炎热的夏天很忙，所以不要惊慌；经常用温水冲凉，慢下身尝尝水；清淡的绿豆汤，消暑解渴的好主张；我寄短信送心肠，祝你夏天心情愉快！

**4.高温防暑的问候语简短 篇四**

　　1、冰红茶，放点爽心糖，清凉开胃；开心丸，揉入幸福粉，爽心爽肺；清爽风，飘走烦恼丝，清新解暑；小问候，携带大祝福，舒爽润心。大暑天，请你笑纳！

　　2、夏季晚睡早起，午睡不可错过。居室通风凉爽，防止暴晒湿热。饮食清淡即可，补水莫待口渴。常备消暑药物，防患未然最妥。祝你度夏快乐！

　　3、天气热了，心里烦了，不像以前爱说能笑了，短信到了，祝福近了，心情愉快了，祝你在炎热的夏天，清清爽爽好舒畅。

　　4、夏季贴士：空调少吹，自然通风；着衣要点，清凉宽松；西瓜果蔬，多多食用；饮食卫生，消毒勿松；扇子随身，香水驱虫；遇事莫急，多露笑容，一夏轻松！

　　5、夏季静心宝典：香薰理疗舒缓神经，高温瑜珈燃脂排毒。补水提神优选绿茶，清新音乐梳导心情。此外，练书法做手工读书也是不错的选择，快去试试吧！

**5.高温防暑的问候语简短 篇五**

　　1、薰衣草纯净深长的气息送你，柠檬静谧可人的气息送你，紫苏婉转流畅的气息送你，把季节最清凉的风送你，愿你拥有清爽一夏！

　　2、炎热的夏天，我用池塘的荷叶为你遮阴，做一碗清香的绿豆汤为你降温，再做一把扇去为你扇去清凉的风，让你度过一个凉爽的夏天！

　　3、炎炎夏日，奉上真诚的问候，愿它化做晨溪与朝露，清凉惬意滋润心头！吹响祝福的风笛，为您把锦瑟弹奏，祝夏日愉快！

　　4、一杯水会感动路人，一滴水会感动小草，一片云会感动天空，一份爱心会感动世界，但愿一声祝福能够感动您！祝您夏日愉快！

　　5、炎热的夏季，送你一盘水果沙拉：香脆的青苹果愿你快乐；爽滑的香蕉愿你美丽；甜嫩的木瓜愿你幸福；美味的荔枝愿你喜悦；再加一勺沙拉酱愿你美滋滋。

**6.高温防暑的问候语简短 篇六**

　　1、送你一阵清凉的爽风，让它带走你的汗水；送你一杯冰凉的饮料，让它带走你的烦躁；送你一句贴心的问候：夏季炎热，注意防暑！

　　2、早起一杯温开水，舒舒服服永相随；上午来罐冰糖炖雪梨，一生一世幸福不分离；中午喝碗绿豆汤，调理肠胃保健康；下午瓣瓣西瓜送清凉，夏季暑意全部消；睡前空调温调高，安睡舒适到天亮。

　　3、天气变化真快，气温倒是不赖，出门注意防晒，多吃水果蔬菜，别把身体累坏，好好保持心态，祝你拥有清凉快乐的夏天。

　　4、天气热不要烦，那是因为我把对你满腔的热忱热爱热心热诚化为对你祝福的热流，愿你在这炎炎夏日里感受我对你热烈的问候：愿你的夏天热情洋溢而奔放！

　　5、天热别忘喝粥，伏天不会难受；绿豆粥除烦止渴，莲子粥怡心清火；赤豆大枣活血补气，香蕉粥清热解毒；粥类不宜过咸，轻松喝过夏天。

**7.高温防暑的问候语简短 篇七**

　　1、思念的酸梅，问候的泉水，酸梅汤盛来清凉，飘香深处尽是友情，驱走炎热迎来友情的花蕾，绽放夏日的祝福别样的美，祝夏天快乐。

　　2、夏季饮食以清心防暑、滋阴生津为主，不宜食用肥甘腻补之物，容易影响食物消化吸收，危害健康。适宜喝一些清暑、补气生津的饮料。

　　3、如今已是炎热夏季，防暑降温照顾自己，工作之余勿忘休息，多吃果蔬增添美丽，问候短信传递情谊，祝你工作顺利，爱情甜蜜！愿你有个清凉的夏日。

　　4、山，峰峦雄伟；水，碧水微澜；天，碧空如洗；地，广阔无垠；海，浩瀚无边；阳，赤日炎炎；人，熙熙攘攘；你，快乐追随；我，衷心祝愿：夏日愉快！

　　5、思念的酸梅，问候的泉水，酸梅汤盛来清凉沉醉，飘香深处尽是友情无悔，驱走炎热迎来友情的花蕾，绽放夏至的祝福别样的美，祝夏天快乐。

**8.高温防暑的问候语简短 篇八**

　　1、送你一阵清凉的爽风，让它带走你的汗水；送你一杯冰凉的饮料，让它带走你的烦躁；送你一句贴心的问候：夏季炎热，注意防暑哦！

　　2、扇子随身摇啊摇，短裤短衫随风飘，瓜果梨桃真丰盛，只是蚊子处处咬，挂起蚊帐安心睡大觉。我的短信祝你，拥有清凉快乐的夏天！

　　3、天苍苍，路茫茫，没有冷饮热的慌；天黑黑，路漫漫，蚊子成群心里烦；给你一杯冷饮，给你一圈蚊香，祝你夏天开开心心，惬惬意意清清爽爽！

　　4、太阳当空照，蒸发的是烦恼；夏雨当头浇，淋湿的是困扰；朋友的短信，送来的是关心。夏季炎热，千万注意防暑降温。祝你清凉一夏

　　5、处暑到，暑气消，愿你的‘处’心积虑，随风而去，快乐‘暑’于你；家庭幸福，和睦相‘处’，好运‘暑’于你；事业高升，恰到好‘处’，成功‘暑’于你；友谊真诚，朝夕相‘处’，开心‘暑’于你，祝你清凉过‘处’暑，钞票多无‘暑’。

**9.高温防暑的问候语简短 篇九**

　　1、夏日度假要出门，请将伞具身边拎，遮住强光保皮肤，防风驱沙阻雨淋。防暑药物准备好，短信提醒情谊真，祝你假期尽情玩，安享假期真开心！

　　2、祝福无需合情合理，只要真情真意；好友无需天天联系，但需记心里。温馨关怀送给你：夏日高温多雷雨，行路多注意，防暑防晒防雷电，保重身体！

　　3、夏季饮食以清心防暑滋阴生津为主，不宜食用肥甘腻补之物，容易影响食物消化吸收，危害健康。适宜喝一些清暑补气生津的饮料。

　　4、心静自然凉，夏日养生重养心。天气炎热易烦躁，保持平和心态好。多吃蔬果来消暑，吃出凉意好心情。合理调理拥抱好心情，愿你安然度夏季！

　　5、处暑到了，我送你一盆绿色植物盆栽，愿它吸去你烦躁的心绪，为你吐出新鲜的空气，让你眼里充满绿意，精神饱满的充满活力，祝你身体健健康康，工作顺顺利利，家庭和和美美，万事顺心如意！

**10.高温防暑的问候语简短 篇十**

　　1、炎炎夏日暑热绕，教你防暑小妙招，常饮温水促循环，祛暑饮品多喝好，绿茶姜丝各五克，沸水冲泡十分钟，盛夏时节来一杯，清热舒心功效高。愿你安康！

　　2、夏日炎热，教你防暑：一肩明月，两袖清风，三餐清淡，四大皆空，五谷杂粮，六根清净，七星高照，八面来风，九霄云外，十分凉快！

　　3、夏季来临，调养脾胃；吃苦尝鲜，平和康夏；气温升高，暑湿气盛；冰糖燕窝，调补虚劳；山药薏米，熬制成粥；健脾益胃，效果显著。

　　4、炎炎夏天，奉上真诚的问候，愿它化做晨溪与朝露，清凉惬意滋润心头！吹响祝福的风笛，为您把锦瑟弹奏祝清凉每一天。

　　5、“处”理好人情，人缘就“暑”于你；“处”理好心情，快乐就“暑”于你；“处”理好性情，好运就“暑”于你；“处”理好事情，成功就“暑”于你；“处”理好亲情，美满就“暑”于你；“处”理好爱情，甜蜜就“暑”于你；“处”理好友情，祝福就“暑”于你。处暑到，愿幸福“暑”于你！

**11.高温防暑的问候语简短 篇十一**

　　1、热热的天开心的你，特别的日子要注意身体；清清的风不平凡的你，不要让无情的太阳晒着你；潇洒的阳光柔情的你，在这炎热的天气里要照顾好自己！

　　2、夏日里为你捧一杯清茶，以温馨的问候为叶，芳香的祝福做花，用暖暖的热情为水，宽容的包容当杯，让你的炎热不在，平静入怀，喝出清凉好生活。

　　3、有一段时光，刻骨铭心；有一份记忆，愈久弥香；有一种情怀，宽博伟大；有一个朋友，永远挂念；有一种祝福，如影随形；炎炎夏日，注意防暑，祝你安康！

　　4、防暑秘决：高温橙色预警，可多喝橙汁，冰冻更佳。高温红色预警，可多吃西红柿，凉伴。高温绿色预警，喝绿茶，吃绿豆，施绿肥，戴绿帽子即可！

　　5、对你牵挂无休止，发条问候诉情丝，炎炎烈日已至，防暑降温莫太迟。聊聊开心乐事，生活趣味相知。朋友是一生的福祉，记得常联系，让友情温暖彼此。

**12.高温防暑的问候语简短 篇十二**

　　1、夏日星空月影迷，短信作船载着你，烟波江上风景秀，一缕清凉淀心底。抚去夏日烦躁意，波光粼粼映旖旎，点点祝愿点点在，换作静心醉梦里。

　　2、赤日炎炎似火烧，马路变成停车场。公交私车都抢道，横七竖八心焦躁。小小摩擦少计较，早晚高峰多体谅。都是世界一微尘，知足常乐心豁达。

　　3、持续高温天闷热，防暑降温莫忽略，冷饮冷食谨慎吃，胃肠感冒别忽视。朋友牵挂莫忘掉，你安我康最重要，还要保持心情好，不急不恼不烦躁。祝天天快乐！

　　4、夏季气温高，是肠道传染病多发季节，这时多吃些“杀菌”蔬菜，可预防疾病。这类蔬菜包括：大蒜、洋葱等，这类蔬菜对各种病原菌有灭杀和抑制作用。

　　5、带来一阵雨，让你拥有冰凉清心；带来一阵夏风，拂去你疲倦忧伤；带来一句夏日祝福，捎给你惦念关怀：炎热天气照顾好自己，愿心情怡静快乐常伴！

**13.高温防暑的问候语简短 篇十三**

　　1、夏季炎热，注意防暑。多喝热茶少吃冷饮；多吃果蔬少吃肉类；多吃酸少吃甜；多用扇子少开空调。稍安勿躁，心静自然凉。记得照顾好自己哦！

　　2、有时很忙，有时很累，有时很懒，有时很倦，有时我也会忘记联系你，但请相信，我的心里一直默默地祝福着你，朋友，天热了，记得防暑！

　　3、炎炎夏日暑来忙，暑来暑去不要慌；常用温水冲冲凉，慢下身来把水尝；清清淡淡绿豆汤，消暑解渴好主张；我托短信寄衷肠，愿你夏季心情扬！

　　4、艳阳高照，酷热难当；发条短信，祝君健康；降温防暑，喝绿豆汤；消热消暑，清除疲惫；最后提醒：悠点工作，不可太累，来日方长，身体宝贵！

　　5、月流火气温高，防暑降温很重要。少吃油炸和烧烤，多吃绿豆龟苓膏。早晚莫忘一杯水，中午能小睡。睡觉空调莫太低，温度适宜才健康。

**14.高温防暑的问候语简短 篇十四**

　　1、夏日的清晨清凉顺意，夏日的正午汗酣淋漓，夏日的夜晚宁静惬意，夏日的短信情谊诚挚，只愿夏日的你清心寡欲，烦恼不理，清凉神怡，心静悦意。

　　2、夏日高温难耐，生活枯燥无趣，工作生活很累，自己身体宝贵，白天注意防暑，晚上早点去睡，你我相扶同事，提醒到位免费。

　　3、采一丝夏雨，滋润你快乐的心田，抓一片清风，吹走你烦燥的心情，送一些清凉，带给你清爽的心境，发一条短信，祝福你清凉一夏，快乐永相伴。

　　4、夏日里，花露水，妙用多多是个宝：蚊虫咬，涂一涂，祛痱止痒快见效；清余热，杀菌好，家和美满温馨笑；加水里，擦枕席，清爽舒适久久绕。愿夏季逍遥！

　　5、伴随着冰激凌的冰爽，我的短信犹如凉风徐徐，拂面而来，让你清凉一“夏”，我的祝福犹如雪花，飘落而下，纷纷扬扬，让你躁动的心，变得宁静。

**15.高温防暑的问候语简短 篇十五**

　　1、夏日祝福不多送，只愿你快乐不止一“夏”成功不止一“夏”，平安不止一“夏”，好运不止一“夏”，健康不止一“夏”幸福不止一“夏”！

　　2、夏天想要心情好，静下心来最重要，方法还需用得巧，喝凉茶，吃西瓜，吹海风，定让你把心静了，听音乐，写小诗，把嗑唠，让你心情不烦躁。静下心来很美好。

　　3、送你一把遮阳伞，让酷热的的阳光，不再晒黑你的皮肤；送你一瓢甘泉，让浮躁的心情，慢慢归于平静；送你一季凉风，让你永远置身于，清凉的夏日；送你一个愿望，让你的梦想，变成现实！

　　4、夏季临，笑一笑，忧愁烦恼抛云霄；拍拍手，扭扭腰，欢乐健康怀中抱；跑一跑，跳一跳，美妙心情出囚牢；祝福收，感情妙，祝你夏天乐逍遥！

　　5、夏日养生贴士送你愿健康：出汗还是主动好，健身锻炼不能忘；运动量并非越大越好，体力透支伤健康；每天饮水不能忘，小口浅饮更健康。祝夏日美美！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找