

老年人问候语

1.
春季养生有门道，分享给你请记牢；大枣蜂蜜最养肝，煲粥食用营养高；省酸增甘以养脾，百合荸荠春火消；绿叶蔬菜宜多吃，防春困选油麦菜。愿快乐安康！
2.
我的祝福是夏夜的风，给你清爽，让你快乐；我的思念是夏日的花，充满甜蜜，为你守候；我的问候是夏空的星，闪烁真诚，让你欢笑。大暑到了，愿你快乐。
3.
梨润肺，能消痰止咳；苹果含多种维生素和钾，营养丰富防疾病；龙眼滋补、强壮、安神、补血，对付失眠有一套；葡萄可防疲劳，有益气补血利筋骨健胃等作用。
4.
深秋来访桂香飘，适时添衣别感冒，冷水洗脸强耐寒，晨起一杯蜂蜜水，润燥养颜功效显，登山赏景心境宽，秋愁自然不来犯，情浓关怀递身边。愿秋日安康！
5.
秋防感冒有诀窍：冷水洗脸热水洗脚，盐水漱口早晚杀菌，晨起室外锻炼身体，窗户打开通风换气；增减衣服不要着急，以免伤风受凉气。愿你秋季健康美丽！
- 6.我们衷心祝愿您健康长寿，像那挺拔的青松，强劲、苍翠！
- 7.祝愿您如南山松，越活越年轻！

8.
风儿，拂去你的哀愁；阳光，散播情谊的融融温柔；白云，是不变的幸福为你留守；短信，是问候跟着思念在走。在这烂漫的冬季，愿你快乐常在，好运常有！

9.
健康比任何东西都珍贵，没有健康身体，其他再昂贵的东西都无福消受。

10.
我惯着你的时候你可以是块宝，我不要你的时候你连地上的一棵草都不如。

11.
会劳逸结合的人，才会赢到最后。工作量若人人都超过负荷，紧张和劳累，就成了“百病之源”，为了钱，我们拼死拼活，为了名，我们高度紧张。到头来：一身疾病，万贯家财也成空；空有虚名，无人能代替你忍受疼痛。如果硬挺下去，必然积劳成疾，贻害健康。

12.
十月萝卜小人参，冬瓜消肿利水尿。莴笋通乳利五脏，健脾益肾数山药。补中益气马铃薯，开胃抗寒红辣椒。止咳化痰胡萝卜，白菜宽胸疏肠道。愿快乐安康！

13.
让立夏的烈日晒伤烦恼，让立夏的微风吹跑了糟糕，让立夏的小雨冲刷掉焦躁，让立夏的短信吞并了苦恼。立夏到，立夏好，立夏祝福我先到，愿您快乐又逍遥！

14. 四体勤劳，节制食欲，细嚼慢咽，饭后漱口，睡眠充足。

15. 愿你占领幸福的制高点，新年处处风光无限！

16.

夏季美食当道，养生我有妙招，凉拌苦瓜清火，消暑脆爽黄瓜，番茄炒蛋健脾，茄子吃时连皮，绿豆煲汤排毒，生菜蘸酱消脂，温馨关怀送上，快乐安康伴你！

17.一家人欢聚一堂，共享天伦之乐，共创美好未来。

18.

秋来青草黄，朋友安康记心上：运动锻炼身体好，驱寒感冒不来扰；心儿不随风景萧，多把快乐来寻找；心情多闪耀，阳光多清爽，愿你人生轻松似秋水天长！

19.

锻炼身体像银行储蓄，零存整取，积久即成巨款；养生健身如攀登高山，不断攀沿，持之以恒必益寿延年！

20.忘掉过去，珍惜现在，享受今天，乐观未来。

21.

冬季养生配方，我来跟你分享：西红柿预防感冒，马铃薯保护血管，热红茶蓄养阳气，牛肉增强抵抗力，牛奶补钙营养高，生姜促血驱寒妙，愿你冬日身体好！

22.

入秋天转凉，身体需调养；进食有门道，莫要乱了套；早起南瓜粥，营养又健康；午间多蔬菜，补充维生素；睡前莲子汤，睡眠有保障。愿你吃出健康秋舒爽！

23.

秋风飒飒秋景妙，真挚情谊心头绕，山楂糯米熬粥好，健脾养胃精力高，鸡汤骨汤能润燥，沙参百合一起熬，鱼肉营养脂肪少，护心降糖是良方，愿快乐安康！

24.

聪明人看得懂，精明人看得准，高明人看得远。智者的声音是愚者的方

向，无法放弃过去的无知，就无法走进智慧的殿堂，对待健康，偏见比无知更可怕！

25.

积千累万，不如有个好习惯，人无泰然之习惯，必无健康之身体，合理的饮食，规律的起居，适量运动，愉悦的心态，是身心俱健的基石！

26.

春季养生正当时，学给肠胃洗洗澡；增加玉米和燕麦，粥汤清火配绿菜；平衡消化吃水果，苹果石榴都是宝；多喝开水促代谢，绿茶解腻是良方。愿快乐安康！

27.

寒风袭来，阳光至；数九到来，温情至；冬至到来，长夜至；水饺端来，好运至；汤圆盛起，团圆至；美酒饮来，健康至；祝福到来，幸福至。预祝冬至快乐！

28.我祝您永远平平安安，健康长寿！

29.

初秋养生重食补，秘诀给你数一数，黄瓜除烦又清热，凉拌暑湿不来犯，鲤鱼开胃营养丰，煲汤各类人适合，鸭肉补充蛋白质，炖制味美食欲佳。愿快乐安康！

30.

人之相交，交于情；人之相处，处于心；人之相信，信于诚；人之问候，发信息。多变的天气，不变的友谊，彼此的忙碌不等于忘记，酷暑夏季好好照顾自己。

31.

送你一座海岛，在你失意时停靠；送你一个港湾，在你疲倦时躲浪；送你一对翅膀，在你安逸时飞翔；送你一份快乐，在你伤怀时一笑；送你清风明月天天快乐。

32.身体强壮，健康无恙，幸福迷人，天下无双！

33.别管人生有多长，人生重要是健康。

34.祝福老人健康长寿，开心快乐！

35.

不管是春天还是夏天，季节总是会变换；不管是今天还是明天，思念总是驻心间。时光逝去如电，情意长久绵延。春去夏来阳光灿，愿快乐幸福呵护你的每一天！

36.

夏季美食当道，水果黄金圣品，香蕉缓解焦虑，木瓜保护视力，猕猴桃补维C，葡萄排毒祛痰，苹果润肤高手，生梨止咳润肺。温馨关怀送上，快乐安康随行！

37.祝你除夕人快乐，笑声远播笑脸扬。

38.

身体是革命的基础，是一切的前提，我们都要巩固好自己的基础，打好这个前提，这样，我们才有资本去挑战人生的风雨，去战胜生活中的一切困难。健康的活着，是人生最有意义的事，也是最值得的事！

39.心理平衡，生理平衡，预防疾病，身体安静。

40.

寒风起兮雪飞扬，勤添衣裳感冒防，多食蔬菜身健康，充足睡眠心舒畅，天天锻炼记心房，短信一条来呈上，祝福朋友怎能忘：小雪节气到，愿君开怀乐逍遥！

41.

昼夜平分秋分到，气温渐步向低跑。爽风细雨沁心田，喜看秋实金光耀。荷露晶莹好运到，鱼妖稻香喜乐瞧。又是一年农家丰，祝福朋友开怀笑。秋分快乐享！

42.

风起秋分至，好礼分给你，分一半财运，招财添贵气，分一半幸福，吉祥身边聚，分一半快乐，笑容总洋溢，分一半喜气，美事围绕你。愿你全收到，秋分笑嘻嘻！

43.

善待自己，幸福无比；善待别人，快乐无比；善待生命，健康无比！人生不过三万天，成功失败均坦然，是非恩怨莫在意，健康快乐最值钱！房子修的再大也是临时住所，只有那个小木匣子才是永久的家，切记：不妄求则心宽，不妄做则心安，屋宽不如心宽，身安不如心安！

44.

润肺生津数草莓，能助消化通肠道。欲补气血强筋骨，防止血栓是葡萄。

45.

当心灵趋于平静时，精神便是永恒！把欲望降到最低点，把理性升华到最高点，你会感受到：平安是福，清心是禄，寡欲是寿！

46.

人生不过三万天，成功失败均坦然，是非恩怨莫在意，健康快乐最值钱。

47.祝你来年鸿运当头，福星高照。

48.

养生好，养生妙，冬季养生有诀窍；吃萝卜，食热粥，除燥生津热量高；冬进补，先引补，调整脾胃吸收好；房间内，勤开窗，通风除菌是必要。愿健康过冬！

49.

春季养生有三补，神补食补和药补；养肝调神戒怒郁，踏青郊游聚欢笑；健脾益气宜常吃，菠菜鸭肉和山药；平调阴阳强身体，枸杞玉竹沙参好。愿快乐安康！

50.愿您永远跟朝阳、春天结伴，像青草漫野那样充满生机。

51.

饮食勿暴，少吃晚餐，吃饭勿语，切勿吸烟；低盐低糖，勿食太咸，少吃脂肪，饭莫过量。

52.

我们那么努力工作，我们那么拼命为的是什么，还不是希望家人能够有一个幸福的生活，给到他们想要的东西，倘若自己倒下了，不仅不能给他们美好的生活，更会成了他们的负担。健康没了，是再多的钱都无法去挽回的。

53.

水清草枯雁飞南，天高云淡艳阳天。晚间寒冷防病患，注意保健护胃暖。金秋稻谷堆满场，丰收自得喜心上。别忘保护好身体，愿你喜乐度金秋。祝秋风健康！

54.

酷暑蚊虫来扰，天然方法有效，蒜头植于花盆，蚊虫望风而逃，大豆油涂手脚，护肤防蚊独到，门口撒黑胡椒，蚊虫入侵不了，温馨关怀送上，快乐安康到老！

55.

每天忙碌的生活总让我们觉得很疲惫，每天都有干不完的活，每天都有操不完的心，为了工作，我们每天起早摸黑，为了肩上的责任，就算再苦再累我们也能忍受着，年纪大了，我们的健康开始透支了，加班熬夜再也承受不了，慢慢地，我们的身体开始反抗了，人啊，不管再忙也要注意休息，身体好了，才有资格谈生活，才有资格谈未来。

56.

小寒到，小寒到，风也寒，雨也寒，天也寒，地也寒，发条短信为你驱严寒。及时添衣衫，以免受风寒。少吹风，少经霜，多运动，多调养，开开心心过小寒。

57.

放下担子，留住微笑的样子；从从容容，调理生物钟顺畅；多多锻炼，让免疫力为健康保驾护航。冬日严寒，愿朋友多多保重，切记：健康身体是革命的本钱哦。

58.健康的身体乃是灵魂的客厅，有病的身体则是灵魂的禁闭室。

59.

冬季保三暖：头暖、背暖和脚暖；冬季防烫伤：梳洗烫伤、被窝烫伤和取暖器烫伤；冬季养生三原则，开开心心、无忧无虑和多晒太阳。祝健康、平安、吉祥。

60.

候鸟南飞避寒霜，百鸟贮粮过冬藏，天气转凉气温将，添衣加被别着凉，饮水应该少冻藏，提醒朋友关心到，祝你白露节气健康快乐度过。

61.

炎炎夏日暑伤气，妙招恢复精气神，心累之时练静养，双眼微闭慢呼吸，清爽早晨散散步，午间补觉半小时，按摩腰背三五遍，酸痛疲惫不来烦。愿快乐安康！

62.人生最重要的是健康，其次要有个好心态。

63.

春天到，打个太极拳，健康“纵队”来组建；练个瑜伽操，快乐“海洋”来拓宽；勤加注意来保暖，幸福“核心”来提现；慢跑来做加餐，争取不做“宅男”。

64.

金钱难买健康，健康大于金钱；金钱难买幸福，幸福必有健康；生命的幸福不在名利在健康，身体的强壮不在金钱在运动！

65.

小暑天热似火燃，诗句行间送清爽。鸿雁带上我的情，送你折扇清风凉

。逍遥自在度暑天，清风细雨沁心田。舒度夏日享清凉，愿你今夏身体棒。祝你清凉夏季舒。

66.

都说生容易，活容易，生活不容易，所以好好的健康的活着，因为我们要死得很久很久。

67.

今冬京城雪羞惭，千呼万唤不出面。盼风垂地雪成团，愿将带雨梨花现，且作临风银妆看。雪杳渺，路弥漫。大家犹待雪出现，倚遍琼楼艳阳天。祝冬日快乐！

68.

秋天止住了暑气，止不住你的运气；时间更替了天气，更替不了你的福气；愿友谊为你带来喜气，问候为你带来财气，祝福为你加大力气，祝你美丽更加夺人。

69.远方的我祝您春节快乐，身体健康，万事如意！

70.寡欲以清心，寡染以清身，寡言以清口。

71.

雨季潮气来袭，对人健康不利；勤晒被褥衣物，早晚门窗紧闭；旮旯角落清理，盐水加热拖地；门口铺张报纸，减少鞋底湿气；偶用空调去湿，室内放干燥剂。

72.

秋雨落，秋叶黄，天凉保暖放心上；问候暖，心底藏，牵挂紧紧伴身旁；心平和，睡得香，容光焕发精神棒；短信传，关怀送，祝你幸福又健康。

73.

夏天喝冻啤酒要注意：饮用不宜过量，预防将军肚；酒温不宜过低，营养成分遭破坏；酒瓶不宜捆扎，温度变化易爆炸；不宜与烟熏食品搭配

，防消化道疾病。

74.

秋来到，问声好；体康泰，勿过劳；饮食均，粗细调；有爱好，意趣高；心态好，开怀笑；走跑跳，健体好；水多喝，少饮料；你我情，多唠叨，祝你乐逍遥！

75.绵绵情怀无尽意，幸福快乐守健康。

76.

希望在新的一年里，你们身体健康，生活充实饱满，越来越年轻，越来越精神。

77.祝您，福如东海，寿比南山；身体壮如虎，金钱不胜数。

78.祝福老人生活之树常绿，生命之水长流。

79.

天天常笑容颜俏，七八分饱人不老，逢君莫问留春术，淡泊宁静比药好。

80.

没一个朋友比得上健康，没一个敌人比得上病魔，与其为病痛暗自垂泪，不如运动健身为生命添彩！

81.

穷人没有了健康，就是灾难。富人没有了健康，就是白忙。男人没有了健康，老婆嫌弃。女人没有了健康，老公换人。老人没有了健康，晚年凄凉。孩子没有了健康，童年无望。

82.

一场冬雨一场寒，温暖短信保平安，出行防滑需谨慎，多添衣物要记牢，早睡早起好习惯，运动锻炼强身体，简短信息提醒您，小寒节气防感冒！祝小寒快乐！

83.

冷暖更替，黄叶片片；降温时刻，朋友思念；天气变冷，保暖添衣；加强锻炼，永保安康；短信一条，略表牵挂；天冷了，多保重；愿你身体健康，幸福永伴。

84.

如果，您是一颗沧桑的老树，那么，我愿是那会唱歌的百灵，日夜栖在您的枝头鸣叫，换回您的年轻，让您永远青翠。

85.

秋乏来袭惹人恼，妙招助你尽情消，补充碳水化合物，下午吃点小饼干，摄入充足的水分，每隔两小时慢饮，避免过多咖啡因，影响睡眠更疲倦。愿快乐安康！

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/ex1w7gpdtw.html>