

## 男女老年朋友之间祝福短句子

1.  
冬季已到，天气变凉。养生保暖，多穿衣裳。白雪飘落，好运带来。雪白世界，收获希望。季节入寒冬，温馨短信我送上。冬季雪白多吉日，祝你天天都安康。
2.  
人这一辈子，有了健康，就是最大的资本，有了健康，才可以洒脱的谈梦想，才可以为梦想努力拼搏。或许到最后没有实现自己的梦想，但有了健康，就还有从头再来的能力。
3.  
秋分起，夜变长，气温天天往下降；相隔远，情意重，手机短信来帮忙；采芝麻，收棉花，革命本钱莫要忘。希望您注意天气变化，莫要着凉，祝您秋分快乐！
- 4.生病，让我们重温一次很容易被忽略的常识：健康是如此地珍贵。
5.  
春季养生巧喝茶，方法选对效果好；空腹千万别喝茶，稀释胃液损消化；头遍茶水不宜喝，需要滤去有害物；晚上喝茶量要小，浓茶喝后睡不着。愿快乐安康！
- 6.福如东海，寿比南山，一年更比一年靓！
7.  
大暑来到气温高，防暑降温记心上：早睡早起精神好，多多锻炼为健康；防晒工作要做好，多喝茶水心舒畅；朋友真情永不忘，多多联系情意长。祝大暑心情好！

8.  
春寒尚未消，养生有妙招；饮食主清淡，护肝最重要；天寒要保暖，防护头到脚；内外需补水，排毒胜仙药；劳逸需结合，锻炼要做到，祝你身体健康，春光无限！

9.  
炎夏养生有道，分享给你可好？切忌大悲大喜，愉悦才最给力，饮食养心为要，小枣莲子安神，鸭肉蘑菇银耳，清补健脾良方。温馨关怀送上，愿你快乐安康！

10.  
小时候，幸福是一件东西，拥有就幸福；长大后，幸福是一个目标，达到就幸福；成熟后，发现幸福原来是一种心态，领悟就幸福。幸福不是拥有多少，而是看重拥有的，看淡无法拥有的。性格决定你活多久，笑看得失才会海阔天空；心有透明才会春暖花开。

11.  
不要以为救命的是医生，能救你的其实是你自己，养生重于救命，对不对？

12.  
秋季感冒，应对有道，盐水洗鼻，清除病毒，常喝鸡汤，增强免疫，生姜萝卜，榨汁清热，冲服蜂蜜，早晚一次，双手搓热，促进循环，贴士送上，愿你安康！

13.  
冬季养生须注意，早睡早起是必须；避寒就温强身体，饮食宜温要谨记；减咸增苦最适宜，冬练三九是主题；严寒疾病会远离，辨证进补是真理。祝健康冬季！

14.  
大暑来到骄阳照，热浪滚滚温增高，祝福电波空中抛，清凉立刻身边绕，清风吹过烦恼消，细雨点点好运浇，短信一条问候到，大暑快乐把你抱，幸福直往心里冒！

15.

夏季养生忙，祛湿又健脾，红豆白扁豆，熬粥放进去，煲汤放粉葛，困倦清除易，苦瓜宜凉拌，清热解毒方，西瓜翠衣炒，解暑营养高。关怀送上，安康围绕！

16.

岁月无情人有情，对你思念永不停。虽然不能天天见，分分秒秒把你念。发个信息谈谈心，借此表达我真心。不能天天见到你，只好短信问候你：天凉记得添衣。

17.

冬季吃粗粮，补肾暖胃肠，白米加糙米，营养补热量，常喝小米粥，消化力增强，黑米来焖饭，滋阴益气方，喝点糯米酒，舒筋活血棒。贴士送上，愿你安康！

18.

拉开夏日的帷幕，起航夏日的梦想，点燃夏日的希望，挥洒夏日的热情，发酵夏日的吉祥，蔓延夏日的凉爽，立夏节气来到，愿你踏上夏的征程，一路喜气洋洋！

19.身体健康胜过一切，如今深有所感。

20.温馨加温暖，甜蜜加祝愿，愿您保重身体，幸福久久。

21.

春季养生有妙招，情谊浓厚身边绕；健脾和胃多喝粥，鸡肝粳米味道好；豆芽营养最鲜活，凉拌清炒都适宜；衣着宽松不过紧，唤醒身体多伸展。愿快乐安康！

22.每个人生来最好的天赋，不是过人的才气，而是一个健康的身体。

23.季节轮回，天气转寒，注意保暖，愿你有个健康的身体！

24.人身体健康是第一！有健康才有一切！失去健康一切都白搭！

25.

秋来重进补，饮食应多样。酸味敛肺气，尽量少葱姜。银耳梨子汤，秋燥应无恙。菠菜祛虚火，不妨多尝尝。海带宁神智，红酒促血畅。养生养心，相得益彰。

26.全身锻炼，提神清醒活力一整天。

27.牛年无忧无虑，愿你更加逍遥！

28.

让雪的浪漫，捎去我无尽的祝福。让雪的晶莹，照亮你美丽的笑脸。让雪的飘逸带走你所有的烦恼。让雪的温暖，融化我真诚的思念。大雪节气，愿事事如意。

29.

生命像谜难猜，坎坷随时会来，感谢有你关怀，让我懂得被爱。纷乱的时代，我将感激深埋，愿它能开出生命中最美丽的花朵。

30.

人活一辈子，最重要的就是健康两个字，身体不好，一切都不好，做什么变得不再重要，没有意义，什么功名利禄，都变得不再重要。

31.

气温骤降，飘雪寒冬，切莫轻视，骨质疏松，以骨养骨，合理进补：羊骨补肾，陈皮煮粥；牛骨强筋，萝卜同煮；猪骨健脾，山药为辅。秘方送上，祝你健康！

32.

春季养生食蜂蜜，绝佳滋补赛良药；早晚空腹消积食，二十五克最为好；雪梨蜂蜜拌着吃，每日数次抗过敏；补充能量抗疲劳，经常服用精神好。愿快乐安康！

33.冬天到啦，记得添衣添被，防寒保暖，保重娇体。

34.

春季到来养生忙，情谊深厚送关爱；食物多样别挑食，养胃经常吃粗粮；缤纷果蔬多摄入，吃些野菜更健康；做菜少油又少盐，多动少坐身体棒。愿快乐安康！

35.愿身体健康如一，让好运春风化雨。

36.

温降了，天冷了，对你的思念加深了；风起了，雨落了，对你久久的惦念了；雪飘了，福到了，对你的关怀送到了：冬来天寒地冻，愿你添衣保暖从此幸福了！

37.愿时光不老，愿青春永驻，愿我爱的人和爱我的人永远健康快乐。

38.

好奇的心是一个人成功的开始，奋斗的心是一件事成功的开始，执着的心是一个时代成功的开始，人生路上多份信心，交流路上多份诚心，五福护航永安心。

39.金钱再贵，也没有健康贵；荣华再福，也没有平安福。

40.健康如意，福乐绵绵，笑口常开，益寿延年！

41.

只有身体健康，才能得到幸福，只有身体健康，才能做好工作。在健康问题上，你自己比老天爷管用。

42.

秋日不做痘美人，食物帮你巧战痘，每天早上喝豆浆，光泽肌肤是良方，韭菜明目又润肺，清炒做馅都很妙，芹菜叶子营养高，凉拌清火是高招。愿美丽动人！

43.

深秋任它到，养生自有招；悲秋惹人恼，释怀呵呵笑；哈欠可醒脑，远

眺视力高；腰板挺直了，左右摇一摇；晨起一杯水，每天不可少。贴士奉上，一切大好！

44.有四海朋友的支持祝愿，早些恢复平安谁敢阻拦。

45.愿你新的一年幸福无忧，新年欢畅！

46.

在所有的运动项目中，跑步是成本最低，最容易实施的项目。每天早起跑步，是最廉价的健身方式。

47.愿身体健康，万事如意，大吉大利，新年新气象。

48.

霜降有四种现象：天变冷、露结霜、蜇虫隐、草木黄；有三种祝福方式：发短信、打电话、写信件；关系到两个人：你和我；却只有一句话：天凉，保重身体！

49.松鹤长春，春秋不老，古稀重新，欢乐远长。

50.

又到秋季，饮食要注意：不缺不补，过犹不及，进补适量要牢记；莫纵食欲，谨防秋膘，热能适度疾病离；谷类为主，粗细搭配，全面营养不可替。保重身体！

51.

秋季养生注意饮食：饮食以清淡为主，多吃粗粮促肠胃蠕动，少吃过油、过甜、过辣、过咸的食物，少喝甜味饮料，多多运动促进血液循环，愿你健康过秋季！

52.愿老年朋友能保持年轻的心态，幸福并快乐！

53.

立秋到，心情妙，祝福信息来问好；立秋到，燥热跑，事业丰收少不了

；立秋到，好运绕，浪漫爱情来报道；立秋到，健康好，幸福吹起集结号。祝立秋常好！

54.

养生三字经：多运动，控体重。少思虑，心安静。少吃盐，食清淡。少吃甜，多补钙。少咖啡，多吃菜。少吃肉，多吃素。常喝茶，多吃醋。多淀粉，少脂肪。

55.

春回大地，惊蛰节气。百虫复苏，注意卫生。气温波动，适时添衣，预防流感。天干物燥，补充水分。多吃生梨，润肺止咳。中午小憩，适度运动，愿君康健！

56.

立夏养生重在养心，水果蔬菜样样得吃；清茶淡饭适补蛋白，生津止渴养胃清肠；老人小孩不贪凉食，早睡早起外加午休；立夏之初调节好，健康过夏笑常开。

57.

动脑筋，不疲劳，思睡养心少热闹；有规律，健身好，正常生活要协调。

58.

选对事业可以成就一生，选对朋友可以智能一生，选对环境可以快乐一生，选对伴侣可以幸福一生，选对生活方式可以健康一生！

59.

夏日祝福不能俗，特别祝福送好友：酷热难耐速脱衣裤，裸奔上路不算错误，水壶水车全部出动，边走边撒送来清凉，狮子老虎最佳礼物，冷汗直冒降温消暑。

60.没有健康，生活就不成为生活，人也就虽生犹死。

61.

买了鸡蛋，变小鸡了！买了个凉席，变成电热毯了！汽车不点火自己着了！遇到陌生人，相视一笑，变熟人了！桌子太烫，麻将刚码好居然糊了！天热注意防暑！

62.

秋季滋补有招，高效美食驾到，大枣养血安神，每天莫超十颗，芝麻研碎煮粥，配合莲子清心，餐前枸杞泡茶，减少脂肪含量，温馨关怀送上，快乐安康伴你！

63.

天寒养生正当时，秘诀给你道一道；板栗补肾又壮腰，每晚几颗别吃多；鲜枣维C含量高，细嚼慢咽助消化；羊肉提高免疫力，御寒进补煲汤妙，愿快乐安康！

64.

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，祝你美丽更加洋气！

65.

拥有一副健康的身体，当别人都走了，你还能晒着太阳，喝着茶水，享受着健康的生活，那你就是最大的赢家。

66.人老心不老，愿他青春永驻。

67.

为了你最爱的人，为了你自己，请你一定要爱惜好自己的身体，一个人只有健康才有能力照顾家人，只有身体健康才能享受更美好的生活，只有身体健康，才能得到幸福；只有身体健康，才能做好工作。不要为了钱财，不要为了虚名，就不顾身体，损害了健康！

68.

添甜方可解春困，纳蜜有助清肺毒；省酸增甘养脾气，防寒保暖抵邪风；早睡早起顺春气，多甜多辛安人体；顺肝性全身舒畅，助脾阳五脏平



和。祝健康快乐！

69.

寒风吹，雪花飘，小雪节气随风到；蜜柚黄，梅花香，对君关怀不曾忘；红萝卜，白菜汤，营养全面免疫强；黑夜长，添衣忙，防寒保暖重健康；祝幸福安康！

70.

秋三月，此谓容平。天气以急，地气以明；早卧早起，与鸡俱兴；使志安宁，以缓秋刑；收敛神气，使秋气平；无外其志，使肺气清，此秋气之应，养收之道也。

71.

亲爱的，你要好好休养，争取早日康复，养好身体去完成我们共同的誓言。

72.

酷暑别心烦，分享小妙方，酸奶防腹泻，二百毫升佳，煮玉米留须，预防糖尿病，快走半小时，瘦身效独到，山药莲子粥，健脾益气强。关怀送上，快乐安康！

73.愿您与春节相伴与快乐牵手，让平安传情幸福永远相约。

74.

说保健谈保健，心态平和是关键；怒毁肝思毁心，大大咧咧最开心；早吃饱午吃好，晚饭简单要吃巧；日升起日落息，子午睡觉不能少。祝你开心健康身体好！

75.

烦恼伤心，啤酒伤胃，白酒伤肝，吸烟伤肺，思虑伤脾，食多伤肾，疲劳伤神，多欲伤身，秋季多运动，登高有益健身，慢跑有益心肺，冷水浴有益血液循环。

76.

夏至养生有道，秘籍分享给你，增加午休提神，或者闭目养神，晚食粥午喝汤，荷叶绿豆消暑，牛奶瘦肉强心，多吃粗粮健体，温馨关怀送上，快乐安康伴你！

77.

生命只有一次，别活得太累了，一辈子苦长苦短也就那么回事，人，辛辛苦苦一辈子，钱是赚不完的，健康才最重要，做人知足常乐就好！

78.

愿平安陪你走过每一年的每一天。愿快乐和你度过每一天的每一时。愿甜蜜伴你每一生的每一刻。愿温馨随你渡过每一时每一分。祝你天天都平安甜蜜温馨快乐。

79.健康，是一切的基础，没有健康，所有的都免谈。

80.

水能载舟，也能覆舟；食能养生，也能丧生。合理膳食，脍不厌细。食不厌杂，滋养身体。

81.

秋冬交替，寒风凄厉。保暖防冻，不可大意。感冒易患，门窗微启。均衡膳食，增强免疫。胃肠易伤，温水调理；睡眠充足，多多休息。调整心态，祝你惬意！

82.

打好深秋保“胃”战，秘诀分享你知道，及时添衣胃保暖，温软淡鲜胃喜欢，心情愉悦胃开心，运动适度胃康健，戒烟禁酒胃不烦。情浓关怀送上，愿你安康！

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/bk6wt8cmd0.html>