# 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿5篇

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-01-31

*短暂的假期瞬间而过，又迎来了一个新的学期。回顾上一个学期，经过一段时间的学习，在期末考试中，有的同学取得了理想的成绩，那不应该骄傲，而没有达到预期目标的同学也不应该气馁。下面是小编精心整理的节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿五篇，仅供参考，大家...*

短暂的假期瞬间而过，又迎来了一个新的学期。回顾上一个学期，经过一段时间的学习，在期末考试中，有的同学取得了理想的成绩，那不应该骄傲，而没有达到预期目标的同学也不应该气馁。下面是小编精心整理的节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿五篇，仅供参考，大家一起来看看吧。

**第1篇: 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿**

同学们，大家好，10月16日是“世界粮食日”，本周是我国“爱惜粮食，节约粮食”的宣传周，今天我演讲的题目就是“珍惜粮食，从我做起。”

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”《悯农》这首诗我们大家都太熟悉了，一粒粒粮食从播种到收割，再到加工成成品粮，至少要经过二十道工序，这中间包含了农民多少辛勤的劳动呀!可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

今天，当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起，当我们唱起雄壮的国歌，我们心中充满了自豪和幸福。我们的祖国现在是多么的繁荣富强啊!但是在祖国的大好河山中，有一些遥远的地方，那里就是贫困山区。在贫困山区里，人们吃不

饱、穿不暖，小孩子们还没有地方上学。人们天天吃野菜、白薯、山里的蘑菇，连大米都不多，更别说肉了。要是两三星期能吃一次肉呀，就是谢天谢地了。

唉，多么可怜呀，再看看我们，每天大鱼大肉，蔬菜水果，应有尽有，却生在福中不知福，还到处浪费。也许他(她)家里很有钱，也许他家里有的是粮食。珍惜粮食，节约粮食是我们中国民族的传统美德，我们不能丢掉我们的根。如果贫困山区的孩子们看见同学们这样做一定会很心痛，并会指责同学们。在饭馆，有的人为了炫耀自己多么大方、多么有钱，便点了一桌子的饭菜，吃不完的，就要被店里的老板倒去。其实剩菜可以打包回去吃，这样也是一种节约。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时能吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。

同学们,让我们行动起来,珍惜粮食,从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。因为，每粒粮食都浸满了农民伯伯挥汗如水的辛勤耕耘。让我们节约粮食，从现在做起，从我做起!

**第2篇: 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿**

大家好!

我今天要演讲的题目是，勤俭节约，不浪费粮食。

勤俭节约自古就是中华民族的美德。穷人勤俭节约可以过上好日子。富人勤俭节约，大人可以教育孩子，小孩可以养成良好的习惯。

不浪费粮食，就是勤俭节约的重要方面，而且天天可以做到。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”我们现在的`同学们，有谁吃饭的时候想到种粮人的艰辛呢?

不浪费粮食，天天可做，顿顿可以做到。大家看看我就知道，“Iamsofat,right?”,是的。我应该减肥。要减肥，是不是每次都应该把饭吃一半，剩下一半倒掉呢?不是的。每次老师打饭的时候，给老师提个醒，少打一点。自己盛的时候，吃多少盛多少。每次都吃得干干净净。这样减肥，节俭两不误。

同学们，相信你们每一位，吃饭肯定不是问题。一般来说，想吃什么就有什么。可不是每个中国孩子，每个家庭都这样。广西电视台今年5月曾播出了这样一则故事。一个14岁男孩杨六斤，6岁时父亲去世，母亲改嫁，10岁爷爷奶奶相继去世，他成了孤儿。他只能青草填肚，捕鱼解馋。

其实，我们节约的粮食，可以帮助很多无助的孩子。

勤俭节约，从不浪费粮食做起!

**第3篇: 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

你们好！

我今天国旗下讲话的题目是《节约粮食，从我做起》。我想考一考同学们，10月16日是什么节日？是世界粮食日。

为什么要设立这样一个节日呢？很显然，是呼吁我们每一个人都要节约粮食！

下面，我就请同学们和我一起背诵一下《锄禾》这首古诗。“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦！”这首诗我们都学过了，是表现了农民伯伯种田很辛苦！可是我们真的做到节约粮食了吗？

我们先来看看在我们学校用餐的同学，我们觉得绝大部分同学就做得非常棒，在我值班的时候，我经常看到一些同学，将所打的饭菜吃得干干净净，我经常表扬他们，对着话筒大声地表扬他们。你们知道徐老师为什么要这样做吗？对了，就是希望每位同学都像他们一样，吃干净盘子里的每一粒米，每一口菜。其实这不仅是一种节约，也是对农民伯伯，食堂工作人员工作的一种尊重！更是一个人文明素养的重要体现！

在节约粮食这件事上，我们不仅仅今天这个世界粮食日要重视，每天每餐饭都要牢记在心！同学们，根据20\*\*\*年我国的一项统计显示，就中国大陆民众一年平均倒掉六百亿人民币的剩菜和剩饭。

同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。像我们学校的饭菜，都是有菜谱的，就是说，饭菜的选择是经过科学搭配的。大家吃多少盛多少，不偏食，不挑食，这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康！从今天的午餐开始，我们就来看一看，比一比，哪些班级哪些同学在吃饭这件事上做得最好！

当然，节约是多方面的，俗话说：吃不穷，穿不穷，节约不到一辈子穷。节约粮食，是我们每个公民应尽的义务而不是说说就好。爱粮，惜粮，节粮，不能是空洞的口号。\"节约粮食为荣，浪费粮食可耻。\"的风尚不仅过去需要，现在也需要。我衷心地希望每一位老师和同学从节约粮食做起，强化节约意识，节约学校的每一度电，每一滴水，爱护学校的一草一木，让每一个人都快快乐乐地生活在蓝天，白云，绿水，阳光下！

**第4篇: 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《节约粮食，从你从我做起》。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”想必这首唐诗大家都会背，都懂它的意思。但是在我们日常生活中，浪费粮食的现象还是随处可见。虽然父母老师从小就教育我们节约粮食，可是真正做到的能有几个呢？

所以为了唤起大家爱惜粮食，珍惜粮食的意识，每年的10月16日就成为“世界粮食日”。虽然现在的中国地大物博，物产资源众多，人们的生活过得越来越好，但是浪费粮食的现象也随处可见，“节约”一词在不少人的心里已日渐忽视和淡忘了。

要知道世界上还有许多人在挨饿。联合国粮食及农业组织自创立以来，不定期地进行了5次“世界粮食调查”。从这些调查的数据得出的结论是：饥饿不但没有消除，反而在不断扩大。长期遭受贫困和营养不良之苦的人口8.54亿。面对如此严峻的粮食问题，我们浪费粮食？作为我们这一代，不要总以为我们的国家地大物博，我们的耕地面积只有全世界的百分之七却要养活世界百分之二十二的人口。可见珍惜粮食，爱惜粮食，杜绝浪费对于我们来说是至关重要的，我们要从小做起，从你从我做起，从现在做起，拿出实际行动来爱惜粮食，继承和发扬勤俭节约的传统美德。

“俭以养德”，自古以来，节俭一直是中华民族值得彰扬的美德。我们中国，之所以要提倡建设节约型社会，就是因为中国浪费不起。中国是世界上人口最多的国家，每个人只要浪费一点，总数就非常惊人。同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康！

最后，我大声呼吁，人人应以节约为荣，以浪费为耻！请大家珍惜粮食，杜绝浪费，从你从我做起！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

**第5篇: 节约粮食从我做起升旗仪式演讲稿**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《节约粮食，从你从我做起》

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”想必这首唐诗大家都会背，都懂它的意思。但是在我们日常生活中，浪费粮食的现象还是随处可见。虽然父母老师从小就教育我们节约粮食，可是真正做到的能有几个呢?

所以为了唤起大家爱惜粮食，珍惜粮食的意识，每年的10月16日就成为“世界粮食日”。虽然现在的中国地大物博，物产资源众多，人们的生活过得越来越好，但是浪费粮食的现象也随处可见，“节约”一词在不少人的心里已日渐忽视和淡忘了。

要知道世界上还有许多人在挨饿。联合国粮食及农业组织自创立以来，不定期地进行了5次“世界粮食调查”。从这些调查的数据得出的结论是：饥饿不但没有消除，反而在不断扩大。长期遭受贫困和营养不良之苦的人口8.54亿。面对如此严峻的粮食问题，我们浪费粮食?作为我们这一代，不要总以为我们的国家地大物博，我们的耕地面积只有全世界的百分之七却要养活世界百分之二十二的人口。可见珍惜粮食，爱惜粮食，杜绝浪费对于我们来说是至关重要的，我们要从小做起，从你从我做起，从现在做起，拿出实际行动来爱惜粮食，继承和发扬勤俭节约的传统美德。

“俭以养德”，自古以来，节俭一直是中华民族值得彰扬的美德。我们中国，之所以要提倡建设节约型社会，就是因为中国浪费不起。中国是世界上人口最多的国家，每个人只要浪费一点，总数就非常惊人。同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康!

最后，我大声呼吁，人人应以节约为荣，以浪费为耻!请大家珍惜粮食，杜绝浪费，从你从我做起!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！