# 节约粮食从我做起演讲稿

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-06-06

*节约粮食从我做起演讲稿(精选5篇)亲爱的同学们，让我们一起行动起来，节约粮食，从我做起，从身边做起!下面是小编给大家带来的节约粮食从我做起演讲稿5篇，以供大家参考，我们一起来看看吧!>节约粮食从我做起演讲稿（篇1）尊敬的老师，亲爱的同学们：...*

节约粮食从我做起演讲稿(精选5篇)

亲爱的同学们，让我们一起行动起来，节约粮食，从我做起，从身边做起!下面是小编给大家带来的节约粮食从我做起演讲稿5篇，以供大家参考，我们一起来看看吧!

>节约粮食从我做起演讲稿（篇1）

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

知道明天是什么日子吗?是“世界粮食日”。为什么要在每年的10月16日设立这样一个节日呢?很显然，是呼吁我们每一个人都要爱惜粮食，节约粮食。所以，我今天国旗下讲话的题目是《爱惜粮食，从我做起》。

先请同学们和我一起背诵一下《锄禾》这首古诗。《锄禾》——预备起!“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。大家背诵得很好!这首诗我们早就学过了，都知道农民伯伯种田很辛苦，我们要爱惜粮食。因为，一粒粒粮食从播种到收割，再加工成成品粮，至少要经过20道工序，这中间包含了农民伯伯多少辛勤的劳动呀!可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

有的同学可能认为，我们现在的生活条件好了，浪费一点粮食不要紧。但是你们是否知道，世界上还有许多吃不上饭的人们在苦苦挣扎?在全世界范围，每年有数百万人民，包括六百万5岁以下的儿童，死于饥饿。在我国，每年有许多贫困地区、受灾地区的老人、小孩没饭吃，要靠国家救济，靠大家帮助。由此可见，饥荒已经成为全球第一号杀手!所以，即使我们的生活条件再好，也不能丢弃中华民族勤俭节约的传统美德。

无数名人、伟人都是爱惜粮食、生活节俭的典范。北宋时的司马光虽高居宰相，仍然以节俭为本，他认为穿衣能够抵御寒冷、吃饭能够吃饱就足够了，还教导儿子要“俭朴为荣，奢侈为耻”。我们敬爱的周恩来也一贯反对铺张浪费，他吃饭时，一粒米也不肯浪费，偶尔洒到桌子上一粒米，也一定要捡起来放到嘴里。

同学们，听到这里，请大家想一想：你是否做到爱惜粮食了呢?你有没有浪费粮食的行为?在家里，在学校，你是否将饭菜只吃一部分就倒掉?你是否将吃了几口包子扔掉?当你这样做的时候，你是否感到可惜，感到心疼?

“一粥一饭，当思来之不易。”同学们，我们应该把爱惜粮食落实到每一天的行动中。不管在家里吃饭，还是学校用餐，我们都应该不偏食，不挑食，吃多少饭盛多少，不要浪费。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康。

同学们，爱惜粮食就是珍惜农民伯伯的劳动果实，而浪费粮食的行为是可耻的。让我们从现在做起，从自己做起，从珍惜一粒米开始，养成节俭的好习惯!

我的发言到此结束，谢谢大家!

>节约粮食从我做起演讲稿（篇2）

尊敬的老师、亲爱的同学们：

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。粮食是农民伯伯用辛勤的汗水耕作得来的，每一粒粮食都是他们的心血!粮食跟水一样，是我们的生命之源，是我们每天工作、学习的动力之源。俗话说的好：人是铁饭是钢，一顿不吃饿得慌。所以，我们要改掉浪费粮食的坏习惯，要珍爱粮食，节约粮食，从身边的一点一滴做起，从身边的小事做起。

在战火纷飞的年代，有多少人吃不上饭，还要坚守在阵地和敌人做生死斗争，用生命和鲜血换来美好的生活。如今生活富裕了，但也有不少流落街头的乞丐吃不饱穿不暖。他们那一双渴望食物的眼睛，是多么楚楚可怜。而我们如果浪费粮食的话，最终也会造成吃不上饭的后果，所以号召大家节约粮食迫在眉睫。我的身边就有许多珍惜粮食的人，我们要向他们多学习学习。

我的奶奶今年已经60多岁了，奶奶虽然年龄大，但一直保持着节约粮食的好习惯。比如说一盘新鲜的菜出锅了，第一顿奶奶先是撑破了肚皮往肚子里装，如果实在吃不了，就放到冰箱里，等第二顿再拿出来热热吃，一直是吃了热，热了吃，直到菜酸了，奶奶也舍不得扔，最后倒给家里的鸡吃。我常和奶奶说隔夜的饭菜吃了容易得病，但奶奶仍然舍不得扔这些粮食，还教导我们说：“弘弘呀，我们虽然生活好了，但不能忘本呀。在六七十年代，庄稼青黄不接，你的老太爷就是活活饿死的，老太太也是吃树皮和花生皮才勉强活了下来，那时候要是有这么一碗白米饭，该有多高兴啊，所以你要珍惜粮食，浪费可耻呀!”我一直对浪费这个词理解很肤浅，听了奶奶的话，我才明白，没有了粮食将是多么的可怕。

在学校有的小学生，餐盘里总是或多或少的剩些饭菜扔掉。这些粮食都是农民伯伯辛辛苦苦种出来的，在丰收时，农民伯伯想到我们狼吞虎咽的吃着他们种的粮食该有多么高兴，可如果看到我们把他们的劳动果实扔到垃圾箱内，又会多么伤心失望埃此时我不禁想起了那首古诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

同学们，让我们携起手来共同节约粮食，像珍惜我们的生命一样去珍惜它吧。

>节约粮食从我做起演讲稿（篇3）

亲爱的同学们：

一日三餐离不开餐厅，餐厅是大家日常生活的重要组成部分之一，营造清洁舒适的就餐环境，不仅关系着每位同学的生活，而且直接体现了每一位学生的个人形象。文明之风吹拂校园，讲文明、树新风是我们每一个文萃娃必须具备的基本素质，食堂是我们在校学习生活的重要场所，营造清洁舒适的就餐环境，需要我们大家共同努力。

1、文明用餐要求每个同学要有规则意识。

“没有规矩，不成方圆。”生活中规则无处不在，一定的规则能保证人们更好地生活。文明用餐要求我们做到“班级要整队到餐厅就餐，不拥挤、不喧哗;严格遵守就餐纪律，按时就餐，在指定餐位用餐，不得擅自调换餐位，不敲盘、不喧闹;吃饭时不谈笑，不交头接耳，不得敲打盘碗;吃完饭要把垃圾带出去，安静地走出餐厅。”

2、文明用餐要求每个同学要有勤俭节约、爱惜粮食的意识。

吃饭就一定要爱惜粮食。尽管同学们将“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”背得滚瓜烂熟，可真正上了饭桌，浪费粮食、挑食的学生每天都有。文明用餐其中最突出的一条要求就是：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净。希望同学们挑食、浪费的现象一天天减少，餐厅的剩饭剩菜也越来越少，以节约粮食为荣，以浪费粮食为耻。

3、文明用餐要求每个同学要有良好卫生习惯。

我们要养成讲卫生、爱清洁、不随地扔垃圾的良好卫生习惯，餐桌旁应该是最好的课堂。倘若每个同学吃完饭还能保持自己脸上、手上、身上，桌面、地面的干净，那就足以证明他是一个有良好卫生习惯的孩子。所以就餐时要做到三净：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净;把吃下的骨、壳之类的剩物，装入盘内，保持桌面干净;不洒落饭粒、菜汤，保持餐厅地面干净。吃完饭将餐巾纸带出餐厅。”

文明用餐，从我做起，从点滴做起，从现在做起。“播种的是一种习惯，收获的是一种品格” 。让我们为共同营造一个文明有序的用餐环境而努力，争做文萃小绅士小淑女!

>节约粮食从我做起演讲稿（篇4）

老师们，同学们：

大家上午好!\_星期\_，也就是 10月16日是世界粮食日。因此，今天我讲话的主题是《爱粮节粮，从我做起》。

1979年，粮农组织第20届大会决定从1981年起，把每年的10月16日定为“世界粮食日”。党中央，国务院决定把世界粮食日的那一周定为节粮周。

“民以食为天，食以粮为先”。建国以来，我们以占世界7%左右的耕地，养活了占世界20%多的人口，取得了举世瞩目的成就。然而，粮食浪费现象依然普遍存在。看看我们的身边：垃圾桶里，经常会有同学们吃剩的馒头、面包、火腿肠等食物;有的同学觉得食堂里的饭菜不合胃口，不假思索随手倒掉，情愿花钱买一些不利健康的零食填饱肚子。也许有的同学会说，饭是我自己花钱买的，愿意怎样就怎样。可是，你是否意识到，你浪费的不仅仅是粮食，还有父母的血汗，你丢弃的也不只是米饭，还有勤俭节约的美德。在此，我代表政教处向同学们提出以下要求：

一、争做爱粮节粮的倡导者。厉行节约、反对浪费，是我们民族的传统，更是时代发展的要求。我们要以高度的责任感和使命感，以节约为荣、浪费为耻，弘扬勤俭节约的传统美德，树立爱粮节粮的新风尚。

二、争做爱粮节粮的践行者。从我做起，从小事做起，从一日三餐做起，适量定餐，避免剩餐;到食堂就餐，遵守就餐秩序，自觉排队，不随意插队。以“光盘”为荣，以“剩饭”为耻，争做爱粮节粮的表率和楷模。

三、 争做爱粮节粮的宣传者。宣传“节粮爱粮”的相关知识和减少浪费的措施，增强节约意识，引领崇尚节俭的社会风尚。

老师们、同学们，“一粥一饭，当思来之不易;半丝半缕，恒念物力维艰。”让我们积极行动起来，凝心聚力，爱惜粮食，杜绝浪费，共创节约型校园、节约型社会，为实现中华民族伟大复兴的“中国梦”贡献力量!

谢谢大家!

20\_节约粮食从我做起演讲稿5篇

>节约粮食从我做起演讲稿（篇5）

“10月16日”，这是一个人人都应该记住的日子，因为这一天是“世界粮食节”。“民以食为天”，缺少粮食，我们很难生存，缺少粮食，我们国家难以发展，缺少粮食，我们人类更有可能走向灭亡。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”自小我们就从古人诗中知道粮食来之不易，然而随着我国人口不断增长，耕地面积却在逐年减少，我国已经成为世界上最大的粮食进口国。粮食缺口正在成为阻碍我们奔向小康大道上的一道难以填满的沟壑。“爱惜粮食、节约粮食”不仅仅是一句口号而已，更应该是一声声每天都敲响在我们耳边的警钟。

我记得曾在网上的文章里看到，有一位学生在一篇作文里是这么说的：

“奶奶是个很节俭的老人。节俭是好事，但我觉得她节俭得有点近乎抠，无法理解。一次，烧饭的时候，她不小心把米撒了点在地上，我就顺手准备扫掉。我腰还没弯下去，只见一只满是皱纹的手挡着我，我愣在那不知道为什么?这时，奶奶开口了:‘不要扫掉，捡起来洗洗，浪费可惜。’‘我说已经脏了，反正就一点点，算了吧。’奶奶可不理会我，自己佝偻着身体，蹲在地上慢慢地拾着，每拾起一点就用嘴巴对着吹吹，很专注地，仿佛掉在地上的不是米，而是她的宝贝样。等到全部拾好后，再用脸盆装着用清水一遍一遍的洗，看她洗完端着米出来，脸上露着孩子般开心的笑，嘴里还自言自语:‘看看，多干净，还不一样吃嘛，你们……’我听懂了她未说完的话是什么意思，但我依然是不以为然的摇着头。而奶奶露出了灿烂的笑脸。

还有，我们家的电饭褒烧饭总是会在下面结锅巴，所以每次都有很多饭不能吃。我总是把这些锅巴倒掉的，有次被奶奶看见了，她老人家又开始了对我的节约教育。我不服气说:‘这都不能吃呀?干吗不能倒掉?’奶奶也不搭理我，从我手上接过电饭褒，然后倒了些开水在里面，泡了一会儿，就见她开始用小勺把那些锅巴，一点一点地刮出来，然后放进自己的嘴里。天哪，我真的是服了她老人家。我半开玩笑地对奶奶说:‘奶奶，你真会动脑筋呀’。奶奶听了我的话，不好意思地对我说:‘我知道你心里是怎么想的，不过我们老人家是经历了饥荒岁月的，知道粮食的宝贵，我不是小气，只是觉得这样真的很浪费。’”

这位奶奶说得对，我们这代人没有经历饥荒，不能理解他们的想法，甚至看不惯他们的做法。有的同学就知道浪费，不知道珍惜。看看我们食堂的餐厅里，各种浪费粮食的现象依然比比皆是。有的同学很是挑食，吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的!有的同学光想买零食，不想吃饭;有的同学着急去玩，盛饭的时候，走路慌张就把饭粒洒在地上!有的同学一边吃一边还在打闹……这些现象是多么的让人触目惊心啊!如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的浪费!

所以，我们要树立节约意识。爱粮、惜粮、节粮，是中华民族的优良传统。“节约粮食光荣，浪费粮食可耻”的风尚不仅过去需要、现在更需要，我们没有糟蹋粮食的权力。我们当学生的虽然不种田、不产粮，但节约粮食也相当于种了粮食。我们的一张张餐桌就相当于一方方粮田，除了吃进肚子里的粮食外，不浪费一粒粮食。

我们要强化节约行为。不管在家里还是在学校里，都不能浪费粮食。吃多少，烧多少;吃多少，盛多少;不偏食，不挑食;少吃零食，买了就要吃完，不随手扔掉……。对浪费的现象，我们要坚决反对，坚决抵制。只要我们牢记“节约”，就会养成良好的习惯。

同学们，让我们从今天开始，做一名爱惜粮食，节约粮食的好学生吧!

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！