# 关于节约的演讲稿粮食

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-06-30

*关于节约的演讲稿粮食(精选18篇)关于节约的演讲稿粮食要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的关于节约的演讲稿粮食样本能让你事半功倍，下面分享【关于节约的演讲稿粮食(精选18篇)】，供你选择借鉴。>关于节约的演讲稿粮食篇1...*

关于节约的演讲稿粮食(精选18篇)

关于节约的演讲稿粮食要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的关于节约的演讲稿粮食样本能让你事半功倍，下面分享【关于节约的演讲稿粮食(精选18篇)】，供你选择借鉴。

>关于节约的演讲稿粮食篇1

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家上午好。我是高一(3)班的\_，今天我国旗下讲话的主题是“静以修身，俭以养德”。

或许，大家是第一次听说“10.16世界粮食日”。当今的我们生活在一个匆忙的时代里，我们身边的一切都在飞速地运转着，我们的目光在这个浮躁的世界里关注得太少太少。也许有人会说：我们早已远离食不果腹的年代，吃饱饭、吃好饭已经成了司空见惯的事情，还有谁会关注粮食，还有谁会在意随手丢弃的粮食?然而，现实情况令人堪忧：全世界人口与日俱增，粮食供应日益紧张。全世界还有许多地方和我国的一些偏远贫困地区一样，人民生活水平极其低下，连最基本的温饱问题尚未解决。

粮食是人类赖以生存的重要物质基础，是人类文明得以发展的先决条件。

节约粮食，是我们中华民族的优良传统。中国是一个有着五千年历史的文明古国，经历了太多的战火与灾难，并且当时粮食生产又是靠天吃饭，产量极低。古代劳动人民对于粮食就非常的重视，我们说“手中有粮，灾年不慌”，正是源于前人对粮食的深厚情感和节约粮食的习惯，使他们度过了一年有一年，迎来了光辉的新世纪。节约粮食，是对他人劳动的尊重。古人有“锄禾日当午，汗滴禾下土”的诗句，描述了农民在炎炎烈日下耕耘的场景，可以想象农民种粮的艰辛。有的人说：吃饭的钱我缴了，我浪费的是自己的，跟别人没有关系。从表面上看，浪费只是个人的消费方式，但从本质上讲，它却从一个侧面反映了一个人的人生观和价值观。

节约粮食，是我们每个公民应尽的义务，而不是说你的生活好了，你浪费得起就可以浪费。浪费是一种不尊重自然和他人劳动果实的可耻行为。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任。

在发展中国家，粮食短缺问题尤为严重，约有五分之一的人无法获得足够的粮食。据统计，今年头9个月，全球有624万人死于饥饿和相关疾病，其中约500万为儿童。非洲南部地区和一些西非国家，由于地区冲突和艾滋病，饥饿形势尤其严重。枯瘦的非洲儿童似乎已经成为饥饿的代名词。1994年，南非“自由记者”凯文卡特凭借自己的摄影作品《饥饿的苏丹》获得美国新闻界最高奖普利策新闻奖。照片记录着一个令人震惊的场景：一个瘦得皮包骨头的苏丹小女孩在前往食物救济中心的路上再也走不动了，趴倒在地上。而就在不远处，蹲着一只秃鹫，正贪婪地盯着地上那个黑乎乎、奄奄一息的瘦小生命，等待着即将到口的“美餐”。人类，通常站在食物链的最顶端，通常作为最终的捕食者，而这样一个错位的场景，错位的角色，让每一个人看后都震撼不已、唏嘘不已。

在日常生活中，随处可以见到浪费粮食的现象。也许你并未意识到自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，也许你仍然以为我们的祖国地大物博。然而事实是：我国人口已超过12.5亿，每年的净增长是 1200万人;人均耕地面积1.2亩，是世界人均值的1/4;目前耕地面积正以每年30多万亩的速度递;全国40%的城市人口消耗的粮食依靠进口。从1981-1995年间，全国共减少了耕地8100万亩，因此而减少粮食生产500亿斤。而且现在这个减少速度仍然在不断加快。乱占耕地、挖沙、土地质量下降、荒漠化等种种现象在蚕食着耕地。我们不妨算这样一笔账：倘若我们每天节约一粒大米，那么十亿人可节约多少?五千多公斤!一年可节约将近两千万斤，折合人民币两千万元。这笔钱若按每所希望小学五十万元算，则可盖四十所希望小学;按每人学杂费三百元记，则可使七万名失学儿童重返校园!

因此，光盘行动，是我们每个公民应尽的义务。

这些事例和数据提醒着我们每一个人：节俭自持，从点滴做起，从身边做起。

在我们的校园里，仔细观察，也能发现许多浪费的现象。不仅仅是粮食的浪费，还有生活中的细节，例如跑操时有些无人的班级没有关闭电源，洗手间的水龙头在无人使用时仍然大开、垃圾桶中丢弃着吃了一半的面包等。

在此，我提倡每一位同学让节俭成为习惯，节约资源，从我做起。

古人云：“静以修身，俭以养德。”

节约是一种美德、是一种素质、是一种修养、是一种智慧。节约资源，健康生活，让我们从珍惜粮食开始做起吧。

我的讲话到此结束，谢谢大家!

>关于节约的演讲稿粮食篇2

各位领导、老师，同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的题目是《节约粮食，节约用水是每一个中学生的责任》。节约粮食，节约用水是中华民族弘扬的美德，但随着同学们生活水平的提高，尤其是全县布局调整后所有中学寄宿生均实行封闭式的管理，再加上上周营养餐计划的启动，学校用餐人数也随之增多，可是有许多同学在用餐完毕后，餐桌上往往剩下很多的食物，这就造成了浪费。你看我们的同学们：只见餐桌上、垃圾桶里，白花花的米饭、面条，大堆大堆的剩菜赫然可见，白面馒头只咬一小口就扔了，大米饭只吃半碗就不吃了，即使有馒头、饼子、鸡蛋不小心掉到了地上也不捡起来，反而狠狠的踢一脚，这边在倒饭菜而后又想方设法买零食吃……几乎每顿饭后，就餐的同学们都要‘制造’出几大桶剩饭剩菜。”

浪费也是一种犯罪，这不是夸大其辞，学校食堂有“节约用水，珍惜粮食”、“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰”的标语，但对于多数就餐的学生来说却是形同虚设。

难道我们的粮食真的已经富裕到了可以不提节约、肆意挥霍的地步了吗?难道粮食真的多得吃不完了吗?稍微关心时政的同学都知道：我国已经成为世界上最大的粮食进口国，且进口数量逐年增加;到20\_\_年底，全国农村没有解决温饱的贫困人口还有1356万人。有识之士指出：在解决我国粮食问题的思路中，节约粮食理应作为重要的一环，只要人人都珍惜我们手边的粮食，许多问题都会迎刃而解。

节约是美德，节约是品质，节约是责任，节约更是一种境界。节约粮食，节约用水，是我们每个公民应尽的义务，而不是说你的生活好了，你浪费的起就可以浪费。浪费是一种可耻的行为。从表面上看，浪费只是个人的消费方式，但从本质上讲，它却从一个侧面反映了一个人的人生观和价值观的偏颇和瑕疵。即使在发达国家，节约也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任，更何况我国还是发展中国家，还有那么多人没有解决温饱问题，还有那么多孩子因贫困而失去受教育的机会。减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约意识，其实做起来很简单。同学们，“三中的发展，需要我们每一个成员的努力”，让我们做勤俭节约风尚的传播者，实践者，示范者，从节约做起，积极参与到建设“阳光校园”的行动中来，用“光盘”行动积极响应节约美德。

我们不仅要节约粮食，还要节约用水。同学们：你们一定都看过这样一则公益广告：电视画面上有一个水龙头，正在艰难的往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后水就枯竭了。然后画面上出现了一双眼睛，从眼中流出了一滴泪水。随之出现的是这样一句话：\"如果人类不珍惜水，那么我们能看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。\"水是生命之源，假如地球上没有水，那么地球母亲就不会孕育出我们人类的子孙万代。

全世界的水百分之九十三是咸水，不能喝。淡水只占有百分之七，而能喝的水只有百分之零点八。全世界五十亿人口，就靠饮用这只占百分之零点八的淡水，看，水多可贵呀!我们国家的水资源虽然非常丰富，但可以用的淡水资源却很少，而且水污染问题越来越严重，这是多么可怕的一件事啊!

会节约是真正的简朴美!如果你长得美若天仙，可是你只会浪费，而不会节约，你是个外表美而内心丑陋的人!如果你会节约，你的心灵会比任何人都美!虽然你家庭生活条件好，很富裕，但是不知道去节约，你照样是一个一文不值的“穷光蛋”!如果你会节约，在你的精神方面，你是一个拥有亿万金钱的大富翁!

千里之行始于足下。从今天开始，从小事做起，只要人人都能节约一点点，我们的生活会更美好。我的讲话完了，谢谢大家!

>关于节约的演讲稿粮食篇3

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

一颗米来之不易，一颗米中饱含着农民伯伯的汗水和心血，我们怎么能浪费它们?

一天，隔壁家的小妹妹来我家吃饭，只见她两眼放光，拿着筷子寻思了一会儿，便埋着头，狼吞虎咽地吃着菜肴，弄得米饭“四处飞”，可她却偏偏视而不见，我实在是看不下去了，上前拍拍她的肩，略带微笑地说：“小妹妹，你觉得你这样做对吗?”小妹妹瞪大双眼，似乎不知道我在说些什么。我又说：“你不应该把米弄得满地都是，太浪费了!”小妹妹惭愧地低下了头，连忙去拾那些米。我高兴地笑了，她也甜甜地笑了。

记得一次，我们全家去饭店吃饭，为了解馋，点了好多爱吃的菜，可是到最后还剩下了许多菜，我附在妈妈的耳边轻声说：“妈妈，我们打包吧，这么多菜没动，不打包一是浪费，二是怪可惜的，必竟是花了钱的。”妈妈疑惑地望了望我，吃惊地说：“你什么时候也知道节约了?”我无语得催妈妈快点。

通过上两个事例，我们知道了节约粮食人人有责，大家想一想，中国那么多人口，如果每个人都节约一点的话，那结果会怎样?所以，我们要学会节约。

我和小组同学们来到小区调查，发现小区里的人太不节约了。让我们把目光转向垃圾房吧，里面应有尽有，尤其是吃的占一大半，成群的苍蝇围着它们团团转，我不愿目睹眼前的一切，更不愿被臭气所包围，立刻捏着鼻子一个劲地跑，心想，这小区如此这般浪费，又破坏了环境，真是不该呀!是不是现在人的条件好了，早就把‘节约’二字抛到九霄云外了?要知道幸福生活来之不易哟!

怎么样，我说得没错吧，节约粮食并不难做到，只要你有这份热情，节约粮食从自我做起，从小事做起。别忘了，在自己节约粮食的同时，也要说服别人，与你一同节约粮食，让我们的家园变得更加美好，国家变得更加富强。

祖国是我家，节约粮食靠大家，让我们共同努力，共创美好明天!

>关于节约的演讲稿粮食篇4

各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每当我想起这首诗，眼前就仿佛出现出农民伯伯在耕耘的场景，看到他们这样辛苦，我心里不仅仅感到内疚起来。因为我平时有浪费粮食的习惯。有一次，我正悠闲自在地坐在柔软的沙发上看电视，一边吃着好吃的零食，一边享受着空调清凉的风。

“开饭了，开饭了，快过来吃饭，叫上你爸爸。”我依依不舍地放下遥控，叫上爸爸，坐在餐桌旁吃饭。我刚朝餐桌扫一眼，就皱起眉头来，“啊，又是这些菜，这些菜我都吃腻了，我没胃口！”就想把饭倒进垃圾桶里，我正要把饭倒掉的时侯，妈妈竟然走过来了，看见我要倒饭，连忙上前阻止我，我看见妈妈那严肃的面容对我说：“你为什么把饭倒掉。”

我倔强地说：“今日的菜不和我胃口。我不由自主地抬起头看电视。我和妈妈争论了一会儿，爸爸走过来说：你这样实在太浪费了！”过了快二十分钟了，我还是不想吃，妈妈见我这幅德行，就给我细心的谈论起来。“你看农民伯伯多辛苦呀！骄阳似火的天气还要去田地里干农活这么热他们为什吗要去呀因为他们想让我们全世界人民都能吃上饭才不会被饿死，你看你浪费粮食，是不行的。”听了以后我很惭愧。

记得爷爷以前跟我说过，他们小时候为了充饥，经常吃一些树皮、野菜，如果谁家的粗粮能填饱肚子，那就十分幸运了。当时爷爷最大的愿望就是以后能够吃饱，能够餐餐吃上一碗白米饭。爷爷的这种愿望和同学们的做法相比，真是有天壤之别。在同学们眼里，吃剩的馒头充当“武器”去“打仗”，刺激而又不会伤人；但在爷爷眼里，这种行为是绝对错误的，令人痛心的。同学们我们要珍惜粮食，它来之不易它是为我们人类而生的，我们要珍惜它爱护它，节约粮食是中华民族的传统美德，如果你不节约粮食你会后悔的。

>关于节约的演讲稿粮食篇5

亲爱的老师们，同学们：

早上好!

今天我在国旗下讲话的主题是节约每一颗粮食

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这是我们从小就会背诵的诗句。相信我们同学都不会忘却。

“民以食为天”，粮食在整个国民经济中始终具有不可替代的基础地位。

第20届联合国粮农组织大会决议确定，每年的10月16日这一天都作为“世界粮食日”。其宗旨在于唤起全世界对发展粮食和农业生产的高度重视。为什么要定出个“世界粮食节”来?难道我们的粮食不够吃吗?是!我国是农业大国，虽然粮食最近几年均增产，但是人均粮食占中国有量长期处于较低的低水平。我们国家不断人口增长，耕地面积逐年减少，在今后相当长的一段时间内，我国粮食的供需仍将在紧张中度过，我国已经成为世界上最大的粮食进口国

但是，看看我们每天中午回收的饭箱，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??这些都是在浪费粮食!也许你并不觉得自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，可是，如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的损失了!

我们不能忘记“一粥一饭，当思来之不易，一丝一缕，恒念物力维艰”的古训，勤俭节约是我们中华民族的传统美德。

要树立“节约粮食光荣，浪费粮食可耻”的观念，自觉从现在做起，从自身做起，节约每一粒粮食，抵制和反对浪费粮食的行为，养成勤俭节约的良好风尚。

>关于节约的演讲稿粮食篇6

尊敬的各位老师，同学们：

大家好!今天我要和大家交流的话题是《节约粮食，远离浪费》。

泱泱中华民族，上下五千年的华夏文明，经久不衰;优良的传统文化，历经数年的文明传递，至今仍炫烂不已;颗颗优质稻谷，历经数千次的科学钻研，可谓千里飘香。

勤俭节约，是中华民称的传统美德。勤俭治国的尧，受万民敬仰，被称颂万世;埋首田间的袁隆平毕生奋斗，造福人类??颗颗金黄而饱满的谷粒，是父辈们辛勤的耕耘，是父辈们劳累的汗水，是父辈们凝结的奉献。我们有什么理由去浪费，有什么理由去挥霍呢?我们没有理由，我们只有“爱惜粮食，杜绝浪费”。

古人云：“一粥一饭，当思来之不易碎;半丝半缕，恒念物力维艰。”当你看到父母在烈日下忙碌流下的滴滴汗珠时，你是否体会到了粮食的来之不易?当你听到“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的朗朗读书声时，你是否在为自己的浪费感到羞愧?当你看到饭桌上残留下的粒粒米饭时，你是否感觉到那异样的眼光?同学们，行动起来吧，从身边的点滴做起，从节约粒粒粮食做起。

同学们，我们是龙的传人，是继承最优美德的中国人!中国虽在历史长河中历经沧桑，但依旧屹立于世界民族之林的东方，向世人展示着，一个以农业为基础而翱翔的龙的传奇!所以我们没有资格为我们的祖国涂上一个句点，我们应该让她更加繁荣昌盛。为此，我们要积极行动起来，珍惜每一粒粮食，共享幸福明天。爱惜每一粒粮食，就是尊重每一位劳动者;爱惜每一粒粮食，就是珍惜每一天幸福的生活;爱惜每一粒粮食，就是传承每一份关爱。

碗中的米事汗水，碗中的汤是心血，我们不一定是民垂青史的人，却要争做历史长河中鲜活而有力的旗手。同学们，让我们一起高举“节约粮食，远离浪费”的旗帜，让我们传承这优秀的传统。

十月十六日，是世界粮食日。从今天起，我们应争做一位优秀的旗手，高举爱惜粮食，不多盛，不乱倒的美德，高举杜绝浪费，不乱丢，不乱弃的美德。同学们，让我们高举时代的旗帜，让每一缕美德之风传遍每一处中华大地。谢谢大家!

>关于节约的演讲稿粮食篇7

尊敬的老师，亲爱的同学们：

你们好！

粮食安全与粮食浪费是屡见不鲜的问题，大家经常听到，但对此却没有深入的思考。粮食问题已经成为了困扰全球的一个普遍问题。每年的10月16日，是世界粮食日。世界粮食日的设立，就是呼吁大家重视粮食的生产，关注粮食的安全，反对粮食的浪费。它呼吁大家从我做起，尽自己所能地为缓解世界粮食危机做出贡献。

食品安全问题与大家息息相关，如果我们也有绝不将就的态度，我想企业肯定会有很大的改进，当然国家的政策监管也不能忽略。在平时，大家要对食品安全的知识有所了解，对不卫生或颜色异常的食物，应该避而远之。

安全尚未解决，浪费又成困扰。中国是一个食物浪费非常严重的国家。中国人在餐桌上浪费的粮食一年高达20\_亿元，被倒掉的食物相当于2亿人一年的口粮。与此同时，中国西部农村、偏远地区及城市低收入阶层还有人吃不饱饭。远的不说，就说说我们学校的午饭。虽然说不上太美味，但绝对是卫生营养的。有许多同学，对中午饭十分感冒，没能扒上两口饭就已经结束了。整盒饭菜没动两口就倒掉了。如果整个大桥人人都这样，浪费的粮食将无法想象。与此形成鲜明对比的，是小卖部前络绎不绝的人群，弯弯曲曲的队伍。我想小卖部的零食一定比不上我们午饭那么有营养。零食满足了口味，却满足不了身体的健康。午饭吃不好，下午就累倒。上课的效率可想而知。尽管已经说过千遍万遍，但还是想劝大家珍惜农民的汗水，尽量不浪费我们的盘中餐，为减少大桥，乃至中国的粮食浪费做出自己的贡献。如果一个人如果连这点小事都做不好，那么何谈去做大事呢？

希望各位同学在之后有所触动，更有所行动。希望大家继续密切关注食品安全的问题，也更希望大家树立节约意识，珍惜自己的盘中餐。大家一定还会做的更好！请献出自己的微薄之力！

>关于节约的演讲稿粮食篇8

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！

我今天国旗下演讲的题目是《节约粮食，从我做起》。

接下来我让同学和我一起背古诗《锄禾》。“锄头日晌午，汗滴土里，谁知中餐硬！”这首诗我们都学过，说明农民种田很辛苦！但是我们真的节约了食物吗？

让我们看看在我们学校吃饭的学生。我们认为他们大多数人都做得很好。我经常看到一些学生吃得很干净。这种行为值得表扬。像他们一样，每个学生都吃盘子里的每一粒米和每一口食物。其实这不仅仅是一种节约，更是对农民伯伯和食堂工作人员工作的一种尊重！也是一个人文明素养的重要体现！

在节约食物这件事上，每天每顿饭都要牢记在心！学生们，据统计，中国人每年浪费在餐桌上的食物价值高达20\_亿元，倾倒的食物相当于每年2亿多人的口粮。

学生，其实省吃俭用就是不浪费。做起来很简单：想吃多少吃多少，不要偏食或挑食。像我们学校的饭菜，有菜谱，也就是说饭菜的选择是科学搭配的。我们应该尽量多吃，不偏食，不挑食。这样做不仅符合节约的要求，而且有益于我们的健康！从今天的午餐开始，我们来看看，对比一下哪些班级和学生的吃相最好！

当然，储蓄是多方面的。俗话说，吃不穷，穿不穷，攒不了一辈子。节约粮食是每一个公民的义务，而不是简单的说说。爱、珍惜、节约粮食不能是一句空洞的口号，‘节约粮食是光荣的，浪费粮食是可耻的。’时尚不仅需要过去，也需要现在。衷心希望每一位老师同学从节约食物开始，强化节约意识，节约学校的每一个小时的用电和每一滴水，爱护学校的每一棵树草，让大家在蓝天白云绿水阳光中快乐的生活！

>关于节约的演讲稿粮食篇9

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好!

每当我到自助餐去吃饭时，就会看到很多客人，盘中剩有不少饭菜。服务员阿姨，会把人们吃剩的饭菜倒入垃圾车里，倒进下水倒。

我每每看到这些粮食被白白浪费掉，心中总不是滋味。我想：如果农民伯伯看到这些被浪费的粮食一定会流泪的。“锄禾日当午汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首古诗我很小就知道，可现在还有很多人，却不懂得粮食来之不易。

做个农民不容易!农民伯伯一年四季都要在田地里干活。春天，下雨天很多。虽说：“一场春雨一场暖，但乍暖还寒。”当我们打着雨伞、背着书包去上学，城市的人们开着汽车去工作，可农民伯伯们却不顾风雨，戴着斗笠，穿着雨衣去耕田、播种、插秧……。

夏天，烈日炎炎的时侯，城里的人们开着空调，悠闲的看着电视，吃着水果和冷饮。但农民伯伯还要到田间收割粮食，由于天气特别热，连小鸟都趁早出来找吃的时候，农民伯伯就拿着镰刀去收割庄稼了，到了蜻蛙叫声阵阵，繁星满天的时侯才回家。收割完后，还要晒谷子，晒干后，农民伯伯就把粮食放入仓库里，以免被害虫和老鼠吃掉。整个过程多么的不容易呀。

秋天是收获的季节，城市居民在农贸市场挑选蔬菜，在超市挑选优质大米的时候，又有几人会想到这都是农民伯伯种出来的呢?

冬天小河结了冰，城里的人们穿得暖和、干净。在街头逛街、有些小朋友在打雪仗、堆雪人，农民伯伯却要为来年耕种而劳作。

农民伯伯为城市居民的生话做出了巨大贡献。没有农民伯的辛勤劳动，就没有城市人们的安居乐业。我们应该珍惜农民伯伯的劳动成果，正如古人所说：“一茶一饭，当思来之不易;半丝半缕，桓念物力维艰。”节约粮食光荣，浪费粮食可耻!

>关于节约的演讲稿粮食篇10

尊敬的各位老师，各位同学：

早上好!

我是高一(2)班的陈烨曦，今天我演讲的主题是：节约粮食，远离浪费。

10月16日是“世界粮食日”，是世界各国政府每年围绕发展粮食和农业生产举行纪念活动的日子。“民以食为天”，今天，就让我们将更多的目光投向人们赖以生存的粮食，谈谈爱惜粮食、节约粮食的问题。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每一份烈日下的耕耘都凝聚着劳动者的心血和汗水，每一粒粮食都来之不易，每一个人都应该珍惜他人的劳动成果!周恩来总理一贯反对铺张浪费，他吃米饭时，一粒米也不肯浪费，偶尔洒到桌上一粒米，一定要捡起来放到嘴里，即便是盘子里剩的菜汤也要用开水冲一冲喝掉。但是如今，看看我们学校食堂的餐厅里，各种浪费粮食的现象比比皆是。大致估计，每天回收的泔水中至少五分之一都是浪费掉的食物。

同学们，当我们面对着满桌好菜漫不经心地挑挑拣拣时，想一想，全世界仍有10亿多人食不果腹，每年有超过500万人因为饥饿而死亡;当我们埋怨饭菜不可口、随意倾倒吃剩的饭菜时，想一想，还有很多贫困地区、偏远山区的孩子因为贫穷而吃不饱饭，上不起学!

我国是世界上人口最多的国家，人均耕地却是世界上最少的国家之一，人均粮食也低于世界平均水平。因此，珍惜粮食，节约粮食对我们国家有特别重大意义。为了切切实实地把节约粮食落到实处，我们倡议：

1.树立“节约粮食光荣，浪费粮食可耻”的观念

2.珍惜粮食,吃饭时吃多少盛多少,避免剩餐,坚持杜绝浪费行为。

3.不偏食，不挑食。

4.积极监督身边的亲人和朋友，及时制止浪费粮食的现象。

同学们，八礼四仪中的餐饮之礼就是要求我们做到：讲究卫生、爱惜粮食、节俭用餐、食相文雅。节约是一种美德、一种素质、更是一种修养、一种智慧。同学们，你想做个文明的小学生吗?那就从“文明就餐，节约粮食”做起吧!

谢谢大家!

>关于节约的演讲稿粮食篇11

尊敬的全体市民：

大家好！

餐桌文明是社会文明的重要体现，小餐桌，大文明，承载的不仅仅是人类的生生不息，更传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食、勤俭节约的传统美德。为建立节约型社会、倡导文明消费新风，呼吁全体市民，节俭用餐、安全用餐、卫生用餐和文明用餐，并结合目前开展的“文明餐桌光盘行动”，期望大家立即行动起来，人人做到文明用餐，为建设“幸福\_\_”做出应有的贡献。

一、遵守餐桌礼仪，文明用餐，礼让他人，遵守用餐秩序，爱护用餐环境，谈吐文雅，不吵闹、不喧哗。

二、以“光盘”为荣，理性消费，科学适量，按需点餐，节俭用餐，剩菜打包，不求奢华，不讲排场，牢记节约粮食光荣，拒绝剩宴。

三、讲究科学饮食，注重营养，追求健康，不酗酒，不暴食，摒弃不良饮食陋习。

四、遵守行业规范，不使用一次性餐具，真诚服务顾客，坚守食品安全，务求用具卫生，尊重消费者权益，诚信经营，童叟无欺。

五、推广餐桌文明礼仪，倡导节约用餐行为，提升行业服务品位，营造文明节约的良好社会风气。

让我们每一位市民朋友都行动起来，从我做起，从此刻做起，做到“合理饮食、文明用餐、科学打包、避免浪费”。让我们身体力行，与文明握手、向陋习告别，吃出文明的修养，吃出安全、理性、健康的生活方式！

>关于节约的演讲稿粮食篇12

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的题目是《节约粮食、文明用餐、你最美，以美为德、以雅为魂，你最棒!》。

说起节约这个词，我总觉得沉甸甸的，特别是和我们这些生活在物质丰富的大都市里，过着富足生活的孩子们谈这个话题，我觉得多少有点无从开口。

今天，我首先从两则现实中的事情开始。

事情一，是我们国家自去年来在西部省区部分试点学校启动的“营养午餐计划”，何为“营养午餐计划”就是由国家按每人每天3元钱给这些贫困地区的孩子做免费午餐。这是因为：部分西部地区的孩子们每天上学要步行2个多小时的山路，求学十分艰苦，中午只能带冷饭到学校吃，他们大部分孩子的午餐是冰凉的红薯和土豆，有的则没有午餐。一顿3元钱的午餐，对于我们来说，也许不屑一顾;但是在常年饿着肚皮上课的贫困山区儿童眼中，却是梦中佳肴。

同学们，听完这个故事，请你尽可能的吃干净你碗里的每一粒饭菜吧，请想想还有很多和我们一样的小朋友每天跋山涉水、忍着饥饿在读书?也请想想这营养的大米和青菜凝聚了多少农民伯伯的心血和汗水?如果你同意，请你尽可能的吃完吧。不要再被零食和垃圾食品所诱惑，你选择了日常普通的饭菜，你就选择了食品安全和健康。你懂得了节约，你就形成了人生的第一笔好习惯，你就做到了以美为德。

事情二，国人出国旅游、就餐被歧视的案例仍不时出现，在就餐的时候，当外国餐厅所有人都在低声细语的就餐时，我们的部分同胞却高谈阔论、迎来的只能是别人的侧面和唏嘘。其实，我们的国家富强了，国人在外高消费，理所当然的赢得了世界的欢迎。然而，我们要想真正地赢得别人的尊敬，还需要每个国民检视自己的行为。

同学们，当你加餐打饭请按顺序排队;当你吃饭时候尽可能的轻声，不高谈阔论;吃饭后及时主动地清理干净自己的桌面;将饭盒的饭菜残渣轻轻倒进回收桶里;最后，切记不要忘了，轻声地把你用过的饭盒和筷子放进回收处。你做到了优雅，你就赢得了尊敬，你选择了优雅的行为，就选择了灵魂的高尚。

同学们，最后我呼吁：节约粮食、文明用餐、你最美!以美为德、以雅为魂，你最棒!

你，能做到吗?

>关于节约的演讲稿粮食篇13

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!

>

>关于节约的演讲稿粮食篇14

亲爱的老师、同学们：

大家好!

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗我们都会背诵，也都理解诗的意思，但能在现实生活真正体现它的又有几个人呢?每天在学校用餐，你是否看到那一桶桶被浪费的饭菜在“哭泣”?你是否了解这是多少农民伯伯辛勤的汗水换来的?你是否知道还有很多人在为家人的温饱而奔波劳累?你是否知道还有很多人在温饱线上苦苦挣扎?

我国虽然地大物博，但我国人口众多，因而每个人的平均量就很低，这就要求我们养成勤俭节约的好习惯，节约每一粒米，节约每一滴水，节约每一张纸，只要是能够节约的，我们都不应该去浪费。有些同学虽然嘴上说着节约，但行动却恰恰相反：馒头吃了几口，扔了;饭菜吃了几口，倒了;一张纸写了几个字，撕了，难道他们丢掉仅仅是馒头、饭菜、纸张吗?不!他们丢掉的是中华民族传统的美德，是做人的最基本品质。

在\_\_、\_\_这些大城市，人们都把在饭店吃剩的饭菜打包后带回家中再吃，我先前对这种现象感到奇怪，但后来我就明白了，这些大城市的人们之所以如此“小气”，是因为他们深知浪费粮食就是浪费自己的金钱，同时，他们也都知道劳动的辛苦。然而，在我们中国，并不是为个人都知道粮食的得来不易，在我们这个小城镇的饭店里，很多顾客不知是摆阔还是炫耀，吃不了这么多却偏偏点这么多，吃不完就扔了。在他们看来，这或许很潇洒，但是他们不一定知道，那些被倒掉饭菜就是辛勤劳动的农民的汗水。

我们敬爱的周总理一生主张勤俭节约，从不浪费一饭一菜，周总理吃饭时，总把碗里的饭吃的一粒不剩，散落在桌上的饭粒也把它夹起凡在嘴里，一个国家总理尚且这般节约，我们又有什么理由浪费呢?我们以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻，我们又怎会做不到呢?同学们，请养成勤俭节约的习惯吧!这样，我们在今后的成长道路上就会多一份成功的可能性。但愿所有的同学都能领会“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”这句话的真正含义。

谢谢大家!

>关于节约的演讲稿粮食篇15

亲爱的老师们、同学们：

俗话说：勤能补拙，省能补贫；

精打细算，油盐不断。在日常生活中，随处可以见到浪费粮食的现象。然而，当我们随手扔掉一块馒头的时候，我们是否想到世界上还有许多人正在为一餐饭而辛苦奔波？还有许多人正因饥饿而在死亡的边缘上挣扎？以前我总是没有意识到自己在浪费，认为浪费这一点点算不了什么。所以吃东西常常挑三拣四，吃不完就随手扔掉。可是自从我在电视里看到了很多非洲难民因饥饿瘦骨嶙峋、饥不择食，最终饿死在街头那惨不忍睹的情景时，我才突然觉得我们的生活是多么地幸福：有爸爸妈妈的疼爱，有大房子住，上学放学都有汽车接送……正因为生活条件太好了，所以我才养成了不节约粮食的坏毛病。每次吃饭都会掉很多的＇饭粒，吃不完也觉得无所谓，爸爸妈妈批评我，我还找很多的理由来狡辩。想到这里，我感到非常惭愧，我真是太不应该了！从现在开始，我一定要改掉这个缺点，节约每一粒粮食，再也不浪费了！

日省一把米，月节一斤粮。凡事贵在坚持，节约从点滴做起。

小伙伴们，让我们积极行动起来，尽自己的一分力量，从小养成节约的好习惯。吃饭时吃多少盛多少，不乱扔剩饭菜；

在餐馆用餐时点菜要适量，不浪费、不摆阔，若有剩余的要打包带回家。

联合国把每年的10月16日定为世界粮食日，就是要我们把节约变为自觉、成为习惯。

节约是美德，节约是责任。同学们让我们一起携起手来，节约身边的每一滴油、每一粒粮，这样我们的生活才会变得更加富有，我们的祖国才会变得更加繁荣昌盛！

>关于节约的演讲稿粮食篇16

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天国旗下讲话的题目是《文明餐桌，节约粮食》。

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。一首耳熟能详的诗，道尽了天下多少劳动人民的心声。

节约，是中华民族的优良传统。可是，在我们的校园里，经常可以看到这样的现象，有些同学的餐盘中只吃了几口，就往垃圾桶里一扔，不一会儿垃圾桶里就装满了剩饭剩菜，看着真是令人感到可惜！但那只不过是很多人的内心想法，尽管可惜，却还是毫不犹豫、理所当然的去浪费！

而粮食是从农民伯伯长满老茧的手中困难地“流”出来的。对于我们来说粮食不怎么贵，所以许多人会浪费粮食，对于这些人来说粮食只是一种不值钱的东西，但是其实他是沾过农民伯伯辛勤汗水的宝贵物品。我们不应该浪费粮食！

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训曾深深萦绕心间，曾几何时，我们摒弃了这条美德，残渣剩饭的身影随处可见。

只有心存节约的意识，珍惜每一粒粮食，吃饭时不偏食，不挑食，不扔剩饭剩菜，和父母外出在餐馆时点菜要适量，吃不完的饭菜应该打包带回家，积极响应“光盘行动”，这才是每个人能做的，也是应该做的。他不仅是对他人的尊重，更是对文明的诠释。

也许很多人是想节约的，只是不知道具体的做法，下面是关于节约粮食的小窍门：

1、在家里吃饭时不要留剩饭，如有剩饭放进冰箱明天吃。

2、在饭店里吃饭时，剩下的饭菜可打包带走。

3、在学校里，如有不喜欢吃的菜，就在吃之前让同学帮忙分担。

同学们，让我们继续发扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良作风，从节约每一粒粮食做起，用实际行动为建设文明、和谐的校园做出应有的贡献！

>关于节约的演讲稿粮食篇17

亲爱的全国人民：

你们好！

随着时代的发展，人们对粮食的珍惜意识也越来越淡薄，如果没有粮食，人们也就无法生存下去。但人们却肆意的浪费粮食，比如以下几种情况：

在餐馆里，有的人吃完饭但还是剩下很多，结完账出去后，剩饭剩菜都被服务员倒到了垃圾桶里，而有的人为了耍大牌，点的很多可就吃一点儿，剩下的全被倒掉了。而在网络上一些无良“大胃王”为了吸引人们的眼球边吃边吐；有的假吃放进嘴里之后就扔了。这种用浪费粮食来剥夺人们的举动特别令人愤慨，好像粮食是从天上掉下来似的。而这些人都没有考虑过后果。新闻曾报道过：人们一天浪费的粮食够全国人民吃一年的了。现在超市里为什么有那么多美国进口、韩国进口、英国进口的食物呢？那是因为我们的粮食不够了，如果再这样继续下去的话，后果将不堪设想。

那么怎么避免呢？请听我的建议：

（1）有吃不完的饭菜可以打包回家用微波炉或其它加热工具加热后继续吃。

（2）不能为了面子浪费粮食，吃多少点多少。

（3）国家网络可以加强监督，再适当的加一些惩罚，比如：把“大胃王”的账号给封掉，网络也要拒绝这类节目的播出。

“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”我倡议珍惜粮食从我做起，从自身做起！

>关于节约的演讲稿粮食篇18

尊敬的老师、亲爱的同学们：

“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!如果你浪费一点，他浪费一点，大家都浪费一点，那就是一个惊人的浪费!

温总理曾说过：“在中国，一件小事加上十三亿人就是大事节约，”这一个中华民族的美德，在今日看来，更更显得意义深重。

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。

节约就是弘扬社会风气，能够增进社会自身和谐。节约，对个人来说是一种生活方式，对整个社会来说则是一种精神风貌。中国梦，中国梦，如今，社会上人人都在谈中国梦，中国梦，它是什么?它是民族复兴的梦。然而，看看我们中华大地，多少同胞在受洪水与旱灾的煎熬，更是可贵，有些人总说心有余而力不足，那么，请看看你们的餐桌上，什么都不要说，就一个“中国式饭局”这一个比贬义词还要贬义的名称，那些人就扣着这顶帽子跟我们谈中国梦，那么我要告诉那些人：你们连谈中国梦的资本都没有!

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，让我们用最根本的节约粮食筑起最伟大的中国梦吧!让我们从今天开始，做一名爱惜粮食，节约粮食的好学生吧!

谢谢大家，我的演讲完毕!

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！