

2023年厉行节约反对浪费演讲(通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

厉行节约反对浪费演讲篇一

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好!(敬队礼)我是__班的__，今天我演讲的题目是《节约粮食，远离浪费》。

同学们还记得这首古诗吗，“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。这首诗告诉我们，粮食是农民伯伯用心血和汗水换来的，每一粒粮食都来之不易。是啊，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。”粮食对于我们是多么重要啊。所以，我们要改掉浪费粮食的坏习惯，要节约粮食，远离浪费。

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，他吃米饭时，一粒米也不肯浪费，偶尔掉到桌上一粒米，他一定要捡起来放到嘴里吃掉，即便是盘子里剩的菜汤也要用开水冲一冲喝掉。奶奶经常教导我说：“孩子呀，我们现在虽然生活好了，但不能忘本呀。在六七十年代，庄稼青黄不接，许多人被活活饿死的，有的人吃树皮和草根才勉强活了下来，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，浪费是非常可耻呀!”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。

同学们，当我们面对着满桌好菜还挑挑拣拣时，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！

因此，珍惜粮食，节约粮食对我们有特别重大意义。为了切切实实地把节约粮食落到实处，我倡议：

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，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粮食吧。谢谢大家！

厉行节约反对浪费演讲篇二

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是“倡导勤俭节约，反对铺张浪费”。

每年的10月31日是“世界勤俭日”，勤俭节约是我们中华民族的传统美德，曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易，一丝一缕，恒念物力维艰”的古训教育了一代又一代的炎黄子孙，历史反复证明了一个道理，“奢侈”能败国败家败自己，想当年清朝的“八旗子弟”是何等的骄奢淫逸，最终却成为纨绔和低能的代名词，沦落到丧权辱国的下场。新中国成立

后，伟大领袖毛泽东掷地有声的一句“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人“勤俭节约，艰苦创业”，硬是把我国从一穷二白的旧中国，建设成现在物质丰饶，不愁温饱的小康社会。

然而，随着社会物质文明的不断发展，铺张浪费等陋习也随之滋生蔓延开来，甚至侵蚀到我们青少年一代。请看学校内种种不和谐的现象，还有一些水笼头还在细水漫流；有些同学把未曾书写过的空白纸张丢弃；电灯、电脑终日开启等等。同学们，你们还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”这句从小就背诵的古诗名句吗？有道是“千里之堤，溃于蚁穴”，看似点滴的浪费，就像“蚁穴”一样，正在侵蚀着我们中华民族“勤俭节约”的根基。

又到了一年一度的“世界勤俭日”，作为一代有责任感、荣誉感、和使命感的青少年，我们应该立刻行动起来，从我做起，从小事做起，从现在做起。你与我，是浪花里的一滴水，无数滴水汇聚起来，才能成为澎湃汹涌的浪涛，才有波澜壮阔的大海。一个人的力量有限，但你、我、他无数的力量凝聚在一起，才是坚不可摧的力量。让我们拧紧用过的水笼头，不多流一滴水；抬起手按一下开关，节约每度电；将复印纸重复利用；减少剩菜剩饭的倾倒等，希望每个同学都来献计献策，以勤俭为荣，铺张浪费为耻，崇尚俭朴，发扬勤俭节约的传统美德。请记住“不简单，就是将简单的事做千遍万遍做好；不容易，就是将容易的事做千遍万遍做对，平凡与不平凡只是一步之遥，让我们携起手来，节约每一滴水，每一度电，每一颗粮，每一片纸，你我就是成功者”。

厉行节约反对浪费演讲篇三

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《厉行节约反对浪费》。

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；出生农家的毛泽东以身作则，树立榜样；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！

厉行节约反对浪费演讲篇四

亲爱的老师们，同学们：

大家早上好！

我是来自x年级x班的__。非常幸运，今天由我来给担任这次的演讲人。我给大家带来的演讲主题是——“厉行节约，反对浪费”！希望同学能认真倾听我的演讲，好好的反思一下，我们在平时做的怎么样。

我们的__小学是一个文明的小学。这点，想先大家在学习和生活中早已经深有体会。老师们教导的最多的，是我们的行为习惯，墙壁上贴着的，是节约的各种标语，我们将这些习惯和美德看在眼里，行在脚下。这样的校园，便是我们最温暖和谐的__小学！

但是，我们也知道世界上没有完美的东西，有好的一面，自然就有不好的地方。尽管在学校中我们一直提升勤俭节约，提倡要文明礼貌。尽管大部分的同学也都做到了这些，成为了文明的小学生，但在我们的校园之中，仍然有不少的问题出现！

再者说，将水龙头开这么大绝不是为了洗手之用！而且在打开后还不知道关闭，这就更为过分了！那位不关水龙头的同学，你可知道，这几十分钟下来，几个水龙头放走了多少的水啊！这可是最为珍贵的资源！

同学们，也许我们现在有了水龙头，只要打开就能见到水，

着让人不仅感到，水是非常普通的东西。但其实并不是！我们的地球看似是个水球，但其实大部分都是无法供我们使用的海水，能用来生活和饮用的，不过是微乎其微的稀缺淡水罢了。而且大部分，还是出于冰封状态的！同学们，我们的水不多，真的不多，如果我们有水，怎么会每年都会有这么多人渴死，怎么会有大片的禾苗干枯，怎么会，有这么多的地方连一口水都难求！同学们我们的水越用越少，但是我们浪费的行为却越来越奢侈！这是不应该的！

作为小学生，我们应该从自己开始节约用水！我想，大概谁也不希望过上没有谁用的日子，为此，让我们互相监督，共同勉励！节约水资源，从我做起！

我的演讲结束，谢谢大家！

厉行节约反对浪费演讲篇五

各位老师、同学们：

早上好！今天我要讲的话题是：提倡节约、反对浪费。

开学一个多月来我发现有些同学浪费现象比较严重，学校实行食堂集体就餐就是要培养同学们不挑食、不攀比、勤俭节约的好习惯，但是在就餐时我们发现有个别同学吃饭挑食，发现不对口味的饭菜立即倒掉，造成故意浪费，盘子里剩饭剩菜的现象比较严重，早餐吃剩的包子粽子牛奶到处乱扔乱丢，不随手关灯、关水龙头的现象比较严重。针对这些浪费现象，学校领导、老师、以及大多数学生看在眼里、急在心里。我们每个人都深深的感到：浪费粮食是极大的犯罪！

随着社会的进步，人民生活水平的提高，铺张浪费、比吃比穿的现象越来越严重了。这是很不应该的，同学们、当你若无其事地把吃剩的饭菜倒掉时，你有没有想到在世界的某些角落还有人过着吃了上顿没下顿、饮饥挨饿的生活呢？现在有

个别地区的老百姓连起码的温饱都没有达到，同学们，我们不要“身在福中不知福”啊！节俭是一种美德，勤俭节约是中华民族的传统美德，因为节俭体现了一个人对他人劳动成果和人格的尊重。“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”“盘中餐”，“身上衣”、“手中物”，每一样都是用辛勤和汗水换来的，所以，浪费，就是对他人劳动果实的不尊重，也就是对他人人格的不尊重。节约每一粒粮食，节约每一滴水，节约每一度电，这是连小学生都懂得的道理。然而有些人却不以为然：食堂里教室里剩饭剩菜到处是，教室里空无一人电灯全部开启；用起水来不管有无必要，总把笼头开得哗哗的，古人教诲我们“俭以养德”。提倡节俭这种美德已成为当务之急。现在很多机关、学校都提倡光盘行动，让我们都成为具有节俭美德的人，形成“以讲节俭为光荣，以不讲节俭为耻辱”良好风气。

提倡节约，我们该怎么做？

第一、我们一定要树立正确的价值观。崇尚节约光荣，浪费可耻，增强节约意识。第二、积极倡导餐桌文明之风，饭菜适量，做到不剩饭、不剩菜，不挑食，培养良好的生活习惯。第三、合理使用水资源。用完水后或见到滴水的水龙头，请及时拧紧，发现损坏的及时报修，杜绝“长流水”；在家里提倡用脸盆洗脸洗手；循环使用自来水，进行水资源的二次利用。第三学习结束后请及时关灯，杜绝长明灯。第四节约纸张，不乱写乱画。生活中杜绝浪费之事人人可为，可以节约之处比比皆是。从我做起、从现在做起、从身边的小事做起，节约每一粒粮食，节约每一度电、节约每一张纸、节约每一滴水。从10月份开始，学校将开展文明餐桌，从我做起活动、一是强调就餐秩序，排队就餐，就餐时不要拥挤，不要大声喧哗。二是提倡光盘行动，做到不剩饭菜。三是讲究餐桌卫生，餐后收好碗筷，搞好餐桌卫生。我们将评出文明就餐班级进行奖励。我的讲话完毕，谢谢大家！