

2023年珍惜粮食杜绝浪费手抄报 珍惜粮食杜绝浪费演讲稿(汇总8篇)

今天，我想和大家分享一个引人深思的话题。充分准备是成功演讲的关键，我们要重视准备的过程。以下是一些备受赞誉的开场白范文，希望能给我们写作提供一些有用的参考。

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是xx班的xx，今天我想跟大家讲珍惜粮食这个话题，随着经济的增长，现在的生活也是越来越好，但是不知在什么时候我们学校也是出现了浪费粮食的现象了，每次在食堂吃饭的时候，总是能够看到很多粮食都浪费了，很多人没有吃完，甚至吃了一两口就不吃了，这是一种非常浪费的行为，浪费可耻，必须要有这方面的觉悟才是，只有对严格的去督促自己，珍惜粮食，从自己做起。

同学们，我们一定要有这样的意识，一定不能浪费粮食，浪费粮食是可耻的，我们应从细节做起，在吃饭的时候本着吃多少打多少的原则，避免饭打多了吃不完的现象出现，平时浪费的现象大多数就是因为吃不完，饭菜打多了，所以同学们我们应该要注意这些，能够知道自己吃多少，在新的学期当中一定要督促好自己，粮食来的不易，我们现在衣食无忧不缺乏粮食，这些都是先辈们的努力，才能够有我们现在的的生活，这样的条件来的不容易，虽然现在生活变得越来越好了，但是我们应养成一个珍惜粮食的习惯，一定不能忽视这一点，我们从自己做起，大家主动起来去做好这件事情，从自己的做起，这样才能够影响到周围的同学。

我们不应该出现浪费粮食的习惯，作为一名学生应该要养成这样的习惯，一定要搞好这方面的习惯，杜绝浪费能吃多少就打多少饭菜，除了在学校的时候我们要做到这一点，还有在家里也是一样的，不能够浪费，包括在饭店我们都应该珍惜粮食，能够点多少吃多少，同学们我们一定要有这方面的觉悟哦，成为一名有素质的学生，一个人不能够影响多少，但是大家一起努力，这样就不会有浪费粮食的现象了，很多人就是抱有一种乌无所谓的心态，每次浪费一点点粮食，然后找一些借口，觉得浪费一点点也没有什么，但就是因为有这样的想法所以才一直给自己的找借口，这不是我们作为一名学生有的行为，浪费是可耻的，就是每次一点点，但是积少成多会浪费很多粮食。

同学们我们应该珍惜现在的生活，虽然条件好了起来，但是切不可浪费粮食，我们没有感受过饥饿，所以大家都没有这方面的感念，但是我们慢慢养成珍惜粮食的习惯，这样的概念就会产生的，让我们去认真的做到这一点。

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，我想代表阳光、雨露、清风来称赞我们的粮食，我也想代表大米、小麦、泉水来歌颂我们的劳动者。粮食对于人类来说，是维持生活和生命的重要资源，我们人类在生产粮食的道路上飞速发展。直至今今天，我们已经拥有了非常多元的饮食生活。只要一走到街上，各种样式的面食小吃，各种花样的果汁饮品，还有变着法子的餐饮文化。这些都是我们日新月异的生活里非常常见的一部分了。时代的发展提升了我们的生活品质，但与此同时也会面临一些问题的产生。

随着大家生活品质的提高，我们对粮食的追求越来越大，我

们对饮食文化也有更高的期待。而在这个中间，浪费成为了最大的问题。餐桌上的光盘行动愈来愈少，我们每个人对粮食的重视也减轻了不少。即使这是在一个新的时代，但是我们对粮食，依旧是需要去尊重和认真对待的。因为每一颗粮食，必然都是一份汗水铸造的。

以前我的奶奶总喜欢跟我说这样的一个故事，那个时代的人们吃不饱，只能去挖树皮吃，也有好多人因为粮食缺乏而失去了生命。以前大家一起吃大锅饭，有时候在大家都吃完之后，总有人会去锅上挖一挖锅巴。有时候能吃上一块锅巴算是一件很幸运的事情，绝大部分的时间里，锅上是没有任何一滴粮食的剩余的。

只有吃过苦的人才知道，缺少粮食的痛苦是多么大。到了现在，奶奶还是保存着那样的一个习惯，那就是一个鸡蛋是最昂贵的。至今还有很多老人一直保存着出门给你鸡蛋的习惯，因为对于那个时代而言，鸡蛋就是一个宝贝到不能再宝贝的东西。但对于现今来说，鸡蛋已经是非常常见的一种食物了，大量的生产，让鸡蛋成为了显而易见的食物，做法也是非常的丰富。

即使我们的物质非常的丰富了，但我们不容忘记的，是前一辈人在粮食方面所吃的苦。杜绝浪费，是对前辈最好的尊重，也是对粮食的尊重，更是对那些劳作者最大的敬重。希望大家今后外出用餐的时候适可而止，切不可铺张浪费，勤俭节约是我们的本质文化，也是我们需要一直继承的文明。

让我们一起在今后的日子里珍惜粮食，杜绝浪费吧。从我们自身做起，从我们每个人的身边做起，珍惜每一颗食物，就像珍惜每一滴水一样，让这个地球，让我们的社会和生活发展的越来越美好吧！

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

“小小一粒米，来之不易。”“一粥一饭，当思来之不易。”这是家喻户晓的名言。每一粒米里都包含着农民伯伯的汗水。可在生活中，浪费粮食的事情时有发生，就连我也不例外。

我认为，粮食那么多，浪费一点没关系的。可是，当我在电视上看见一个公益广告时，我的想法改变了。广告上讲的是——我国现在有二亿的贫困人口，我看见孩子们那可怜的眼神，我心中不忍浪费了。

我国现在有十三亿多人口，如果每人浪费一粒米，那么就要浪费十三亿粒米，那是一个多么巨大的天文数字呀！所以，我们要珍惜宝贵的粮食，珍惜农民伯伯的劳动成果。

有一次，我放学回家。奶奶已经做好了丰盛的晚饭，我当时饥饿的难受，看见有这么多好吃的，便狼吞虎咽的吃了起来。过了一会，我吃饱了，但是碗里还剩下许多。奶奶对我说：“快，把剩下的吃完，不要浪费粮食。”我不经意的回答：“现在粮食这么多，浪费一点没关系的。”可奶奶语重心长地对我说：“虽然现在粮食很多，但是还是不能浪费，像我们小时候，粮食很贵，我们天天都饿肚子，只有过年才能吃顿饱饭，你们现在有这么多的粮食，真是身在福中不知福。”听了奶奶的话，我羞愧难当，马上就把剩下的饭菜全吃光了。

最后，我再一次声明，我们要珍惜粮食，杜绝浪费。珍惜农民们辛勤耕作换来的粮食，我们要尊重他们的劳动！只有这样才能给我们的后代做好榜样！让我们从我做起，从身边的

小事做起，一起努力，一起珍惜粮食吧！

珍惜粮食杜绝浪费演讲稿范例五篇【二】

尊敬的老师，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。”这首诗告诉我们粮食来之不易的道理。让我们知道了珍惜粮食的重要性。然而现在的中、小学生大多都是独生子女，从小受到父母的呵护，每天过着饭来张口衣来伸手的生活，把勤俭节约的中华传统美德全抛脑后，有些学生，常常浪费粮食，糟蹋粮食，还在一定程度上污染了环境。要知道，倒下的是剩饭，流走的是血汗。

常言道：“民以食为天，食以粮为本。”粮食是人们生存的必需品，是国家的重要战略资源，是维护社会稳定与发展的不可缺少的基本条件，是国家执政兴帮的基础。我国是世界第一人口大国，也是最大的粮食消费国，因此，在全球粮食危机日益加剧的情况下，我们不能坐食空山，要居安思危，未雨绸缪，及时做好充分准备，那就是珍惜粮食、节约粮食。

“人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌”。粮食，是我们的生存之本，更是我们的命根子。如果有哪一顿我们吃不上饭，就不能正常学习工作，吃饭是天下大事，粮食对于每一个人来说是多么的重要。从某种意义上来说，珍惜粮食就是珍惜我们的生命，更是珍惜了人们的劳动成果。古诗云：“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰”。我们生活的地球，可供生产粮食的耕地并不多，而且随着城市化和工业化的进程被不断蚕食。就全世界而言，粮食并不富裕。每年都有好几亿人口因贫穷或自然灾害或战乱经受着饥饿。可以这么说：珍惜粮食就是珍惜生命、珍惜大自然，就是珍惜我们的地球家园。

粮食是宝贵的，要珍惜粮食。这谁都会说，但在现实生活中，能真正体会粮食重要性的人却并不是很多。在校园里，我时常看到有些住宿的学生将馒头咬了一口就随手扔了，水槽中还有一堆堆白花花的米饭。在他们看来，倒掉一些剩饭剩菜不值得大惊小怪，一点剩下的饭菜也值不了多少钱。他们不知道，这些倒掉的粮食，粒粒都是我们生活在农村的父母用汗水换来的呀！每每看着这些倒掉的饭菜，看着真是让人心疼！

今年是第34个世界粮食日，作为青少年的我们，更应该成为节约粮食的表率。节约每一粒粮食，是我们每个人应尽的义务，我们应养成勤俭节约的良好习惯，以节约粮食为荣，以浪费粮食为耻。珍惜粮食，不仅仅是一种口号，而要立即行动起来，从我做起，从现在做起！

珍惜粮食杜绝浪费演讲稿范例五篇【三】

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的主题是“珍惜粮食”。

我国古代的教育家孔子给人留下了一句名言：“民以食为天”。可见，“吃”在老百姓心中多么重要。只是这些年来，随着人们生活水平的提高，许多同学对粮食好像也越来越不在意。不信，请到食堂去看一看，就餐时馒头四处乱扔，雪白的米饭撒满地面，剩余的饭菜能到满满一垃圾桶。真是不忍目睹，那可都是劳动人民辛辛苦苦劳作一年的成果呀！“一粥一饭，当思来之不易”，难道我们的思想觉悟还不如古人吗？随着人们生活水平的提高，生活中的浪费粮食的现象越来越严重。据有关部门估计，全国每年浪费的粮食，足够五千万人吃一年，多么惊人的浪费啊！古人尚有“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的彻骨感受，我们就更应该从中领悟粮食的珍贵。你可知道，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，这中间包含了农民多少辛

勤的劳动，每一粒粮食都浸透了农民伯伯多少心血和汗水啊！土地资源有限，粮食作物有限，人口在增长，粮食越来越宝贵，它是人类生存生活生命之源泉，我们要爱惜粮食，把节约粮食看作生活中的大事，使勤俭节约成为每一个同学的良好品德。让食堂里的桌子上、地面上、垃圾桶里不再有剩余饭菜的影子，看不到它们悲伤的身影，哭泣的声音。同学们，你们是未来的建筑者，你们身上有沉甸甸的责任。人们把你们比作雏鹰，是希望你们能舒展理想的翅膀，在祖国的大地上飞翔，建设美好的家园，千万不能让“馋”压住你们稚嫩的羽翼，不能让“奢”迷住你们奋斗的方向。

同学们，行动起来，珍惜粮食，从我做起，从现在做起，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。

我的演讲结束，谢谢大家。

珍惜粮食杜绝浪费演讲稿范例五篇【四】

各位老师、各位同学：

大家好！今天，我演讲的题目是《节约粮食，从我做起》。粮食是农民伯伯辛勤劳动的结晶，是农民伯伯洒下的汗水，凝结出的果实。走进食堂，扑入眼帘的是“谁知盘中餐粒粒皆辛苦。”这些显而易见的节约粮食标语。可是有多少人是真正意识到并行动的呢？在学校里，老师经常跟我们提起“节约粮食”这种品德，可是中午吃饭的时候，我仍旧看到有许多同学因为偏食，觉得这些菜不合胃口就不盛了，还有一些菜写盛的时候盛了很多，可没吃两口就把盘子端出去倒掉了。不止在学校里，在饭店里、大酒店里，我也看到的不少浪费粮食的行为。在饭店里，有不少人都点了一大桌子的菜，看是吃起来仅仅只是喝了一写饮料、酒什么的，大多数的时间都在聊天，“吃”地差不多了就抽了几张餐巾纸转身走了，剩下了一大桌子没吃多少的菜。

这些行为习惯都是不好的，如果所有人都像他们这样的话，那还要这么多粮食来做什么呢？那农民伯伯这么起早摸黑的劳作又有何意义呢？既然你盛了这么多菜那你就应该对它们，对农民伯伯负责。在饭店里，那剩下的一桌子菜，我想，你应该有权利不让他们打包带回家吧。你应该知道，世界上有多少人正在忍受着饥饿的压迫，每一粒米，每一粒粮都是他们生命的渴望。让我们从现在做起，节约粮食，从我做起，从大家做起！

谢谢大家，我的演讲结束了。

珍惜粮食杜绝浪费演讲稿范例五篇【五】

敬爱的老师，亲爱的同学：

突然有一天，我从电视中听到了一句话：中国每年浪费的粮食能养活两亿人。两亿?! 这个数字使我大吃一惊，我连忙上网查了查资料。

不查不知道，一查吓一跳：中国每年浪费粮食800万吨，能够两亿人吃一年，并且，这些粮食价值高达2000亿元！这，是一个多么庞大的数字呀！锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。在我们中国的某些地方，却有四五千万人民吃不饱啊！

渐渐地，我从生活中找到了答案：一张餐桌上，就只有两三个人，而菜却点了十一、二种。这就是我们中国人所谓的“讲究”吗？讲究吃穿，讲究房车，讲究面子。中国人的经济条件一天一天的在进步，而我们祖先传下来的廉洁、节约的美好品质正在一天天的退化，终有一天，我们会重演历史，会像唐朝一样，逐渐衰退；终有一天，我们会穷的一粒米饭也吃不起；终有一天，那美好的中国梦会变成一个奢侈的梦想，甚至会破灭。

“光盘行动”，这是关于餐桌上的浪费的一个热谈。身为一名小学生，你可能觉得浪费一粒米饭不算什么，可你想过没有，一个人浪费一粒米饭，中国十多亿人就浪费十多亿粒饭，这，十多亿粒饭可供多少人填饱肚子啊！其实，节约粮食很简单，只要你刨干净碗中的饭，少点一些昂贵的菜，便能减少许多浪费，避免大量的经济财产损失。

光盘行动你我他，珍惜粮食靠大家。让我们行动起来，使每一个中国人都有饭吃，不让中国成为腐败之国，让我们现在开始行动起来：爱惜粮食，从我做起，复兴中华，从我做起！

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇四

浪费是可耻的，虽然大家都明白不能浪费粮食，可是，这种不良现象还在我们生活中出现。

在一些饭店里，浪费粮食早已就是家常便饭。有些客人虽然只有一两个，但他们却点了两大桌饭菜，可以他们只喝了一点就跑了，也没装箱，剩的饭菜比他们喝下的多许多。有些上班族的客人上班后可以买些快餐。他们三餐时丰了一大碗米饭，可以喝了一半就吃不下了，剩了大半碗。

他们因为太爱面子，爱占小便宜，所以才造成这么多粮食被白白浪费。这浪费的不仅仅是浪费，也是农民伯伯的心血。我们应该知道，这些粮食是来之不易的：春天，农民伯伯要播种，翻土，秋天才能收割。这期间，农民伯伯要施肥，除草，杀虫。每一粒米饭都是农民伯伯辛苦汗水的劳动成果，农民伯伯这么多月的心血，全在这短短几分钟浪费了！天地“粮”心，惜食莫蚀！

其实，不浪费粮食的方法存有很多：

一、盛饭时可以先少盛一点，不够再盛。

二、点的饭菜必须根据自己食量大小同意。

三、吃不完的东西可以打包带走。

四、剩的饭菜可以喂食小朋友。

世界上，还有很多人因饥饿而死，而我们却享受着大鱼大肉，一点儿都不懂得满足。我们应该换位思考，如果我们是那些饥民，就一定会珍惜每一粒米饭，不让它们白白浪费。

珍视粮食，杜绝浪费。缔造一个没剩饭剩菜的社会！

倡议人：

日期：

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇五

大家好！

在学校里，老师经常跟我们提起“节约粮食”这种品德，可是中午吃饭的时候，我仍旧看到有许多同学因为偏食，觉得这些菜不合胃口就不盛了，还有一些盛的时候盛了很多，可没吃两口就把盘子端出去倒掉了。不止在学校里，在饭店里、大酒店里，我也看到不少浪费粮食的行为。在饭店里，有不少人都点了一大桌子的菜，可是吃起来仅仅只是喝了一写饮料、酒什么的，大多数的时间都在聊天，“吃”地差不多了就抽了几张餐巾纸转身走了，剩下了一大桌子没吃多少的菜。

这些行为习惯都就是不好的，如果所有人都像是他们这样的话，那还要这么多粮食去搞什么呢？那农民伯伯这么起早摸黑的劳作又有何意义呢？既然你丰了这么多菜那你就必须对它们，对农民伯伯负责管理。在饭店里，那剩的一桌子菜，我想要，你必须存有权利不把他们打包带回家吧。你必须晓

得，世界上存有多少人正在无法忍受饥饿的压制，每一粒米，每一粒粮都就是他们生命的渴求。使我们从现在抓起，节约粮食，从我做起，从大家抓起！

倡议人：

日期：

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇六

同学们：

我国是世界上浪费粮食较多的国家。我国一年所浪费的粮食，可以供三个国家吃一年。全世界一年总共浪费的粮食，可供两亿人口吃一年。这是多么大的数字呀！

本来如果我们仍然珍惜粮食，不浪费粮食，那么就不会有这么大的数据。但是人们显然没有注意，他们依旧吃不了，浪费，吃不了，浪费。“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”先辈们传下来的话，难道都忘了吗？你们甘心让农民伯伯辛苦种出的‘饭菜就这样被浪费，被丢进垃圾桶里吗？或许很多人会说：“我不会浪费了。”但是这些人真的做到了吗？光说不做的人更可耻。

为什么会变成这样呢？新一代的年轻人，包括我们，没有经历过新中国刚成立之际的艰难，没尝过那段艰苦岁月的心酸，没有想过要学习那一代人的简朴，而如今随着时代变化科技发达，吃的穿的哪样会少？现在的美好岁月使我们的内心也发生了变化——变得奢华了。

因为这些原因，造成的后果才会如前面所说，如此严重！很多人也没有想过可能万里之遥，可能几里之差的地方，还有许多人吃不饱穿不暖，他们有多么渴望吃上一顿有饭有菜的佳肴呀！

所以，我向全校同学发出号召，让我们努力做到以下几点：

- 1、饭菜要打到自己刚好能吃饱的量，这样不会浪费。
- 2、制作珍惜粮食的标签并张贴。
- 3、看到有人浪费，必须加以阻止。

“君不知，白花稻米勤劳种，滴滴汗水禾下土。”粮中有良，食中有良，皆有良，人必用良食粮。让我们珍惜粮食，共同努力——行动起来吧！

倡议人□xxx

日期□20xx年xx月xx日

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇七

各位老师、各位同学：

大家好！

在学校里，教师常常跟我们提起“节省粮食”这种品德，可是中午吃饭的时候，我依旧看到有很多同学由于偏食，觉得这些菜不合胃口就不盛了，还有一些盛的时候盛了许多，可没吃两口就把盘子端出去倒掉了。不止在学校里，在饭店里、大酒店里，我也看到不少铺张粮食的行为。在饭店里，有不少人都点了一大桌子的菜，可是吃起来仅仅只是喝了一写饮料、酒什么的，大多数的时间都在谈天，“吃”地差不多了就抽了几张餐巾纸转身走了，剩下了一大桌子没吃多少的菜。

这些行为习惯都是不好的，假如全部人都像他们这样的话，那还要这么多粮食来做什么呢？那农夫伯伯这么起早摸黑的劳作又有何意义呢？既然你盛了这么多菜那你就应当对它们，

对农夫伯伯负责。在饭店里，那剩下的一桌子菜，我想，你应当有权利不把他们打包带回家吧。你应当知道，世界上有多少人正在忍受着饥饿的压迫，每一粒米，每一粒粮都是他们生命的渴望。让我们从现在做起，节省粮食，从我做起，从大家做起！

感谢大家，我的演讲完毕了。

珍惜粮食杜绝浪费手抄报篇八

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是五二班的肖恩一，今天我为大家演讲的题目是《勤俭节约，艰苦奋斗》。

古人云：勤俭可以兴国，逸豫可以亡身。古人云：俭，德之共也；奢，恶之大也。古人又云：勤俭永无穷，坐食山也空。

古人云了又云，意在告诉我们一个颠扑不破的道理：

勤俭节约是我们中华民族的传统美德。勤俭节约是我们的传家宝啊！

滚滚历史长河，多少古圣先贤。克勤克俭，如数家珍！

越王勾践，卧薪尝胆，励精图治，终成春秋五霸。

宋襄公，衣求蔽体，食求果腹。改革变法，鼓励农桑，而列战国七雄。

魏武帝曹孟德，布衣素食，劝妇耕织，扫平北方，纵横中原。致使三分天下有其二。

恰恰相反，商纣王，酿酒为池，悬肉为林。横征暴敛，大兴

土木。牧野之战，倒戈相向，终自焚于露台。

皇李隆基，“长安回望绣成堆，山顶千门次第开，一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”终酿成安史之乱，而挥泪马嵬坡前。

正所谓“古往今来无不行，独有天地常悠悠”正所谓“往事越千年，魏武挥鞭，勤俭节约今安在，以史为镜看今天！”

我们开始用我们的眼睛关注，用我们的小手计算，用我们可能还很稚嫩的声音探讨：每个人节约一度电，全中国就可省10多亿度电，将有多少用于发电的煤和水可留给子孙后代用；每人节约一张纸，会有多少大树在铁锯下逃生……是的，只要我们每个人节约一点点，给社会带来的就是巨大的财富！

我们要以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻；从身边做起，从一元钱、一粒米、一滴水、一度电、一支笔、一张纸、一块橡皮做起，养成勤俭节约的好习惯，让勤俭节约的精神渗透我们的一言一行、一举一动，伴随我们的一生！

我的演讲到此结束，谢谢大家！