

# 2023年节约粮食珍惜粮食演讲稿 珍惜节约粮食演讲稿(汇总8篇)

人生是一座建筑，而总结是每层楼之间的连接，让我们能够更加稳固地前行。以下是一些比赛心态调整的方法和技巧，希望对大家有所帮助。

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！10月16日是“世界粮食日”，本周是我国“珍惜粮食，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》。

古代教育家孔子给后人留下了一句名言：民以食为天。由此可见，“吃”是多么重要！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！建国66年来，人民生活水平大大提高，物质应有尽有。有的同学甚至可能会有这样的疑问，我们还有必要从一粒米上节约吗？我想说的是：很有必要！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100万元算，可以盖20所希望小学；按每人学杂费三千元记，可以使七千多名失学儿童重返我们的校园！你还能说我们没必要节约一粒米吗？请各位同学想一想在学校食堂餐桌上你是否将饭菜吃一部分就倒掉？你是否将吃了几口雪白的馒头、包子扔在地上？当你这样做的时候，你是否感到可惜，感到心疼？我们从小就知道“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的道理。同学们，你们是否想到世界上还有许多吃不上饭的人们在苦苦挣扎！你们知道吗，在发展中国家，每5个人中就有1个长期营养不良，有20%的发展中国家人口粮食无保障。饥荒已成为地球人的

第1号杀手，每年平均夺去一千万人的生命。因此，节约粮食值得同学们思考。

同学们，节约是美德，节约是品质，节约是责任。“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”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。从细微处做起，用实际行动做建设“节约型校园”的带头人，为建设文明、和谐的校园作出应有的贡献！我衷心地希望我们每个人从节约粮食做起，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，让每一个人都快乐地生活在蓝天，白云，绿水，阳光下！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

各位同学，早上好。今天我所讲的主题是《文明餐桌，节约粮食》。

古人云：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗大家都学过吧，可是你真正理解了其中的涵义吗？从一颗秧苗种子到你碗里的那粒米饭，要经历多少道工序及为之付出的辛苦劳动呢？我们同学都不知道吧！为什么我这么说呢？平时在学校里，我看到有些同学在午餐的时候因为自己的口味与饭菜不合，常常把自己不爱吃的饭菜倒掉，造成很大的浪费。我认为，这种行为是十分可耻的，应该杜绝。

把中午的饭菜吃光，不仅给自己的身体补充了能量，也是一种反对铺张浪费的表现。我为什么这么说呢？有些同学，饭菜不吃，零食不断，这既不利于营养的吸收，又造成金钱的浪

费。虽然我不提倡挑食，但如果有的菜，你实在不爱吃，我们可以换一种方式去拒绝浪费，你可以问问周围其他同学，或许他们爱吃，会给你解决一下。其实，生活中的点点滴滴都可以去实现“节约”这个目标。

因此，我在这里倡导同学们，拒绝舌尖上的浪费，节约粮食，从现在开始。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

### 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇三

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我来自\_\_小学，我叫\_\_，很高兴能够站在这里演讲。古人曾云：勤俭可以兴国，逸豫可以亡身；勤俭永无穷，坐食山也空。这些古语意在告诉我们一个永恒不变的道理：那就是，勤俭节约是我们中华民族的传统美德，更是我们的传家宝。这些金玉良言指引着数代人艰苦创业，自力更生，勤俭节约，并代代相传。

所以今天，我们应该大声倡议：让我们积极行动起来，牢固树立节约意识，“让节约成为习惯”、“让节约成为生活方式”；让我们从自我做起，努力打造一个健康、和谐、可持续发展的美好家园。

谢谢大家！

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇四

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！

我们今天演讲的题目是：《珍惜粮食，浪费可耻》。

我们刚刚结束了八天中秋国庆长假，在这举国欢庆的日子里，到处是亲人团聚，朋友聚餐。因此，此时提出“珍惜粮食，浪费可耻”有着特别重要的意义！《珍惜粮食，浪费可耻》倡导的是一种生活方式。我在餐馆里就看到有些人请客吃饭，点了许许多多菜，实际上吃的少，剩的多，还因为爱面子，不好意思打包，因此浪费了许多粮食。据说全国一年里浪费的粮食够2500万人吃一年的口粮，由此可见，这个浪费是多么惊人呐。现在全国都在流行节约，如“光盘行动”，就是一个很好的倡议。

《珍惜粮食，浪费可耻》体现的是一颗感恩的心。暑假期间，我回到湖南外婆老家，体验了外婆她们耕种粮食的辛苦。夏天烈日炎炎，阳光把她们的皮肤晒黑；泥水把她们的手脚浸泡成黄色；各种蚂蟥和虫子爬在手脚上，又痒又疼。外婆说：“稻谷的耕种需要四五个月的周期，前期天冷的耕田、育秧苗，中期的除草、除虫、打农药，都需要付出艰辛地劳动，许多老人因此还患上了关节炎。”如此来之不易的粮食，我们没有理由不好好珍惜啊！

《珍惜粮食，浪费可耻》宣讲的是一种忧患意识。我从电视上听袁隆平爷爷说：“我们国家的粮食是不够吃的，每年都要从国外进口一部分，如果别人卡你，那么就会有很多人要饿肚子了。”

一粥一饭，当思来处不易；

半丝半缕，恒念物力维艰。

珍惜粮食，拒绝浪费，

从我们做起，谢谢大家。

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学：

你们好！

我是xx学校五年级xx班级里的一名小朋友，我叫xx今天我要给大家带来的演讲是“节约粮食，从我做起”，希望大家能够用心的把我这篇演讲听完。

不知道大家有没有发现一个现象，那就是现在的小朋友们都很爱挑食。每次，我去食堂吃饭的时候，都可以看到很多同学在一开始打菜的时候，打上满满一大盆，但到了后面，盆子里面还有一大半的饭菜都没有吃完，最后也只能把它们给倒掉了。

从小到大，我爷爷奶奶就教育我要节约粮食，不可以养成浪费的习惯。每次在家吃饭的时候，如果我的碗里面剩下了一颗饭，他们也会要求我吃完，如果我盛了很多，但没吃完的话，他们便会狠狠的责罚我。所以我从小就养成了吃多少乘多少，乘了多少就要吃完的好习惯。

在放学回家的时候，我还经常跟着爷爷奶奶去到田地帮他们干一些农活。在干活的过程中，我也体会到了粮食的来之不易，体会到了农民伯伯种植粮食的辛苦。所以，不管是在学校食堂吃饭，还是在家里吃饭，我都从来不会因为饭菜不好吃，也不会因为没有胃口，而就去浪费粮食，就去倒掉它们。

我一直觉得这样的行为是可耻的。在这里，我也想向各位同学提几点小小的建议。

第一点，我建议同学们，可以去田地里体验一下种植农作物的全过程，亲身感受一下这其中的艰辛和不易。

第二点，我建议同学们，在食堂打菜的时候，吃多少打多少，不要一次性打那么多，吃不饱的话，后面还可以加饭，吃不完的话那就只能倒掉了。

我们的粮食，我们每天在食堂里吃的米饭，都是那些农民伯伯在火辣辣的大太阳底下，弓着腰驼着背辛勤劳作而来的。可是我们有一些同学，他们却不懂得珍惜，不懂得要去节约粮食。如果那些农民伯伯要是知道了，我们是这样浪费他们辛苦种植而来的粮食，他们该会有多么的伤心。要知道农民伯伯为我们国家做的贡献有多大，我们应该要尊重他们，学习他们，珍惜他们的劳动成果，学会节约粮食。在今后的生活和学习中，我们要做到绝不能浪费一颗粮食，绝不能辜负农民伯伯的一滴汗水！

谢谢大家，我的演讲完毕！

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇六

亲爱的老师、同学们：

大家好！

看，那锅碗瓢盆交响曲中，同学们把许多的饭菜倒入垃圾桶中，听，那自来水叮叮咚咚的流水声谱成了一首令人痛心的交响曲……顿时，我心如刀割，留下一时的感受：让节约之花开遍祖国大地吧！

我默默地沉思着：如果在洗手时，我们能随手关紧水龙头，

节约每一滴水；如果在吃饭，我们能珍惜每一粒粮食，如果我们在做事时，时时想到节约；如果我们全国人民行动起来，建设节约型社会……那该……我不禁怦然一震，发出震耳欲聋的呼吁：“勤俭节约，从我做起”。

## 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇七

亲爱的老师、同学们：

大家好！

“勤俭节约，从我做起”是我们常挂在口头的一句话，可我们应该反思：“我们真的做到勤俭节约了吗？”当我们用厌恶的眼光去看那些任意挥霍的人时，我们应该反思：“这一幕是不是曾经发生在我的身上！”当我们用怜惜的目光盯着垃圾筒中堆满的、半新还可以用的纸时，我们应该反思：“这片纸是不是我丢下的！”

说到这里，有些同学肯定很不满意，认为自己确实做到了勤俭节约。那么，因为一张白纸只是沾上了一滴墨水，你就把它揉成一团扔进垃圾筒，这算是勤俭节约吗？因为忘记关灯，而使灯亮了一晚上，这算是勤俭节约吗？因为没有关水龙头，让水白白流了很长时间，这算是勤俭节约吗？如此等等，正是因为全球70亿人无意中的浪费、挥霍，才致使全球升温，地球妈妈发烧。可这一警示并未引起人们的注意，甚至有些人还会说，我用自己的钱买东西，用不着你们让我节约，就是浪费，也是浪费我的钱，这样的说法可就大错特错了，我们现在穿的衣服、用的文具、吃的食品、各种家用电器都是地球丰富资源与人类智慧的结晶。一个数字，如果前面没有“1”，那么后面再多的“0”也是白搭，同样的道理，如果没有了地球给予我们丰富的资源，我们就是再聪明，也是无用的，我们能在这样优越的环境下读书、工作、生活，尽情享受阳光雨露，这其中包含着地球妈妈的无私奉献呀！

而正是因为人们身在福中不知福，才造成这一恶果，有些人可能认为：“我只扔一片纸，不会造成太大浪费。”可他们有没有想过，一片纸虽小，可也不是没有用的，它可以用来打草稿、做纸制玩具，这也是勤俭节约啊，“从小事做起”如果我们每个人能在生活中节约一张纸，那70亿人就可以节约出70亿张纸，聚沙成塔，集腋成裘，点点滴滴、涓涓细流定能汇成大海。

虽说知道这么多，可我有时也会有一些浪费物品的行为，如：洗完脸的半干净的水，因为懒得端进厕所，便直接倒进洗脸池中；因为桌子抽屉中的白纸太多难以收拾，便不由分说的扔掉几张；因为衣服稍小或或觉的难看，就束之高阁不再穿着；因为饭菜不合口味觉得难吃，就弃之碗中任其倒掉……可是，当我越来越大，意识到看似简单的勤俭节约，却对人类生活起到重大的作用，便开始从自身做起，把勤俭节约从口头变成行动。

我曾经看到一部公益广告，左右两边分别有一个不同的场景，左边是一个山区的黑人男孩，他拿着一个大缸在接水，生活质量显然很差，右边是一个白人女孩在明亮澄净的卫生间接水刷牙，当女孩打开水龙头时，左面男孩的手却停了，女孩由于两只手没法腾开，水便一直“哗哗”的流着……当女孩刷完牙关好水龙头后，左边男孩的水才流了起来，男孩的眼里燃起了生的希望。我想：如果我们少用一滴水，不仅能为“勤俭节约”添一丝光彩，更能为需要帮助的人提供帮助，岂不是“一举两得”吗？请大家谨记：不要让最后的一滴水，成为我们的眼泪！

“勤俭节约，从我做起”，少用一滴水，少扔一张纸，少费一度电，少抛一粒粮，少花一分钱，让“勤俭节约”成为你我的习惯和精神，共同营造一个勤俭节约光荣、浪费挥霍可耻的社会氛围。



# 节约粮食珍惜粮食演讲稿篇八

各位老师、同学们：

大家上午好！今天我讲话的题目是：《珍惜粮食，勤俭节约》

还记得那首“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”那首诗吗？人们总是觉得自己的生活水平提高了，再谈节约粮食是早该丢弃的陈词滥调。如果留心一下生活的四周就会发现——粮食浪费几乎无处不在。

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，浪费得起就可以浪费。我们浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德，丢弃的是对劳动人民的一片真挚情感，丢弃的是做人的一种品格和精神。“节约是一种光荣，浪费是一种可耻”这一口号永远都不会过时。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。在内外国留学生节俭意识都比咱们本国的学生要强。每次这些外国留学生，吃完饭交餐具时，我发现他们都把饭菜，吃得干干净净，从来没有剩下过，而咱们本国的大学生好像每天不倒掉点儿饭菜就没面子似的，看着他们糟蹋粮食，心里真不是滋味。他们这样做分明是不尊重劳动者。”是啊！这是对劳动者的尊重，也是一种节约资源的社会责任。

减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭菜；在餐馆用餐时点菜要适量，而不应该摆阔气，乱点一气；吃不完的饭菜打包带回家。如今，资源、可持续发展已经成为世界性的课题。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚，成为新时代人应该具备的一种品质。在我们享受经济发展、社会进步所带来的美好生活的同时，能够节约一粒米、一滴水、一分钱……也是对社会的一份贡献、一份责任。

勤俭节约是中华民族优良传统，建设节约型社会已是全体国民的共识，关系到我们每一个人。珍惜粮食，节约资源，健康生活，让我们从现在、从自己开始吧！

返回目录

节约粮食从你从我做起演讲稿

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》。

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！

[返回目录](#)