

# 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟(优秀8篇)

青春是友谊和爱情交织的年华，让我们和朋友们一同分享快乐与悲伤。为了帮助大家更好地理解教师演讲稿的写作要点，我整理了一些有关教师演讲稿的范文，供大家参考。

## 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇一

大家好！我是五（2）中队的陈焯曦，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！

## **珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇二**

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”。

## 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇三

同学们，我们必须继承中华民族的优良传统。我们不能浪费每一份来之不易的粮食。今天本站小编主要给大家分享珍惜粮食勤俭节约演讲稿，希望对你们有帮助！

老师、同学们：

大家好！

粮食的分类，一般可以分为：大米、小麦、杂粮等。基本上，每天的粮食是根据全国各地的区域性来选择的。在北方，小麦面条是主要的主食；在我们南方，大米是主食，但也吃杂粮，如木薯，红薯和玉米。

我记得，在我小时候，妈妈经常告诉我粮食的重要性，尤其是当我们一家一起吃饭的时候，她就滔滔不绝、满有文采似的……，就这样形成了一种规律，一顿饭一个故事，讲述着粮食的来龙去脉和那些典故。这些故事，永远烙在我的心中，并将会传颂下去。

然而，经过我的观察，在日常生活中，浪费粮食的现象随处可见。尤其是在学校，中午和晚上吃完饭后，食堂的餐桌上会有很多米粒。甚至有些同学只吃一到两口，把剩下的粮食倒进学校的塑料垃圾桶里。

这真是可耻的行为！浪费粮食意味着对农民伯伯的劳动成果不尊重。农民伯伯们的辛勤劳动、任劳任怨，在田野里不缀劳作，为的就是让我们每个人都能吃到自己用尽汗水、不辞劳苦才能种植出来的健康食物。

我们的国家现在是富裕了，从整体上来看十分繁荣。但是，我们可曾想过，在祖国的大江大岭中，还有一些偏远贫困的地方，孩子们吃不饱，穿不暖，过着挨饿的生活。

然而，再比较一下我们那些城市里的孩子们，每天都在大鱼大肉，不愁穿、不愁吃的，真是身在福中不知福，完全没有意识到粮食的重要。

因此，生活在富庶文明的我们这一代青少年，感受着物质文明、生活文明和精神文明的多彩世界，必须继承我们中华民族的优良传统。我们不能浪费每一份来之不易的粮食。

我想起了这那首脍炙人口的诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。此时，我真正体会到了诗中的意境。爱粮节粮，从我做起，从身边做起，同学们，让我们一起节约粮食吧！

我的演讲到此结束。

谢谢大家！

亲爱的老师、同学们：

大家好！

家风其实就是一道道标准，约束着我们，让我们和这个家的精神融合，在我们家，也有家风，就是我奶奶提倡的勤俭节约。

奶奶从小就教育我要勤俭节约，要节约每一张纸，每一度电，每一粒米饭。奶奶平时非常节约，袜子破了，会缝一下在穿，棉毛衫洗洗缩水，袖子太短了，她会袖子再接一段，这样又可以穿了。我有时非常浪费，面包吃一半就扔掉，饭吃一半就吃不想吃了，奶奶会和我讲：每一滴粮食都是农民伯伯

辛苦种成的，不能浪费，要想以前二万五千米长征的时候，红军没有粮食吃，吃草和皮带，是多么艰苦啊！虽然现在我们的生活条件好了，但也不能浪费，要时刻想着我们的幸福日子来之不易，要好好珍惜现在的生活。

小时候，我很怕黑。每天晚上，我总喜欢把家里所有的灯都打开，照得整个屋子亮堂堂的，这里，奶奶总是叹了口气，对我说：“丫丫，要懂得节约”！我疑惑地问：“什么是节约”？奶奶随手关掉一盏灯，告诉我：“这就是节约”！从此，我明白了要节约用电。

我还记得有一次，我拧开水龙头洗手，放了满满一脸盆的水，差点满出水池，奶奶看到了说：“你怎么能这样呢？我委屈的说：怎么了。奶奶说：你洗手时水龙头一直开着，这样太浪费水了。在许多边远山区里，很多小朋友连喝的水都没有，快把水龙头拧紧吧，以后一定要注意节约用水。一个不经意的举动，就已经造成了浪费，所以我们更应该小心的做好每一个细节。

上三年级的时候，我就想换一个书新包，奶奶认为我的书包还能用，又没破，就是有点旧了，就不让妈妈给我买新的了，说到了4年级在换新书包，到六年级毕业刚好两个书包，如果三年级就换新书包，就太浪费了，我当时心里特别不高兴。开学了，我发现同学们都换了新书包，只有我还用旧书包，觉得很没面子，一整天都和奶奶生气。现在想起来，奶奶是对的。奶奶说从小就要学会节约，虽然现在生活条件好了，但也不能太铺张浪费，能用的东西就用。今天我还看到报纸上写着92岁崔崑院士一件衬衣穿了30年，却捐了420万积蓄帮助贫困生，感觉太伟大了，看完我都流泪了。

勤俭节约是中国人的一种传统美德，是中华民族的优良传统，我们一定要勤俭节约，不随便浪费电、浪费水、浪费食物。

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”。

亲爱的老师、同学们：

大家好！

每个家庭都有不同的家风家训或者是家规，我们家也一样，在我的印象中，妈妈从小就对我要求非常严格，她给我制定了各种家规家训，比如：奖罚表、每日必达、素质养成等等，但今天，我要来给大家介绍的是我们家的另一种家风家训——勤俭节约，诚实做人，这些是我从爷爷奶奶身上看到、学到的。

奶奶虽然没有读过书，但她经常教育我，学问勤中得，富裕俭中来。她说，做人一定要勤俭节约，她自己也是这样做的。虽然爷爷是学校的老师，奶奶也在学校食堂上班，他们俩每天的工资也有几百块，可是他们几乎每天连几块钱也花不掉，因为他们每天饭桌上的菜都是通过自己的双手，辛辛苦苦地种起来的，爷爷说：“你看爷爷自己种的菜，只要花菜苗、菜秧的钱，长得比买的还要好，而且爷爷不打药水，比买来的菜可有营养多喽。“我一听，更加喜欢爷爷种的菜了。

每次去爷爷家，凑到爷爷种菜或是给菜浇水的时候我都会帮

忙，然后回家的时候再带些他种的菜回家吃，而且要把它吃得精光，如果浪费，爸爸就一定会让我吃”竹笋炒肉丝“。记得有一次吃饭的时候，我吃了一半，就不想吃了，因为家里还有我们刚去超市买的零食呢，于是我就把剩下的大半碗饭菜倒到了垃圾桶里，爸爸看见了，大喝一声，从椅子上跳起来，对着我吼：“锄禾日当午，汗滴禾下苦，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦，这首诗你难道不知道吗？这些饭菜都是爷爷奶奶辛辛苦苦种起来的，可是你却把他们都倒了！”然后抓着我就是一顿痛打，从那以后，我再也没有浪费过粮食了。

勤俭节约，诚实做人，我的爷爷奶奶，爸爸妈妈，用他们的实际行动教会了我，我为我有这样的家风感到自豪，我相信，这个家风会使我一生受用，我也会让这种美好的品德代代相传！

亲爱的老师、同学们：

大家好！

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。



## 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇四

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。

## **珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇五**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

每个家庭都有不同的家风家训或者是家规，我们家也一样，在我的印象中，妈妈从小就对我要求非常严格，她给我制定了各种家规家训，比如：奖罚表、每日必达、素质养成等等，但今天，我要来给大家介绍的是我们家的另一种家风家训——勤俭节约，诚实做人，这些是我从爷爷奶奶身上看到、学到的。

奶奶虽然没有读过书，但她经常教育我，学问勤中得，富裕俭中来。她说，做人一定要勤俭节约，她自己也是这样做的。虽然爷爷是学校的老师，奶奶也在学校食堂上班，他们俩每天的工资也有几百块，可是他们几乎每天连几块钱也花不掉，因为他们每天饭桌上的菜都是通过自己的双手，辛辛苦苦地种起来的，爷爷说：“你看爷爷自己种的菜，只要花菜苗、菜秧的钱，长得比买的还要好，而且爷爷不打药水，比买来的菜可有营养多喽。”我一听，更加喜欢爷爷种的菜了。

每次去爷爷家，凑到爷爷种菜或是给菜浇水的时候我都会帮忙，然后回家的时候再带些他种的菜回家吃，而且要把它吃得精光，如果浪费，爸爸就一定会让我吃”竹笋炒肉丝“。记得有一次吃饭的时候，我吃了一半，就不想吃了，因为家里还有我们刚去超市买的零食呢，于是我就把剩下的大半碗饭菜倒到了垃圾桶里，爸爸看见了，大喝一声，从椅子上跳起来，对着我吼：“锄禾日当午，汗滴禾下苦，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦，这首诗你难道不知道吗？这些饭菜都是爷爷奶奶辛辛苦苦种起来的，可是你却把他们倒掉了！”然后抓着我就是一顿痛打，从那以后，我再也没有浪费过粮食了。

勤俭节约，诚实做人，我的爷爷奶奶，爸爸妈妈，用他们的实际行动教会了我，我为我有这样的家风感到自豪，我相信，这个家风会使我一生受用，我也会让这种美好的品德代代相传！

## 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇六

甲：亲爱的同学老师们大家中午好，欢迎收听今天的心灵之声。我是来自xxx班的xxx□

丙：找到了，找到了！答案就在我们身边。城市亮起了七彩的霓虹，农村的新楼连成一片，学校上课用上了电脑，家庭的生活像蜜一样甜。文明之风吹进千家万户，爱的阳光洒满人们心田。

乙：您就像一位伟大的园丁，用自己辛勤的汗水，换来满园桃李的芬芳；您就像一支蜡烛，用一生的心血，启迪无数蒙昧的心灵。

甲：上周五，学校组织全体师生去更俗剧院观看电影，接着去了园博园。踏入了鸟语花香的园博园，宛如进入世外桃源。“憨厚”的假山、“调皮”的溪流，“笑意盈然”的鲜花在蓝天白云的辉映下，呈现出朝气蓬勃的身影。同学们在偌大的草地上奔跑着、跳跃着，在与大自然的亲密接触中，同学们触摸到了大自然光滑的肌肤，吮吸着大自然最深处的气息。

乙：我是来自xxx班的xxx□

甲：现在人的生活状况提高，普遍都进入了小康家庭，于是高富帅，白富美，土豪等等称号慢慢浮现出来，各种炫富，浪费的现在也在社会上出现。

丙：此外，咱们南京人还有“过端午、吃五红”的习俗。所谓的“五红菜”通常指烤鸭、苋菜、红油鸭蛋、龙虾、黄鳝。

在街边到处可见浪费现象，喝了一半的奶茶，吃了一半的食物到处乱扔，很多人经常会买一些不必要的，或者重复的东西，最后发现没什么用，摆在家里只能积灰。有生活的好的，自然也有生活的差的，在农村的孩子们连饭都吃不起，而城

市的我们却因为想和别人攀比和父母吵架，农村的孩子连个像样玩具都没有，而我们的沙发上却摆着一排积灰的玩具。

乙：人们都只想着自己有钱的时候该如何挥霍，却不想在没钱的时候该有多么的窘迫，月光族，当月的钱当月花，月头挥霍，月尾穷的叮当响。虽说不能太节约，但是也要适当的节省一点，适当的理财存钱以备不时之需。今天我们就来说说各种浪费现象吧。

甲：记者近期在多个城市了解到，餐饮业每天“剩宴”惊人。在一些高档酒店的包间，不少菜基本是原样未动。其实原因很简单因为中国人要“面子”的思想一直未杜绝。据统计，中国人每年在餐桌上浪费的粮食价值高达亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。

赫胥黎曾说：“时间最不偏私，给任何人都是二十四小时；时间也最是偏私，给任何人都不是二十四小时。”莎士比亚也曾说：“抛弃时间的人，时间也抛弃他。”所以，就在今天，让我们惜时如金、抓住光阴。让我们用琅琅的书声敲响梦想的音符，用奋笔疾书的身影写意青春的画面，用孜孜不倦的精神诠释青春的内涵，用谦逊优美的品德点亮青春的光彩！

乙：说了这么多，下面就来为大家支支招如何杜绝餐桌上的浪费吧。

第一：别一次性点太多菜，许多人认为点的多诚意也就越高，其实吃饱吃好吃饱才是最好的选择。

第二：几个人吃点几道热菜点热菜的道数，最好根据就餐人数来决定。这样既能吃饱，又不会浪费。如果就餐的男士多，千万别以为一群男士肯定吃得多，其实男士往往专注在喝酒上，推杯换盏间就没空吃菜。女士多一些就多点素菜。

第三：主食尽量提前上桌凉菜一热菜一汤一主食，这样上菜的顺序似乎成了固定模式。不少人直到酒足菜饱时才想起来点主食，这时主食就容易浪费。其实提前吃主食，在胃里垫垫，既能减少油腻食物的摄入量、减轻肠胃负担，还能预防醉酒。

甲：希望大家以后尽量不要再浪费食物了，尽量把自己点的菜全部吃完，如果觉得学校的饭菜不好吃也可以少点一些，带一些自己爱吃的东西。感谢收听新一期的校园广播，我们下期再见。

煮粽子的锅里一定要煮鸡蛋，有条件的还要再煮些鸭蛋、鹅蛋，吃过蘸糖的甜粽之后，要再吃蘸盐的鸡蛋“压顶”。据说吃五月端粽锅里的煮鸡蛋夏天不生疮；把粽子锅里煮的鸭蛋、鹅蛋放在正午时阳光下晒一会再吃，整个夏天不头痛。

乙：我们每个人从稚嫩走向成熟，由父母的牵手过渡到老师的指引，一位又一位的老师，引导我们认识世界，认识人生。在第xx个教师节来临之际，我们代表全体少先队员向老师献上节日的问候。

## 珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇七

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的优良传统，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

## **珍惜粮食勤俭节约的演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师、亲爱的同学们：



大家好!金秋送爽，丹桂飘香。在这收获的黄金季节里，我们迎来了10月16日第35个“世界粮食日”。今天我演讲的题目是：珍惜粮食，从我做起!

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。因此节约粮食值得我们同学们深思。

“一粥一饭当思来之不易”，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，偶尔洒到桌子上一粒米也一定要捡起来放到嘴里。我们应该向周总理学习。同学们，珍惜粮食就是珍惜农民伯伯的劳动果实。节约是美德，节约是品质，节约是责任。让节约光荣，浪费可耻的观念在校园蔚然成风，从现在做起，从我做起，为建设文明和谐校园作出应有贡献。

谢谢!