

2023年节约粮食的演讲稿 节约粮食演讲稿 (大全7篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。优质的演讲稿该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

节约粮食的演讲稿篇一

亲爱的同学们，敬爱的老师们，大家好！我是20xx级3班的何思源，我演讲的题目是节约粮食，人人有责。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”大家一定听过这句诗吧，但又有多少人做到了呢？我们都只是嘴上说说而已，没有任何行动，我最开始也觉得节约粮食并不重要，浪费一点没什么，我也并没有理解这句话想要告诉人们的。

我虽然有些惊讶，对于7亿这个概念我有些不敢想，但心里还是极不情愿的，不服气极了，但在妈妈命令的语气下，我走了过去，弄了很多姜在碗里，借口说有姜然后吐掉，就这样边吃边吐的吃完了。

让我疑惑的是：一向民主的妈妈今天为什么会如此严厉的这样对我说呢？

那一天，我在网络上看到了一个视频，一个叫李子柒的人发布的，视频里记录了一碗饭的历程，最开始只觉得无聊，点开评论区看到各种肯定让我重新认真看起来。一碗饭，从播秧，农民伯伯在田里，弯着腰一干就是一整天，又经过很多天的呵护，可以收割了，穗儿打下来了，再把上面一层硬硬的壳弄掉，晒干，最后才能成为能吃的大米。一碗饭来之不易，我应该好好珍惜，不能浪费。看着看着，我终于明白了

妈妈当时为何如此严厉。

即使在今天，浪费现象还是很常见，学校里，同学们把不爱吃的菜倒掉；在饭店，点一大桌子菜剩很多；在家里，也会有些饭菜被倒掉……这一切多么令人十分痛心呀！同学们，在学校尽量一次少打一点，多添几次，在餐厅吃不完请打包，在家里尽量吃完，不要浪费，让浪费少一点。农民伯伯也很辛苦，我们要珍惜粮食。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这句诗虽短，但很有道理，让我们一起让浪费变少吧！谢谢大家！

节约粮食的演讲稿篇二

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。

同学们，当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起，当我们唱起雄壮的国歌时，我们心中充满了自豪和幸福。但同学们有没有想到，我国是世界上人口最多的国家，这么多人的吃饭问题已成为我国的第一大问题。所以，我们每个同学要拿出实际行动为党为国家分忧，爱惜粮食、节约粮食，从身边做起，从现在做起！

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。
演讲稿

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！

节约粮食的演讲稿篇三

大家好！

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，我国启动的“营养午餐计划”，何为“营养午餐计划”就是由国家按每人每天 x 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 x 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 x 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？

节约粮食的演讲稿篇四

你们好！我今天国旗下讲话的题目是《节约粮食，从我做起》。我想考一考同学们，10月16日是什么节日？是世界粮食日。

为什么要设立这样一个节日呢？很显然，是呼吁我们每一个人都要节约粮食！

我们先来看看在我们学校用餐的同学，我们觉得绝大部分同学就做得非常棒，在我值班的时候，我经常看到一些同学，将所打的饭菜吃得干干净净，我经常表扬他们，对着话筒大声地表扬他们。你们知道徐老师为什么要这样做吗？对了，就是希望每位同学都像他们一样，吃干净盘子里的每一粒米，每一口菜。其实这不仅是一种节约，也是对农民伯伯，食堂工作人员工作的一种尊重！更是一个人文明素养的重要体现！

在节约粮食这件事上，我们不仅仅今天这个世界粮食日要重视，每天每餐饭都要牢记在心！同学们，根据20xx年我国的一项统计显示，就中国大陆民众一年平均倒掉六百亿人民币的剩菜和剩饭。

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。像我们学校的饭菜，都是有菜谱的，就是说，饭菜的选择是经过科学搭配的。大家吃多少盛多少，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！从今天的午餐开始，我们就来看一看，比一比，哪些班级哪些同学在吃饭这件事上做得最好！

现在生活水平提高了，有必要省一粒米吗？有些学生可能会有这样的疑惑。的确，节约一粒米没有实际意义，但却体现了一个人的道德品质。我们浪费了一粒米，但我们仍然扔掉了一个馒头。事实上，我们抛弃了中华民族勤俭节约的传统

美德。

1. 珍惜食物，适量点餐，避免剩菜剩饭，减少浪费。
2. 不要攀比，以节约为荣，以浪费为耻。
3. 吃饭的时候想吃多少就吃多少，不要扔剩菜剩饭。
4. 看到浪费勇敢地停下来，尽力减少浪费。
5. 做一个节约的宣传者，向家人、亲戚、朋友宣传浪费的可怕后果。
6. 吃适量的米饭，想吃多少就吃多少，把碗里的饭吃干净，不要随便留下剩饭剩菜。
7. 不要偏食或挑食。
8. 在餐馆吃饭时，点菜是不会浪费的。如果有剩余，带回家。
9. 积极督促身边的亲朋好友，及时制止浪费食物的现象。

同学们，节约粮食的微妙之处可以在一个人的内心深处看到。古语有云：“不扫一屋，何以扫天下？”一切都一样。食物很难得到。采取行动！珍惜食物，从现在开始，从我做起！以实际行动引领建设“节约型家园”，为建设文明和谐家园作出应有贡献。

节约粮食的演讲稿篇五

我很高兴能站在这里给大家做演讲，我演讲的主题是：《节约粮食，从你我做起》。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”

这首诗句，你们应该都理解吧！唐代诗人李绅，在第一首悯农里呼吁大家节约粮食，从小实行光盘行动，可是每当我们中午吃完饭后，经过餐厅门口，厨余垃圾桶里的这些剩菜剩饭，已经可以养活非洲多少人了啊。我这里有一份可靠的数据：非洲因饥饿死亡的人数在400万以上，约有2亿人营养不良，处于饥饿或半饥饿状态，我们现在不知道珍惜粮食还倒粮食浪费粮食，同学们这是十分可耻的行为。

在我们学校里也有一些类似事情，如学校食堂阿姨们辛辛苦苦给我们煮饭烧菜，使我们营养保持均衡，但我总看见有不少同学因挑食，而浪费粮食，走廊上倒厨余垃圾的餐桶里，总是装得满满的，餐桶内怎么也不少于三分之二，在此“我提畅，光盘行动，从你我做起”。

所以我认为农民伯伯的痛苦，就应该落实到真正的生活中。不是单单在嘴上说说而以，没有任何真正的行动。当我们念着“锄禾日当午”时，可又曾真正领悟“粒粒皆辛苦”的道理。如果有，食堂又从哪来的剩饭剩菜！农民用他的辛劳，科研，用他们的艰苦养活整个中国，这个拥有十四亿人口的泱泱大国！我们需要谨记农民伯伯的痛苦，要常念着他们所想得幸福。

对于普普通通的我们，能做的并不多，也只有坚持光盘动，不浪费粮食……

谢谢大家！

节约粮食的演讲稿篇六

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！

节约粮食的演讲稿篇七

您们好！

有句老话儿说。“半饥半饱日子长。”当然。这话已经有些过时了。我们中的绝大多数早已经幸福的脱离了需要数着粮票。盯着米缸吃饭的时代。随着生活一天天变得富足起来。人们有条件去尝试着“奢侈”一把。中国人讲究饮食烹饪。接风宴。

婚宴。寿宴。各种名目的聚会——饭店已成为富裕起来的许多人宣泄情感的场所。也正因为如此。餐饮业得到飞速的发展。国家统计局的数据显示：今年1月至5月。我国餐饮业累计实现零售额3346.3亿元。同比净增507.2亿元。增长17.9%□20xx年。中国人均餐饮消费576元。上海市人均餐饮消费水平为全国人均水平的3倍。而餐饮市场发达的广州市人均餐饮消费高达4143元。是全国平均水平的7倍以上。而在西部一些贫困地区。一家人一年的收入也未必能达到这个数字。然而。在这巨大的增长背后。也隐藏着巨大的浪费□20xx年。我国餐饮业消费总额超过7000亿元人民币。约占gdp总额的7%，而同期美国餐饮业消费总额3760亿美元。约占gdp总额的3%。这当中有中国作为发展中国家恩格尔系数偏高的因素存在。但浪费的原因也不容忽视。

“锄禾日当午。汗滴禾下土。谁知盘中餐。粒粒皆辛苦”。这曾经是常被用于儿童启蒙的诗句。可是现在。很多富裕起来的人已经忘却了这首从小背熟的诗的精髓。

目前。我国政府提出“要在全社会形成崇尚节俭。合理消费。适度消费的理念”。真正要实现这一点。还需要人们从最基本的“吃”做起。

尽管。对于社会上各种形形色色资源和物品的浪费。早有公论：无谓的浪费是一种不尊重自然和他人劳动果实的可耻行为。然而。各种浪费现象依然比比皆是。包括在“天之骄子”云集的大学校园。某大学一食堂负责人介绍。每日为学生提供数十种菜肴。消耗数百公斤粮食和几百斤蔬菜。但平均每天都能产生近两百斤的泔水。每天有超过五分之一的食物被倒进泔水桶。算下来。一年就是上万公斤粮食蔬菜被浪费掉。这些足够数十人整整吃一年。而这仅仅是一所高校的一个食堂。一位食堂清洁工讲。一日三餐。桌上没有剩饭菜的情况几乎没有。自己是从农村出来。知道粮食是怎么来的。每天看着这些孩子们把整碗米。面吃剩倒掉。看着真让人心疼。

针对[大学生浪费粮食”这一现象。重庆工商大学一副教授说：[当前一些大学生的消费观确实令人担忧。问题的出现在于社会发展与相应教育脱节。物质匮乏的时代这种情况不会出现。但即便在物质较丰富的今天。传统节俭的美德人们也不应丢掉”。

需要补课的不仅是学生。浪费也远非只发生在校园。在高档餐馆常有公款吃喝者。浪费惊人有目共睹。自不待言。即使在那些打着家常菜旗号。提供家庭聚餐的中低档餐馆。大量的粮食浪费现象同样存在。客人用餐离去后剩下的一碗碗基本未动过的白米饭。相信很多人都屡见不鲜。

一位经常出入高档酒楼的国家干部语出惊人：“大吃大喝那不叫浪费。叫刺激消费！”他还告诉记者。“节约光荣。浪费可耻”的口号早就过时了。

确实。这两年这个口号已经少有人提及了。一位学生就很尖锐地提出。除了那句著名的“锄禾日当午。汗滴禾下土”。他没有从家长。学校和别的什么渠道得到过有节约粮食的教育。

那些浪费粮食的同学。也总能列出种种理由。有的说：现在生活水平提高了。倒点儿剩饭剩菜可以理解，有的说：我们这算什么浪费。看电视上报纸上登的那些事儿。比我们浪费得多了去了！言下之意。颇有点儿笑记者少见多怪。

一位姓赵的餐馆服务员。向记者讲述了她从珍惜粮食到对浪费粮食见怪不怪的亲身经历。她和姐妹们都是从贫穷的河南洛宁农村来的。初到餐馆时很看不惯客人的大手大脚。还偷偷吃过客人剩下的饭菜。后来被餐馆老板发现了。受到明令禁止。如今。小赵当服务员已经一年多了。知道了吃别人的剩饭剩菜确实不卫生。但令人痛心的是。她觉得自己变了。变得对浪费现象麻木了。现在她往泔水桶倒那些米呀面呀菜呀什么的。心里都没什么感觉了。

我们国家的粮食已经富裕到了可以不提节约。肆意挥霍的地步吗？稍微关心时政的人都知道。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。在每年为此花费巨额外汇的同时。粮食安全问题也已经成为从中央高层到社会舆论普遍关注的重大问题。在这种背景下。触目惊心的浪费粮食现象。更令人担忧。有识之士指出。在解决我国粮食问题的思路中。粮食节约理应作为重要的一环，只要人人都珍惜我们手边的粮食。消费得更趋合理一些。许多问题都会迎刃而解。

因此。节约用粮。适度消费。应该是你我他每一位公民的共同选择。在现有国情下。“节约粮食”的口号应该重新叫响。

从表面上看。浪费只是个人的消费方式。当从本质上讲。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。毕竟任何资源都是一种劳动的结晶。浪费资源就等于不尊重劳动本身。作为解决温饱的粮食。自然也不例外！

中国人口超过13亿。人均耕地面积不到1.5亩。是世界人均值的1/4，如此宝贵的耕地。每年还以千万亩的速度在消失。我国东部600多个县（区）人均耕地低于联合国粮农组织确定的0.05公顷（0.75亩）的警戒线。而我国由于设备和管理落后。粮食在收获。储存。调运。加工。销售和消费中的总损失高达18.2%。也就是说。我国每年的产后粮食约有850亿公斤被白白浪费掉。资源。可持续发展已经成为世界性的课题。

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。浪费是一种可耻的行为。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。更何况我国还是一个发展中国家。还有那么多人没有解决温饱和贫穷。还有那么多孩子因贫穷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。只要存有节约的意识。其实做起来很简单：吃饭时吃多少盛多少。不剩剩饭菜，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。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。

建设节约型社会。关系到我们每一个人。节约资源。健康生活。让我们从珍惜粮食开始做起吧。