

# 最新爱惜粮食演讲稿精选16篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/152756.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 爱惜粮食演讲稿篇一

。

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是来自\_\_班的\_\_，今天我演讲的题目是《节约粮食从我做起》。

现在在我们学校，浪费粮食的现象比较的严重，中午的时候食堂满满几大桶的剩饭剩菜，都是同学们浪费掉的。虽然这些剩饭剩菜可能会变成饲料去喂养动物，但这只是为了不让这些剩饭剩菜成为垃圾而不得已为之的，所以如果我们能够从根源上杜绝浪费粮食的情况出现的话，就不会再有这样的问题了。

很多的同学都特别的挑食，食堂煮的菜又都是用大锅炒的，可能味道会没有那么的好，所以他们会只吃几口就把饭都倒掉。这样的行为是非常的浪费的，不仅自己没有吃饱会饿肚子，也浪费了很多的粮食。我们从小学就开始学习了《悯农》这首诗，也应该知道粮食的生产是多么的不容易，也知道农民伯伯的辛苦，应该要学会节约粮食。中午没有吃饱的话，下午上课的时候就会没有精力，很可能还会造成低血糖。

就算饭菜不好吃，或者食堂当天做的菜不是自己喜欢吃的菜，多多少少也要吃一点。我看到不少的同学饭菜动都没动过，就倒掉了。自己也没有意识到这样的行为是错误的，可能去买点零食就解决了今天的午饭了。如果不喜欢吃那个菜的话，就可以少打一点，或者打自己喜欢吃的菜。食堂为了减少我们浪费粮食的现象，想了很多的办法，现在的食堂不像以前那样，每天只有几个菜，现在的选择多了很多，每天有十几个菜，不止有饭，也有面、粉这些。所以同学们可以选择自己喜欢吃的，打的量也要适合自己的胃口。不要想着自己花了钱的能多打一点就多打一点，或者想着反正浪费的也不是自己家的，所以就随意浪费。

现在国家执行的是光盘行动，能吃完的就要吃完，我们现在是长身体的时候，不要想着减肥什么的。现在世界上还有很多地区的人都没有饭吃，我们有却不珍惜。我曾看到过一个新闻，一个地方的人因为没有钱吃饭，从小孩到老人，都是吃泥巴饱腹。我们有很好的条件，却不珍惜。所以我觉得我们应该要改掉自己浪费粮食、挑三拣四的坏毛病，践行光盘行动。不仅在学校的时候要光盘行动，在家里、在外面吃饭的时候，也要做到光盘行动，还要让家人都参与进来，节约粮食。所以我们应该要自己做到节约粮食，家人看到之后，才会受到我们的影响，也开始节约粮食。

同学们，从现在开始，从今天开始，行动起来吧!节约粮食，从我做起!

谢谢大家!

## 爱惜粮食演讲稿篇二

各位老师、同学们：

大家上午好！我是初二（9）班的，演讲的题目是：《珍惜粮食拒绝浪费》。

还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这句诗吗？人们总是觉得自己的生活水平提高了，节约粮食这种观念是早该丢弃的陈词滥调。如果留心一下四周就会发现——生活中粮食浪费几乎无处不在。

我们浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上丢弃的是劳动人民的一片真挚情感，丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德，也丢弃了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。

我所说的话不知道对大家有没有所帮助，但是我希望想减肥不要怕多吃些饭，贪玩的不要拿饭菜出气，这是鄙视农民伯伯的劳动，把嘴收的和瓶口一样小的同学多吃几口饭，这样利于成长。同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，我们应该继承和发扬。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。

## 爱惜粮食演讲稿篇三

。

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是“珍惜粮食，筑牢生命之基”。

粮食是立命之需，是生存之源。我们从小就诵读着的“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”就告诉了我们，粮食来之不易，应该珍惜。而民以食为天，更是表明了粮食的重要性与不可或缺的。

然而，在物质需求丰盈的今天，我们之间有了一些不同的声音。比如“食物丰富粮食富裕，我们并不需要去担心匮乏”“节约让人觉得小气”等等，这一类的想法开始萌发，以至于助长了浪费粮食的不良风气。但是在物质充裕的今天，并不意味着我们可以随意地浪费粮食。在疫情大背景

之下，粮食所处重要的地位便能够体现出来了。国家储备粮食量的多少，关乎着国内千万百姓的基本生存需要。同学们，请试想一下，当每一个家庭都从餐桌上倒掉一道菜，国家的粮食安全线也就跟着下落了一份。所以，珍惜粮食，重视粮食的基地地位，这正是你我，大家共同应当做到的，更是不容忽视的一个小事。

珍惜粮食，是中华民族的优秀传统，一粥一饭，当思来之不易，古人尚且如此，更何况是身处新时代的我们呢？勤俭节约，正是我们中华民族的宝贵财富，无论是身处何时何处何地，都应该保持这么一个优良的传统。对于有些同学们对于节约的另类解读为小气，我想说的是，节约并非是减衣缩食，而是让用度恰如其分，并不是小气吝啬；而好客也并不等同于铺张浪费，而应当是热情好客与和谐的气氛为主，珍惜粮食的美德传承至今，这一定是在其中是有永恒的价值所存在的。

珍惜粮食，你我共筑生命的安全堡垒。世间万物，唯有爱与美食不可辜负。这不仅仅体现的是人们对于食物的喜爱，而人们更看重的更是美食当中包含着人们事物，情感与精神的寄托。粮食不仅仅是我们对于物质上的需求，更是人们在悲苦喜乐之中的见证者与调节剂。它不仅仅可以满足于每天的饱腹的需求，也可以带给我们每一个生命个体增添更多的斑斓色彩。就如同东坡先生，他在困顿的时候所创作的东坡饼一般，之所以能够流传至今，它其中所蕴含的精神财富早就已经远远的大过当今时代的实际需求了。若要今天的生活更加美好，我们更应当节约粮食。

节约粮食不仅仅是中华美德的发扬，更是一种忧患意识的体现，我们着眼于远处，珍惜食物，行动于眼前，从小事做起。每一次点餐都适度，积极响应光盘行动。在外聚会，提醒父母不要铺张浪费等等，这都是我们每一个人力所能及的事情。

珍惜粮食，是我们的共同责任，同学们，从不浪费自己手中的每一粒粮食做起，让你我都从物质的需要与精神的保障筑牢基底。爱惜粮食，从你我做起！

我的讲话完毕，谢谢大家！

#### 爱惜粮食演讲稿篇四

。

尊敬的各位老师，各位同学：

早上好！

今天，我国旗下讲话的题目是《珍惜粮食，从我做起》。10月16日是“世界粮食日”，是呼吁我们每一个人都要节约粮食！

吃饭的时候，有些同学将所打的饭菜吃得干干净净，今天在这里，我们大声地表扬他们。可是，也有同学们有浪费粮食的现象，看见白白的米饭和剩菜被倒掉，真是让人心疼！“一粥一饭当思来之不易”，同学们，你们知道吗，我们中国还有很多人吃不饱饭，还有很多孩子读不起书，也还有很多孩子因家庭贫困而辍学，早早地担负起家庭的重担，外出打工。当你浪费一口粮食时，也许在他们的眼里浪费的就是一顿丰富的大餐。我看到有的同学很是挑食，说这饭菜是自己不喜欢吃的，吃了几口饭就倒掉了！我看到有的同学盛饭和汤的时候，走路慌张把饭汤洒在地上！我看到有的同学一边吃一边打闹，这些都是在浪费粮食！我们要坚决抵制这些陋习。如果你浪费这

一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的损失了！因此珍惜粮食值得我们深思。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，是我们人类的宝贵的生命。

同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，现在全国都在提倡“光盘行动”，同学们，你想做个文明的学生吗？那就从文明就餐、珍惜粮食开始吧！其实节约粮食，做起来很简单：吃饭时，吃多少盛多少，不要剩饭菜；不挑食、不在吃饭的时候嬉戏打闹！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，珍惜每一粒粮食，珍惜农民的血汗，珍惜人类的生命。

谢谢大家！

### 爱惜粮食演讲稿篇五

- 1、节约粮食，从我做起。节约粮食，现在做起！
- 2、一粒米虽小你别扔，勤俭节约留美名！
- 3、倒下的是剩饭，流走的是血汗！
- 4、节约光荣，人见人赞；浪费可耻，谁闻谁恶！
- 5、《锄禾》不止是诗，知辛苦，更需要行动！
- 6、古诗《锄禾》你我读，盘中餐苦当记住！
- 7、一米一粟当思来之不易，爱粮节粮须知人人有责！
- 8、节约用水一点一滴，珍惜粮食一颗一粒！
- 9、节约，来自点点滴滴！
- 10、一粒米，千滴汗，粒粒粮食汗珠换！

### 爱惜粮食演讲稿篇六

。

亲爱的老师和同学们：

大家好！

今天我所讲的主题是：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勤劳动呢？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。

我们要养成讲卫生、爱清洁、不随地扔垃圾的良好卫生习惯，餐桌旁应该是最好的课堂。倘若每个同学吃完饭还能保持自己脸上、手上、身上，桌面、地面的干净，那就足以证明他是一个有良好卫生习惯的孩子。所以就餐时要做到三净：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净；把吃下的骨、壳之类的剩物，装入盘内，保持桌面干净；不洒落饭粒、菜汤，保持餐厅地面干净。吃完饭将餐巾纸带出餐厅。”。

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。

## 爱惜粮食演讲稿篇七

大家好！

想必大家都听过这样的一句话“人是铁饭是钢”，没错，食物是我们生存下去的基础保障，如今我们随处可见的标语“珍惜粮食，人人有责”，但是我们不如问问自己，我们在日常的生活是否做到了呢？所以这便是我今天的演讲题目《珍惜粮食，从你我做起》。

我们都知道的那句古诗“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，大家可知道我们所吃的米面瓜果蔬菜都是农民伯伯们辛苦劳作的成果，为了种植出这些粮食，他们大多时候都是“日出而作，日落而息”，正是因为他们我们才能够见到如此丰富食物。我们从小就学习，要爱惜别人的劳动成果，那么如今我们最需要做的就是珍惜每一份粮食，不让农民伯伯们寒心。

粮食是我们赖以生存的条件，珍惜粮食业是我们应尽的职责，在我们享受温饱的同时，也不要忘记在如今的生活中也仍然会有人面临吃不饱饭的问题，我们所浪费的，或许都是他们触之不及的。所以我们一定要培养自己珍惜粮食的意识，作为拥有现如今幸福生活的我们，更应该具有良好的品质，设身处地的为他人着想，或许我们一个人的力量是微不足道的，但是如果我们都能够团结起来，那这份力量就是无穷大的，所以对于珍惜粮食，我做出以下几点提议：

- 2、在食堂吃饭时，吃多少打多少。
- 3、如果不确定是否爱吃，可以先买小份的。
- 4、在看到浪费食物的行为时，进行善意的提醒。

同学们我们能够过着衣食无忧的生活，但是万万不能忘记背后的人们，我们在向着更加美好的明天发展，我们也在不断的健全自己的人格，而这每一件小事，都在无形之中影响着我们，所以我们一定不能不在意，当我们将美德变成一种习惯，这就是一件了不起的事情。

我们总说自己的行为造成不了什么影响，但是我更希望大家能够从全局的角度出发，我们共同生存于此，那么我们每一个人都应该对自己的行为负责，所以就让我们行动起来吧，节约粮食，从你我做起！谢谢大家！

## 爱惜粮食演讲稿篇八

。

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

我是来自\_\_班的\_\_同学。今天我在下讲话的题目是“珍惜粮食，杜绝浪费”。

第20届联合国粮农组织大会决议确定，每年的10月16日为“世界粮食日”，其宗旨是在于唤起全世界对发展粮食生产和珍惜粮食的高度重视。世界粮食日所在的那一周则定为节粮周，在节粮周里我们作为中学生要积极响应号召。

说到珍惜粮食，我想起我们耳熟能详的《悯农》，能和我一起背一下吗？“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，想必这首诗大家都很熟悉，它表现了农民种田很辛苦，每一粒粮食都来之不易。教育我们大家都要珍惜粮食，可是我们真的做到珍惜粮食了吗？其实同学们有所不知，从地里的禾苗到我们每天碗里香喷喷的米饭，远远不仅是农民伯伯们在田地里头顶烈日，抛洒汗水的劳作呀！粮食从播种，收割到加工成成品粮，这其中至少要经过20道工序，这得需要有多少农民和工人为此付出心血呀，所以每一粒粮食我们都必须要珍惜。

当我们肆意将盘中餐变成残渣时，有谁还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的古训呢？当我们将吃不下的食物当作垃圾投进垃圾桶时，有谁想到“四海无闲田，农夫忧饿死”的事实呢？我们浪费的同时，世界上还有10多亿人们处于极度贫困的状态，其中8亿人处于饥饿状态。许多和我们一样的同龄人，他们不敢奢望学\_\_，温饱对于他们而言就是最大的渴望啊！

同学们，我们一起高举珍惜粮食，不多盛，不乱倒的旗帜，高举杜绝浪费，不乱丢，不乱弃的旗帜。争取做一位优秀的旗手吧。

亲爱的同学们，让我们一起共同努力，在这个美丽的金秋十月，在这个收获的季节，让我们一起打造节约的良好风尚，一起打造文明和谐的美丽城市，一起迎接美好的明天吧！

谢谢大家！

## 爱惜粮食演讲稿篇九

亲爱的同学们：

大家好!我今天演讲的题目是《爱惜粮食，从我做起》。

一粥一饭，当思来处不易。当今我们的国家已经摆脱了粮食贫困的危机，保证了中国国人均能吃到饭，吃饱饭，吃好饭。然而这一切是许许多多农业劳动者“足蒸熟土气，背灼炎天光”辛勤地

在田间工作换来的，是一代代农业科学家忘我投入农业技术研究换来的。粮食来之不易，而我们作为学生，虽然不能够去下地亲身耕种，但是爱惜粮食却是我们每一个同学能够做到并且应该每一个同学都要做到的。

餐饮浪费现象触目惊心，更令人痛心。当下，随着人们生活水平不断的提高，事非经过不知难。于是，当越来越多的人安然的吃饱饭之后，爱惜粮食的意识却在随之不断的下降，这就导致了厨余垃圾成为人民日常生活垃圾的一大部分。因此，我们可见爱惜粮食，迫在眉睫。习近平主席发表节约用粮的重要指令之后，爱惜粮食的意识逐渐开始在广大人们群众之中流行起来，我们作为青少年，也应该跟着指示走，节约爱粮，取粮有道。

此外，爱惜粮食已经是中华民族传承已久的优秀传统习俗，新时代的我们虽然不曾体验过下地种田的滋味，可是我们的父辈们脚底下的泥土才刚刚洗刷干净，他们身上还留存着稻谷夹杂着肥料的味道，他们深深地了解粮食的来处，对粮食保有崇高的敬意。因此，我们常常听见他们“孩子们一定要节约粮食”的唠叨。有言道节俭，所以彰其美也。节俭，是一辈辈流传下来的传统美德，当历史的交替棒传到你我的手中，我们更加应该不忘先辈的警戒，爱惜粮食，传承传统，让中华民族的文化源远流长，川流不息。

可是在我们身边却出现了不少浪费粮食的现象。有人说，点餐点多了，吃不完很正常，可是即使餐饮的消费是不可控的，节约粮食却是主动的，可控的。按照自己的需求去点餐，剩下的餐饮打包不是一个很好的解决方案吗？有人又反驳道，食物的钱已经付过了，没吃完也没有关系。诚然，处理食物的主动权已经归属于你的手上，可是资源却是大家共享的。浪费粮食，也是在消耗我们每一个人赖以生存的必须资源。还有人说，中国人热情好客，聚会当然以应该多点一食物来显示自己的豪气。可是热情好客从来不是意味着要铺张浪费，何况这是在倡导取之有道，绿色消费的当下社会，豪气阔气也已经不再是社会的潮流，取而代之的将会是爱惜粮食，勤俭节约的新风尚。

同学们，我们身处的是麦田中学，学校创办者取麦田为名，就是要让我们每一个麦田学子要牢记粮食的来源出处，对待粮食充满着敬畏之心，对生命充满着敬意之心。爱惜粮食，从你我做起，吃完餐盘的一饭一菜，不浪费一米一粮。同时我们不应该忘记呼吁身边的父亲母亲、亲朋好友一起来加入到爱惜粮食的大部队。相信在未来的不久之后，爱惜粮食就将会成为社会上每一个人的共识，全民节约粮食将成为社会新风尚，而我们的社会也将变得更加的繁荣。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## 爱惜粮食演讲稿篇十

亲爱的同学们：

我们国家有13亿人口，占世界总人口的1/5还要多；而我们的人均耕地面积只有世界人均值的1/4。但是，我们用这么少的耕地面积养活世界1/5的人口，这不得不说是个伟大的成就。许多外国的专家学者都觉得这是一个奇迹！我为我们国家的壮举深感自豪，为我们勤劳智慧的人民感到无比骄傲！

诚然，我们取得了举世瞩目的成就。但是，我们要清醒地看到世界上还有很多国家的人民正处于饥饿之中，同样也包括我们国家一些贫穷落后地方的人们。事实上，我国的粮食生产与消耗一直处于紧张的平衡状态，粮食生产增速压力非常大。很多人都沉浸在改革开放所取得的巨大经济成

就之中，走出了以前那种有上顿没下顿的苦日子，一种铺张浪费的风气悄然升起。食堂里，餐馆里，厨房里到处都是剩饭剩菜，到处都随手扔掉的馒头面包……面对这样的场景，我们怎能不扼腕痛惜。这不仅造成了极大的浪费，而且形成了一股不正之风，严重影响了经济的发展和社会的进步。是不是因为生活水平提高了，生活条件好了，我们就养成了这种不节约粮食，浪费粮食的坏习惯呢？我们应该深刻的反思自己。

节约是美德，节约是责任。从现在开始，从我们身边开始节约粮食吧，珍惜粮食就是在拯救你自己的灵魂。日省一把米，月节一斤粮。凡事贵在坚持，节约从点做起，尽自己的一份绵薄之力，养成节约的好习惯，树立节约的好风尚！让我们共同努力，让节约粮食成为一种新时尚，新潮流！如此，我们的生活才会更加的富有，我们精神也会更加的富足！

### 爱惜粮食演讲稿篇十一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

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！

### 爱惜粮食演讲稿篇十二

亲爱的各位同学：

大家好！

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。我们不能忘记勤俭节约的传统美德，更不能忘记全国仍有1亿多贫困人口。同学们，一粥一饭当思来之不易。勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。从今天开始，让我们一起：不剩饭，不浪费，吃多少，要多少，加入光盘族，一起对“浪费”说“不！”

我们刚刚跨过温饱线，步入幸福生活的边缘。在餐桌上讲排场，恣意挥霍的行为比比皆是。然而有关数据显示，饥饿是人类的头号杀手，每6秒就有1名儿童因饥饿死亡，平均每年夺去1000万人的生命；我国仍有1亿多贫困人口。与此形成鲜明对比的是另一组数据：中国社科院统计，我国每年浪费食物总量折合粮食约500亿公斤，接近全国粮食总产量的十分之一。即使按最保守推算，每年最少倒掉约2亿人一年的食物或口粮。如果每天浪费的粮食回收5%，就可以多救活四百万饥民。

如果说“舌尖上的中国”展现了中华饮食博大精深，那么“舌尖上的浪费”，则呈现了另一种景象。人民日报曾谈到这样一个细节，一行国人在德国一家餐厅用餐后，由于桌上剩了1/3的饭菜被罚款50马克。餐厅工作人员解释道，虽然吃饭花的钱是你们自己的，但资源是社会的，谁都没有理由浪费。浪费食物绝不是小事，也不是个人私事。常听到有人振振有词，“我花我自己的钱，我浪费关你什么事？”这种观点经不起推敲，你虽然花的是自己的钱，但浪费的是社会资源。社论指出，对这种浪费食物现象，不能止于道德批评，还应引入惩罚机制。几年前，芬兰央行行长在一次公务接待中，仅仅因点了一盘20欧元的鹅肝而被迫辞职。近日国家粮食局局长接受记者采访时就表示，针对浪费现象，现在正在探索将“节约粮食、反对浪费”的条款写入《粮食法》，以后将用法律手段约束整治浪费粮食的行为。

物力维艰”？谁不知道“浪费用水可耻，节约用水光荣”？谁不知道“节约用电，随手关灯”？但当我们看到泔水桶里那只咬了一口的馒头，当我们看到那哗哗直流的龙头，当我们看到空无一人的教室里那寂寞长明的日光灯，我想，我们做的和说的真的不一样。目前，祖国的南海主权不断遭到他国的挑衅，与其夸夸其谈，不如让我们积极行动起来，从生活习惯开始，从细微处做起，从节约粮食做起，让我们节约的每一粒米，每一滴水，每一度电都化为点点滴滴保卫祖国母亲的力量！

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约是我们的行动，也是我们的习惯！

同学们，一粥一饭当思来之不易。勤俭不是吃苦，而是对有限资源的珍视。从今天开始，让我们一起：不剩饭，不浪费，吃多少，要多少！加入光盘族，一起对浪费说不！我相信我们都有一颗爱国的心，只是不知道该为祖国做些什么，那现在我告诉你，其实很简单，每个人都能做到，吃光自己盘子里的饭，就是热爱祖国、就是孝敬父母，就是关爱他人！

今天我想让每个同学发自内心，真心加入到光盘行动中。首先要求我们的老师一定要率先做到，另外团委号召，全校团员要以身作则，我们这部分人先行动起来，用自己的实际行动来感染身边的人，我们争取一两个星期，让学校食堂的垃圾筒里的剩菜剩饭越来越少，争取一个月后，全校所有人都成为光盘达人！

我更希望我们能把光盘行动由校内辐射到校外去，由校园带到每个家庭，带到社会，让越来越多的人主动积极加入行动中来。我们一起争做节约粮食的传播者、实践者和示范者，用实际行动参与到节约粮食的行动中来，让节约引领风尚，让我们的校园成为再无浪费的校园，共同为建设文明、和谐、环保的社会环境作出应有的贡献！

### 爱惜粮食演讲稿篇十三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

你们知道吗？你们平日吃的每一碗粥，都来之不易，是农民伯伯用汗水换来的。

一入秋，农民就将土地深耕，整平，耙细，并施足底肥，做好播种前的准备。

然后从仓库储存的众多麦粒儿姐妹中选出颗粒饱满、抗病力强、产量高的优良种子，均匀地拌上农药，等到“秋分”前后再精心地播种到地里。不久，田里长出了一棵棵绿油油的麦苗姐妹们。农民伯伯看着满地的绿色，脸上的皱纹舒张开了。我们也高兴地使劲往上伸展着自己的身子。

入冬前后，农民伯伯怕我们挨冻，给我们浇一次水，以便保持地温、杀死害虫，使我们顺利过冬。

春天来了，天气转暖，我们伸展开自己的身子，争先恐后的想要长高自己的个子。农民伯伯急我们所急，及时为我们松土、追肥、浇水，使我们迅速返青、生长。看到农民伯伯这样精心照料我们，我们心存感激，努力配合他们，每个人都起身、返青、拔节、孕穗、抽穗、开花并灌了满满的浆。

夏天来了，姐妹们个个颗粒逐渐饱满、成熟，由绿色变成了金黄色，田野里像铺上了一床床金色的地毯。农民伯伯们咧着嘴，顶着烈日，开始了紧张的收割、脱粒工作。这时天气善变多雨，所以农民伯伯就得争分夺秒地“抢收”我们。他们不分昼夜的将麦粒晒干，除去杂质后储存进粮仓。脸上露出了满意的笑容，心里甜甜的想着饭桌上那白白的大馒头。

同学们，别看我是一粒小小的麦子，可是却包含着多少人辛勤的汗水啊！所以说，爱惜粮食就是珍惜资源。从现在做起，从自我做起，希望每一个同学都珍惜我们吧，也是珍惜农民伯伯的劳动成果啊！

#### 爱惜粮食演讲稿篇十四

- 1、放开粮食市场，加强监督管理。
- 2、生命诚可贵，粮食价更高！
- 3、一斤粮，千粒汗，省吃俭用细盘算！
- 4、节约粮食给未来生活多一点机会！
- 6、盘中粒粒皆辛苦！
- 7、一米一粟当思来之不易，爱粮节粮须知人人有责。
- 8、一粥一饭当思来之不易，一丝一缕恒念物力维艰。
- 9、桌上一粒饭，农民一滴汗。
- 10、粮收万石，也要粗茶淡饭。
- 11、一粒米，千滴汗，粒粒粮食汗珠换。

- 12、三年烂饭砌高楼，三年稀粥买条牛。
- 13、饮水要思源，吃饭当节俭。粒粒盘中餐，皆是辛苦换。
- 14、节约需从点滴起。
- 15、一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。
- 16、爱惜粮食就是爱惜生命！
- 17、民以食为天，粮以俭为先。
- 18、请记住：粮食来得不容易！
- 19、省下一颗粮食，已许可以救活一个人的生命！
- 20、爱惜粮食，从我做起！
- 21、大吃大喝顾眼前，省吃俭用度灾荒。
- 22、盘内一分钟，厨内更多功。
- 23、世界是我们的，粮食是世界的！
- 24、若要生活好，勤劳，节俭，储蓄三件宝！
- 25、爱惜粮食，人人有责！
- 26、一饱之需，何必八珍九鼎？七尺之躯，安用千门万户？
- 27、节约粮食，人人有责。节约粮食，人人有利。
- 28、爱惜粮食就是热爱生命。
- 29、耗子还存三分粮。粮头不俭，粮尾喊饭。
- 30、粒米虽小犹不易，莫把辛苦当儿戏。
- 31、世界是我们的，粮食是世界的！
- 32、节约资源，健康生活，让我们从珍惜粮食开始。
- 33、粮收万石，也要粗茶淡饭。
- 34、一粒米，一滴汗，粒粒粮食汗珠换！

- 35、生命诚可贵，粮食价更高！
- 36、一斤粮，千粒汗，省吃俭用细盘算！
- 37、世界是我们的，粮食是世界的！
- 39、人人节约一粒米，拯救世间千万人。
- 40、谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。
- 41、倒下的是剩饭，流走的是血汗。
- 42、爱惜粮食就是热爱生命。
- 43、饱时不忘饿时饥！
- 44、米饭粒粒念汗水，不惜粮食当自悔。
- 45、节约粮食光荣，浪费粮食可耻。
- 46、浪费粮食是最大的犯罪！
- 47、《锄禾》不止是诗，知辛苦，更需要行动。
- 48、浪费粮食是可耻的。
- 49、节约光荣，人见人赞；浪费可耻，谁闻谁恶。
- 50、粗茶淡饭，吃得到老；粗布棉衣，穿得到老。

### 爱惜粮食演讲稿篇十五

各位在座的老师、同学们：

大家好！

同学们，你们知道你们每天的“盘中餐”是哪来的吗？米饭是由大米制成的，而大米则来源于水稻。而水稻的种植、生长、加工过程极为复杂而艰辛的，让我们一起来了解一下整个过程吧！

播种。农民伯伯要在稻田（泡在水的土地）里撒下种子，播种时要提防水中的生物误伤（如蛇、水蛭等），并要每天关注育苗田里的水温、水质，确保秧苗的茁壮成长。

分苗。当秧苗长出有十余厘米时，需把它拔出、分散重新栽种到更大面积的秧田中，并讲究行距间隔的分开，使其有充足的生长空间，不能太窄，也不能太宽。不能使用农业机械化的稻田，需要人工弯着腰，用手一根接一根的把秧苗插到稻田里，这种劳作方式延续了千百年，就是常见的插秧场景。

锄草。秧苗长到一定的高度，需要把其他杂草拔除。在烈日的照晒，秧田好似一个大蒸笼，农民伯伯弯着腰，一根一根的把杂草拔除，汗水顺着胳膊、脸颊一滴一滴的滴入田中，正是“汗滴禾下土”，每一颗稻穗都是一滴一滴汗水培育出来的。

收割。收割是最农忙的时节，要赶在好天气，及时的把成熟的麦穗收割起来，收割时还要小心稻谷麦芒割伤，收割下的谷子还要打谷、碾壳把米粒和谷壳分开，才是能食用的米粒。

同学们，以上就是我们天天餐桌上最普通米饭的原材料——米粒的整个生产过程，中间农民伯伯要撒下多少辛勤的汗水。可是另一方面，据统计，全球每年在粮食的浪费上面就价值2亿多美元，是个多么庞大的数量呀，中国的耕地只占全球的7%，却有23%的人口需要养活，农民伯伯一年的收获，难道我们就忍心这样把它倒进垃圾桶？中华文化历来就有勤为俭的传统美德，就是指不要铺张浪费，如果你体验了这种粮食种植的艰辛过程，更要从每天的餐桌做起，珍惜每一粒来之不易的粮食。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，让我们一起从自己做起，勤俭节约，爱惜粮食，尊重别人的劳动就是尊重自己，传承中华勤俭好美德，做中华好市民，谢谢！

## 爱惜粮食演讲稿篇十六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

粮食，像一把大伞，支撑着我们的生命，但我们却不懂得怎样去珍惜它。

做为地球的公民，我们有权利节约粮食，也有责任节约粮食。没了粮食，我们将无法生存，动植物也会随之灭绝，大气层会消失，地球也将会和其他星球一样成为一个枯竭的星球。就在上一周，我们机构就浪费了一桶白米饭，那些食物可让两个人吃上一个礼拜，真是太可惜了！

我记得曾经有人打过这样一个比方，说全中国13亿人口的嘴加在一起，比世界上最大的广场——天安门广场还要大。这真是一张大嘴！光是每年新增加的一千五百万人就要吃50亿公斤的粮食！所以，节约粮食，对我们的国家来说有特别重大的意义。

浪费粮食是可耻的，从某种意义上说简直是“犯罪”。凡事贵在坚持，爱惜粮食要从点滴做起，尤其需要坚持。一天、两天可以，一年、两年呢？更长的时间呢？那么要让节约粮食化为自觉，成为习惯，我们就要从小做起，从现在做起。

你还愣着干什么，快快行动呀，别让我们的粮食“弟弟”从我们身边溜走了。

更多 范文大全 请访问 <https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发