

节约粮食国旗下讲话(汇总18篇)

节约粮食国旗下讲话篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我国旗下的讲话题目是《珍惜粮食，从我做起》。

我们学过一首古诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。如今，人们的生活开始富裕了起来，餐桌上的菜多了起来，人人过起了衣食无忧的生活，但却容易忘记了农民的辛苦，在餐桌上总会剩下很多的饭菜。渐渐地就养成了铺张浪费的不良习惯。

要知道，中国的粮食现状是不容乐观的。虽然我国粮食的总产量占世界第一位，可是按人口平均，人均粮食仅有几百公斤，比世界平均水平还低，甚至低于一些发展中国家。我国人口有十三亿多，这么多人的吃饭问题是我国的第一大问题。就世界而言，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。在现代，世界上仍有很多人在忍受着饥饿与寒冷，我们比起他们来说是幸福的。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。我国是世界第一人口大国，也是粮食的最大消费国。民以食为天，“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。如果有哪一顿让我们吃不上饭，就不能正常学习和工作了。

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，时常能看到有些同学将馒头咬了一口就随手扔掉，水槽中经常会出现一堆堆白花花的米饭……在他们看来，倒掉一些剩饭剩

菜没有什么值得大惊小怪的，一点剩下的饭菜也值不了几个钱。同学们，你可知道，这些倒掉的粮食，粒粒都是我们农民们用汗水换来的！看着这些倒掉的饭菜，真让人心疼，我们要知道，浪费粮食应该是可耻的行为之一。

每年的10月16日是世界粮食日，他的宗旨在于唤起全世界对发展粮食和农业生产的高度重视。今年是第39个世界粮食日，作为青少年，我们应该成为节约粮食的表率。节约每一粒粮食，是我们每个公民应尽的义务，我们作为学生更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。

老师、同学们，珍惜粮食，从我做起，从现在做起！

节约粮食国旗下讲话篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

10月16日是“世界粮食日”，今天我国旗下演讲的题目是《节约从粮食开始》。

随着时代的发展，没饭吃、吃不饱饭的事已成了遥远的故事，那是爷爷和父亲的故事了。对我们而言，吃饭早已不再是一个问题。然而我们的生活水平是提高了，但生活中的浪费现象却也增加了。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。让饭桌上、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“浪费”压住你们稚嫩的羽翼，不能让“奢侈”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。

节约粮食国旗下讲话篇三

老师们，同学们：

大家早上好！10月16日是“世界粮食日”，今天我国旗下演讲的题目是《节约从粮食开始》。

随着时代的发展，没饭吃、吃不饱饭的事已成了遥远的故事，那是爷爷和父亲的故事了。对我们而言，吃饭早已不再是一个问题。然而我们的生活水平是提高了，但生活中的浪费现象却也增加了。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。让饭桌上、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“浪费”压住你们稚嫩的羽翼，不能让“奢侈”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。

节约粮食国旗下讲话篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好！

粮食是我们补充体能的主要物质之一，可是浪费粮食的现象我们却随处可见。

此刻我们的生活富裕了，浪费也随着生活的提高而增多了，吃了一半的面包，吃了一口的馒头，吃剩下的白米饭，喝剩下的汤，这些困难时期想吃都吃不到的食物却都被扔进了垃圾桶。

也许会有人说，浪费这么一点东西无所谓呀！可是你有没有想过，如果每个人都扔掉那么一点，那么世界将会浪费多少粮食啊？诸葛亮经常告诫他的儿子：“君子之行，静以修身，俭以养德。”这句话告诉我们，生活简朴，能够培养一个人的美德，浪费是一种可耻的行为，仅有勤俭节约才能够受到别人的尊重。

我们从幼儿园就学过：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”因为我从农村里长大，最能体会这句诗的含义了。在农村，夏天能够随处可见村民们顶着炎炎夏日还在地里除草干活，这是一种多么伟大的精神啊，还有的`弓着腰站在滚烫的水中插着

秧苗，这是多么辛苦的事啊。当我亲眼看到的时候我完全被惊住了，才懂得一滴汗一滴血这句话的含义。虽然我从小在农村长大，可是家人却很少让我上地里干活，所以我不知这么累。所有这一些，是我懂事时，我的妈妈带着我去赶集回来的时候发现的、明白的。

所以说，让我们爱惜粮食，节约粮食！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《勤俭节约，光盘行动，从我做起》。

成于勤俭，败于奢侈，这是我们的古贤很早就提出来的醒世箴言。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，节约是一种美德，节约是一种智慧，节约是我的行动，也是我的习惯！

随着社会各界对“舌尖上的浪费”大加挞伐，一项倡导将盘中餐吃光、喝净、带走的“光盘行动”正在全国兴起，并得到许多民众、餐饮业经营者、公益组织的热烈响应。为此，今天，我们号召全体同学积极加入到“光盘行动”中来。“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。

我们倡议，树立节约光荣、浪费可耻的思想观念，厉行节约，反对浪费。

我们倡议，家庭餐桌上，倡议根据营养学合理搭配荤素菜比

例，按需买菜、

煮菜，以每顿饭家庭成员刚好吃完、吃饱为准。吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。吃光碗里的最后一粒米、盘中的最后一棵菜。

我们倡议，以“光盘”为荣，“剩宴”为耻。就餐点菜时，适度适量，

吃饱为好。实在吃不了，剩菜剩饭要打包，减少奢侈浪费，不攀比，以节约为荣，浪费为耻。

我们倡议，同学们既要当“光盘行动”的实践者，也要当“光盘行动”的推动者。让更多的人了解“光盘行动”，参与“光盘行动”，用省下来的钱多做好事，多做公益。提醒身边的人，积极制止浪费粮食的现象。做节约宣传员，向家人、亲戚、朋友宣传节约粮食。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。“光盘行动”体现的是新时代青少年的品质和责任。我们都是社会的主人，每个人都要从现在做起，从生活习惯开始，从细微处做起，从节约粮食做起；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，共同为建设文明、和谐、环保的社会环境做出应有的贡献！

谢谢大家！

节约粮食国旗下讲话篇五

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

粮食简简单单的两个字，却是延续我们生命最重要的资源。在我们的成长中，我们能够看到粮食逐渐的在发生变化，以

前的日子里，人们总是吃不饱穿不暖，到现在，各种小吃美食都出现在了我们的生活中，我们对吃东西的品味也大大提升了。但是有一些浪费的现象也出现的越来越多了，比如说家庭聚会为了扩大场面点了很多的菜，但是最后却吃不完，导致浪费。还有在家里的时候，想必大家也一定浪费过米饭吧，没有根据自己当时的食量去盛饭，吃不完了就倒掉。这样都是非常浪费的行为，也是我们小学生不应该去做的事情。

时代发展至今，我们成为了这个时代的新一批主人，我们的思想高度也决定了今后社会的发展。首先在节约粮食方面，我们必须为自己制定一个更好的标准。不管我们是在家里吃饭还是在外边吃饭，能吃多少盛多少饭，不要为了什么所谓的面子而去浪费，节约粮食，必须从我们自己、从我们身边开始做起，刻不容缓！希望大家可以呼吁更多的人一起去做到节约，一起去遵循我们的这一项美德。

还记得以前的时候，我家里条件不是很好，每次去赶集的时候，爷爷总会给我带回来一个包子，那时候吃包子是一件很开心的事情。有时候还会买一些水果回来，那是我最开心的时候了，每次吃东西我都会吃的干干净净，家里人也是这么教育我的。现在我家的条件变好了，想吃什么就可以买什么，但是我发现自己在食物方面却不那么看重了，或许我们大家都是一样的，东西多了时，我们就不会觉得珍贵，但是再回头一想，便会发现这些东西依旧是珍贵的，只是我们没有去重视罢了。

粮食是一颗颗拼凑起来的，那些劳作者们付出了自己的汗水和精力。我们虽然是花钱买的，但是我们也应该去尊重每一个人的劳动，就像我们搞卫生一样，每天有不同的同学值日，这是分内之事，但是我们其他的同学是不是应该也去尊重一下他人的劳动成果呢？其实这些都是互通的，不管是在粮食上还是在环境上，我们都应该做好自己本身，可以节约的去节约，可以维护的去维护，这一切都是可以从我们自身做起的，同学们，请大家拿出行动来，去珍惜劳动的果实吧！

节约粮食国旗下讲话篇六

亲爱的老师、同学们：

大家好！

由于近年来人们的生活过得越来越好，“节约”这两字已经渐渐被人们给淡忘了。我国人口众多，占世界人口的一半，根据前年的调查，我国人口已高达15亿人，如此众多的人口我国的耕地面积却只占世界的百分之七。越来越多的田地正被无数的高楼大厦所代替。随着农民伯伯能耕种的地越来越少，我国的粮食产量正在逐年减产。可是“节约粮食”的观念却没有得到人们的重视。就拿学校吃午饭来举例吧，我发现每次吃完饭后，一些同学把没吃完的米饭顺手扔掉了，还有一些同学盛汤时非常不注意，经常把汤洒在外面。食堂每天倒掉的饭菜不计其数，长此以往这得造成多大的浪费啊！

节约粮食，从点滴开始。希望大家从自己开始，从身边人开始，节约粮食，人人有责。

谢谢大家！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

节约粮食国旗下讲话篇七

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！今天我在国旗下演讲的题目是：节约粮食，传承中华美德。

节约粮食是中华民族的传统美德。中国是一个有五千年历史的文明古国，粮食是人民生活的保障，是国家发展的基础。中国虽然是农业大国，但长期以来人均粮食占有量处于较低水平，而中国人口仍在增长，土地资源有限，耕地逐年减少。粮食生产受到时间和空间的严格限制，再加上天灾人祸。所以中国的粮食也很有限，需要我们珍惜和节约。

古代劳动人民非常重视粮食，古人有诗“午间锄草，汗流浹背，五谷入土”，警醒我们珍惜粮食。现在，我们也应该珍惜食物。第20届粮农组织大会决定将10月16日定为“世界粮食日”，以引起世界对粮食生产和农业发展的高度重视。

节约粮食可以让更多的人吃饱饭。我们学校食堂每天给学生提供很多好吃的菜，每天消耗几百斤的粮食和蔬菜来给学生提供充足的营养，但是还是有学生往泔水桶里倒一些粮食。每天看着整碗饭倒掉真的很心疼。甚至还有浪费食物堵塞下水道的事件。

省吃俭用不能因为谁有钱而浪费。不是钱的问题，是道德修养的问题。节约更多的食物可以给贫穷的孩子带来更多的希望。因此，我们应该树立“节约粮食是光荣的，浪费粮食是可耻的”的观念，培养勤俭节约的好习惯。浪费就在我们身边，节约食物也很简单。

吃饭的时候，能吃多少就吃多少，能灌多少就灌多少，不留食物，随意倾倒食物。吃饭要注意，认真吃饭，不要挑食。把父母做的或者学校提供的饭菜都吃了。这样既能让我们的

身体得到全面的营养，又能节省食物，一举两得。

节约是一种美德，一种修养，一种品质，一种智慧。节约资源，健康生活，从节约食物开始吧！

节约粮食国旗下讲话篇八

各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

俗话说：“珍惜粮食就是热爱生命。”我们不仅仅要热爱自己的生命，更要热爱全世界人民的生命。

记得我小时候十分不注意节约粮食、珍惜农民伯伯汗水换来的成果。每次吃饭，白花花的米饭掉得桌子上、凳子上、地上到处都是，对其他食物也是爱吃就吃，不爱吃就扔掉不吃。可是，去年在奶奶家发生的一件事彻底改变了我，使我懂得要节约粮食、珍惜粮食、热爱生命。

那是一个阳光灿烂的日子，爸爸带我去乡下奶奶家玩。奶奶家有几只小狗。我十分喜欢小狗，和小狗一齐玩耍，吃饭时，小狗还围着我的脚脖子转来转去，我一时兴起，把吃的鸡腿、排骨等一股劲扔在地上喂给小狗吃。这一切都被奶奶看到了，她生气地说：“奶奶小时候连饭都吃不饱，三年自然灾害中也不知饿死多少人啊！此刻的小孩倒好！竟不懂得粮食来之不易！米饭吃得到处都是不说，还拿菜去喂狗！”这时，爸爸也板着脸对我说：“粮食来之不易，你背一遍《锄禾》给我听一听！”“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦——”我背完这首古诗，明白自我错了，低下了头。

爸爸见我羞愧的样貌，语气也缓和了下来：“你明白‘民以食为天’这句话吗我国人口已达十三亿，而我国的耕地面积仅仅占世界耕地面积百分之七。世界耕地面积百分之七要养

活世界百分之二十二的人口。这么多人的吃饭问题是我国第一大问题。还有，在发展中国家，每五人中就有一人长期营养不良，有20%的发展中国家人口粮食无保障。你此刻的生活很》幸福，衣来伸手饭来张口。

可是你真是身在福中不知福啊！你想想在世界上还有那么多地方，异常是在非洲的人们吃不饱饭，穿不暖衣呀！”听了爸爸的话，我觉得一下子》长大了许多。是呀！我以前这样浪费粮食实在是太可耻了。地球资源每一天在减少，人类的需求每一天在增加，为了让更多挨饿的人们有饭吃，为了热爱更多人的生命，今后我必须要节约粮食、珍惜粮食！

节约粮食、珍惜粮食值得我们深思啊！

节约粮食国旗下讲话篇九

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

我是xxx□今天我们要做的演讲主题是关于“粮食”的，粮食是宝贵的，因此我们要节约粮食，那今天我演讲的题目就是《节约粮食，从我做起》。

我是农村的孩子，我知道粮食的得来有多么难，虽然我没有去跟着爸妈去种粮食，但是我有在旁边看过，看着爸妈把种子种在地里，要给他们进行除草，要去给它们浇水，还要为了防止被虫蛀和被鸟吃，从种子变成能够吃的粮食，这一个过程需要弄农民的精心料理，所以粮食它的得来是很不易的，如果我们不去节约粮食，就是辜负农民的心血，是一种浪费。

现在我们的生活是越来越好，但不代表我们可以去随意浪费粮食的，即使是有机器的帮忙，也不能说去肆意浪费。首先就要知道浪费这一行为是可耻的，希望大家能明白。我们生

活再好，都必须节约粮食，因为等到粮食的成熟也是需要时间的，换句话说，浪费了粮食也是等于在浪费时间。我们要去明白，世界上还有很多地方是吃不饱饭的，他们因为地方偏远，地势崎岖，庄稼是很难去成长的，所以吃的东西都相对较少，对比这些人的生活，我们更有必要去节约每一份粮食了。

那么节约粮食首先就是要从我做起，从我们自己做起。我们吃饭不要盛很多，吃多少就盛多少，避免浪费，还有吃菜也是一样的道理。我们如果在饭店吃饭，点菜不小心点多了，是可以尽量打包回家的，不要觉得有什么丢人的，浪费才是最丢人的。那么反过来就是在点菜的时候只点自己能吃的量，不要多点，不仅是浪费饭菜，也是在浪费钱。节约粮食也是一种美德，我们要对这种美德继续传承下去。

粮食的可贵自古都存在，以前我们的爷爷奶奶那一辈都是吃不饱饭的，那时候为了一顿饭要做多少的活呀，想到这里我们就更必须去节约粮食了。先辈们已经承受了那时候粮食不够的痛苦，那我们就不能这样了。

同学们，我们以后在节约粮食方面一定先从自己做起，这样才能最大限度的保证粮食得到节约，才不会辜负农民伯伯的辛苦劳作。我也会从我做起的，吃多少的饭就盛多少的饭，不去刻意盛多造成浪费。那么我们就一起去做好这个节约粮食的好行为吧。谢谢大家！

节约粮食国旗下讲话篇十

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天国旗下讲话的题目是《文明餐桌，节约粮食》。

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。一首

耳熟能详的诗，道尽了天下多少劳动人民的心声。

节约，是中华民族优良传统。可是，在我们的校园里，经常可以看到这样的现象，有些同学的餐盘中只吃了几口，就往垃圾桶里一扔，不一会儿垃圾桶里就装满了剩饭剩菜，看着真是令人感到可惜！但那只不过是很多人的内心想法，尽管可惜，却还是毫不犹豫、理所当然的去浪费！

而粮食是从农民伯伯长满老茧的手中困难地“流”出来的。对于我们来说粮食不怎么贵，所以许多人会浪费粮食，对于这些人来说粮食只是一种不值钱的东西，但是其实他是沾过农民伯伯辛勤汗水的宝贵物品。我们不应该浪费粮食！

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训曾深深萦绕心间，曾几何时，我们摒弃了这条美德，残渣剩饭的身影随处可见。

只有心存节约的意识，珍惜每一粒粮食，吃饭时不偏食，不挑食，不扔剩饭剩菜，和父母外出在餐馆时点菜要适量，吃不完的饭菜应该打包带回家，积极响应“光盘行动”，这才是每个人能做的，也是应该做的。他不仅是对他人的尊重，更是对文明的诠释。

也许很多人是想节约的，只是不知道具体的做法，下面是关于节约粮食的小窍门：

- 1、在家里吃饭时不要留剩饭，如有剩饭放进冰箱明天吃。
- 2、在饭店里吃饭时，剩下的饭菜可打包带走。
- 3、在学校里，如有不喜欢吃的菜，就在吃之前让同学帮忙分担。

同学们，让我们继续发扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良作风，

从节约每一粒粮食做起，用实际行动为建设文明、和谐的校园做出应有的贡献！

节约粮食国旗下讲话篇十一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起并唱起雄壮的国歌时，我们的心中就会充满了自豪和幸福。我们为自己是中国人而感到自豪，我们为今天的幸福生活而感到幸运。但同时，我们能否忆苦思甜，在物质丰富的今天依然具有忧患意识。因为我国是世界上人口最多的国家，其中人们的吃饭问题就成为了我国第一大问题。我们要想解决它，就得拿出实际行动为国家、为人民分忧，就得爱惜粮食，节约粮食，从身边做起，从我们做起，从现在做起！

我们现在的生活非常幸福，有爸爸妈妈的疼爱，有舒适的房子住，上学放学交通便捷……正因为生活条件好了，有些同学漠视粮食的浪费，认为浪费一点粮食没什么。

有人计算过，中国13亿人的嘴连在一起，比世界上最大的天安门广场还大，这真是一张“大嘴”呀！光每年新增加的一千五百万人就要吃50亿公斤粮食。所以节约粮食十分重要。

同学们，让我们行动起来，养成节约粮食，不浪费粮食的好习惯。吃饭时吃多少盛多少，在饭店用餐时点菜要适量、不摆阔、有剩余的要打包带回家。

联合国把每年10月16日定为世界粮食日，就是要我们把节约变为习惯，变为责任。让我们日省一把米，月节一斤粮。节约要从点滴做起！

同学们，粮食是个宝，粒粒要珍惜，让我们携手，节约身边每一根菜，每一粒粮，这样我们的生活才会更加富有，我们的祖国才会更加繁荣昌盛。

节约粮食国旗下讲话篇十二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天国旗下讲话的题目是《文明餐桌，节约粮食》。

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。一首耳熟能详的诗，道尽了天下多少劳动人民的心声。

节约，是中华民族优良传统。可是，在我们的校园里，经常可以看到这样的现象，有些同学的餐盘中只吃了几口，就往垃圾桶里一扔，不一会儿垃圾桶里就装满了剩饭剩菜，看着真是令人感到可惜！但那只不过是很多人的内心想法，尽管可惜，却还是毫不犹豫、理所当然的去浪费！

而粮食是从农民伯伯长满老茧的手中困难地“流”出来的。对于我们来说粮食不怎么贵，所以许多人会浪费粮食，对于这些人来说粮食只是一种不值钱的东西，但是其实他是沾过农民伯伯辛勤汗水的宝贵物品。我们不应该浪费粮食！

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训曾深深萦绕心间，曾几何时，我们摒弃了这条美德，残渣剩饭的身影随处可见。

只有心存节约的意识，珍惜每一粒粮食，吃饭时不偏食，不挑食，不扔剩饭剩菜，和父母外出在餐馆时点菜要适量，吃不完的饭菜应该打包带回家，积极响应“光盘行动”，这才是每个人能做的，也是应该做的。他不仅是对他人的尊重，更是对文明的诠释。

也许很多人是想节约的，只是不知道具体的做法，下面是关于节约粮食的小窍门：

- 1、在家里吃饭时不要留剩饭，如有剩饭放进冰箱明天吃。
- 2、在饭店里吃饭时，剩下的饭菜可打包带走。
- 3、在学校里，如有不喜欢吃的菜，就在吃之前让同学帮忙分担。

同学们，让我们继续发扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良作风，从节约每一粒粮食做起，用实际行动为建设文明、和谐的校园做出应有的贡献！

谢谢大家！

节约粮食国旗下讲话篇十三

大家上午好！今天国旗下讲话的题目是《文明餐桌，节约粮食》。

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。一首耳熟能详的诗，道尽了天下多少劳动人民的心声。

节约，是中华民族优良传统。可是，在我们的校园里，经常可以看到这样的现象，有些同学的餐盘中只吃了几口，就往垃圾桶里一扔，不一会儿垃圾桶里就装满了剩饭剩菜，看着真是令人感到可惜！但那只不过是很多人的内心想法，尽管可惜，却还是毫不犹豫、理所当然的去浪费！

而粮食是从农民伯伯长满老茧的手中困难地“流”出来的。对于我们来说粮食不怎么贵，所以许多人会浪费粮食，对于这些人来说粮食只是一种不值钱的东西，但是其实他是沾过农民伯伯辛勤汗水的宝贵物品。我们不应该浪费粮食！

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训曾深深萦绕心间，曾几何时，我们摒弃了这条美德，残渣剩饭的身影随处可见。

只有心存节约的意识，珍惜每一粒粮食，吃饭时不偏食，不挑食，不扔剩饭剩菜，和父母外出在餐馆时点菜要适量，吃不完的饭菜应该打包带回家，积极响应“光盘行动”，这才是每个人能做的，也是应该做的。他不仅是对他人的尊重，更是对文明的诠释。

也许很多人是想节约的，只是不知道具体的做法，下面是关于节约粮食的小窍门：

- 1、在家里吃饭时不要留剩饭，如有剩饭放进冰箱明天吃。
- 2、在饭店里吃饭时，剩下的饭菜可打包带走。
- 3、在学校里，如有不喜欢吃的菜，就在吃之前让同学帮忙分担。

同学们，让我们继续发扬艰苦奋斗、勤俭节约的优良作风，从节约每一粒粮食做起，用实际行动为建设文明、和谐的校园做出应有的贡献！

节约粮食国旗下讲话篇十四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！

大家好！我是高一（2）班的陈焯曦，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！

节约粮食国旗下讲话篇十五

老师、同学们：

早上好！

今天我演讲的题目是“爱惜粮食，文明用餐”。

同学们，你们知道吗？每年的10月16日是“世界粮食日”，这是联合国粮农组织为促进世界各国关心粮食问题于1981年正式规定的。

相信大家大家都通过唐代大诗人李绅的古诗《悯农》了解到农民耕种的辛苦：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”

可同学们有所不知，其实要把地里的禾苗加工成我们每天碗里香喷喷的米饭，可远远不光是农民们在田地里头顶烈日、抛洒汗水地劳作呀！告诉你们吧！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！正因为如此，每一粒粮食我们都必须要珍惜。

同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，再说，我们的同学正是长身体的时候，更要注重合理的营养吸收。那就从今天开始，做一名爱惜粮食、节约粮食的好学生吧。

另外还拿甃筒蛻銜颐且做到以下几点

1、安静包括进餐厅，就餐过程不说笑，餐具轻摆放，吃好后安静离开。

2、有秩序排队进餐厅

3、卫生保持桌面整洁。不把食品带出食堂。

最后，希望我们全体同学能共同努力做到“节约粮食拿甑筒”。

节约粮食国旗下讲话篇十六

各位领导、老师，同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《节约粮食，节约用水是每一个中学生的责任》。节约粮食，节约用水是中华民族弘扬的美德，但随着同学们生活水平的提高，尤其是全县布局调整后所有中学寄宿生均实行封闭式的管理，再加上上周营养餐计划的启动，学校用餐人数也随之增多，可是有许多同学在用餐完毕后，餐桌上往往剩下很多的食物，这就造成了浪费。你看我们的同学们：只见餐桌上、垃圾桶里，白花花的米饭、面条，大堆大堆的剩菜赫然可见，白面馒头只咬一小口就扔了，大米饭只吃半碗就不吃了，即使有馒头、饼子、鸡蛋不小心掉到了地上也不捡起来，反而狠狠的踢一脚，这边在倒饭菜而后再想方设法买零食吃……几乎每顿饭后，就餐的同学们都要‘制造’出几大桶剩饭剩菜。”

浪费也是一种犯罪，这不是夸大其辞，学校食堂有“节约用水，珍惜粮食”、“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰”的标语，但对于多数就餐的学生来说却是形同虚设。

难道我们的粮食真的已经富裕到了可以不提节约、肆意挥霍

的地步了吗？难道粮食真的多得吃不完了吗？稍微关心时政的同学都知道：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；到底，全国农村没有解决温饱的贫困人口还有1356万人。有识之士指出：在解决我国粮食问题的思路中，节约粮食理应作为重要的一环，只要人人都珍惜我们手边的粮食，许多问题都会迎刃而解。

节约是美德，节约是品质，节约是责任，节约更是一种境界。节约粮食，节约用水，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。从表面上看，浪费只是个人的消费方式，但从本质上讲，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。即使在发达国家，节约也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任，更何况我国还是发展中国家，还有那么多人没有解决温饱问题，还有那么多孩子因贫困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。只要存有节约意识，其实做起来很简单。同学们，“三中的发展，需要我们每一个成员的努力”，让我们做勤俭节约风尚的传播者，实践者，示范者，从节约做起，积极参与到建设“阳光校园”的行动中来，用“光盘”行动积极响应节约美德。

我们不仅要节约粮食，还要节约用水。同学们：你们一定都看过这样一则公益广告：电视画面上有一个水龙头，正在艰难的往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后水就枯竭了。然后画面上出现了一双眼睛，从眼中流出了一滴泪水。随之出现的是这样一句话：“如果人类不珍惜水，那么我们能看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。”水是生命之源，假如地球上没有水，那么地球母亲就不会孕育出我们人类的子孙万代。

全世界的水百分之九十三是咸水，不能喝。淡水只占有百分之七，而能喝的水只有百分之零点八。全世界五十亿人口，就靠饮用这只占百分之零点八的淡水，看，水多可贵呀！我

们国家的水资源虽然非常丰富，但可以用的淡水资源却很少，而且水污染问题越来越严重，这是多么可怕的一件事啊！

会节约是真正的简朴美！如果你长得美若天仙，可是你只会浪费，而不会节约，你是个外表美而内心丑陋的人！如果你会节约，你的心灵会比任何人都美！虽然你家庭生活条件好，很富裕，但是不知道去节约，你照样是一个一文不值的“穷光蛋”！如果你会节约，在你的精神方面，你是一个拥有亿万金钱的大富翁！

千里之行始于足下。从今天开始，从小事做起，只要人人都能节约一点点，我们的生活会更美好。我的讲话完了，谢谢大家！

节约粮食国旗下讲话篇十七

尊敬的各位老师 亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我国旗下演讲的题目是《 爱惜粮食，节约粮食 》

同学们，你们知道世界三大粮食作物是什么吗？它们就是小麦、水稻和玉米。本周是我国“爱惜粮食、节约粮食”的宣传周。“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。

也许有人会说：我们早已远离食不果腹的年代，吃饱饭、吃好饭已经成了司空见惯的事情，还有谁会在意粮食的由来，还有谁会在意随手丢弃的粮食？然而，现实情况令人堪忧：一方面，全世界人口与日俱增，粮食供应日益紧张。更何况，全世界还有许多地方和我国的一些偏远贫困地区一样，人民生活水平极其低下，连最基本的温饱问题尚未解决，那儿的孩子们连米饭都吃不上啊，更不用说吃肉了！另一方面，浪

费粮食的行为屡见不鲜。就以我们学校为例，教室的垃圾桶里，有时会有同学们吃剩的面包、糕点，在生活中，不少同学也不懂得爱惜粮食，他们把饼干、面包、稀饭随便乱扔，在家里挑吃捡穿……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，多么惊人的数据啊！

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗既赞美了劳动人民的伟大，也表达了劳动人民的辛劳。如今人们的生活好了，却不能丢弃勤俭节约的传统美德。因为，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呀！可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

在我们居住的地球上，农作物的品种正在日益减少。古代先农们种植过多达数千种的农作物，而现在只有大约150种被广泛种植，成为人们主要的食物来源。其中，玉米、小麦、水稻约占60%，而大多数的其它农作物品种已处于灭绝的边缘。面对如此严峻的粮食问题，有许许多多像“世界杂交水稻之父”的袁隆平爷爷一样的科研人员，正在利用高科技手段，开发粮食新品种，增加粮食产量，为全球的粮食问题出谋划策，而我们作为中华民族的新生一代，除了向袁隆平爷爷他们学习之外，更主要的是从现在做起，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。

节约粮食国旗下讲话篇十八

敬爱的老师、亲爱的同学们：

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这是一首耳熟能详的诗。但是，看看我们食堂的餐厅里，各种浪费粮食的现象依然存在。有的同学匆匆吃了几口，就将饭菜倒掉，然后去买零食吃。有的同学很是挑食，这个不吃，那个不吃。部分同学要倒掉1/2饭菜，倒掉1/3饭菜的同学就更多了。看着满桶的剩菜剩饭，实在令人感到可惜和心痛。

也许你认为浪费这点点滴滴算不了什么，可是，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！

“常将有日思无日，莫待无时想有时”。我们的粮食远未充裕，我们没有糟蹋粮食的权力，也没有糟蹋粮食的条件。对浪费的现象，我们要坚决反对，坚决抵制。同时，我们还要做到文明就餐。在此，请允许我向大家发出以下倡议：

1. 以班级为单位排队进食堂就餐。行进过程中不追逐、打闹，不奔跑。
2. 排队取饭时要有秩序，不你推我搡，不争抢打闹。遇到问题要文明礼让，不主动挑衅滋事。
3. 就餐时保持安静，不说笑，不偏食、挑食。
4. 同学之间互相监督，看到浪费现象要勇于制止，尽量减少浪费。
5. 就餐完毕后餐具要轻摆放，保持桌面整洁，不把食品带出食堂。
6. 做节约宣传员，向家人、亲戚、朋友宣传浪费的可怕后果。

同学们，节约是美德，是品质，是责任，我们都是社会的主人，生活在这个大家庭中，就要用心去爱护它、关心它，用实际行动参与到节约行动中来，做勤俭节约风尚的传播者，实践者和示范者，让我们从今天开始，做一名爱惜粮食、节约粮食的好学生吧！我的发言完了，谢谢大家。