节约是美德

同学们，今天我国旗下讲话的主题是《节约是美德》。

谈起节约，无非是节约资源。节约哪些资源呢？常见的有粮食、水、电、天然气等。节约资源的重要性我们都知道，虽然没有切身的体验，但平时阅读的资料上的数据常使我们触目惊心。比如我们小学课本上就有一篇文章叫《水》，文中的孩子们对水的渴望让我们咋舌。所以关于为什么要节约的问题我就不多谈了，重点谈谈如何节约。

1、如何节水。在生活中，我们的父母、祖父母通常是节水的榜样。细心的同学们会关注到：他们用洗菜的水浇花、用漂洗衣服（当然指手洗）的水拖地或者冲厕所。这样常常使大量的水有了二次利用的机会。而我们同学呢？常常打马虎眼，洗手后任凭水龙头花花地流。想到这里，我们难道不脸红吗？

2、如何节约粮食。首先谈谈在家里，要吃多少盛多少，吃多少烧多少。吃不下倒掉浪费，吃不下下顿吃对身体也没有好处；其次谈谈在学校，同学们一定要做到光盘行动，不要挑食，这样对咱们身体是有好处的；再次谈谈上馆子时，也要节约，不要为了面子铺张浪费，吃不完的东西记得打包，这样的行为比较文明；最后说说吃零食，同学们都爱吃零食，老师也不会一刀切，但是要以正餐为主，到饿的时候适当补充点面包、蛋糕、 水果，千万不要吃口味好但没营养不卫生的食物。

3、节约用电。随手关灯，使用节能灯；家电不要待机，电视、空调等家用电器，在电源开关未关闭的情况下，它们内部的红外线接收遥控电路经常处于[待机状态](https://www.baidu.com/s?wd=%E5%BE%85%E6%9C%BA%E7%8A%B6%E6%80%81&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1d9ujm1PhRsnH9BrHRkmWfv0ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EnHbzn16srHR1rjf1nWRsPjfvPs)，仍在耗电；电冰箱减少开门次数，热食品冷却后再放入冰箱也可节电；电饭锅上盖一条毛巾，可减少热量损失；及时清洗电水壶内电热管上的水垢，可以节电；空调的使用，夏季温度设定在26℃～28℃，冬季设定在16℃～18℃最省电。

4、节约燃气。不用将开关开到最大，因为燃气的外焰部分是功效最高的，所以我们把火焰调至一定长度，就能保证锅底有一定的燃烧温度；盖上锅盖热量散发得慢，也省能源；熬汤时只要调至小火，同样沸腾，跟大火的功率是一样的。

当然节能的方法还有很多，需要依靠同学们在生活中去研究发现。只要我们大家都有这个意识，就会有效节省能源。