

# 最新谈节俭的演讲稿(优质9篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 谈节俭的演讲稿篇一

节约是对家庭幸福的盘算，也是一份社会义务的担当；节约是一种远见，是一种智慧，是对自己和子孙负责的身体力行。

有的中学学生每学期用的圆珠笔竟达40多支之多，大部分的笔芯只用了三分之一就扔了，目的是为了外观新潮。

有的中学食堂一个月的一次性饭盒竟达一千个左右，吃剩的馒头、米饭到处皆是。

有的教室白天阳光充足却照开灯，学生外出时，电风扇照转，遍地纸张，有些同学桌上还有纸飞机。

还有的学生一个月的零花钱就一千多元，大多用在聚会、请客等豪华消费，仅有10%左右用于学习文具或参考书。

更常见的是，用完水不关水龙头的现象，公共卫生间更是如此。

近年来，随着人口的骤增和经济的快速发展，资源紧缺的矛盾已经日益突显，尤其是水、电、煤、石油等非可再生性资源的告急，不仅影响了经济的发展，更威胁人类的生存，我国的资源供应情况愈加不容乐观。据数据显示，我国人均占有耕地仅为1.2亩，仅占世界平均水平的1/3；人均淡水资源只有世界人均水平的1/4；人均矿产资源仅为世界人均水平

的1/2，在探明的45种主要矿产中，到20xx年可以满足需求的仅为6种。资源是一个世界性的问题，面对当前严峻的资源形势，世界各国为了走上可持续发展的道路，都在提倡节约的行为。而对于中国来说，这一点显得更为重要和紧迫。

前不久，国家发改委、中央文明办、中央电视台便共同发布了《公民节约行为准则》，号召全民节约，以达到创建节约型社会的目的。建设节约型社会的核心就是节约资源。资源节约型社会是指在生产，流通，消费等领域通过采取法律，经济和行政等综合性措施，提高资源利用率，以最少的资源消耗获得最大的经济和社会收益，保障经济社会的可持续发展。

因此，我们中学生作为公民，就要在日常的生活中用实际行动为建设节约型社会做出点滴贡献。

首先，我们要增强建设节约型社会的自觉意识，深刻认识到我国面临的严峻的资源形势。增强节约资源的自觉性，努力弘扬中华民族勤俭节约的传统美德，牢固树立“节约光荣，浪费可耻”的观念。

其次，我们应积极参加建设节约型社会的志愿服务，积极参与此类的宣传活动。同时，深入自己周围的群众，宣传建设节约型社会的重大意义，使自己所在的居民区形成良好的节约风尚。

节约，人人有责，人人有利，人人有为！全民参与，共同行动。建设节约型社会，我们能做的还有很多很多。

## 谈节俭的演讲稿篇二

大家好！

这样的浪费也许我们已司空见惯，我们麻木的似乎从来就没有想过，白白流失的每一滴水可能成为旅人闯过沙漠的生命

之源;莫名浪费的每一度电可能成为黑暗中照亮通途的慰藉之光, 随手丢掉的粮食也会变成饥饿时活下去的希望。

不错, 中国是一个总资源丰富的泱泱大国, 尽管它地大物博, 却存在着很多的问题, 比如: 粮食作物平均生产率仅是发达国家的一半;我国工业用水重复利用率要比发达国家低15至25个百分点;据估计, 我国将于2030年被列为严重缺水国家!其它的像是石油、煤炭等不可再生资源的过度开采, 也使得这些资源日益枯竭。尽管如此, 浪费现象还是时有发生。

- 1、积极参加宣传活动, 增强节约意识。
- 2、节约用电, 在晴天、下课及放学时, 应立即关灯。
- 3、尽量不使用一次性餐盒、筷子和牙签等。
- 4、节约用纸, 平日使用的演算纸及打印纸应双面使用。
- 5、提高资源的利用率, 如水的循环利用。

骐骥千里非一跃之功, 冰冻三尺非一日之寒, 节约并非一朝一夕之事, 我们应从点滴做起, 从自我做起。历览前贤国与家, 成由勤俭败由奢, 年少的我们在前人的谆谆教诲下, 应该逐渐懂得节约是美德, 节约是品质, 节约是责任。常将有日思无日, 莫待无时思有时, 让我们同心协力, 积少成多, 聚沙成塔, 让勤俭节约之风徜徉在我们的心中, 让“节约光荣, 浪费可耻”的理念在我们的校园蔚然成风, 让我们用实际行动为祖国的经济建设和社会发展做出贡献。

## 谈节俭的演讲稿篇三

大家好!

凭栏远望, 古之颜回: “一箪食, 一饮”。且看今朝, 社会

主义新时代“节俭之风不可移”。审视自我，节俭之意挂心头。“俭，德之共也；侈，恶之大也”，节俭是一种德行，奢侈是一种恶行，节俭，中华民族，五千年之美德也！

然，现实生活中有些同学不认同节俭，不愿意节俭，认为“以前中国穷，所以要节俭，现在中国富，还节俭干啥？”亦或“钱是我家的，我想怎么花，就怎么花”。其实不然，正是因为中国经济蒸蒸日上，人民生活日益红火，我们才更应自我审视。节俭于生命困时，显人生大智；于人生达时，展人文品质。节俭，在生活中，可以锻炼我们的意志，开阔我们的视野。在精神上，可以修养我们的品性，磨砺我们的各项素质。由此可见，民族的节俭依然重要。

闭上眼，节俭犹似一淌清泉，潺潺流于心上。警醒自我，节俭之美体力行。蚜虫吃青草，锈吃铁，奢靡的世界吃灵魂。从商纣王的暴虐奢靡至灭国到隋炀帝的大兴土木江山易，历史总是以其惊人的相似度警戒世人：“勤俭乃长久之道，不可移；奢靡乃误人心智，当排之”。因此，深刻的灵魂，即使是困俭，也是美的出处，吾辈，我中华儿女，生于新时代，奋于新时代，自当以勤俭之操，担我民族复兴大旗！时刻自我警醒，审问之，笃行之。

同学们！桑田碧海须臾改，节俭之风不可移，奋进新时代，斗争新时代，节俭从身边小事做起，？从我做起“积一勺以成江河，累微尘以崇峻极”，让我们今天的节俭一起为共和国的明天喝彩！

谢谢大家，我的演讲结束。

## 谈节俭的演讲稿篇四

大家好！

节俭是我们中华民族的传统美德，外婆就是我们家的节俭模

范。

记得又一天，妈妈带我去看望外婆。中午吃饭时，我把许多米粒都撒在了地上，饭桌上也分布着许多米粒，我却视而不见。吃完饭后，我就去看我喜爱的动画片《海绵宝宝》了。看着看着，感觉口渴了，我就去厨找水喝。在厨房我发现外婆正在捡我掉在地上的米粒，然后放在了窗台上。“外婆真小气，不就是几粒米吗？”我不高兴的说。外婆皱了皱眉头：“孩子，我们要节俭粮食，不要浪费呀……”没等外婆说完，我就跑掉了。

又过了几天，我和妈妈又去了外婆家。我们刚进屋门，居然从窗台你边传来了清脆的鸟叫声。我怀着好奇朝窗台望去，原先是外婆放的米粒引来了吃食的小鸟。这时，外婆走过来，高兴地说：“瞧我说的没错吧，被你扔掉的米粒没浪费，还引来了许多可爱的小鸟呢。”我有点儿不好意思了，慢慢低下了头。

外婆把我拉到身边，和蔼地说：“孩子，粮食是农民伯伯辛辛苦苦经过春天播种、施肥、秋天收割，我们才能吃上香甜的米饭哪……”我的头低的更低了，我小声的说：“外婆，我错了、我以后再也不浪费粮食了。”外婆把我揽在怀里开心的笑了。

从那以后，我时刻提醒自我：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。我牢记外婆的教育，养成了爱惜粮食，以节俭粮食为荣的习惯。

## 谈节俭的演讲稿篇五

早上好！

我们先看两个现象：一是在全球金融危机的冲击下，在美国

的华人的生活情况比其他人好得多，因为他们平时节俭，信用消费不多，欠款不多，还有不少存款等，当经济危机到来之际，他们并没有因为失业而还不起贷款，也没有带来生活质量的明显下降。正是因为平时的节俭，似乎正在让美国的华人躲过这一劫。二是上周六我们高二年级的同学开展了“一日打工”体验活动，同学们发现在金融危机的冲击下，许多工厂、企业关门了、倒闭了，同学们能挣到钱的很少很少，我相信高二年级的同学们已经体验到了挣钱的困难和艰辛了。其实，在金融危机的冲击下，世界各国都出现挣钱越来越困难的现象，使得勤俭节约尤显重要。

然而，我们在杨总无疆大爱下过着衣食无忧的生活，金融危机对我们的冲击并不明显，勤俭节约似乎显得不那么重要，所以有些同学花钱也就比较大方，伸手向父母要钱要物也不觉得有什么难为情。可是同学们，你可知道——你们向父母要的本不需要的钱物，是你们那可亲可敬更为可怜的父母亲用了多少血汗换来的吗？更何况如果我们的同学过早地学会了享受生活，却淡化了节俭修身，淡忘了创造财富的艰难，失去了吃苦耐劳的精神，一旦挫折和逆境来袭，我们便不知所措；令人担忧的是，当我们把太多的精力放在物质带来的快乐上时，人生的目标和趣味就会逐渐退化，从而疏忽了更高的精神追求。

同学们，勤俭节约是我们中华民族的传统美德，历来被当作是修身之要、持家之宝、兴业之基、治国之道。诸葛亮倡导“静以修身，俭以养德”；朱熹把“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”做为家训；毛泽东以“力行节俭，勤俭建国”为治国经验，也号召全国人民“以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻”。可见，国家的富强、家庭的富裕，勤俭节约起着重要作用。中华民族也正是具有这种精神，才生生不息，兴旺发达。

勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上的，只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动

者创造的成果才会越积越多，社会才能发展进步；反之，铺张浪费，则社会衰败。正如李商隐所说：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”一个勤劳的人总是不辞辛苦的努力工作，不断为人民为国家创造物质与精神财富；一个简朴的人总是十分爱惜每一件东西，不随便浪费，哪怕只是一张纸、一粒饭。

近期有部分同学在进入国华之后，随着生活水平的提高，节俭意识有所降低，勤俭的美德逐渐被淡忘：劳动不认真、松松垮垮；正餐不好好吃、想吃方便面；衣服还能穿、却要申请新的；外出回来，大包小包是零食。殊不知，如果没有勤俭节约、艰苦奋斗的精神做作为支撑，我们将来何以自立自强。

作为青年学生，也许我们对勤俭创业的体验不多，因为我们不曾有过饥饿的经历，尝过挨冻的滋味和“面朝黄土背朝天”的辛劳，但了解国情的人都知道，我们的国家物质财富并不宽裕，资源也并不丰富，我们不能、也无权去奢侈浪费。历史一再昭示“成由勤俭败由奢”的道理。勤俭，是对家庭幸福的盘算，更是一份社会义务的担当。勤俭是一种远见，一种态度，一种智慧。小到一个人，一个家庭，大到一个国家，整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的民族是难以自立自强的；同样，一个不奉行勤俭节约、艰苦奋斗精神的个人也是难以有所作为的。事实上，勤俭已不仅仅是一种生活态度和习惯，更是一种难能可贵的精神，人唯有在勤俭中才能保持奋发的斗志、进取的激情和创造的冲动去搏击人生风云，去描绘新生活的画卷。

同学们，祖辈的优良传统等待我们去继承、去发扬，让我们从身边做起，从小事做起，节约每一度电、每一滴水、每一分钱，用我们青春的刚劲拒绝安逸的诱惑，用饱满的精神内

涵挤兑奢侈浪费的虚荣，以勤俭的作风开创美好的生活。

## 谈节俭的演讲稿篇六

大家好！

古今中外，无论是发达的国家，还是发展中的国家，都将艰苦朴素作为一种美德。联合国专门把10月31日设立为勤俭日，时时提醒人们在新世纪仍然要坚持艰苦朴素、勤俭节约的美德。可以说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。

有人问：我能做什么？答案很简单：从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。对，就是这么简单！大家可以想一想，在我们洗脸刷牙、洗头洗澡、每天上班前打扫卫生的时候，是不是在意的节约了一滴水？在我们使用电灯、空调、电脑、饮水机的时候，是不是刻意的节约了一度电？建设节约型社会就是需要我们从身边的小事做起，从节约一滴水、一度电、一升油、一张纸开始。日子久了就会养成节约的好习惯。

最后我要说：勤俭节约不是一时的，而是永恒的话题。让我们积极行动起来，牢固树立资源意识和节俭意识，让节约成为习惯、让节约成为我们的生活方式。从每一件小事做起，用实际行动为建设节约型社会为作出贡献！

希望我的演讲能引起大家自发的自觉的节约意识。

谢谢大家。

## 谈节俭的演讲稿篇七

今天，我想跟大家分享一下“节俭养德”这个主题。“勤俭节约”是中华民族世代相传的传统美德和精神财富。其实，这个生活习惯从小就应该培养。从小做起，从小事做起。节约一滴水，节约一粒粮，节约一滴水，节约一度电，节约一

张纸，节约一升油，倡导绿色生活。

节俭真的能提升个人的道德修养吗?先从我家的日常生活说起吧!如何节约一滴水呢?在我家的卫生间里，放着两大两小的水桶，平时洗衣服剩下的水，都装在大水桶里，留着冲厕所，拖地板用;每次淘米剩下的水，放一两天，发酵过后用来浇花，花会开得特别美丽;夏天，空调几乎每天都在用，从落水管道流出来的水，四处流淌，给身边人也带来不便，我家的小水桶都在发挥着它的作用。一天下来，能接上一桶水了。再说说我们家的'马桶，那可是我的骄傲。为什么这样说呢?因为我运用了聪明的才智把马桶水箱由五公升容量改装成四公升了。怎么个改装法?告诉大家吧!我把两个一升容量的可乐塑料瓶装满水，把它们放进马桶水箱内，可乐瓶的体积能把马桶水箱蓄水的容量减少，节约了用水。

在工业园上班的叔叔阿姨们每到用电高峰期都不得不轮流上班，解决电能紧缺问题。严重影响了企业的生产运作，降低了效益。如果我们平时在日常生活中养成了随手关灯，人离电断的良好习惯，那么电能的分配就能得到缓解。

同学们，请问在生活上你们有没有因为父母做的饭菜不合自己的口味而拒绝那道菜?有没有因为崇洋攀比买了一件又一件的名牌服装?有没有因为书包有点掉线或沾上了一点点污渍而嚷着叫爸爸妈妈重新买一个新书包?有没有因为自己的丢三邋四弄丢了铅笔，今天在抽屉里找不到橡皮擦，明天在操场不知道哪个角落里弄丢了校服而要父母买新的学习用品补上。太多太多的浪费了，好了好了，够了够了，同学们，停手吧!你们可曾知道，当你们在餐桌上咬着鸡腿，吃着美味的海鲜，品尝着一道道香喷喷的美食的同时，贫困山区的孩子们根本吃不上肉，你们相信吗?当你们爸爸妈妈在轻松扭开煤气炉灶烧火煮饭菜的时候，贫困山区的孩子们还要自个儿背着箩筐上山砍柴，顶着一脸灰生火烧饭菜，你们相信吗?当你们在炎炎夏日花费十元钱品尝着一个布满缤纷水果，淋上巧克力酱的诱人冰镇雪糕时，你们花费的竟然是贫困山区孩子们一个

星期仅仅七元五角的生活费，你们又会相信吗？同学们，你们愿意从今天起积攒每一分零花钱都用到有意义的方方面面吗？珍惜你们现在拥有的一切，让你们的童年过得更加充实，更加有意义，更值得怀念！

市文明办一直在倡导文明餐桌行动，倡导“光盘”，拒绝“剩宴”，养成节约粮食，科学饮食的习惯。据我所知，香港人对粮食是绝对尊重的，每一顿饭下来，他们的碗里的米饭总是会吃得精光，一颗饭粒都不会粘在碗里。那是因为这个良好的生活习惯早已在他们幼儿时期养成了。当然，他们接受过相对应的良好教育。

## 谈节俭的演讲稿篇八

大家好，我今天演讲的题目是：《节俭就是爱国》。

勤俭节约是我们中国的传统美德，我们的祖先在从前的艰苦生活中学会了勤俭节约，以他们为榜样，勤俭节约便成了我们中华儿女的美德传统。

许多人会问勤俭是什么？勤俭节约就是生活简朴，珍惜劳动成果，不奢侈腐化，不铺张浪费，勤俭节约就是中华民族的传统美德，也是广大劳动人民的良好作风，我们作为新世纪的青年，应把这一宝贵精神财富保存并发扬光大。

在中国，如果每个人浪费点资源，加起来就非同寻常如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大的财富。从现在做起，从节约一张纸，一滴水，一度电，一粒粮入手做到勤俭节约，不铺张浪费。

爱国，并非整天挂在口边嘟囔，做大事这样的人往往意识无成，从小事做起也是一种爱国的表现，从节俭做起，爱国，做一个中华儿女该尽的职责，从小事做起，从节约做起，为国家做贡献不分轻重，节约用水，节约用电，节约每一粒粮

食。这都是爱国的表现。节俭会给子孙后代留下丰富的物资财富；节俭；将会给我们带来幸福；节俭；是我们中华儿女的传统美德。

让我们向焦裕禄，\_看齐，为祖国造就更辉煌的明天，同学们让我们从小事做起做一个；以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻；我们是爱国节俭的好队员！

谢谢大家！

## 谈节俭的演讲稿篇九

大家好！

当今社会，铺张浪费的现象逐渐增多，不但是危害了自己，更危害了别人。铺张浪费只会使地球上的资源减少而不会有任何好处。所以，我们就应该从我做起，从小就养成勤俭节约的习惯，爱护我们赖以生存的地球。

节约每一滴水，没一度电，每一张纸都是我们应该做的。不要以为地球上的资源都是会再生的，其实，有些东西用完了就会像时间流走了一样，不会返回来的。

你是否想过，如果地球缺水了，我们该怎么为，如果地球发生了大灾难，我们又该怎样生存下去，行动比语言更具有说服力，我们应该一起行动起来，为我们营造一个更好的生存环境。

其实在生活中，许多事情是我们可以做的：用完的作业本，背面还可以当做草稿纸；淘米的水可以浇花，洗完衣服的水可以用来摆抹布；喝完的饮料瓶也可以做成各种各样的装饰品；有些不同颜料的瓶子可以套在灯管上当彩纸，既美观大方又节约资源。

勤俭节约是我们中华民族的传统美德，也是我们每个人都必须遵循的原则。同学们，趁着我们还处于蓬勃旺盛的时期，为了地球能有更多的资源，让我们手拉手，从一点一滴的小事做起，从现在做起，杜绝铺张浪费，一起厉行节约吧！

我的演讲完了，谢谢大家！