

# 2023年勤俭的英文 勤俭节约演讲稿(实用9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 勤俭的英文篇一

大家，早上好！

或许，你是第一次听说，在十月的最后一天，有这样一个“世界勤俭日”，那么你惊诧的反应是再正常不过的了。然而，如果你未曾听说过“静以修身，俭以养德”的古训，也未曾听说过“绿色环保、低碳生活”的风尚，那么你就out（落伍）了。

“勤俭”之于每一个中国人而言，是再熟悉不过的了。中华民族自古就是勤劳节俭的民族：上古有神农氏，“遍尝百草”，才有了后世百姓的安乐；春秋有季文子，虽贵为上卿大夫，却住所简陋、穿着布衣、以俭为荣，才有了鲁国的富庶。大而论之，贪图享乐的奢靡之风，会使一个王朝失却民心、土崩瓦解；小而论之，一个家庭不知“勤俭持家”，就经不起风浪的洗礼，稍遇不测，就难免举步维艰、甚至流离失所。

你以为你做到了勤俭，那么你错了！

勤俭是一种行为，需要我们用习惯去养成。从身边的点滴做起吧，去养成一个良好的习惯。譬如你去食堂，根据你的食量来打饭，你节省的不但是金钱，更是有限的资源。而由此，你才会清楚你自身想要的，千万不要盲从于别人的脚

步，“从众”是件危险的事，你可以自身去准备一个针线包，顺手关一下灯，你获得将是别人的称赞，这便是勤俭的芬芳。

碳生活”，每减少一点碳的排放，地球的生命就在延续，我们的生命也因此而精彩。

你以为这就是勤俭，那么你错了。

这是我的勤俭观，你或许以为勤俭就会影响你的学习效率、生活质量？你或许甚至认为你不去更新自身的衣物，就影响了国家的产业发展和gdp吗？不必去多想了，我们能做的，是我们自身，“一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰”是对的，有限的生命里应当活出无限的精彩，这也是对的！

你以为勤俭是否与我们的生活相矛盾了呢？那么你错了。恰恰相反，勤俭是恰是国人的一种智慧，是古人教会我们应对自然的一种法则，处理人生的一种策略，如同没有痛苦就没有快乐，没有个人的勤俭、国家的勤俭，就无所谓文明传承、社会和谐了。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”当勤俭成为一种风尚，成为我们血液中的一种自觉，我们便不会惊诧今天这个日子了，愿勤俭之风尚遍彻校园。

## 勤俭的英文篇二

大家好！

我演讲的题目是《厉行节约，从我做起》。

记得很小的时候，我们学的第一首唐诗就是：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。节约，这一中华民族的传统美德，在今天的社会里，更显得意义深长。

我们都知道，节约要从小处着手，从一粒米、一滴水做起。然而，有些时候，节约成了小气，被人笑话；更有些时候，节约被当成贫穷。这就需要我们作出努力，改变那种虚荣心理，重新认识老祖宗留下的光荣传统，需要我们更好的继承和发扬。

回想在学习和生活中的我们，是否做到了节约每一滴水、每一度电、每一张纸……是否在我们不经意中，造成了许多浪费现象：一张纸只写了几个字，就扔进废纸篓；白天，教室里还亮着电灯；卫生间、洗簌间，水龙头还在哗哗地流水；餐厅的角落里，还洒落着剩饭剩菜……不经意间，我们却忽视了这些细节，却造成了浪费，一个人浪费一小点，对于我们这样一个集体来说，就是一个不小的浪费。如果我们真正溶入生活，养成一种良节约的好习惯，那将成就一番伟业。

节约，是对家庭幸福的盘算，更是一份社会义务的担当。节约是一种远见，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。一个没有勤俭节约精神的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约精神的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约精神的民族是难以自立自强的。

今天，在这里，我要高声发出倡议：让我们积极行动起来，牢固树立节约意识，“让节约成为习惯”、坚持从我做起，从一点一滴的小事做起，时时处处、点点滴滴都想着节约，厉行节约，我们才能有效的利用有限资源，为我们服务，造福整个人类，才能让我们的地球家园永远美丽富饶！

## **勤俭的英文篇三**

大家下午好！

我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

在座的各位一定从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，农民伯伯太辛苦，我们吃的每一口粮食都是用雨水和汗水浇灌的。千百年来勤俭节约的思想一直贯穿于中华民族的进步史中。古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。即使在今天，人们越来越讲究吃穿，讲究档次，国家也鼓励消费。但我要说的是鼓励消费，更要严禁消费过程中的浪费，别忘了“以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻”，更别忘了“浪费是极大的犯罪”。勤俭节约至今仍然是我们应当树立的正确的荣辱观，人生观。我们不能仅仅把它当作一句口号，在当今时代“勤俭节约、艰苦奋斗”，被赋予了新的历史意义和使命。

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。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。可以说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史也反复证明了这个道理：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；没有勤俭节约精神作支撑的社会是难以长治久安的；没有勤俭节约精神作支撑的民族是难以自立自强的。

近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作“过时”的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象普遍存在，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室、办公室中人去灯不熄，教室外的垃圾桶里还可以用的书本、文具、还没有吃或者没有吃完的水果、点心、牛奶，扔掉的一次性的碗筷、塑料袋等等。勤俭节约真是一种过时的观念而应该丢弃吗答案是否定的。

我们知道，改革开放后，国家的经济在不断提高，但是，我国尚未达到中等发达国家的水平，还有相当一部分地区是比较贫穷落后的。在城市里，还有许多下岗工人靠社会救济金生活，在农村，还有许多孩子因交不起学费而失学。在西部山区，还有许多人为解决温饱问题而奔波。我们国家还没有富裕到可以比阔斗富的时候，勤俭节约的美德不能丢。作为新时代的我们更应该时刻牢记勤俭是美德，节约是责任这句话。

## 勤俭的英文篇四

大家好！我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

记得很小的时候，我们学的第一首唐诗就是：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，古人言，“尽览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。艰难困苦，玉汝于成；居安思危，戒奢以俭。节俭，这一中华民族的传统美德，在今日的社会里，更显得意义深长。

由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。回想我们在学习和生活中，是否注意节约每一滴水、每一度电、每一张纸……往往是在不经意中就造成了诸多浪费。很多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯、水龙头哗哗的流水、地上到处洒落的粮食……其实稍加注意，我们能够做得更好，但往往我们却忽视了这些细节。我想，在家里我们肯定能做到随手关灯、关水，为什么我们却忽略了这些细节？关键是我们没有将自身真正溶入到生活中，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

因此今日，我们应该大声倡议：让我们积极行动起来，牢固树立节约意识，“让节约成为习惯”、“让节约成为生活方式”，坚持从自己做起，从每一天做起，节约每一滴水、每一度电、每一粒粮，从一点一滴的小事做起，唯有时时处处、点点滴滴都节约，我们才能节约资源，也唯有时时处处从我

做起，这样我们的地球家园才会永远美丽富饶！

## 勤俭的英文篇五

下午好！今天我演讲的题目是《勤俭节约是一种责任》。

同学们，10月31日是世界节俭日。从“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢”到“勤俭持家久，诗书济世长”。无一不在证明着国家的富强、家庭的富裕，勤俭节约起着决定作用。勤俭节约，它是一种美德、一种传统。中华民族正是具有这种精神，才能生生不息，兴旺发达。今天我要说，勤俭节约不仅是一种美德，更是一种必不可少的责任。有人可能会说这未免太严重了吧，节约只是生活小事，有必要那么上纲上线吗？我以为：此言差矣！

勤俭节约不仅关系到金钱，而且也关系到生活中的每一件小事，一个人要理智地使用自己的时间和精力；要养成严谨细心的生活习惯，这就要勤俭节约。勤俭节约就是意味着科学地管理自己、管理自己的时间与金钱，意味着最明智地利用我们一生所拥有的资源。这更是一种责任。

勤俭节约是人生的导师。一个勤俭节约的人勤于思考，也善于制定计划。如果你养成了勤俭节约的美德，那么就意味着你具有了控制自己的能力，意味着你已开始主宰你自己，意味着你的品德修养正在逐步提高。换言之，这就表明了你有生活的目标，你已经是一个非同一般的人。

就社会而言，我们学生还只是单纯的消费群体。在校园内我们还会时常看到这样的人和事。食堂中随处可见的剩饭剩菜、那长开的水龙头、不灭的日光灯、那扔掉的衣服鞋袜等等。这些现象都是有悖于节约精神的，更是一种不负责任的表现。我想，作为学生，我们的本份就是学习，如果想学有所成，就决不能去一味的打扮自己，绝不能用父母的血汗钱奢侈享乐。我们毕竟还是学生啊！我们应该有着雪一般纯洁的心灵，

怎能被这世俗之风污染呢？同学们，我们应该以勤俭节约作为自己的道德准则和人生追求。骄奢是一条绳索，一旦被它束缚，就难以迈步；骄奢是一个深渊，一旦掉了进去，就会难以自拔。古往今来，纨绔子弟少伟男，原因就在奢侈豪华腐蚀了意志，消磨了精力！

其实，勤俭节约并不需要多大的勇气才能做到，也不需要多高的智力或德行才能做到。它只需要我们懂得一些常识和拥有抵制自私享乐的力量就行了。它不需要强烈的决心，只需要有一点点自我克制。减少一次享乐和快乐逍遥，就能为社会增加一份财富，而自己的品德也会得到一次升华。朋友，让我们养成勤俭节约的习惯吧，我们就会拥有终生享用不尽的宝贵财富。朋友，让我们尽到这份责任，牢记这份责任吧！为了自己、为了社会、更为了国家，让节约永远的伴随在我们的左右吧！

## 勤俭的英文篇六

大家早上好！

1. 节约每一滴水。我们要以节约用水、合理用水为荣，以浪费水源为耻，见到滴水的龙头，及时拧紧。避免猛开水龙头；用水完毕随手关闭水龙头。在家里也要节约用水，尽量循环使用水资源，例如洗衣服的水可以拖地，冲厕所，淘米的水可以浇花等等。良好的节约意识从你我做起。

2. 节约每一度电。我们要以节约用电、合理用电为荣，以浪费电力为耻，在每次最后一个离开家、教室前，勿忘关灯和关闭各种不用的电器。作为班上的电器管理员我每天认真负责做到人走灯灭，人离扇停，光线充足时，不开灯。有时候我们可以看到教室、办公室里没人的时候或光线充足的时候，灯还开着，教室的电脑、背投在不使用的情况下还开着，这说明我们的节约意识还不够。良好的节约习惯要从现在做起。

3. 提倡拒绝使用一次性物品。在线外卖市场越来越火爆，在庞大的订单量背后，是不容忽视的资源浪费和环境污染问题。当你看到垃圾箱里堆满了餐盒、塑料袋、一次性筷子等外卖垃圾，要处理好这些垃圾，着实令人头疼。有次中午妈妈下班回来迟了，我提议要妈妈在网上点外卖吃，可被妈妈拒绝了，妈妈教育我说：“我们为了图一时方便，使用了一次性塑料制品就等于在破坏我们人类赖以生存的环境，保护环境是我们人类应尽责任”。听了妈妈的教诲我惭愧的低下了头。

同学们，勤俭节约的美德如甘霖，能让贫穷的土地开出富裕的花；勤俭节约的美德似雨露，能让富有的土地结下智慧的果。在日常的学习、生活中，让我们行动起来吧，节约用水，用电，用纸，节约粮食，养成勤俭节约的好习惯，学会生活，为做一个节约型的好学生努力吧！ 我的演讲到此结束。

## 勤俭的英文篇七

大家好!我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我》。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。 “勤俭永不穷，坐食山也空” 中华民族自古以来就有着勤俭节约的传统美德，勤俭节约也是一个永恒的话题。

勤俭节约，从我做起，就是要在管理上精益求精。蒲松龄说得好：“有志者事竟成，破釜沉舟百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆三千越甲可吞吴。” 作为一个有责任感、荣誉感和使命感的员工，每个人都应抓住点滴时间，刻苦钻研业务技能，向精细管理要效益。

海尔总裁张瑞敏说过：不简单，就是将简单的事做千遍万遍做好；不容易，就是将容易的事做千遍万遍做对。只要大家都能积极行动起来，从节约一滴水、一度电、一张纸、一粒粮做起，从自身岗位做起，从小事做起，持之以恒，坚持不懈，那么，我们的企业就会持续兴旺，永葆活力！



谢谢大家！

## 勤俭的英文篇八

大家好！

今天我能代表我们班级站在这个讲台上进行这一次的演讲，我非常的荣幸，我十分感谢老师与同学们对我的信任与鼓励，我一定不会辜负大家对我的期望，在这里我将开始我今天演讲的主题《留意生活，勤俭节约靠大家》。

说到勤俭节约，我们就不得不结合我们的生活谈一谈了，勤俭和节约是我们中华民族的传统美德，历经岁月的变化，时代的更替，一直流传到至今，它对于我们生活的重要性可想而知，从我们小学到现在，也一直是提倡勤俭与节约这一良好的生活习性，它是我们文明的结晶，在当今生活当中有的人在勤俭与节约方面尽到了自己的义务，而有的人却完全没有意识到勤俭和节约对于我们生活重要性。

在我们的生活当中我们随处都能看到满地的垃圾袋和包装纸，不得不说垃圾袋的发明的确方便了我们现在的生活，但它并不利于我们的持续发展，它的出现也使得人们浪费的现象频繁的发生，价格便宜，随处都有，随手就能拿到这都是造成这一浪费现象的原因，这不仅仅只是造成看浪费，这些垃圾袋又不利于降解，留在地面上还会造成很大的生态破坏，同时在我们的学习当中有的笔记本、写字本有的只是被用了一两页就被丢弃，大家有没有想过纸张都是用树木制造出来的也正是因为这种浪费的现象大面积森林的减少，这对我们的生活的影响都是非常大，在食堂，很多的同学不考虑自己能不能吃得完，而是觉得好吃的就进行点单，然后造成了严重的浪费。

大家有没有想过在我们浪费的同时，我们的父母为了一天的生计而到处奔波，贫困地区的家庭连正常的温饱都能得到解

决，我们还有什么理由去浪费呢，虽然我们现在的力量很渺小，但是只要我们把自已做好，我们也能为勤俭节约的这个过程奉献自己的一份力量。

做为一名高中生，我们就应该树立责任的主人翁意识，我们每个人都能做到节约，我们作为祖国的希望，我们应该去弘扬这个优秀的中华美德，勤俭节约从自己做起，只要我们养成勤俭节约的习惯，我们从自己的身边做起，我们也能发挥出大大的作用，我们应该起到一个宣传的作用，让大家意识到浪费造成的严重性，呼吁大家在生活当中加入到勤俭节约的行列中来。

## 勤俭的英文篇九

大家好！勤俭节约自古以来就是中华民族的优良传统，《左传》《资治通鉴》等著作中都有语句宣扬节俭之美。今天我演讲的题目为“诵节俭之诗，歌节俭之章”。

诵节俭之诗，节俭乃美德，勿断传承。

《左传》有言：“俭，德之共也；奢，恶之大也。”节俭是美德，是值得共同传承的精神。杂交水稻之父袁隆平先生获奖无数，却只拥有一件几百元的西服，且只在重大场合穿。他是著名科学家，若想谋利易如反掌，但他节俭不浪费，背朝青天面黄土，一头扎进研究里。反观纣、桀两位君王，日日酒池肉林，笙歌不断，奢靡至极，终落了个亡国的下场。节俭是不可或缺的优良习惯，它不仅减少资源上的浪费，也避免了精神受到物欲侵蚀，助我们在喧嚣中守住本心，在满地六便士的世界里也能抬头看见月亮。

诵节俭之诗，节俭乃清心咒，助力淡泊“心远”。

《资治通鉴》中有言：“俭约，所以彰其美也。”如今生活节奏越来越快，灯红酒绿、纸醉金迷的奢靡散发着致命的诱

惑，正如蒋勋所说：“物质不是不好，不好的是没有与之抗衡的力量。”你我稍有不慎，便会迷失在名利场里，再不见三径通幽、松菊摇曳。而节俭将我们同物欲隔绝开来，它给予我们在喧嚣尘世中修篱种菊的勇气，使我们内心一片宁静，“酌贪泉而觉爽”。节俭，是名副其实的清心咒，而我们也因此能居闹市而无车马喧。

诵节俭之诗，让节俭之花芳香四溢。

苏轼“口腹之欲，何穷之有？”之言振聋发聩。大胃王吃播近几年来十分火爆，纤瘦的主播吃下了令人咂舌的食物，吸引无数眼球。但请想一想，全世界至今仍有多少人每天为了吃饱肚子而奔波劳苦，无数人因饥饿全身浮肿甚至死亡……从小我们便被教导“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，但却有人仍在“孜孜不倦”地为“朱门酒肉臭，路有冻死骨”“添砖加瓦”。节约光荣，浪费可耻，究竟什么时候才不是一句空话？我等待着厉行节约，反对浪费蔚然成风的那一天，而这需要我们共同的努力。

我心里有一簇迎着烈日而生的花，比一切美酒都要芬芳，它名“节俭”。天朗气清，惠风和畅，滚烫的馨香会淹没所有地方。

我的演讲到此结束，谢谢！