

# 最新勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿(实用10篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都觉得很苦恼吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇一

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”，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，在今天的社会里，更显得意义深长。

我们从小就被教育，节约要从小处着手，从一粒米、一滴水做起，然而，节约终究不只是小事，现在的社会有时候变得很陌生，有些时候，节约成了小气被人笑话，更有些时候，节俭却被当成贫穷的表现。我们需要在全社会改变那种所谓的虚荣消费心理和浪费观念，需要重新认识老祖宗留下的千年传统和良好美德。。

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。

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、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；所以今天，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，只有时时处处、点点滴滴都节约，我们才能节约资源，也只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！

学校勤俭节约演讲稿

勤俭节约演讲稿500字

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇二**

勤俭节约是一种人人提倡的美德，所谓“勤”，即勤奋、勤劳；所谓“俭”，即节约，节省。勤俭指的是既要勤劳工作，又要节省着生活，不挥霍浪费，生活的美好才会更持久。作为这个时代的我们，这是一种道德要求。

陈后主贪图享乐，朝廷上下歌舞升平，连起义军的攻打也满不在乎。最终的命运又是怎样，和妃子跳进枯井里的结局成为了千古笑料。

今天，依靠一部《哈利·波特》成为全世界首富行列一员的j·k·罗琳对自己的孩子要求十分严格，不允许他们炫富，告诫他们不能因有一个富翁妈妈而洋洋得意。这些让人们对她的敬仰又增加了几分。一切足以证明，勤俭节约是多么重要。

我国在世界上仍处于发展中国家，南北经济发展不均衡。南方人开着小汽车，住着别墅；而北方一些山区的孩子，到了冬天为添置一件棉袄发愁，上学要翻越好几座山，放学还要帮家里背水。我们难道不应该节俭一些让他们生活更好一点？一些人吃饭总点一大桌子菜，最后吃不完扔掉。多可惜！少点一道菜有可能让一个班的孩子课间多吃一个鸡蛋。如今社会，提倡“光盘”，说的就是节俭，杜绝浪费。

很多人也许认为勤俭节约是小事，与自己无关。但要知道，每个人做一点点，我们省下来的就不只是一点点。虽然学校每年会为我们发作业本，个别同学因为写错一个字，整张纸都撕掉。我们每人节省一张纸，山区的孩子就能得到一摞本。如果看见滴水的龙头，上前拧紧它。要知道，一滴水对于我们不算什么，但对于缺水的地方而言，就是生的希望。

著名政治家、军事家诸葛亮曾提出“静以修身，俭以养德”，让我们从自己做起，从小事做起，节约资源、能源，为这个世界做一点力所能及的事。愿勤俭节约的美德伴随我们成长。

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇三**

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响。有人问：“我能做什么呢？”答案很简单：从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。就这么简单吗？对，就这么简单！

在我们吃饭时使用一次性筷子、白色塑料袋的时候，我们想到节约了吗？在你我们使用电灯、电话、电脑、空调、复印纸的时候，我们做到节约了吗？现在校园的白色垃圾、水龙头关不紧的相像随处可见；购物时所使用的塑料袋也是数不胜数；还有吃饭时所剩的饭粒更是浪费的集中体现。勤俭节约，不仅要从我做起，从小事做起，更要从每一粒饭粒做起。

勤俭节约，不是一时的、而是永恒的话题。勤俭节约，从我

做起，就要从思想上崇尚俭朴，以勤俭节约为荣、铺张浪费为耻，抛弃“家大业大，浪费点儿没啥”的思想。“千里之堤，溃于蚁穴，”有些看似点滴的浪费，就像“蚁穴”一样，侵蚀着坚固的根基。我们要舍得吃大苦、耐大劳，把勤俭节约当成战胜困难的传家宝。

同学们，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。平凡与不凡只一步之遥，从我做起，从节约一滴水、一度电、一克煤做起，从自身做起，持之以恒，就是成功者，就是伟人。

同学们，我们是浪花里的一滴水，我们是一滴水，就要滋润一寸土地！

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇四**

食物一半是茶粥，衣服一半是补丁。

用餐不要提前，做事不要拖后。

香是红糖香，长吃靠糍粑。

求人所得的美味佳肴，不如自己所积的清茶淡饭。

食物香在舌到喉。

除夕奢侈初一断，初十奢侈祭祀断。

人的食物多了好，牲畜食物少了好。

不受苦，不知福。

饿时控制吃，渴时控制喝。

饿时吃萝卜根，饱时肉也剥皮。

富时供食子，穷时等供水。

千辛万苦所得的财富才长久。

吃人空的财产，需要铁唇齿。

若想穿好衣，就要少吃喝。

夏季未过前，备好过冬食。

酥油茶虽好喝，要喝长久靠青茶。

若是开支无限度，就是国库也会空。

新年未到换新衣，到了新年出洋相。

今日喝酒，明日喝水。

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇五**

在中国，有上下五千年的历史，然而，勤俭节约是一直伴着我们的。

回头看看过去，那战争年代，什么都没有，衣服是破旧的；饭菜是馊了的；用品捡拾的，人们都过着勤俭节约的生活，因此，才有了现在的好日子。

看看现在，河水被污染了，所有人出门都戴着口罩；树木伴随着鸟儿凄惨的叫声被伐木人用斧头砍倒。而我们，却对这

用大自然的子孙换来的东西不加以爱护，反而开始了肆无忌惮的浪费。举个简单的例子，在贫困山区生活的那些孩子，只有一个书包，却可以用上七八十年甚至一两代。而生活在城里的孩子，一个崭新的书包只用两三天就要换新的。看完这明显的对比，你一定会有所熟悉吧，因为，那有可能就是我们自己。

给大家讲个故事吧！

从前，有一个人，他提倡勤俭节约，反对铺张浪费，有一次，他看一个人整天游手好闲，还天天把饭菜都倒了。后来一打听，他是个有名的商人，不过他认为，既生活已经创造好了，就应该享受！提倡节约的人说：“我敢保证，不出三年，他就失去一切。”果真，两年不到，这个人就被巨大的债务压得喘不过气了。原来，他整天花天酒地。在外欠下了不少的债。终于有一天，他上吊自尽了。

别人都问预计商人死的人：“你怎会知道？他会一无所有呢？”

“如果创造了生活，却不懂得节约，又有什么用呢？”那个人解答道。

同学们，诸葛亮曾经说过：“静以修身，俭以养德。”让我们一起向那节俭生活，去奋斗、去前进吧！

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇六**

- 1、流水是大自然不息的血液，破坏水源等于污染自己的鲜血！
- 2、节约用水，浪费可耻。
- 3、水是生命之源，请节约每一滴水。

- 4、有荒节约度荒，天荒节约备荒。
- 5、披着破大氅的，往往是个好酒徒。
- 6、节约每滴水，造福全人类。
- 7、节约用水、保护水资源，是全社会共同责任。
- 8、一勺勺积累的东西，不要用桶倒出去。
- 9、家有万石粮，挥堆不长。
- 10、节约用水，请从身边做起。
- 11、建设节约型社会，走循环经济道路，节约水光荣，浪费水可耻。
- 12、一滴清水，一片绿地，一个地球。
- 13、节省下来多少，就是得到多少。
- 14、不喝酒，不抽烟，三年省下无数钱。节俭是致富的秘诀。
- 15、世界上有10亿人缺少饮用水！请把河流与净水留给所有人！
- 16、谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。
- 17、知足是天然的财富，奢侈是人为的贫困。
- 18、思前顾后，吃穿常有。精打细算，油盐不断。
- 19、今天不节水，明天无泪流。
- 20、当用则万金不惜，不当用一文不费。

# 勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇七

- 1、通过活动，使学生懂得勤俭节约的道理。
- 2、懂得从小自觉养成勤俭节约的好习惯。要从平时的一滴做起；从我做起，从身边的小事做起，为创建节约型社会做贡献。
- 3、积极投身于“全民节约，共同行动”中，争当节约小标兵，健康快乐地成长。

本班教室

一、出旗。

二、唱队歌。

三、中队长讲话：（主持人）敬爱的老师们，亲爱的少先队员们，我节约，我快乐主题班队活动现在开始。

（一）了解节约：

主持人：同学们，有一首古诗，我们代代传唱，首先让我们欣赏一下。

配乐诗朗诵悯农。

主持人：这首诗告诉我们每一粒粮食都是农民伯伯辛辛苦苦种出来的，我们要节约每一粒粮食。其实在我们生活中要节约的何止一粒米，节约是我们中华民族的优秀传统，从古到今，就有许多节约的感人故事，为我们树立了很好的榜样。下面就来听几个节约故事吧！



## 1、讲勤俭节约的故事。

(1) 毛泽东要求别人的自己首先做到。他一生粗茶淡饭，睡硬板床，穿粗布衣，生活极为简朴，一件睡衣竟然补了73次、穿了20年。经济困难时期，他自己主动减薪、降低生活标准，不吃鱼肉、水果。上世纪60年代，有一次他召开会议到中午还没有结束，他留大家吃午饭，餐桌上一大盆肉丸熬白菜、几小碟咸菜，主食是烧饼。

(2) 周恩来总理勤俭节约的故事，妇孺皆知，成为美谈。他一贯倡导勤俭建国、艰苦奋斗，要求“一切招待必须是国货必须节约朴素，切忌铺张华丽、有失革命精神和艰苦奋斗的作风”。朱光亚同志曾回忆过这样一则故事：1961年12月4日召集专门委员会对当时第二机械工业部的一个规划进行审议，会议从上午开到中午还没结束，周总理留大家吃午饭。餐桌上是一大盆肉丸熬白菜、豆腐，四周摆几小碟咸菜和烧饼。周总理同大家同桌就餐，吃同样的饭菜。

(3) 英国女王伊丽莎白二世经常说的一句英国谚语是“节约便士，英镑自来”，每天深夜她都亲自熄灭白金汉宫小厅堂和走廊的灯，她坚持皇家用的牙膏要挤到一点不剩。号称“车到山前必有路，有路必有丰田车”的日本丰田公司，在成本管理上从一点一滴做起，劳保手套破了要一只一只的换，办公纸用了正面还要用反面，厕所的水箱里放一块砖用来节水。

主持人：

### (二) 演一演、说一说身边的浪费行为。

1、一个队员坐在位子上写字，写着写着，错了一个字，他立刻把写错的纸撕掉，写着写着，又错了一个字，他立刻把写错的纸又撕掉，终于写完了，他把撕下来的纸看夜不看直接扔到了废纸篓。

2、谢佳萌坐在中央，伸出手当水龙头，介绍：我是小小水龙头。马宁泽，大汗淋漓，一边擦汗，一边说：“真热呀，我得到水龙头上冲一冲”，于是在“龙头”上洗手。杜雪娇跑过来边走边说：“洗手喽，洗手喽。你让开。”两人同用一个水龙头，说着“走开，你走开”争抢起这个水龙头，互不相让。后来干脆玩水。忽然上课铃声响了，两人说：上课啦，快去教室，撒腿就跑。水龙头喊：“快过来把握关掉，关掉”。

主持人：以上这两种行为属于什么行为？你看了有什么感想？

队员：浪费行为，我们应该节约用水，不应该浪费。

主持人：是啊，浪费真可惜，你生活中还见过哪些浪费的行为？

（三）交流有关浪费造成的危害报告：

一小组：

## **勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇八**

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。

勤俭是咱们的传\*啊，社会主义建设离不了。可以看到全国自上而下都在为建设节约型社会而努力。就拿正在召开的政协会议来说，本着节俭和环保的原则，将会期缩短到了8天半。政协委员的食宿都安排都力求节约。集中住宿，减少车辆往来接送造成的浪费；委员们下榻的房间内，也没有提供一次性的洗漱用品。为了节约纸张，尽量减少纸质文件的传送和打印，而将提案用电子文档传到委员们的电脑上。

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、饮水机的時候，是不是刻意的节约了一度电？在我们复印打印文件的时候是不是把纸张两面使用，节省了一张纸？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。

我还想特别提到的是节约用水，因为再过几天(3.22)就是“世界水日”。水，作为生命之液哺育着人类和天地间万千生物。在因为人口增长、不合理使用、污染和全球变暖时，地球的生命之源已经向人类亮出黄牌。长期以来，人们普遍认为水是“取之不尽，用之不竭”的，不知道去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否知道我国水资源人均占有量仅为世界人均占有量的四分之一，随着我国社会和经济的发展，水的缺口越来越大，目前我国农村还有3000多万人饮水困难，全国有110多个严重缺水的城市。人为的浪费和没有合理利用水源以及严重的污染等问题，使水资源更加缺乏。

节水，是国情所迫。一场大旱，举国关注，因为抗旱关乎13亿人的“吃饭”问题。不仅立足当下抗旱，还需着眼节水才是长远之计。从中央到地方，各级政府都在千方百计投入大量财力物力，增加抗旱水源。可还是有一些农民家庭已经注定粮食要颗粒无收了。合理利用水资源，开源节流已经是农业发展的当务之急。

还有，在我国西北的严重缺水地区，有很多家庭每天的用水要依靠肩担手提，甚至赶着牲口走几十里山路驼运。洗脸已经是很奢侈的事情了。大家也知道有的地方人一辈子只洗一次澡。幸好从xx年中国妇女发展基金会发起了“母亲水窖”行动，修建水窖10万多眼，帮助120多万老百姓的摆脱了生存困难。面对这些我们还有什么理由不节约用水。

今后在当你眼睁睁的看着水龙头滴答滴答没有拧紧时，你是不是能伸把手把它拧紧?在你下班离开办公室时，会不会检查一下关没关电脑、打印机?不过现在已经让人感到欣慰的是许多人养成了两面使用打印纸的习惯;大家都很乐意使用节能灯具;以前办公室用纸发的通知、文件，现在也改成了电子文档，推进了无纸化办公。

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。

## 勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇九

龙头用后随手关 主动节约心自宽 滴水成河化做海 可观

离屋随手将灯关 节约意识记心间 勿以善小而不为 称赞

日积节约水石穿 月累浪费船易翻 不重节能轻浪费 明言

勤俭是咱传家宝 生产建设离不了 晨夕起居从我做 节约好

太阳光 金亮亮雄鸡唱三唱

花儿醒来了鸟儿忙梳妆

小喜鹊造新房小蜜蜂采蜜糖

幸福的生活从哪里来要靠劳动来创造

青青的叶儿 红红的花小蝴蝶贪玩耍

不爱劳动不学习我们大家不学它

要学喜鹊造新房要学蜜蜂采蜜糖

劳动的快乐说不尽劳动的'创造最光荣劳动的创造最光荣

太阳光 金亮亮雄鸡唱三唱

花儿醒来了鸟儿忙梳妆

小喜鹊造新房小蜜蜂采蜜糖

幸福的生活从哪里来要靠劳动来创造

青青的叶儿 红红的花小蝴蝶贪玩耍

不爱劳动不学习我们大家不学它

要学喜鹊造新房要学蜜蜂采蜜糖

劳动的快乐说不尽劳动的创造最光荣劳动的创造最光荣

甲：生产好比摇钱树；

乙：节约好比聚宝盆；

丙：节约就是大收成；

丁：——大收成。

甲：节约节约，积少成多，

乙：一滴两滴，汇成江河，

丙：历览前贤国与家，兴旺发达靠节俭， 丁：——节约发达。

甲：黄金本无种，出自勤俭家，

乙：行船靠掌舵，理家靠节约，

丙：紧紧手，年年有，

丁：——年年有。

甲：细水长流，吃穿不愁，

乙：囊中未空先节约，

丙：一天省一口，一年省一斗，

丁：——富有。

甲：惜衣有衣穿，惜饭有饭吃，

乙：爱衣常暖，爱食常饱，

丙：省下烟酒钱，急难免求人，

丁：——自力更生。

甲：三年烂饭砌高楼，

乙：今日省把米，明日省滴油，来年买头大黄牛。 丙：三年不喝酒，买头大水牛。

丁：——乐呀！

甲：省吃餐餐有，省穿日日新。

乙：家有千金，不点双灯。

丙：冬不节约春要悉，夏不劳动秋无收。 丁：——惨。

甲：钱是一块一块上万，麦是一颗一颗上屯。 乙：细雨落成河，粒米凑成箩。

丙：一星半星，凑两成斤。

丁：——积少成多。

甲：日储一勺米，千日一石米。

乙：十匙合成一块煤，不算多，千块煤炭堆成坡。 丙：一滴油，不算多，点点滴滴汇成河。 丁：——汇成河。

甲：一两煤，一块炭，积少成多煮熟饭。 乙：丰收当筲，丰收收万石，也要粗茶淡饭。 丙：粮食打进仓，莫忘灾和荒。

丁：——不能忘。

甲：粮再多，野菜也要备几锅。

乙：糖菜半年粮。

丙：大吃大喝顾眼前，省吃俭用度灾难。 丁：——度难。

甲：有勤又有俭，生活短期又甜。

乙：不珍视秋天的人，不会真正爱春天。 丙：不珍惜果实的人，不会真正爱花朵。 丁：——不会生活。

甲：一粒米，一滴汗。

乙：一粥一饭，当思来之不易。 丙：半丝半缕，恒念物力维艰。 丁：——忆苦思甜。

甲：衣食俭中求。

乙：布衣暖，菜根香。

丙：布袍草履耐风寒。

丁：——耐风寒。

甲：食不过佳，充饥则可。

乙：思前顾后，衣食常够。



丙：吃千吃万，不如吃饭。

丁：——吃饭。

甲：论吃还是家常便饭，

乙：论穿还是粗布衣。

丙：粗茶淡饭，吃得清单。

丁：——很好。

甲：借人衣，不整齐。

乙：一勤二俭三节约。

丙：节约免求人，

丁：——不求人。

甲：若要生活好，

乙：勤劳节俭、储蓄三件宝。

丙：耗子还存三分粮。

丁：——储蓄好。

甲：粮头不俭，粮尾喊饭。

乙：春天种下秋天收，如今存下将来用。 丙：吃不穷，穿不穷，算计不到一世穷。 丁：——穷！

甲：一斤粮，千粒汗，省吃俭用细打算。 乙：宽打窄用，有备无患。

丙：零帐怕整算。

丁：一一怕整算。

甲：精打细算半年粮。

乙：算了再用常有余，用了再算定亏空。 丙：走路请你看风向，穿衣吃饭量家当。 丁：一一思量。

甲：常将有日思无日，莫待无时思有时。 乙：当共的，十个钱要花。

丙：不当花的，一个钱要省。 丁：一一恰当。

甲：当用则万金不费。

乙：由俭入奢易。

丙：由奢返俭难。

丁一一难。

甲：吃饭不忘农人苦，

乙：穿衣不忘工人忙。

丙：喝水不忘掘井人。

丁：一一饮水思源。

甲：吃饭穿衣看家底，学习工作要努力。

乙：只与人家赛种田，莫与人家比过年。

丙：节约是环保，节约是创造。

合：——是创造

## 勤俭办企措施 勤俭节约发言稿勤俭节约演讲稿勤俭节约的演讲稿篇十

每当提到勤俭节约时，有些人会很自豪，因为他们每天都很勤俭、节约。也有些人会感到惭愧，因为他们每天不勤俭也不节约。对于我而言，在生活中我有几分勤俭也有几分节约。

勤俭节约是我们每个人都应该做的事情。勤俭了才能知道东西来之不易，才知道珍惜，珍惜了才能节约，不勤俭哪有节约啊！

每次去旅游胜地时，我都会发现有很多人把没有喝完的水给扔了，当时就想把瓶子捡起来给他们，让他们把水喝完，并告诫他们不要浪费。在一些酒店里，尤其是自助餐厅有很多很多剩菜剩饭，有一些年轻人明明吃不了那么多，他们还拿那么多，我就很气愤。

在家里，妈妈上厕所的时候经常忘了关灯，每次我都及时的帮妈妈把灯关掉。有的时候爸爸放水放过了头，水溢出来了，但爸爸没听见，我就替爸爸关了水龙头。记得我小的时候吃饭经常掉米粒，爸爸就教育我不要浪费，这些米是爷爷在老家辛辛苦苦，一滴汗一滴汗种出来的。上学后学了“锄禾日当午，汗滴禾下土。”我理解了这句话的含义。

勤俭节约应从自我做起，自己做好勤俭节约，身边的人也会受到影响，也会变的勤俭节约。一个传给一个，一个影响一个，慢慢的全社会都会形成勤俭节约的风气。

我们中华民族的优良传统才会传承下去，我们的国家才会变的更加富强。