

# 勤俭节约的演讲稿(汇总8篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

## 勤俭节约的演讲稿篇一

同学们：

勤俭自古为美誉，节约至今是佳称。

这一流传至今的古联说的便是勤俭节约这一中华民族的传统美德。

勤俭节约是中华民族的优良传统和美德，奢侈浪费自古为人所不齿

但是，勤俭节约这种美德却在我们这一代人的意识中逐渐淡薄了，在生活上互相攀比、铺张浪费的不良风气正在同学间悄然形成关于勤俭节约演讲稿精选3篇演讲稿。

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

他们又是否想过，他们所花的是父母辛苦工作赚来的血汗钱呢？在人们花高价买来各种各样名牌服饰时，他们是否想过节约呢？虽然现在我们的国家富强了，我们的家庭富裕了，但我们不能忘却勤俭节约的美德。

历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。

一个个因浪费奢侈而亡国的教训近在眼前，难道我们想重蹈覆辙吗？勤俭不仅是持家之道，更是立国之本。

让勤俭成为一种风尚 敬爱的老师们、亲爱的同学们： 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。

勤俭更是一种修养，你的一举一动都会无形地被人们所记录下来。

在物质 匮乏的时候理应勤俭，在物质富足的时候，同样不能忘记 勤俭 ，看似关乎物质，其实关乎精神，一个勤俭的人，其做事必然是有条理的关于勤俭节约演讲稿精选3篇关于勤俭节约演讲稿精选3篇。

勤俭也不仅关乎空间、更关乎时间，当你有条理地做事时，你的生命在延续，正如时下流行的 低碳生活 ，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己的衣物，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，是我们自己，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。

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。

谢谢大家！

敬爱的老师，亲爱的`同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：《勤俭节约，从我做起！》。

记得我刚踏入小学的大门，老师就教我们背诵一首诗：锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

从小，老师就教我们要勤俭节约！

千百年来，勤俭节约一直是中华民族的传统美德。

有同学会问：勤俭节约，我能做什么？答案很简单：从我做起，从身边的小事做起！

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 而事实上，往往是我们不经意间造成了诸多浪费。

卫生间水龙头依然滴滴答答地响着，有时甚至还听到哗哗的流水声 其实稍加注意，我们可以做得更好，但往往我们却忽视了这些细节。

为什么?为什么会出现这样的现象?关键是我们的脑中没有节约的意识，更没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

同学们，勤俭节约不是一时的、而是永恒的话题。

将会带动社会发展一大步!只有我们时时处处、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，我们的地球家园才会永远美丽富饶!

同学们让我们用实际行动来为建设节约型社会、节约型校园、节约型家庭而努力吧!

谢谢大家!

1.勤俭节约演讲稿

2.勤俭节约的演讲稿

3.勤俭节约演讲稿学生

4.厉行勤俭节约演讲稿范文

7.勤俭节约从我做起演讲稿

8.关于勤俭节约的演讲稿范文

## 勤俭节约的演讲稿篇二

尊敬的老师，亲爱的. 同学们：

大家好！

我们从牙牙学语起，第一个会发的音是“妈妈”，第一个会写的词是“中华”，会唱的第一支歌是《我爱北京天安门》。从那时起，稚嫩的心啊，就一心向着我们的祖国“妈妈”。人生道路上十七个春、夏、秋、冬，我们很庆幸，时时充满欢乐，处处铺满鲜花，老师曾教导我们，只有祖国的富裕和强大，才能使幸福之花永放光华，因此，为了使我们的民族屹立于世界之林，使这个发展中国家在世界上站稳脚跟，从此刻起，务必发扬勤俭节约的传统美德，因为只有节约，幸福之花才能永放光华；只有节约，中华民族才能屹立于世界民族之林！

勤俭节约是中华民族的传统美德，中国古代就有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢”的说法。有的同学会问：“此刻我们的生活这样好了，还需要勤俭节约吗？”我的回答是：“当然需要。”勤俭节约是一种美德，也是一种精神，它不以物质是否丰富为前提。

生活贫困要勤俭节约，生活富裕也要勤俭节约。俗话说：坐吃山空。历史上“今日花天酒地，明日乞讨过街头”的例子屡见不鲜。我国五代时期有李存审“赠簇教子”的故事，李存审出身贫困，40年为国征战，100多次被敌箭射中骨头，之后他做了大官，看到孩子们整日吃喝玩乐，从小娇生惯养很不放心，他就把过去从骨头中拔出的箭头送给孩子，告戒他们不要忘记勤俭节约，并说“当知尔父起家如此也。”

我国西部地区和一些偏远的山区，经济比较落后，生活在同学勤俭节约，为改变自己和家乡的命运而奋斗。

随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵更加丰富，继承这种精神要从此刻做起，古人的话这天仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。意思是说，节约是美德中的最大美德，奢侈是邪恶中的最大邪恶。如果我们从此刻起，节约没一滴水，那么日积月累，我们就可能节约一个江河；节约没一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，我们就可能节约一个小型发电站！那么，既然节约这么重要，就让我们从此刻起，为了使我们的国家更加富强，幸福之花绽放光华而努力奋斗，养成勤俭节约的好习惯吧！

### 勤俭节约的演讲稿篇三

看到我坐在玩具堆里又在修补那些破旧的玩具，妈妈再一次笑我是“小抠门儿”、“破烂王”，说我完美地继承了外婆的光荣传统——外婆一辈子勤俭节约，一辈子都“不舍得”，针头线脑不舍得扔，漂亮的新衣服不舍得穿，家俱电器用了几十年都不舍得换——而我，也大有“青出于蓝而胜于蓝”的趋势：从小到大，玩具破得散了架我也不嫌弃，修修补补照样当宝贝一般；穿衣服，新的、旧的、打补丁的（当然，“补丁服”妈妈可从不让我穿出家门），从不挑拣，我可不是那种“喜新厌旧”之人；一日三餐，粗的、细的、米饭、馒头、红薯、土豆、牛排、大虾，有啥吃啥，每顿饭我都吃得香着呢，所以妈妈既为我“好养活”而高兴，又很有些为我的“小胖”而烦恼！

外婆常说“一粥一饭，当思来之不易”、“精打细算，才能油盐不断”。她时时强调“节约”二字，并身体力行，带头节约用水、节省用电、不铺张浪费、不乱花钱。在家里，我便也习惯了不挑食不剩饭，将看过的报纸、用过的草稿纸收集起来，也会用淘米水洗碗、浇花，用洗衣服的水拖地，用洗过菜的水冲厕所，随手关灯、关电源，减少空调、电器的使用……就是这些点点滴滴的小事在潜移默化中让我养成了勤俭节约的好习惯。上周，美术老师要求带8个牙膏盒，好些

家长只好临时去超市买一大堆牙膏回来，可我呢，平时收集的这些盒子可真就派上用场了呢！

这学期学校也要求我们养成勤俭节约的好习惯，5月5日，我们还在申琪妈妈的组织下来到岳麓山开展了这一主题的亲子活动，我们沿途捡拾可回收垃圾，还向路人宣传“节约”意识、派发我们自制的精美卡片。午餐是最有趣、最激动人心的时刻，同学们真正体会到了“光盘”行动的意义——能吃的一星半点都没剩下！大家开心地说，如果盘子能吃的话，估计也会被我们抢着啃掉的！

从小，我们就知道“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”今天通过这些身边的小事，使我更加了解到勤俭节约不仅是一种传统的美德，它更是一种深沉的智慧。“聚沙成塔、集腋成裘”，它需要一沙一石的凝聚，一草一木的积累。勤俭节约不光是节约能源、节约时间、节约成本、节约金钱，它也蕴含着生命中的哲理。一个懂得勤俭节约的人，他一定是生活中的智者，一定是位勤于思考、善于制定计划的人；一个懂得勤俭节约的人，他也一定会科学地管理自己的时间与金钱，不挥霍不浪费，用最明智的方法利用他一生所拥有的最宝贵的资源。

有人说“由俭入奢易，由奢入俭难”，一旦习惯了大手大脚胡乱花费，若想再回到以前艰苦朴素的阶段，那会是多么痛苦与艰难的事情！要我说，勤俭节约并不需要借助很强大的外力，有时它很可能只要我们在适当的时候提醒自己“稍微克制一下”而已——珍惜每一粒粮食、节约每一滴水、节省每一度电、合理利用每一张纸、少买一件衣服、少点一个菜、少开一天车……勤俭节约，有时候就是举手之劳，有时候只在一念之间！

一个人就像一滴水，一滴水的力量是微弱的，但无数滴水便能凝结成一朵浪花，千万朵浪花就能汇集成波涛汹涌的大海！一个人的力量微弱的，但无数人的力量便会凝聚成无坚不摧

的强大能量。

勤俭是美德，节约无小事！让我们从身边的小事做起，从我做起，将“勤俭节约”这一传统美德传承下去发扬光大！

## 勤俭节约的演讲稿篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

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。

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……往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水、地上到处洒落的粮食……其实稍加注意，我们可以做得更好，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。

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！

## 勤俭节约的演讲稿篇五

亲爱的`老师、同学们：

大家好！

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。。

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，往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水、地上到处洒落的粮食，其实稍加注意，我们可以做得更好，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。

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！

谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇六

敬爱的老师，亲爱的.同学们：

作为国家的未来和希望，我们做到勤俭节约了吗？在食堂垃圾桶里，每天都有吃了半碗的米饭，剩了半杯的豆浆，咬了一口的荷包蛋或是没动几下筷子的菜；笔记本没用几页便随手撕掉扔在一边；在“某宝”上看见了喜欢的东西，或者为了追求潮流而一边喊着“剁手”一边加入自己的购物车……生活水平越来越高，各种消费品极大地丰富起来，面对种种诱惑，我们能否控制住自己的双手和内心呢？科技一天天的进步，未来的物质生活定将更加丰富。作为未来舞台的主角，在座的同学们更应该懂得如何抵御物质生活的诱惑，做一个理智、冷静、有自制力的人。

萨迪在《蔷薇园》中写：“谁在平日节衣缩食，在穷困时就容易过难关；谁在富足时豪华奢侈，在穷困时就会死于饥寒。”

”若是一味铺张浪费，再巨大的财富也终将挥霍一空；若是懂得勤俭节约，再窘迫的生活也终将峰回路转。

反对铺张浪费，坚持勤俭节约，从我做起，从我们每一个人做起！

## 勤俭节约的演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

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。

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……往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水、地上到处洒落的粮食……其实稍加注意，我们可以做得更好，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。

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！

## 勤俭节约的演讲稿篇八

尊敬的各位老师、同学们：

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！