

2023年勤俭节约国旗下讲话演讲稿(汇总10篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇一

同学们：

节约是一种美德，是一种责任，也是一种义务，更是一种使命。

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！

节约，实际行动比说任何好话都实在的多。我们每个人都应参与节约行动，“众人拾柴火焰高”，只有集大家所有的力量，并持之以恒，才能真正缔造一个节约型校园。一分耕耘

一分收获，再好的良田，假如不勤于耕种，如何能有收成？同样有了收成，挥霍成性，再多的收成都会在转眼间化为乌有。可见要想取得收获，离不开“勤”与“俭”。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果。

同学们，让我们从身边的小事做起，做一个“以勤俭节约为荣、以奢侈浪费为耻”的好队员！

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇二

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！我叫xxx今天，我走上讲台演讲的。题目是：“节约每一滴水”，我相信一些不节约水的人听了会有所启发，以后会节约水源。

世界的最后一滴水将是人类的泪水。我们中国是12个贫水国家之一，由于人们的浪费，水源越来越少了。因此，我们要尽力保护水源。但是，生活中还有很多浪费水的现象，比如：有些小朋友买来水枪装满水到处射水；还有一些学生洗完碗或洗完手以后都不关水龙头，浪费了许多水；甚至还有些人打水仗，把水随便泼洒……。我国人均水源量占全世界的五十几名，最近云贵高原那里长时间持续干旱，使得那里的居民生存面临着严重威胁，针对这个问题，我们中国13亿要养成节约用水的意识。

因此，我在这里向大家呼吁：“我们要节约水，合理利用水资源。

我希望大家能好好保护水资源。

谢谢大家！

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇三

节约乃中华民族的传统美德，我们应该弘扬先辈们的节俭精神。节约是强大力量的储蓄。节约一粒米，粒米攒成筐；节约一滴水，滴水汇成河；节约一度电，点亮一片天；节约一分钱，报答父母恩。

节约一粒米。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”道出了那来之不易的粮食里面饱含着农民点点滴滴的心血，我们应该珍惜他们的劳动成果。但是，校园里，浪费粮食的现象处处可见，尤其是餐厅里乱扔馒头，乱倒饭菜的现象屡见不鲜。或许我们的盘中菜称不上美味佳肴，与那些山珍海味比起来稍逊一筹，但是相比那些因饥饿而死亡的人，我们是幸福的。同学们，从现在做起，从我做起，珍惜一粥一饭，节约一点一滴。

节约一滴水。水是我们的生命之源，没有水我们的生命将无从谈起。同学们，在水房洗漱时，你随手关掉过水龙头吗？那哗哗的流水声中，你就听不见地球的哭诉吗？你可曾想过，你那小小的关水龙头的动作，就能拯救千万人的生命。同学们，从现在做起，从我做起，节约用水，拧一拧水龙头，不要让地球的最后一滴水成为人类的眼泪。

节约一度电。记得小学时学过一句话：有了电，多方便。假如没有电，我们的生活将不堪设想。我们应该珍惜电给我们的生活带来的幸福。但是，浪费电的现象处处可见。教室里忘记关灯的事也时常发生。太阳当空照电灯依然亮，这么不必要的浪费是可耻的。无人时随手关灯，节约一度电，生活更灿烂。

节约一分钱。同学们，每次开学时父母都会给我们带一些零花钱，但是，你可知道，这些零花钱是父母用心血换来的。请不要用父母的血汗钱去干一些与学习无关的事，请不要用父母的血汗钱去满足你馋嘴的欲望，请不要用父母的血汗钱去游戏人生。同学们，从现在做起，从我做起，节约零花钱，

珍惜血汗钱。

节约莫怠慢，积少成千万。同学们，让我们携起手来，从现在做起，从我做起，从小事做起，厉行节约，严禁浪费。

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇四

尊敬的老师们，亲爱的. 同学们：

大家好！

勤俭节约是我们中华民族的传统美德！人人都懂得节约光荣，浪费可耻！

勤俭节约应该从小做起，我们中国有13亿人口，耕地面积却很少，我们要节约每一粒米，你看现在的人们，出去吃饭，浪费的现象特别严重。每桌的饭菜只吃了不到三分之一，也不打包，全部倒掉了，多可惜呀！锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。难道他们就忘了吗？农民伯伯种粮食多么不容易啊！据统计，每年中国所浪费的粮食是2亿人口一年的口粮。这数字触目惊心啊！我们赶快行动起来，加入到光盘的行动中吧！

水是生命的根源！没有水就像没有了阳光，花不会开，草不会绿，我们更不会正常的生活！所以我们要节约每一滴水！更不要污染水资源！平时把洗菜的水可以浇花，冲厕所。不光我们这样做，还要倡议周围的人也要节约用水！

一度电可以照亮千万家！我们要节约每一度电，平时要把所有的电源拔掉，以免待机状态中的电量流失。我们每天节约一度电，就能节约上万吨煤。

勤俭节约要从小学生做起，平时我们要节约一度电，一滴水，一张纸…。要知道这些物质的来之不易，我们要做个新时代

的好少年，把勤俭节约的传统美德发扬光大！

在此

敬礼！

姓名□xx

时间□20xx年xx月xx日

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇五

同学们：

你会不会因为浪费一滴水而惋惜？你会不会因为浪费一张纸而羞愧？你会不会因为浪费一粒米而自责？你会不会因为浪费一度电而难过？节约乃中华民族的传统美德，我们应该弘扬先辈们的节俭精神。节约是强大力量的储蓄。节约一粒米，粒米攒成筐；节约一滴水，滴水汇成河；节约一度电，点亮一片天；节约一分钱，报答父母恩。

节约一粒米。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”道出了那来之不易的粮食里面饱含着农民点点滴滴的心血，我们应该珍惜他们的劳动成果。但是，校园里，浪费粮食的现象处处可见，尤其是餐厅里乱扔馒头，乱倒饭菜的现象屡见不鲜。或许我们的盘中菜称不上美味佳肴，与那些山珍海味比起来稍逊一筹，但是相比那些因饥饿而死亡的人，我们是幸福的。同学们，从现在做起，从我做起，珍惜一粥一饭，节约一点一滴。

节约一滴水。水是我们的生命之源，没有水我们的生命将无从谈起。同学们，在水房洗漱时，你随手关掉过水龙头吗？那哗哗的流水声中，你就听不见地球的哭诉吗？你可曾想过，你那小小的关水龙头的动作，就能拯救千万人的'生命。同学们，从现在做起，从我做起，节约用水，拧一拧水龙头，不要让

地球的最后一滴水成为人类的眼泪。

节约一度电。记得小学时学过一句话：有了电，多方便。假如没有电，我们的生活将不堪设想。我们应该珍惜电给我们的生活带来的幸福。但是，浪费电的现象处处可见。教室里忘记关灯的事也时常发生。太阳当空照电灯依然亮，这么不必要的浪费是可耻的。无人时随手关灯，节约一度电，生活更灿烂。

节约一分钱。同学们，每次开学时父母都会给我们带一些零花钱，但是，你可知道，这些零花钱是父母用心血换来的。请不要用父母的血汗钱去干一些与学习无关的事，请不要用父母的血汗钱去满足你馋嘴的欲望，请不要用父母的血汗钱去游戏人生。同学们，从现在做起，从我做起，节约零花钱，珍惜血汗钱。

节约莫怠慢，积少成千万。同学们，让我们携起手来，从现在做起，从我做起，从小事做起，厉行节约，严禁浪费。

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇六

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、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！

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇七

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。本站小编为大家整理了国旗下关于勤俭节约的演讲稿3篇，希望对你有帮助。

老师，同学们：

大家早上好！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”。这首古老的诗，它世世代代告诫我们幸福生活来之不易，千百年

来，勤俭节约一直是中华民族的传统美德。

本周一是10月31日，也是“世界勤俭日”，我也是从电视上才知道的。勤俭这个词似乎被人们淡忘了。同学们，周恩来勤俭节约的故事，妇孺皆知，成为美谈。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20xx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。伟人在勤俭节约方面已为国人做出了表率，我们应该向他们学习，如今生活条件已没有那么的艰苦，但我们，仍不能铺张浪费，仍要勤俭节约。

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，往往是我们无意中造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；阳光明媚的日子，教室里还亮着电灯；吃完饭，地上到处洒落着米粒；洗完手，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；更有人把早餐剩下的钱乱花，购买三无产品，还为我们制造垃圾……种种的不经意，种种的一点点，你们可曾有过一丝的怜惜？有过一丝自责？这一切的一切，是因为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。

勤俭，中华民族的优良传统，勤俭，是一种品行，是一种素养，是一种美德。勤俭节约不应被埋没于典籍的故纸堆里，不能仅仅是口头上的一句空话，同学们让我们用实际行动来为节约型校园而努力吧！我向大家发出倡议：做勤俭节约的好少年，坚持从我做起，从现在做起、从小事做起。

曾几何时，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响；

曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训仍在心头萦绕；

曾几何时，伟大领袖毛泽东掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人艰苦创业、自力更生。

“勤俭节约、艰苦创业”这个古老而又年轻的命题，如今重又被赋予新的历史使命和战略意义。一个企业离不开水，电，煤，纸，企业的生产成本是不能太多的浪费在这些上面。就在我们提前并网发电，供电量、利润等指标节节攀升的时候，一份份煤炭涨价的传真文件雪片似的飞来！这犹如一个晴天霹雳，给了我们当头一击。公司一个月需燃煤约2.8万吨，而煤价上涨幅度已接近200元/吨，一个月影响净利润560万元！一年呢？这是怎样的一笔损失啊？我们正经历严峻的考验，节能降耗，节能降耗，每个人都在思考这个问题。

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。

就这么简单吗？

对，就这么简单！

在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、复印纸、公文纸的时候，我们做到节约了吗？想起一句古话：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史反复证明了这个道理：奢”能败国、败家、败自己。古罗马四处征战，有一支欧亚大陆最强悍的军队，但却因为骄奢*逸致使古罗马四分五裂。素以能征善战著称的满清“八旗兵”，短短几十年挥师入关，建立了中国历史上最后一个强盛的封建国家，但他们逐渐沉湎于轻歌曼舞、锦衣玉食之中，最终昏聩腐朽，丧权辱国。“八旗子弟”也成为纨绔和低能的代名词。

历史和现实告诉我们：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,一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的企业是难以持续发展的。

节能降耗不是一时的、而是永恒的话题。

节能降耗,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。

节能降耗,从我做起,就是要在作风上艰苦创业。在残酷竞争的市场中,我们是创业者,奋斗者,而不是享乐者,逍遥者,我们要舍得吃大苦、耐大劳,把艰苦奋斗当成战胜困难的助推器,把勤俭节约当成战胜困难的传家宝。

尊敬的各位评委、老师、亲爱的同学们!

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！

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇八

亲爱的老师、同学们：

大家好!

大自然赐予我们世界万物，我们怎能不珍惜?从粮食蔬菜到图书文具，都是劳动者们共同创造出来的，那里面不知包含了多少汗水啊!你们知道吗?省下一颗粮食，也许就可以救活一个生命。“谁知盘中餐粒粒皆辛苦!”一米一粟都来之不易，惜粮节米应从我们自身做起。

世间万物，鸟叫虫鸣，一点一滴都离不开大自然母亲的怀抱。我提倡：一、节约用水、电、气、钱、文具等。二、不乱买东西，不需要的就不要。三、废纸箱、纸盒不要扔进垃圾箱，应该回收利用。四、节约粮食，节约一切物品。勤俭节约，如果能做到以上几点，文明之花一定会在人间开放;勤俭节约，如果能处处遵守，这样的行为就一定会在人间随处可见。

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇九

同学们你知道快要来到的10月31日是什么日子吗?它是“世界勤俭日”。

把这一天定为“世界勤俭日”，说明勤俭这一中华民族的优良传统，正日渐成为国际主题，受到国际社会的广泛重视。

古人云：黄金本无种，出自勤俭家。这句话就是要我们勤俭。什么是勤?勤就是勤劳，它是我们的财富之源。什么是俭?俭即节俭，是指我们节制财富之流。谁都知道开源节流是财富生成与积累之根本。那么勤俭是什么?传统文化推崇它，那是一种行为，更是一种美德;伟人推崇它，那是“一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰”。现代文明推崇它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。“一块煤，不算多，千块煤炭堆坡;一滴油，不算多，点点滴滴汇成河”。

曾几何时，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响;

同学们，勤俭是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德！

该节约，还要节约一点。

同学们，你勤俭了吗？

勤俭节约国旗下讲话演讲稿篇十

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是四三班的王烁，很荣幸今天能够站在国旗下为大家演讲，我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

勤俭是什么？传统文化推崇它，那是一种行为，更是一种品德。现代文明需要它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。古今中外，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。

勤俭节约是个人修身之需，诸葛亮就把静以修身，俭以养德”作为”修身”之道；勤俭节约是持家之宝，朱子就将”一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”当作齐家的家训；勤俭节约更是治国之道，毛主席就以”厉行节约，勤俭建国”为”治国”的经验，号召全国人民：”以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻。”

聚沙成塔，集腋成裘。我国有13亿人口，如果我们每人每天节约一分钱，全国13亿人一天就能节约1300万元，一年就能节约大约50亿元，这笔钱可以新建5000所希望学校，能让近千万个失学孩子重返校园。

作为与时俱进的小学生，我们应怀着以天下为己任的宏伟情

怀，怀着时代的责任感，传承勤俭节约的传统美德。从举手之劳做起，把勤俭节约自觉落实到学习生活的每一个细节，如不开无人灯、出操、室外课、课外活动等时间里，教室内应及时关灯、关电扇等等。”一块煤，不算多，千块煤炭堆成坡；一滴油，不算多，点点滴滴汇成河。”勤俭节约，要从每一度电、每一滴水、每一张纸，每一粒粮食、每一件衣服做起，培养勤俭节约的好惯。节约一粒粮食，就是节约一片富饶的土地；节约一滴水，就是节约一畔清澈的湖泽；节约一度电，就是节约一座充盈的矿山；节约一张纸，就是节约一片美丽的森林。节约每一点，就是创造一笔财富。

勤俭，是中华民族优良传统，是现代文明的内在诉求。勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。崇尚节俭，合理消费，增强节约意识，杜绝铺张浪费，做到身体力行，营造人人把节约当成“举手之劳”的生活态度和生活方式。

老师们，同学们，为了祖国的天更蓝、水更清、地更绿、人更美，让我们立即行动起来吧！

我的演讲完了，谢谢大家！