

# 厉行勤俭节约 厉行勤俭节约反对铺张浪费演讲稿(实用10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 厉行勤俭节约篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

水，是人的生命之源！春暖花开，雨水唤醒了万物；炎炎夏季，河水灌溉了庄稼；金色秋天，泉水清凉了大地；皑皑冬日，茶水温暖了心田。一年四季，水在我们生活中扮演着多么重要的角色！

然而，在我们赖以生存的地球——在这个蓝色的水球上，虽然有四分之三的地表被水覆盖，但能利用的淡水并不多。世界上有60%的地区面临着供水不足。“水贵如油”虽是个比喻，可在世界上很多地方却成了无可辩驳的现实。

如今，节水已经成为全世界关心的焦点，每年的3月22日定为“世界水日”。每年的3月22日所在的一周，定为“中国水周”。我国是个水资源大国，但同时又是个水资源的“穷国”——我国有300多个城市缺水，近50个城市严重缺水，在我国的黄土高原上更是“滴水值千金”！

因此，我们在生活中要养成节约用水的好习惯：在家里，在学校，不随意浪费每一滴水；看到有浪费的不良现象，我们要敢于制止。总之，节约用水，人人有责！从我做起，从现在做起，养成节水的好习惯。作为开封x中的学生，我们不仅自己要

有节水意识，更要用实际行动来唤起更多的人来节约用水；向家人，向邻里，向亲朋好友，向身边的每一个人，介绍有关水资源方面的知识，积极宣传节约用水的好处，这是我们的义务，更是我们的责任！

在这里，我向全体同学倡议：请节约生命中的每一滴水吧，晶莹剔透水，滴滴都珍贵。我相信，只要我们都珍惜我们赖以生存的水资源，我们的明天一定会更加美好！

谢谢！

## 厉行勤俭节约篇二

回忆起不大的时候，我们研习的第一首唐诗就是：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，古人言“尽览前贤国与家，成与勤政大败由檀”艰难困苦，玉汝于成；居安思危，戒奢以俭。简朴，这一中华民族的传统美德，在今天的社会里，更变得意义深长。

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，我也想起了我们的节约意识却落差非常大。回忆起我们在自学和生活中，与否特别注意节约每一滴水、每一度电、每一张纸……往往就是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写下了几个字就丢进废为纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头一阵阵流水、地上到处洒满的粮食……其实稍加特别注意，我们可以搞得更好，但往往我们却忽略了这些细节。我想要，在家里我们确实能够做到随手关灯、关水；为什么我们却忽略了这些细节？关键就是我们没将自身真

正渗入至生活中，没将节约培养一种较好的习惯，并构成一种观念。

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！

同学们，水：生命之源，让我们一起去节约吧！

### 厉行勤俭节约篇三

各位老师、同学们：

上午好我演讲的题目是《节约用水是一种美德》。

或许会有很多人问世界上最珍贵的是什么？有人说是石油，有人说是黄金，有人说是生命。我现在告诉各位世界上最珍贵的东西是——水。水是一切的生命之源。

作为一名小学生，或许我们的力量很小，从一点一滴做起，这样意义却很大。号召家人，朋友，同学们等等。这样人从一个人到几个人，然后就会慢慢波及到全世界的每一个人。这样就会产生无穷的力量。

这是我和我的家人积累的一些节水的小窍门，希望能和各位交流分享。比如把洗菜的水浇花；把洗菜水洗漱用水收集起来冲马桶；把滴水的水龙头关闭；洗澡擦浴液的时候关掉水。节水的方法很多很多，只要我们在生活中从小事做起，从现在做起，节约每一滴水，让我们的地球永远是一个蓝色的美丽的星球！

最后我说一句非常耐人寻味的话：如果我们不珍惜水，世界上最后一滴水，将会是我们的眼泪!!!

## 厉行勤俭节约篇四

一粥一饭当思来之不易，爱惜粮食要从娃娃抓起。为大力倡导绿色低碳消费理念，培养幼儿“厉行节约反对浪费”的良好生活习惯。3月2日，中牟县郑庵镇福山社区新时代文明实践站开展“遇“稻”一粒米”亲子绘画主题活动。

锄禾日当午，汗滴禾下土·····伴随着富有韵律和节奏的儿歌，孩子们也跟着舞动起来，还边跳边唱，把农民伯伯辛勤劳作的场景唱了出来，把中华民族勤俭节约的传统美德也歌颂了出来。此时家长和小朋友们都感受着幸福生活的来之不易。

正当大家意犹未尽时，社工带领大家进行亲子绘本阅读《大米是怎么来的》。孩子们只知道大米是从超市买来的，却不知道原来大米是农民伯伯经过播种、插秧、施肥浇水、除草、喷洒药水、收割、晾晒等一系列辛勤劳动换来的。通过观看绘本，孩子们知道了大米是怎么来的，也感受到农民伯伯辛勤的劳动和粮食的来之不易。小朋友还勇敢的站起来表达自己的想法“以后我再也不挑食了，要好好吃饭，不能浪费粮食”。

## 厉行勤俭节约篇五

大家好！

我是xxx，我非常荣幸能代表xx中学站在这里参加比赛。今天我演讲的主题是“厉行勤俭节约反对铺张浪费”。

二氧化碳最明显的是温室效应，全球气温升高，南北极冰川融化。使得海平面升高，沿海地区有被淹没的危机，危害人类使人体体液酸化，血液ph值下降，引起红细胞内血红蛋白氧亲和力下降就是引起人体缺氧。

家庭习惯的改变可以减少有害气体的排放。二氧化碳排放量的一半以上来自住房和小店的小规模燃烧，以及交通，特别是汽车。仔细观察，人们的日常生活包含着保护地球的多种可能性。绿色和平组织认为：“节约能源是减少向大气层排放污染气体二氧化碳最有效的方式，因此也可遏止地球全面转暖和气候变化过程。”地球及其居民好像进入了一个高风险地区。在这个危险的地方，全球性变暖、气候变化和土壤、河流及海洋的污染威胁着人们。水和森林等自然资源的生存面临着威胁，大量的垃圾也在不断产生。环境日益恶化的警钟几年前就敲响了。

我国是一个大国，拥有十三亿人口，如果我们每人每天浪费一元钱，那么全中国一天就会浪费十三亿元啊！这数字多么令人震惊啊！但我们是否意识到：我们糟蹋水资源的同时，其实也是在毁灭一种希望，一种让蓝天、碧水和绿地永存的希望？所以，即使微不足道的一元钱我们也不应该浪费。“千里之堤，溃于蚁穴”，看似微不足道的一点浪费，就像“蚁穴”一样侵蚀着立国的根基。“每一粒粮食，便念稼穡之艰难；每一件衣服，则思纺织之辛苦。”的古训尚在心中回响。

我们要以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻；从身边做起，从

一元钱、一粒米、一滴水、一度电、一支笔、一张纸、一本书、一块橡皮做起，养成勤俭节约的好习惯，让勤俭节约的精神渗透我们的一言一行、一举一动，伴随我们的一生！我的演讲完毕，谢谢大家。

## 厉行勤俭节约篇六

各位大朋友们：

勤俭节约，你我同行。

俗话说：成家子，粪如宝；败家子，钱如草。随着社会的快速发展，人们的生活条件变得越来越好，有些人认为以现在的条件，不必再讲勤俭节约。适逢春节来临，不少人更是开销巨大，有些人甚至把勤俭节约的优良传统丢了，缺少勤俭节约的良好习惯，要知道：勤俭节约，永不过时。

奢侈浪费小到足以破坏一个和谐美满的家庭，大到足以灭亡一个无比强盛的国家。孔子说人无远虑，必有近忧，孟子讲生于忧患而死于安乐就是分别从个人和国家的角度强调了保持忧患意识的重要性。

现在，随着科技的发展，物质生活水平的提高。人们逐渐淡漠了古人的教训，大肆的奢侈浪费。我国就形成了一种通病节俭冷漠症。身边的小事就足见这种病态的严重。白天明亮的教室里非得开灯，洗手间的水龙头细水长流，电脑永远处在待机状态，简直是不知节俭何滋味。据上海能源管理部门统计，按平均每户家庭有15瓦特的耗电量计算，上海480万户家庭在白天高峰时就增加了2.5万千瓦左右的用电负荷；一台电脑的待机能耗30瓦，如果上海15万机关干部下班后都不关掉电脑电源，仅此一项，就将每天增加4500千瓦的用电负荷，倘若加上企事单位的的电脑待机浪费，数字十分惊人。如果这样浪费下去，有多少能源将被这样白白的浪费掉。为国家造成多大的经济损失。长此下去，即使我国再强盛，恐怕也

支撑不了多长时间。

纵观历史，大到邦国，小到家庭，无不是兴于勤俭，忘于奢靡。古往今来，成功的创业者大都经过艰苦奋斗阶段，所以都很勤俭节约。但是对于守业者来说，则正好相反，他们没有经历过创业的艰辛，容易贪图奢侈享乐，最终的命运必然是事业的衰败，国家的灭亡。这是几千年历史所昭示的真理。

在物质极大丰富的今天，戒奢从俭，不糜费财物，认识我们崇尚的美德。

同学们，水：生命之源，让我们一起去节约吧！各位小伙伴们，当烈日炎炎的夏天，满身都是汗回到家，喝一杯冰水，顿时倍感舒畅；再洗一个澡，就更舒服了。这些不都来自是水吗？水对我们太重要了。水从哪里来？水对人类、动植物又有什么作用呢？水为人类提供了交通方便，使船可以在水上航行；水能灌溉植物；水能饲养动物；做饭、洗衣、清洁、饮用都需要水。水对我们来说太重要了，如果没有水，我们将会无法生存。然而，随着我国经济的飞速发展，我们的生态大系统却遭到了肆意的破坏，环境危机日益增剧，人类遭到了大自然无情的报复：水土大量流失，土地沙漠化，洪灾泛滥。给我们带来了不便，同时，也给我们敲响了警钟。但是，还有一些人以为水是取之不尽用之不竭的。其实，他们错了，水是有限的，也是在日益递减的：水被蒸发后，有一部分会落下，也就是雨。而有一部分却是被遗忘的；所以水是有限的，也是日益递减的。你们知道吗？我们所需要的淡水还不足占总水量的百分之一。

如果人类在不珍惜水的话，那么，最后一滴水将是我们的眼泪。也许，有人会认为：不就是一滴水吗，有什么好珍惜的？有什么了不起的？但是，你可知道，一滴水对北非那些无水的地方来说，确是能够拯救生命的。如果不能，那一亿滴水呢？你们知道一滴自来水的由来吗？下面就让我们去看看吧！一滴自来水得来不易，他必须经过过滤、净化、消毒、加压等

许多繁杂的程序、才能供人类使用。如果，人类在肆无忌惮的浪费水源，那么就是对自来水管工人的不尊重，对他们的劳动成果的无视。若人类在这样的浪费下去，地球这个星球将永不复存，一切的一切将消亡。各位小伙伴们，节约是我们中华民族的美德，让我们一起节约用水。

## 厉行勤俭节约篇七

各餐饮企业：

为深入贯彻中央领导及中办关于“厉行勤俭节约、反对铺张浪费”的批示精神，落实《商务部、国家旅游局关于在餐饮行业厉行勤俭节约，反对铺张浪费的指导意见》，践行科学发展观，进一步弘扬中华民族勤俭节约的美德，在餐饮行业树立文明、健康、科学、节俭的风尚，中国烹饪协会全面开展“反对铺张浪费倡导文明节俭就餐”专项行动。现发出如下倡议：

一、营造节约光荣、浪费可耻的良好氛围。鼓励餐饮企业在店堂的醒目位置张贴悬挂反对铺张浪费、倡导节俭用餐的相关提示牌和标语，营造良好氛围，引导消费者摒弃好面子、讲排场的陋习。

二、强化节俭自律意识，引导合理消费。餐饮企业要从自身做起，在菜单上主动标示菜肴分量，并能根据客人的需求提供半份菜、小份菜，引导顾客吃多少、点多少，理性消费。

三、加快转变经营方式，满足节俭消费需求。广大餐饮企业应根据本企业的实际情况，积极发展外送外卖业务；在大型宴会上提供自助餐服务，在商务宴会上力所能及地提供分餐制服务。

四、主动提供有利于节俭用餐的服务。倡导餐饮企业主动为顾客提供环保餐盒，用于剩菜打包服务。鼓励餐饮企业根据



剩菜特点，向消费者提供再次加工的技术指导。

## 厉行勤俭节约篇八

同学们：

水是生命之源，让我们一起去节约吧！

各位小伙伴们，当烈日炎炎的夏天，满身都是汗回到家，喝一杯冰水，顿时倍感舒畅；再洗一个澡，就更舒服了。这些不都来自是吗？水对我们太重要了。水从哪里来？水对人类、动植物又有什么作用呢？水为人类提供了交通方便，使船可以在水上航行；水能灌溉植物；水能饲养动物；做饭、洗衣、清洁、饮用都需要水。水对我们来说太重要了，如果没有水，我们将会无法生存。然而，随着我国经济的飞速发展，我们的生态大系统却遭到了肆意的破坏，环境危机日益增距，人类遭到了大自然无情的‘报复’：水土大量流失，土地沙漠化，洪灾泛滥。给我们带来了不便，同时，也给我们敲响了警钟。但是，还有一些人以为水是“取之不尽用之不竭”的。其实，他们错了，水是有限的，也是在日益递减的：水被蒸发后，有一部分会落下，也就是“雨”。而有一部分却是被“遗忘”的；所以水是有限的，也是日益递减的。你们知道吗？我们所需要的淡水还不足占总水量的百分之一。

下面就让我们去看看吧！一滴自来水得来不易，他必须经过过滤、净化、消毒、加压等许多繁杂的程序、才能供人类使用。如果，人类在肆无忌惮的浪费水源，那么就是对自来水厂的工人的不尊重，对他们的劳动成果的无视。若人类在这样的浪费下去，地球这个“水球”将永不复存，一切的一切将消亡。各位小伙伴们，节约是我们中华民族的美德，让我们一起节约用水。

各位大朋友们“勤俭节约，你我同行”。

## 厉行勤俭节约篇九

尊敬的老师，亲爱的学生们：

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！

## 厉行勤俭节约篇十

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

今日我所演讲的主题便是：勤俭节约。

我相信大家都是知道“勤俭节约”乃是一种非常优秀的美德，更是在我们生存的社会中广为流传。我们时常都是会听到家长在记账算钱，平时更是会在打折季的时候去抢购更多的优惠商品，还有更多更多的行为都是为了节省家庭的开支，为整个家庭创造更多的精彩与活力。但是节约并不完全都是家长的事情，而身为学生的所有人更是应该要多多考虑这些方面。

在平时我们遇到喜欢的玩具时，妈妈可能会因为价格过高而不愿意出钱买回家，我们更是会因为妈妈的一些降价行为而认为妈妈非常的抠门，但是这一切都是在秉持着“勤俭节约”的优秀品德。当然作为学生的我们更是不能缺少这样的美德。我们每天所食用的米饭、蔬菜、肉类。甚至我们穿的衣服，所使用的文具，这一切的一切都来得十分的不易，更是耗费了不少的人力、物力与财力，所以更是需要我们怀着珍惜的心，更是要将其做到“物尽其用”，如此才能够真正的达到了资源的使用，也就正好得让我们变得较为勤俭节约。

现在的我们还为真正的踏足社会，更是不知道钱财的来之不易，我们只会一味地向着父母索求，就希望自己能够得到自

己想要的一切。其实我们身为学生，能够在勤俭节约上面做出的努力还是有很多的。对于我们的文具，能用的就尽量用，不要因为用太久了，或是不喜欢了就扔掉；对于玩具类，我们更是长大了，要将心思放在学习上了，就不要再在玩具上去费钱了；平时妈妈做的饭菜，食堂的饭菜都是应该要吃光光，这样才不浪费；还有在生活上的。随手关灯，随手关水龙头，甚至水资源的循环利用等都是在做到“勤俭节约”，更是在将我们所拥有的传统美德更好的传扬出去。

对于父母平时给我们的那些零花钱，也都是要他们在工作上非常艰辛的`赚来的，我们更是应该不能够随意浪费，更是要将多余的存起来，养成非常好的存钱习惯，在真正需要的时候拿出来使用。