

最新勤俭节约演讲稿节约从我做起(精选9篇)

3. 通过讲话稿，演讲人可以展示自己的演讲技巧和语言表达能力，同时也可以为听众提供有价值的信息和启示。这些范文展示了不同人群和领域中的爱国表现，是我们学习的榜样和启示。

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇一

大家好！

我是四（10）班的黄泽宇，今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

勤俭是什么？是一种操守，是一种品行，是一种素养，更是一种品德。无论是贫穷落后的古代还是高度发达的现代文明我们都需要它，因为那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。

聚沙成塔，集腋成裘。我国有14亿人口，如果我们每人每天节约一分钱，全国14亿人一天就能节约1400万元，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。

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。作为与时俱进的小学生，我们就是要从举手之劳做起，从身边的一点一滴的小事做起，时时处处、点点滴滴都节约，这样我们的地球家园才会永远美丽富饶！

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！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇二

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！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!我是五年级五班的xx□我今天演讲的题目是《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：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”小时候老师和父母就教育我们要节省每一粒米，我们吃的每一口粮食都是农民伯伯用汗水浇灌的。

有的同学会说，那时国家穷，所以需要勤俭，现在经济发达，人们生活富裕，不需要节约了。

我看到校园中：有的同学把吃了几口的香蕉扔到垃圾箱里，美其名曰不好吃；把吃了一半的饭菜倒掉，理直气壮地说我需要减肥；冲拖把时把水龙头开的好大，冠冕堂皇的说水小了冲不干净；我看个别老师的办公室并没有人，但是灯还一直亮着。

我国虽是一个人口大国，但是水资源并不丰富，人均可用淡水排在全球后列，所以我们每个人都应该节约用水，千万不要等到人类最后一滴水是我们的眼泪。

据说一棵二十岁的树可造3000张a4纸，所以同学们请不要浪费纸张，用完的作业本背面可以再当草稿纸。

我上网查了一下人均发电量仅有900千瓦·时，仅为世界平均水平的1/3。所以老师和同学们都要节约用电，我还想建议上官市长能不能从节约电力的角度，把西安市各大建筑上的美观装饰灯关掉，还西安一个真正的夜晚。

一粥一饭，当思来之不易。如果每人每天节约1分钱，全国14亿中国人就能节约1400万，一年就能节约50多亿。亲爱的同学们，勤俭不是小气，而是一种文明。就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧!

谢谢大家。

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

现在资源浪费的现象是非常的严重的，所以勤俭节约是迫在眉睫的事情。我们作为新一代的学生，祖国的未来，是不是应该要承担起自己的一份责任呢？作为学生我们能够做到的事情是有限的，但这并不代表着我们就可以袖手旁观，什么都不住。恰恰相反的是，我们应该努力的做到勤俭节约，这样才能够去带动我们身边的人一起勤俭节约，连我们小孩子都能够做到的事情，他们大人又怎么可能做不到呢？只有自己先成为了这样的人，才有资格去劝说别人。

所以，我们从现在开始就应该做一个勤俭节约的人，不要觉得自己现在什么能力都没有，所以就不去做，这样的想法只是逃避的借口而已并不代表着我们真的就做不到了。那么想要做到勤俭节约应该要怎么做呢？勤俭节约又应该从哪里开始做呢？在此之前，我们先要知道的是什么是勤俭节约，要做到勤俭节约应该要怎么做。勤俭节约就是要勤劳的去学习，节俭的生活。这很难吗？应该不吧，所以我们是很容易就能够做到的吧。

我们要勤劳的学习，这对我们是有好处的，我想同学们心里应该都是清楚的，做人是不能够懒惰的，作为学生就更不应该懒惰了，这样是绝对不会有好的成绩的。我们在生活中要做到节约，节约所有的资源，包括水资源，以及我们平常使用的课本、纸、笔等，这些都是我们应该要去节约的。不能因为现在的资源还很充足就随意的浪费，同学们可以尝试一天只用一张草稿纸，看你能够坚持多久。这样我想你们就能够明白勤俭节约的重要性了吧。

不要把我们现在什么都做不了当做借口，也不要把自己的能

力不足当做借口，只要我们想，就一定能够做到的，所以不要再为自己的懒惰找借口了，没有什么是不可能的，只是要看自己想不想做罢了。也正应该从现在开始，逐渐的养成勤俭节约的好习惯，从现在开始做起，去做到勤俭节约，去节约我们能够节约的资源。我相信同学们都行动起来了之后，就一定能够做到的，我们的校园也一定会变得更加的美丽。

我们作为学生，是必须要努力的去做到勤俭节约的，这样我们才能够成为一个有着美好的品德的学生，才能够努力的让我们身边的人也做到勤俭节约。

谢谢大家！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇五

你们好！今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句还能常在耳边回响吗？

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训还能在心头萦绕吗？

勤俭节约是中华民族的传统美德。自古便有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”历史反复证明了这个道理：奢”能败国、败家、败自己。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。也许有人会问：“现在我们的生活这样好了，还需要勤俭节约吗？”正确的回答是：“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。后来他做了大官，看见孩子们整天吃喝玩乐，从小娇生惯养很不放心。他就把以前从骨头中拔出的箭送给孩子们，并说：“当知尔父起家如此也。”

今天，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。勤俭节约要从今天做起，古人的话仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。如果我们从今天起，节约每一滴水，天长日久，我们就能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，或许我们就可能节约一座小型发电站。

而10月25日是世界勤俭日。

就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！

谢谢大家！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇六

尊敬的各位领导、各位评委、同志们：

大家好！我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

监狱组织我们观看电影《焦裕禄》以后，焦书记那俭朴的形象、忙碌的身影一直在我心头萦绕。前些天，我和儿子再次坐在电脑前观看了这部影片，焦书记勤俭节约、艰苦奋斗的精神，尤其让我感动。

焦书记勤俭节约、艰苦奋斗精神以及教育儿女的方法，非常值得我们学习。

学习焦书记勤俭节约、艰苦奋斗的精神，首先要从思想上崇

尚俭朴。以勤俭节约为荣，以铺张浪费为耻，抛弃“家大业大，浪费点儿没啥”的思想。“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。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。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单位也是难以持续发展的。

学习焦书记勤俭节约、艰苦奋斗的精神，其次要在作风上艰苦创业。要舍得吃大苦、耐大劳，把艰苦奋斗当成监狱发展的助推器，把勤俭节约当成战胜困难的传家宝。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，节约终究并不只是小事，现在的社会有时候变得很陌生，节约反而成了小气被人笑话，节俭被当成贫穷的表现。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。

由此我想到了一向以“小气”闻名的日本丰田汽车公司。他们的“小气”让人震撼。为了节约用水，丰田公司的员工将抽水马桶里放三块砖，以节约冲水量；笔记用纸正面书写完后，裁成四段订成小册子，反面再作便条纸使用；一只手套破了，只换一只，另一只破了再换；员工上班时，如要离开工作岗位三步以上，一律自觉的跑步；有时候真觉得不可思议，偌大的一个世界知名企业，还这么小气，还在乎这么一点点浪费吗？但是，对于丰田来说，“聚沙可成塔，积水可成渊”，正是由于丰田汽车公司员工的这种“小气”，才成就了丰田公司今天的辉煌。

学习焦书记勤俭节约、艰苦奋斗的精神，重要的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、荣誉感和使命感的每名监狱警察

职工，都要抓住点滴时间，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，我们的监狱事业就会持续兴旺，永葆活力！

学习焦书记勤俭节约、艰苦奋斗的精神，最重要的是“勤俭节约，从我做起！”观察我们单位，浪费现象就在身边，关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、狱内被扔掉的馒头饭菜、到处乱扔的可以再用的纸张等等。据统计，我们仅一个月需担负的水电费就高达二、三十万元，相当于一千多个困难家庭的最低生活保障。温家宝总理曾经说过，在中国，一件小事如果加上13亿人口就是大事，如果每人浪费一点资源，加起来就非同寻常，如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大财富。节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。所以大家如果能够从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手，把节约落到实处！

勤俭节约，从我做起，说起来容易，做起来难。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”、“让节约成为工作习惯”，坚持从自己做起，从每一天做起，从现在做起，从一点一滴的小事做起。

我的演讲完了，谢谢大家！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇七

大家下午好！

我是xxx今天我要演讲的题目是《勤俭节约从我做起》。

勤俭节约是多么好的一种美德，我们应该去继承下来的。不管现在的生活是有多好，这种美德都应该去保持，要知道我们能有的好生活，都是爸妈勤俭节约出来的，是他们节约粮食和勤劳工作才能换来今天的生活。那我们作为儿女的，不说像他们那样节约，那至少也不要浪费，我们就应该从自己做起，从我做起，才能真正的去节约。

今天的时代，我们不会在吃不饱饭，也不会挨冻了，但是我们依旧不能忘记勤俭节约的好。生活中，我们在外面吃饭的时候，总是不小心就点多了，可是又吃不完，如果直接就扔在饭店不要了，那饭店的服务员也是直接倒掉的，这是很可惜的，也很浪费，那我们为什么就不能在点菜的时候少点一点呢？为什么吃不完不打包带回家吃呢？原本我们就是能够做到节约的，也可以不浪费的，而造成浪费的也是我们自己，那为什么就不能从我们自己做起呢？所以浪费的根源就是我们自己。

再说到勤俭，生而为人，我们本就应该去劳动，就算现在的我们还小，但是也不是我们不勤劳的借口。人虽然小，可是我们依旧能够做些事情去避免这种事情发生的。勤俭靠的就是自己，做事勤快一点，花钱节俭一点，我们的生活也不会差，反而还有可能会更好，因为先苦后甜呀。我们的父母可以，那我们也是可以的。生活再好，也不能过度的奢侈，该节俭的地方就要节俭，该勤快的时候就要勤快。节约从来都不可耻，相反浪费才令人可耻。我们所用和所吃的都是他人用汗水换来的，我们就那样去浪费，才是对他人的劳动成果的不尊重。

所以同学们，勤俭节约从我做起，从这一刻开始做起，以后一定会为自己的这个举措而感到庆幸的。现在我们都是学生，靠的还是家人，为此也不能做一个过度的奢侈的人和浪费的人，而应该去做一个懂得珍惜粮食的人，懂得去节约的人，还要做一个勤快的人，因为到哪勤快的人都不会很差啊，能够自力更生，可以在这个社会上生存下去。那我们也应该如

此，从一点一滴做起，努力的去做好个人的事情。

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇八

水、空气与阳光是生命之源，是人类赖以生存的物质资源。生活中，衣、食、住、行哪样离得开水？从前，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，但同学们是否知道我国水资源人均占有量并不丰富，只有2300立方米左右，约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，现在全国有400多个城市缺水，缺水较严重的城市有110多个。今天的我们要保护水资源，养成节约用水的习惯。因为失去了水，就失去了绿色、生命和希望。

近来，在我国西南地区出现了历史罕见的特大干旱，给当地人民群众生产生活带来了很大的影响，前几周，在我们学校也开展了“一人一瓶水，爱心送旱区”活动，要求全体少先队员每人捐赠一元钱来支援灾区人民，在次此活动中，涌现出了很多风格高尚的同学，他们有的捐赠了5元、有的捐赠了十元钱，有的同学甚至捐献了20元，50元！其中：一、一中队赵见利捐50元，崔文瑶捐20元；一、二中队赵雅楠捐25元；崔云婷、李旭辉捐赠20元；二、一中队庄永旭捐20元；二、二中队崔学博同学捐30元、于思佳捐20元；，三、一中队郭俊廷捐20元；四、一中队丁常泰捐20元；六、二中队考蕴辉、张瑞分别捐20元……，这不仅仅是几十倍的捐款，分明是对灾区人民奉献出几十倍的爱心！

鱼儿跳跃，鸭鹅嬉闹，蛙声不断，流水潺潺……同学们，为了还世界一份恬淡与自然，让我们从自身做起，同时告诉身边的亲人朋友：请随手关紧水龙头，节约用水、合理用水、保护水资源，让我们的家园永远有碧水蓝天！

演讲完毕，谢谢大家！

勤俭节约演讲稿节约从我做起篇九

上个周日，妈妈带我去登门拜访了大丰的民间艺术家，闭门3年正楷手抄《红楼梦》的励志老人——陆秀云。在老人的家里，我有幸欣赏了许多书画、诗词作品，她以好学的精神、顽强的毅力创造了一个个奇迹。在万般敬佩的同时，更令我深深感动的是，老人在平时生活中勤俭节约的点滴故事。

老人在退休后手抄《红楼梦》的日子里，每天天一亮就起床抄，每天要抄十几个小时，老伴去食堂吃，她就在家啃馒头、烧饼；平时也从不讲究吃穿，从不铺张浪费，家中至今仍然用的老式家具家电，为的是省下钱来购置纸墨笔砚，还时常将家中闲置的衣物，换购成书籍，匿名寄给贫困地区……很多人都不能理解老人的这种生活方式，收入并不低却如此清贫，而她却乐此不疲，因为从勤俭节约中体会到的是别样的快乐！

生活中，家人老师也时常教导我要勤俭节约。每年过年的压岁钱，我都不会去乱浪费，让妈妈帮忙存起来，虽然这些钱在现在每年看起来并不太多，但我相信持之以恒、积少成多，将来终有一天，我会用到最合适的地方。那在我看来，才是最有意义的！

勤俭节约，是中华民族的传统美德。小到一个人、一个家庭，大到一个民族、一个国家，任何时候都离不开“勤俭节约”。

让我们积极行动起来，牢固树立勤俭节约意识，让勤俭节约成为习惯，让勤俭节约成为生活方式。

坚持从我做起，从每一天做起，从身边的小事做起，节约每一张纸、每一滴水、每一度电、每一粒粮食，把我们的祖国建设得更加繁荣富强，让我们的世界变得更加和谐美丽！