

勤俭节约的演讲稿(优秀19篇)

竞争上岗是职业生涯成功的第一步，只有经过激烈的竞争，才能在无数人中脱颖而出。这些总结范文不仅对诚信的含义和作用进行了描述，还提供了一些实际的案例和建议。

勤俭节约的演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

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、饮水机的时候，是不是刻意的节约了一度电？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。

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。

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为作出贡献！

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。

勤俭节约的演讲稿篇二

“勤俭节约，勤俭持家”的话，对于每一个来说都不陌生。她是中国华夏文明的传统美德，千百年来，一代代帝王将相把她作为治国的一种良策；千百年来，一个个布衣平民把她视为持家的一剂良方。她又像一条绵长的丝线与生长在这片土地上的人有着千丝万缕的情结。似一粒种子，深深的根植于每一个炎黄子孙的心田。又是家训，是警言，驻足于千家万户的门榻，明悬于官宦商贾的厅堂。所以我们在任何时候，任何条件下，无论是“小家”还是“大家”无论是富有还是贫困，我们都没有任何理由去浪费和我们生命息息相关的一切，惟有的是勤俭与节约。

时光渐进，岁月轮回，我们共同创造，共同经营既赖以生存的家园，犹如人生的三段，从年青的激情到中年的稳重随之暮年的沧桑，再加上外界因素，如今，却走到了人生发展的瓶径。坐在这里，目睹着一切的我们，心在不经意间总会有丝丝的隐痛，因为多年的厮守与你有着深深的情，浓浓的意。回首曾经过往的岁月，从当初的一片平地到四台机组的拔地而起，从企业角色的一个个转换到现在仅存的两台运行机组……二十多年来，我和你一同成长，风雨共担，也见证了你一路欢歌的辉煌与几多惆怅的悲凉。我们每名员工都是企业的缔造者，同时，也是最大利益受益者。企业的生死存亡，紧紧关乎着我们的生活质量，现在企业的困难不是哪个人，哪个领导的困难，它是我们大家的困难，我们应该怎么做，不要做得更好，不是要谁去强迫你，而是我们自己必须有清醒的头脑，前瞻性的思想，严格要求自己，立足本职岗位，求真务实工作，把节约能耗，降低成本与自己的生命线紧紧的联系在一起。

动机少空转一分钟，勤观察，就会发现身边有许多可歌可泣的人物是我们学习的榜样……

也许有人会说：节约一克煤、一两油、一滴水等等，顶不了多少寒气，起不了多大作用。要知道，浩瀚大海来自涓涓细流，高山仰止积累于层层沙土，星星之火可以燎原。莫忽视节约一克煤的能量，别小看一两油的分量，莫轻浮一滴水的用途，只要把每个人的智慧，每个人的节约，每个人的贡献加起来，就是一座坚不可摧的城堡，一支勇猛善战的队伍。付出与回报永远是成正比的。我们每个人把爱企业犹如爱自己的父母，爱一个人，一个家庭一样的真情，用智慧激扬人生，释放诚挚的心灵，那么一切都会成为传奇，点滴之惜都将起到举足轻重的作用。

朋友们，来吧！爱是一种伟大，爱是一种力量，用爱工作，用责任工作，敬业爱岗，爱企如家是人生价值的体现。莫等闲，困难面前方显英雄本色，主我们共同携起手来，充分发扬华夏文明“勤俭节约”之美德；牢记“节约光荣”之理念；树立“主人翁奉献”之精神，积极担当起企业下滑的制动器，精心打一场企业生存保卫战，做出自己最大的贡献。这样，才无愧于心，无愧于企业，无愧于一名华夏文明，节约之上，美德传承的优秀儿女。

勤俭节约的演讲稿篇三

亲爱的同学们：

大家上午好！

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。“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。

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。

谢谢。

勤俭节约的演讲稿篇四

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。

希望大家能好好保护水资源。

谢谢大家！

勤俭节约的演讲稿篇五

尊敬的`各位领导、同志们：

大家好！我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。 “常将有日思无日，莫待无时思有时。” 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企业是难以持续发展的。因此，在金升公司蓬勃发展的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约，从我做起！” 观察我们的公司，浪费现象就在身边，关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、整个整个被扔掉的馒头、地上到处洒落的粮食等等。据统计，我们仅一个月需担负的水电费就高达xxxx元，相当于一百多个困难家庭的最低生活保障。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，对于我们公司来说，那也将是一笔可观的财富，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。勤俭节约，从我做起，就是要在作风上艰苦创业。要舍得吃大苦、耐大劳，把艰苦奋斗当成有效发展的助推器，把勤俭节约当成战胜困难的传家

宝。

勤俭节约，从我做起，就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、荣誉感和使命感的储备库员工，每个人都应抓住点滴时间，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，我们的企业就会持续兴旺，永葆活力！

谢谢大家！

勤俭节约的演讲稿篇六

各位老师、同学们：

大家上午好！

我是xx班的xx□来到这里跟大家度过这个欢快的上午我非常荣幸，更加让我荣幸的是在能够代表我们班级参赛，我好几次都想站在这里展示自己，让大家看到，但是一直没有机会，今天的演讲比赛给了我这个机会，我仙子阿也很激动，这次我要演讲的是“勤俭节约”，不多说，我开始了。

节约是一种美德，特别是作为我们这样的中学生，每天都耳濡目染，这种意识还是要具备的，要去发扬这种美德，我们是一名中学生了，我们经常受到各种各样的教育，来自很多方面的教育，但是我们当中却很少有人做到勤俭节约，甚至说是很缺失，当然还是有同学做到了，我是见到过的，非常值得我们学习的。

我看到身边的一些同学做的很好，让我自愧不如，跟这些同学比起来，我觉得自己平时的浪费，不节约的行为，真的很可耻，特别是作为一名中学生，我们应该做好带头的作用，在学校这个环境下我们应该发扬好这种美德，而不仅仅只是说说而已，勤俭节约这几个字我们经常听到，知行合一却少之又少，这似乎是我们现在普遍存在的问题，每次看到我们学校那些把勤俭节约做的非常好的同学，总是会联想到自己，我非常钦佩，我有一次看到这样一个现象，在我们班上xx同学下晚自习每次都是最后一个走的，我一开始还没有注意，但是连续几天我就发现了这个现象，我真的很好奇，有一天我就问了我们班的xx同学，我说为什么你每天晚上都最要那么晚走□xx同学说：“我以前看到教师里面的等一亮就是一个晚上，可能是应该最后一个走的同学忘记关了，我觉得太浪费了，我就每天走在最后来关灯”。

他的回答让我非常的吃惊，我觉得能够做到这一点真的很难，上了一天的课本应该早点回寝室休息的，而xx同学能够每天这样坚持，我发现这个个现象一直坚持了一个月了，我真的非常钦佩他，很大程度上来讲这做了一个模范，值得我们学习。

这样的例子也很多，其实往往就是我们自己不自觉，所以没有那么一个意识，所以不能想xx同学那样，我们要善于发现并且向这些同学学习，坚持下来就会有收获，节约是我们民族的传统美德，坚持节约，做好节约，平时的每一度电，每一滴水都要尽自己的能力去节约，我相信大家的力量是无限的，我们每个人每天节约一点水，节约一点电，积少成多。

让我们行动起来吧，真正的做到勤俭节约这几个字。

勤俭节约的演讲稿篇七

大家好！我是xxx□我非常荣幸能代表颜乐天纪念中学站在这

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。

勤俭节约的演讲稿篇八

亲爱的老师、同学们：

大家好！

在这春暖花开、万物复苏的完美时节，我们怀着喜悦的情绪，带着完美的憧憬，迎来了崭新的一年，又回到我们熟悉而美丽的`校园。这天我给大家演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

20xx年秋季，国家有关部门发出了建设节约型社会的倡议，随着“全民节约、共同行动”的深入开展，节约这个似乎已经过时的话题重新成为人们关注的焦点。

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。

应对这些浪费现象，我们也许早就习以为常，见怪不惊。然而，当我们随手扔掉一个馒头的时候，我们是否想到过自己的父母也许正为全家人的一餐饭食而辛苦奔波，当只用了一张纸的作业本就扔掉的时候，我们是否想到在遥远的山区里还有很多孩子用树枝在地面写出的话语：“我想上学！”

也许你会说，一个人浪费一点算得了什么，但我想说的是，十个人浪费，百个人浪费，全中国13亿人都浪费一点了？又有谁想过后果呢？据报道，中国普通餐馆一桌饭菜一般至少会剩下10%，一家餐馆平均每一天要倒掉50公斤的剩饭菜。依次推算，全国一年在餐桌上的浪费就高达600亿。也有人计算过，全国一共有28万个各种旅店、酒店和宾馆，如果每一个酒店每一天节约一度电，那就意味着每一天能够给2800万个

家庭用40瓦的灯泡照明25个小时。如果仅一个北京市的空调将温度从24度提高到26度，就能够节约用电4到6亿千瓦时，能够为老百姓节约电费两亿多块钱。

这些数据不算不明白，一算吓一跳，同学们，当我们在指责别人浪费的同时，是否也注意到自己的浪费行为？是否想过节约这个古老而又年轻的命题，我们要从何做起？在这我想给大家讲一个小故事：

节约是美德，节约比创造更容易，节约从我做起，从身边做起。

节约一张纸、节约一度电、节约一滴水、节约一粒米、节约一块煤……不要小看我们身边的这些不起眼的小小的“一”，如果13亿人都能做到，这将是一个惊人的数字。能够毫不夸张地说，我们每个人的手里都紧握着珍贵的“资源”，掌握着对这些民族发展“命脉”生杀予夺的权力，成之毁之、爱之损之在于我们每个人的行动。

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更就应成为一种习惯和风气。建设节约型社会需要全社会的共同参与和共同行动，找回失去的节约意识，从节约一滴水，节约一度电，节约一张纸，节约一粒米开始，持之以恒，在建设节约型社会中，将节约这个“传家宝”进一步发扬光大！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

勤俭节约的演讲稿篇九

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，幸福之花用放光华而努力奋斗，养成勤俭节约的好习惯吧！

勤俭节约的演讲稿篇十

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

对于富人来说，勤俭节约是难得的美德；对于穷人来说，勤俭节约不仅仅是一种美德，更是一种必不可少的职责。

左丘明曾说过这样一句话：“俭，德之共也；侈，恶之大也”。一个明智和懂得勤俭节约的人，会为未来打算，他在自我处于好运气的时候，就会为将来可能降临到自我的家庭和自我身上的不幸遭遇做些提前准备；一个没有头脑的人，根本不会为将来着想，不会思考到明日艰难的需要，他会疯狂地把全部收入都花光，挥金如土。

勤俭节约行为不仅仅给人们带来富裕安宁的生活，还给人们带来许多益处：它培养人们自我克制的习惯；它使精明谨慎成为人的习惯于性格；它控制自我放纵；它使人拥有安逸闲适的平和心态。

勤俭节约绝不是与贪婪、吝啬和自私同流合污的行为。实际上，它恰恰是这些性情的对立面。勤俭节约的目的是为了获得人格的独立。勤俭节约要求金钱被妙用而不是被滥用——它务必透过正当手段获取并精打细算地花费它。

勤俭节约不仅仅适用于金钱问题，而且也适用于生活中的每一件事，从明智地使用一个人的时刻、精力，到养成留意翼翼的生活习惯。勤俭节约意味着科学地管理自我和自我的时刻与金钱，意味着最明智地利用咱们生命所拥有的资源。

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。他有自我的人生规划，也具有相当大的独立性。

如果你养成了勤俭节约的美德，那么就意味着你证明了自我具有控制自我欲望的潜质，意味着你已开始主宰你自我，意味着你正在培养一些最重要的个人品质，即自力更生、独立自主、谨慎留意、深谋远虑，以及聪明机智和独创潜质。换言之，就证明了你有生活的目标，你是一个非同一般的人。

其实，勤俭节约并不需要很大的勇气才能做到，也不需要很高的智力或任何超人类的德行才能做到。它只需要某些常识和抵制自私享乐的力量就行了。勤俭节约只不过是日常生活中的普通意识而已。它不需要强烈的决心，它只需要有一点点自我克制。减少任何一次感官享乐和愉悦逍遥，如少吃一根棒冰或少买一点零食以及鞋子、衣服，就能使一个人在岁月的长河中为其他人节省下来一些东西，而不是浪费在自我身上。（节约用电的广告语）

咱们每个人，能够从日常的生活小事做起，逐渐养成勤俭节约的习惯。这将是自我终生享用不尽的宝贵财富！

勤俭节约的演讲稿篇十一

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十二

尊敬的xx各位老师，同学们：

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，在今日的社会里，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。很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，我们能够做得更好，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。

因此今日，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，唯有时时处处、点点滴滴都节约，我们才能节约资源，也唯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十三

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十四

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。

你以为你做到了勤俭，那么你错了！

勤俭是一种行为，需要我们用习惯去养成。从身边的点滴做起吧，去养成一个良好的习惯。譬如你去食堂，根据你的食量来打饭，你节省的不仅是金钱，更是有限的资源。而由此，你才会清楚你自己想要的，千万不要盲从于别人的脚步，“从众”是件危险的事，你可以自己去准备一个针线包，顺手关一下灯，你获得将是别人的称赞，这便是勤俭的芬芳。

“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！

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。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”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！

勤俭节约的演讲稿篇十五

大家下午好！

我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

在座的各位必须从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就明白要节省一粒米，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向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”。即使在这天，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”，被赋予了新的历史好处和使命。

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。能够说修身、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。

勤俭是咱们的传家宝啊，社会主义建设离不了。能够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，也没有带给一次性的洗漱用品。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！大家能够想一想，在我们洗脸刷牙、洗头洗澡、每一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、饮水机的时候，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。

我还想个性提到的是节约用水，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，不明白去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否明白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超多财力物力，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，有很多家庭每一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。大家也明白有的地方人一辈子只洗一次澡。幸好从20xx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，帮忙120多万老百姓的摆脱了生存困难。应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？但是此刻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，此刻也改成了电子文档，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。让我们用心行动起来，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为作出贡献！期望我的演讲能引起大家自发的自觉的节约意识。谢谢大家。

勤俭节约的演讲稿篇十六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我能代表我们班级站在这个讲台上进行这一次的演讲，我非常的荣幸，我十分感谢老师与同学们对我的信任与鼓励，我一定不会辜负大家对我的期望，在这里我将开始我今天演讲的主题《留意生活，勤俭节约靠大家》。

说到勤俭节约，我们就不得不结合我们的生活谈一谈了，勤俭和节约是我们中华民族的传统美德，历经岁月的变化，时代的更替，一直流传到至今，它对于我们生活的重要性可想而知，从我们小学到现在，也一直是提倡勤俭与节约这一良好的生活习性，它是我们文明的结晶，在当今生活当中有的人在勤俭与节约方面尽到了自己的义务，而有的人却完全没有意识到勤俭和节约对于我们生活重要性。

在我们的生活当中我们随处都能看到满地的垃圾袋和包装纸，不得不说垃圾袋的发明的确方便了我们现在的生活，但它并不利于我们的持续发展，它的出现也使得人们浪费的现象频繁的发生，价格便宜，随处都有，随手就能拿到这都是造成这一浪费现象的原因，这不仅仅只是造成看浪费，这些垃圾袋又不利于降解，留在地面上还会造成很大的生态破坏，同时在我们的学习当中有的笔记本、写字本有的只是被用了一两页就被丢弃，大家有没有想过纸张都是用树木制造出来的也正是因为这种浪费的现象大面积森林的减少，这对我们的生活的影响都是非常大，在食堂，很多的同学不考虑自己能不能吃得完，而是觉得好吃的就进行点单，然后造成了严重的浪费。

大家有没有想过在我们浪费的同时，我们的父母为了一天的生计而到处奔波，贫困地区的家庭连正常的温饱都能得到解

决，我们还有什么理由去浪费呢，虽然我们现在的力量很渺小，但是只要我们把自已做好，我们也能为勤俭节约的这个过程奉献自己的一份力量。

做为一名高中生，我们就应该树立责任的主人翁意识，我们每个人都能做到节约，我们作为祖国的希望，我们应该去弘扬这个优秀的中华美德，勤俭节约从自己做起，只要我们养成勤俭节约的习惯，我们从自己的身边做起，我们也能发挥出大大的作用，我们应该起到一个宣传的作用，让大家意识到浪费造成的严重性，呼吁大家在生活当中加入到勤俭节约的行列中来。

勤俭节约的演讲稿篇十七

亲爱的老师，同学：

大家好！

很开学我们全体同学和老师相聚在这里，我也感到无比的荣幸，自己可以站在这里演讲，今天，我站在这里演讲，我讲的是勤俭节约，我也希望可以借此机会，和我们xx学校在座的学生来谈谈勤俭节约，希望在这次的演讲结束之后，可以让你们明白或是懂得多多少少的道理和启发。

勤俭节约一直都是我们中华民族的传统美德，所以从自己小的时候到现在这个时候，我都懂得勤俭节约对于我们每一个人的重要性，这不单单是我们从小就应该要注意的东西，还是我们不管在什么样的时候，都应该要时刻的注意和保持的美德，所以我们作为新时代的青少年，更加的应该要养成勤俭节约的好习惯，杜绝浪费，杜绝一切不必要的浪费，但是现在我们的生活中还是会有很多的浪费和不节约的现象的存在。

在刷牙的时候不用水杯接着，任由水的流逝，还有我们经常

会看到学校的食堂里面有很多学生没有吃完的饭菜，剩下来的饭菜，在白天的时候还把教室或是家里的灯打开，没有及时的随手关灯，滥用水资源，滥用电，不珍惜粮食，不节约用水用电，等等很多的一些生活当中的细节都是浪费，没有勤俭节约的表现，所以我们也应该审视自己在生活当中所有的细节，认识到勤俭节约的重要性，世界上的所有的资源都不可能是取之不尽，用之不竭的，所以不管是对于我们生活当中的什么东西，都要做到足够的节约，懂得勤俭节约，懂得珍惜资源。

在平时的生活当中，我们吃饭的时候吃多少就乘多少，在用完水之后将水龙头拧紧，随手关灯，断电，水也能够重复使用，将洗完菜的水用来浇花或是冲厕所，重复性的利用我们生活当中的所有的东西，买东西提回来的塑料袋也可以重复利用，也可以当做事垃圾袋，在生活当中，很多的生活当中的小细节都需要我们足够的注意，做到足够的勤俭节约。

同学们，勤俭节约对我们来说是非常的重要的，不管是在什么时候，这都是我们所需要的在自己的生活当中去注意的，当然，在生活当中，很多的小细节都是勤俭节约的表现，只需要我们稍微的注意一下，我们就可以养成一个勤俭节约的优良品质，也希望我们所有的同学都可以将我们的传统美德好好的传承下去。

谢谢大家！

勤俭节约的演讲稿篇十八

古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也。”“勤俭永不穷，坐吃山也空”“成由勤俭败由奢”。是中华民族的传统美德，也是中华民族的优良传统，小到一个人、一个家，大到一个国、整个人类，要生存，要发展，都离不开它。第一代领导人毛泽东主席，深知新中国百废待兴、勤俭节约尤为重要，提出了“两个务必”，要求全党继续保持艰苦奋斗的工作作

风，开展“三反五反”运动，把浪费上升到犯罪的高度，号召全国人民节约每一滴水、每一度电、每一个铜板，全国上下把勤俭节约作为做人做事的准则。他老人家率先垂范，一生粗茶淡饭，睡硬板床，穿粗布衣，生活极为俭朴，一件睡衣竟然补了73次，穿了20年。我们邓校长也堪称勤俭节约的表率，是我们学习的榜样，他坚持“三白”——白开水、白米饭、白馒头；他节约每一张纸，总是把废弃的各类广告、信笺裁剪成办公用纸，进行第二次利用；他一件衬衣穿了好多年，以致袖口破损，仍倍加珍惜。

同学们，比比伟人，比比邓校长，我们又做得怎样呢？在此，我可以武断地说，在我们很大一部分同学身上，丝毫看不到勤俭节约的影子，只有浪费的毒瘤在疯狂的滋长。好好的衣服、鞋袜，懒得洗，穿一次就扔掉，就是洗好的衣物，如果被风吹到地上，很少拣起来，洗洗再穿。每天睁开眼就只知道吃，上课吃，下课吃，睡觉吃，走路吃，聊天吃、事事吃、时时吃、处处吃，一天不吃它个二三十次决不罢休！食堂是他的痛苦，超市是他的最爱，白花花的米饭，油嘟嘟的菜肴，吃不了几口就倒掉，剩饭剩菜成车成车地往外拉。读书不用心，花钱如流水。一个月花它个五六百很正常，七八百不算多，一千以上也不错，真是：问君能有几开心？恰似一江钞票流不尽。如此种种，贪图享受和极端浪费的行为，让人心寒，叫人心痛，令人发指。

同学们，我们应满怀以天下为己任的宏伟情怀，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。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，聚沙成塔，培养勤俭节约的好习惯。节约一粒粮食，就是节约一片富饶的土地；节约一滴水，就是节约一汪清澈的湖泊；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。

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；一粒米，不算多，颗颗粒粒攥成箩。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，身体力行，把节约当成举手之劳的生活态度和生活方式，让勤俭节约之风盛行慧德！

谢谢！

勤俭节约的演讲稿篇十九

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我演讲的主题是：勤俭节约。

常言道：“勤是摇钱树，俭是聚宝盆。

”10月31日是世界勤俭日。

勤俭节约也是中华民族的传统美德，更是一个人道德高尚的具体表现。

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学校是难以持续发展的。

勤俭节约是中华民族的传统美德。

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？”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。

但是，现在仍有一部分人中间存在着奢侈浪费的现象，小则浪费饭菜，大则跟风攀比，这些都有违勤俭节约的传统美德。

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；

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”让勤俭成为一种风尚，成为我们血液中的一种自觉，让勤俭之风尚遍彻校园。