# 最新勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容(5篇)

作者：前尘往事 更新时间：2025-01-06

*勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容一我来问你们一个词语：“光盘行动”，你们知道是什么意思吗？回答不上来的，我想你现在已经“out”了。其实“光盘”就是把盘子里的饭菜吃光，也就是要求我们要遵守“节约”这一中华民族的传统美德。下面我想...*

**勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容一**

我来问你们一个词语：“光盘行动”，你们知道是什么意思吗？回答不上来的，我想你现在已经“out”了。

其实“光盘”就是把盘子里的饭菜吃光，也就是要求我们要遵守“节约”这一中华民族的传统美德。下面我想请大家跟我一起回忆一下，在我们身边是不是有这样一些现象。比如，我们吃午饭时不考虑自己的饭量，总想给自己多打一点，反正吃不完就倒掉；跟随爸妈在外面吃饭，看到什么都想吃，因而点了很多菜，最后就把吃不完的扔在餐桌；还有，奶奶烧了很多菜，我们却因为不喜欢吃某一样菜，而在家里赌气。

我们之间的很多伙伴虽然来自农村，但现在生活条件好了，很少有人能亲身体会到我们的爸爸妈妈爷爷奶奶“锄禾日当午，汗滴禾下土”的辛苦，因而也就更难理解“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的真意了。我们现在虽然过着衣食无忧的生活，可你们知道吗，在我们这个国家，在贫穷的大山深处，还有很多上不起学，吃不饱饭，甚至在冬天还穿凉鞋睡凉席的小伙伴们。我们可以毫无顾忌的丢掉一粒米，但你们知道吗，全国13亿人口，如果每人每天节约一粒米，可以够3万人吃一年的。如果我们每天都节约一粒米，可以发挥什么样的作用，小伙伴们，你们算过吗？

其实，我们节约不仅仅是为了自己节约，更是对得起辛勤劳作的大人们，更是对得起那些还吃不饱穿不暖的小伙伴们，也是对得起我们自己，有幸生活在祖国灿烂阳光下的我们。同样，在每一个春节，我们都会收到一些压岁钱，我们应该怎样使用这些压岁钱呢，大家有没有想过利用这些压岁钱做一些有意义的事情呢，比如捐助一些帮助那些需要的小伙伴们。也许我们个人的力量是渺小的，但我们每个人的涓涓细流却可以汇聚成海，我想，这也是节约的表现吧。

这个月，大队部还要评选懂节约、会节约的同学争戴“节约章”。同学们，让我们立即行动起来吧，把厉行节约，反对浪费作为自己的行动准则，从身边的一点一滴的小事做起，为创建优质学校出一份力！

**勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容二**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，我们演讲的题目是《勤俭节约，打造低碳生活》。

勤俭节约是中华民族的传统美德，低碳生活是保护环境最直接的手段。今天我们就让我们一起来重温，什么是勤俭节约，怎样才是低碳生活。

古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也”，小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个世界，要想生存，要想发展，都离不开勤俭节约这四个字。可以说修身、齐家、治国都离不开勤俭节约，诸葛亮把“静以修身，俭以养德”作为“修身”之道；朱子将“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”当作“齐家”的训言；毛泽东以“厉行节约，勤俭建国”为“治国”的经验。

然而，随着我国国力的增强和生活的改善，有些人把勤俭节约的优良传统弄丢了。出现了超越现实、盲目攀比的畸形消费和斗富摆阔、一掷千金的奢靡消费；随意浪费的现象也比比皆是。在我们中间，能看的浪费现象有：餐厅的垃圾桶里，经常会看到被咬了一口的馒头、整个的鸡蛋，大块的米饭，还有不喜欢吃的青菜；教室的垃圾桶里，经常能见到还可以用的铅笔、橡皮，还有一些没有吃完的水果、牛奶，没有分类的纸张等；洗手间里的卫生纸浪费现象也比较严重，有的同学洗手后用卫生纸擦手，有的同学过度用纸，随意撕掉一块丢掉；有时候教室里明明光线很好，却还开着灯，大白天走廊过道上的灯还在亮着，所有的这些都是浪费。还有在我们同学中间，存在攀比衣服、文具的现象，鞋子比名牌，钢笔用凌美。不把精力用在学习上，不去比纪律谁好，学习谁棒，字体谁写的漂亮，而是追求所谓的牌子和高价，形成了不良的风气，忽略了衣服、鞋子、文具本身的意义。

同学们，勤俭节约，可以减少能源的浪费，节约能源可以减少对环境的污染，可以更好的做到低碳生活，保护环境。我们是城市的小主人，是祖国的未来，节能减排我们责无旁贷，我们也一样能做到。主要是从节电、节气和回收三个环节来改变生活细节。建议同学们做好平时的细节：当我们离开教室时，要随手关灯，关电；当我们洗手时，可将水龙头开到小流量，打肥皂时，可以把水龙头关闭；就餐的时候，吃多少盛多少，外出就餐，养成剩余饭菜打包的习惯，不要浪费一粒粮食；用过一面的纸，尽量留作草稿纸；购物时，不用一次性塑料袋，记得带上环保购物袋；养成垃圾分类的习惯；外出时，能坐公交就不开车，能骑自行车，就不坐汽车，尤其是周末往返学校时，为了减少交通压力，减少汽车尾气对环境的污染，我们尽量动员家长低碳绿色出行。

同学们，让我们从现在做起，从点滴做起，学会勤俭节约，做低碳生活的环保小卫士，让勤俭节约，绿色出行在我们的校园蔚然成风。

**勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容三**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是“倡导勤俭节约，反对铺张浪费”。

每年的10月31日 是“世界勤俭日”，勤俭节约是我们中华民族的传统美德，曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易，一丝一缕，恒念物力维艰”的古训教育了一代又一代的炎黄子 孙，历史反复证明了一个道理，“奢侈”能败国败家败自己，想当年清朝的“八旗子弟”是何等的骄奢淫逸，最终却成为纨绔和低能的代名词，沦落到丧权辱国的下 场。新中国成立后，伟大领袖毛泽东掷地有声的一句“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人“勤俭节约，艰苦创业”，硬是把我国从一穷二白的旧中国，建设成现在 物质丰饶，不愁温饱的小康社会。

然 而，随着社会物质文明的不断发展，铺张浪费等陋习也随之滋生蔓延开来，甚至侵蚀到我们青少年一代。请看学校内种种不和谐的现象，还有一些水笼头还在细水漫 流；有些同学把未曾书写过的空白纸张丢弃；电灯、电脑终日开启等等。同学们，你们还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”这句从小就背诵的古诗名句吗？有道是 “千里之堤，溃于蚁穴”，看似点滴的浪费，就像“蚁穴”一样，正在侵蚀着我们中华民族“勤俭节约”的根基。

又 到了一年一度的“世界勤俭日”，作为一代有责任感、荣誉感、和使命感的青少年，我们应该立刻行动起来，从我做起，从小事做起，从现在做起。你与我，是浪花 里的一滴水，无数滴水汇聚起来，才能成为澎湃汹涌的浪涛，才有波澜壮阔的大海。一个人的力量有限，但你、我、他无数的力量凝聚在一起，才是坚不可摧的力 量。让我们拧紧用过的水笼头，不多流一滴水；抬起手按一下开关，节约每度电；将复印纸重复利用；减少剩菜剩饭的倾倒等，希望每个同学都来献计献策，以勤俭 为荣，铺张浪费为耻，崇尚俭朴，发扬勤俭节约的传统美德。请记住“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，平凡与 不平凡只是一步之遥，让我们携起手来，节约每一滴水，每一度电，每一颗粮，每一片纸， 你我就是成功者”。

**勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容四**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！今天我们演讲的题目是《勤俭节约是美德》。

“先看国家和家庭，勤俭导致失败，奢侈导致成功”，“勤俭持家久，诗书济世久”，这些都是广为人知的短语，证明勤俭节约对国家和家庭的繁荣起着决定性的作用。

勤俭节约是一种美德。一个懂得勤俭节约的人，一定会为未来做打算。当他物质生活富足的时候，他一定会为将来可能发生的不幸做好准备；一个没脑子的人根本无法思考未来。他会挥霍掉所有的收入。一旦遇到紧急情况，你会不知所措。

勤俭节约是一种精神。勤俭节约不仅与对金钱和物品的科学控制有关，还与精神层面的节约意识的建立有关。勤俭节约与生活中的每一件小事都息息相关。一个人要合理利用自己的时间和精力；我们应该养成严格细心的生活习惯。勤俭节约就是科学地管理自己，管理自己的时间和金钱，明智合理地使用自己一生中拥有的资源。

勤俭节约是一种责任。我们崇尚勤俭节约，这已经不是单纯的观念，而应该是我们的自觉行为。想象一下，我们每个人可以节约一滴水，一次电，一粒米，一便士，一张纸。我们学校两千多人能节约多少资源？如果理解了这个道理，我们幼小的心灵就不会烦躁，就能理解“父母辛苦养育，唯有读书报恩”的全部内涵。

在这里，我主张：培养良好的道德，建设节约型校园，从我做起，

**勤俭节约个人讲话稿例文 勤俭节约主题演讲内容五**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我在国旗下讲话的题目是《勤俭节约、爱护公物，共建美好校园》。一说起勤俭节约、爱护公物，有很多人可能认为这是老生常谈，因为确实连幼儿园的小朋友都能说上几条类似“节约光荣，浪费可耻”、“爱护公物，人人有责”这样的口号。不错，勤俭节约、爱护公物是我们每一个社会成员应尽的职责，更是我们青少年应养成的美德和习惯。

当我们每天清晨步入校园，开始新一天学习生活的时候，大家一定会为自己生活在洁净、美丽的校园而舒心惬意。但是不知同学们有没有注意到一些不和谐的现象：班级课桌凳经常被恶意损坏，部分同学坐在座椅上前后左右摇晃，课桌上随处可见涂鸦、刻划的痕迹；

教室门上，留下了许多大大小小的脚印和凹陷的小坑；

校园内经常可见扭曲、脱落的不锈钢栏杆；

花坛里有不少花草被践踏得奄奄一息，甚至枯死；

空无一人的教室，所有的灯全亮着，甚至彻夜不关。虽然这些现象只是少数人所为，但却影响到整个校园的环境和品位，也给其他同学的学习和生活带来不必要的麻烦。

公物为大家，人人爱护它。在生活中如果你留意观察，会发现有很多爱护公物的文明人！就说我们校园内，每天都能看见同学们用抹布认真地擦拭着桌椅、门、窗、墙壁、楼梯，每天都有工作人员细心地修剪着花木、检查电器设备的使用等等。这些可亲可敬的人，正以默默的行为给我们做出了榜样，也为文明做出了最好的诠释！

有人说：“改变世界很简单，只需要每次随手做一件好事。”而改善我们身边的环境，又何尝不是如此，走廊的垃圾，只需驻足片刻伸手捡起，便是爱护了我们的校园环境；

滴水的水龙头，只需伸手轻拨，便是爱护了我们的校园环境；

不该亮着的教室灯和楼道灯，只需我们抬手轻按开关，便是爱护了我们的校园环境；

身边的破坏行为，只需及时劝阻，便是爱护我们的校园。同学们，建设美好校园，需要我们具有“学校是我家”的主人翁意识，需要我们拥有一颗爱校的责任心，需要我们处处遵守学校的各项规章制度，相信大家都能认识到这一点。那么就请让我们携起手来，全体动员，全员参与，从现在做起，从自己做起，从身边的每一件小事做起，让海军中学在我们每个人的精心呵护下变得更加美好！

我的讲话完毕，谢谢大家！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找