# 关于勤俭节约的演讲稿范本

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-01

*关于勤俭节约的演讲稿范本（通用28篇）关于勤俭节约的演讲稿范本 篇1　　尊敬的各位老师，同学们：　　大家好!我演讲的题目是《厉行节约，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*

关于勤俭节约的演讲稿范本（通用28篇）

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇1**

　　尊敬的各位老师，同学们：

　　大家好!我演讲的题目是《厉行节约，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，在这天的社会里，更显得好处深长。

　　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，此刻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;所以这天，我们就应大声倡议：让我们用心行动起来，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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇2**

　　水，是人类生命的源泉。没有水，人无法生存，万物不能生长，世界将不会如此多姿多彩。因此，节约用水必须由我做起，从小做起，也是每个人应尽的义务和职责。

　　例如，日常我可以用洗衣服的水来拖地，洗完青菜和洗手所剩的水，可以用来冲厕或浇花。而现实生活中，我们身边却有这样一些人，他们没有一丝一毫保护水资源的意识，在不停地浪费水资源，污染水资源。比如一些学生用水时，开了水龙头，用完水后就不把水龙头关上，让水无节制的流淌。造成了水资源的大量流失，还有一些工厂污水排放指标达不到标准就直接把污水排放到河里了，造成河下游的水就被这家工厂污染了。甚至有一些调皮捣蛋的学生故意把水龙头打开让水资源流失。每当遇到这些情况，我们应当及时制止他们的不当行为。有时我想：不如让这些人去干旱少雨的地方过几天，让他们也尝尝少水的滋味，看看他们还会不会浪费水资源。

　　水，现在受到严重的污染，淡水资源越来越少。就拿我们的珠江河来说吧，过去是清澈见底，而现在呢?由于被沿岸工厂的工业废水和市民的生活废水所吞噬，清亮的河水变得乌黑乌黑的。河面上漂着各种瓶子、塑料袋、废弃物……以前西关有名的艇仔粥也由于受到河水的污染而销声匿迹了。再看看河两岸，草很稀少，只有一些高大的水杉树，只要风一吹，一股股恶臭就迎面飘来，让人简直想吐，几顿饭都吃不下。我简直不敢相信这就是我们以前的珠江河。啊!我们要行动起来保护它，让它恢复以前的面貌。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇3**

　　尊敬的各位领导、同志们：

　　大家好!我这天演讲的题目是《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这天，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5、x元，相当于一百多个困难家庭的最低生活保障。总理以前说过，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，节约更就应成为一种习惯和风气。所以大家如果能够从我做起，从此刻做起，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。”作为一个有职责感、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。只要大家都能用心行动起来，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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇4**

　　尊敬的各位领导、各位评委、各位选手：

　　大家好!

　　春意萌动、百花争艳，转眼间我们又迎来了新的一年。随着经济建设步伐的加快，资源消耗随之增加，资源紧缺已是全国普遍存在的问题。节能是硬道理，是一项基本国策。

　　还记得建国初期，毛主席用一句，“浪费是极大的犯罪”，以此教育了几代中国人艰苦创业、勤俭节约，创造了中国一个又一个的经济腾飞。勤俭节约的精神深深植入了人们心中。

　　在教育孩子时，我们会说：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”在生活中，我们会以感恩的心态对自己说：“一粥一饭，当思来之不易;一丝一缕，当思物力维艰。”然而，食堂里大碗大碗的剩饭，我们却熟视无睹;水龙头里滴答滴答的漏水，我们也见惯不怪;敞亮的房间里灯火通明，我们却浑然不觉……铺张浪费已经成为了一种习惯，这是多么可怕的现象啊!

　　是什么造成了这样的局面呢?只因我们觉得自己花钱买的饭，吃不完倒掉理所当然;公司里的水和电不是自家的，就无须担心水费、电价的高涨。在人们心中，仅仅是在自己的生活中才懂得节约、才会节约;节约在公司里只不过是空喊的口号，不能落到实处。在这里，我呼吁大家，把公司当成自己的家。

　　现在，我们正面临着一项严峻的考验;供电量指标节节攀升的同时，煤炭价格也随之上涨。依全球气候变暖的趋势看，水价势必也要增长。而一个企业离不开水、电、煤等生产成本。节能是每个企业不可忽视的问题。勤俭节约这个古老而年轻的命题重又被赋予了新的历史使命和战略意义。

　　俗话说，“有了大家，才有小家”。节约不仅是企业管理层应该思考的问题，也是企业每个员工应该思考的问题。

　　有人会问：“我能做些什么呢?”

　　答案很简单，就是从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。然而，这又是不简单的，这需要耐心和恒心。海尔集团首席执行官张瑞敏先生说过：“不简单，就是把简单的事做千遍万遍。”我们一个简单的关灯动作解决了长期以来的长明灯问题;一个简单的想法弥补了管理层中长期存在的管理漏洞，在简单中创造出不简单的效益。不能因为事小而不为，更要因为小事而无所不为，请大家记住，“一滴水不算多，一滴一滴滴成河;一粒米不算多，一粒一粒堆成垛”;也请大家不要忘了，“勤勤俭俭粮满仓，大手大脚仓底光”。

　　让我们回顾一下身边的事吧!在你们洗碗洗盘、洗脸刷牙、洗发洗澡时，你可曾想过要节约每一滴水?在你使用电灯、电脑、电炉、取暖器时，可曾想过要节约每一度电?当你使用工具、领取劳保、甚至是使用一张小小的纸张时，你可曾想过要节约了吗?浪费无时无刻不在我们的生活中发生，要节约就得从生活中的点点滴滴做起，从我做起，从节约每一滴水、每一度电、每一克煤做起，从自身岗位做起，持之以恒，集少成多，为企业的节能工作献上自己的一分力量，为企业的发展添砖加瓦，为企业的壮大铺垫出一条节约的康庄大道。

　　谢谢大家，我的演讲完了。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇5**

　　食堂里人山人海，我排了半天队，才好不容易弄到些吃的，还只能和别人挤一张小桌子用餐，不禁有点烦躁。殊不知，和我共享一张桌子的母子竟令我受益非浅。

　　一开始，他们的举动就引起了我的注意。他们微笑着互相让着菜，共同分享着有限的几盘蔬菜，一边津津有味地享用着，一边真诚地赞美着食物，似乎每一盘菜都是美味珍馐。我很诧异，平时我吃食堂的菜总是味同嚼蜡，不是囫囵吞到肚里就是挑挑拣拣地拨拉来拨拉去，很不情愿吃，他们怎么就吃得这么有味呢?更让我诧异的是，待他们吃饱后，那个白发苍苍的老奶奶看着未吃完的食物，拿出几个准备好的塑料盒子，将各个盘子里的剩菜小心翼翼地倒入相应的盒子里，最后还请她的中年儿子把一盘所剩无几的西兰花碎片吃干净。我偷偷瞟了一眼，发现所有的盘子里都已经空空如也。这时，我听到温文尔雅的儿子笑着说：“好哇!晚上又有好吃的了。”然后，他们俩高高兴兴地离开了。

　　这句不经意的话，这些不经意的动作，表现了这对母子对食物的尊重和赞美，对平淡生活的知足和感恩。他们祟尚节俭，珍视所有的食物，绝不浪费一点儿食物，并且尽情享受着各种食物带来的愉悦，也在从中品尝节俭的快乐。这对母子无形中给我上了生动而重要的一课，使我深刻地认识到：一是要勤俭节约，珍爱食物，二是要生活俭朴，知足常乐。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇6**

　　尊敬的老师、亲爱的同学：

　　上午(下午)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;

　　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。

　　观察我们的校园，浪费现象就在身边，瞧!塑料袋们正随风起舞呢，的确是点缀了天空，我们且不说这些“白色污染”会给我们的环境和身体健康带来怎样的危害，单是这些被浪费的塑料袋会给我们的经济带来怎样的损失呢?我们何不再将它们回收，再利用呢?推荐你不妨去食堂转一转，定会让你收获不菲。没吃完的饭、菜无奈地躺在桌子上，“馒头太没味了”，咬一口，随手一扔(更有甚者做一投篮动作，真准!馒头乖乖躲进垃圾桶)，还有，那关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、只用一张纸就扔掉的作业本，等等……

　　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，当我们在指则别人浪费的同时，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：

　　主人公是我的小表弟，他的名字叫童童。一天，奶奶、妈妈、二姑在吃松子。但是，那些松子很小，十分难剥。于是我们便让他去扔掉。他把松子拿到垃圾桶时，他犹豫了。随后便自言自语：“这样是不是太浪费了呢?粒粒皆辛苦呀!”这次，他果断地拿起装松子的袋子向柜子放去……说到那里，我想问问在那里搭餐的同学们：“当你们在倒饭的同时，可曾意识到这是一种浪费?可曾想到粒粒皆辛苦呢?这个年仅4岁的小朋友都懂得这个道理，那些曾浪费过粮食的同学，是否能从这个故事中得到启示?

　　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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇7**

　　同学们，老师们：

　　大家好。这天我演讲的题目“勤俭是美德节约是职责“。勤俭节约是我们中华民族的美德，是五千年礼貌古国的优良传统。从厉行节约的晏婴到“一钱大守”刘宠，从一代名相魏征到民主革命家孙中山，都为我们留下一份份忧苦万民、勤劳天下的珍贵遗产。老一辈无产阶级革命家鞠躬尽瘁、艰苦朴素的光辉事迹，更是彪炳千秋。中华民族正是具有这种精神，才能生生不熄、不断繁衍、兴旺发达。勤俭节约还是我们国家的建国方针，正是这一方针，才使我们年轻的共和国医治了几十年战争的创伤，甩掉一穷二白的帽子，屹立于世界民族之林。

　　但是近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作“过时”的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象普遍存在，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室、办公室中人去灯不熄，教室外的垃圾桶里还能够用的书本、文具、还没有吃或者没有吃完的水果、点心、牛奶，扔掉的一次性的碗筷、塑料袋等等。勤俭节约真是一种过时的观念而就应丢弃吗答案是否定的。

　　我们明白，改革开放后，国家的经济在不断提高，但是，我国尚未到达中等发达国家的水平，还有相当一部分地区是比较贫穷落后的。在城市里，还有许多下岗工人靠社会救济金生活，在农村，还有许多孩子因交不起学费而失学。在西部山区，还有许多人为解决温饱问题而奔波。我们国家还没有富裕到能够比阔斗富的时候，勤俭节约的美德不能丢。作为新时代的我们更就应时刻牢记勤俭是美德，节约是职责这句话。

　　勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，而两者的实现贵在行动。为此我校少先队、团委和学生会将本周定为我校的节约环保周，期望同学们身体力行，勤俭节约。同时我们学生会在此向全校师生发出《节约行为公约》

　　培养节约好风尚人人行动是保障夏季空调26度节电效果很显著

　　灯泡换成节能灯用电能省近八成随手关灯莫忘记小处节电有效益

　　少乘电梯爬楼梯既省电力又健体家用电器仔细挑节电省钱都重要

　　家电不用要断电省电一成看得见多乘公交和步行既省能源又便捷

　　购车要买小排量节油实惠还时尚注意关好水龙头宝贵淡水不滴漏

　　洗菜洗脸多用盆一水多用是窍门纸张就应两面用物尽其用见行动

　　物品少用一次性节省资源利环境就餐剩余应打包珍惜粮食显实效

　　垃圾分类不乱扔便于利用好再生过度包装要反对绿色消费益社会

　　勤俭节约记心头行为公约共遵守

　　同学们，让我们养成勤俭的美德吧，我们就会拥有终生享用不尽的宝贵财富。同学们，让我们尽到节约这份职责，牢记这份职责吧!为了自己、为了学校、为了社会、更为了国家，让节约永远的伴随在我们的左右吧!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇8**

　　大家好！我演讲的题目是《厉行节约，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。

　　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

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇9**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好!今天我演讲的题目是“我勤俭，我自豪”。

　　“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。这是我小时候学会的第一首古诗，诗歌教导我们要节省一粒米，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直贯穿于中华民族悠悠5千年的历史，直到今天它仍然是最值得我们关注的话题。

　　我们是祖国的花朵，是父母的宝贝，从小生活在蜜罐里，成长在关爱中，饭来张口，衣来伸手的例子不胜枚举。生活虽然富足，但我们千万不能忘记古人有训“一粥一饭，当思来之不易;一丝一缕，恒念物力维艰”。勤劳节俭是中华民族的传统美德。“勤劳”可以创造财富;“节俭”可以聚集财富。无论在哪个时代，勤俭总是被看作持家立业的根本、安邦定国的保证。勤俭不是吝啬，也不是守财奴的代名词。勤俭就应该是像爱国华侨陈嘉庚说的那样：“应该用的钱，百万千万也不要吝啬，不应该用的钱，一分也不要浪费。”陈嘉庚先生一生勤勉，不断发展自己的事业，成了一位大实业家。他拥有千万家财，却生活简朴;住的两层楼房又小又暗，穿的衣服甚至还打了补丁，还给自己定了很低的伙食标准。

　　他自己舍不得多花一分钱，却散尽家财办教育，创办了规模宏大的集美学村和远近闻名的厦门大学，创办和资助了近百所学校，为祖国培养了大批人才;勤俭不是小气，而是一种“世界通用”的美德。世界首富比尔.盖茨，日常生活简朴节约，他认为，不管是富足还是贫穷，一个人只有当他用好了他的每一分钱，他才有可能事业有成;致富不忘本，这就是一个人的品德和素质!读到这些小故事，我不禁脸红了，这些拥有无尽财富的人用自己的言行举止为新时代的勤俭作了注解，反观自己，有时候可能会想口袋里的零用钱是长辈给我的就是我的了，爱怎么用就怎么用，别人管不着!乱买的零食往往吃一半扔一半;五花八门的文具用品买了一大堆，真正能用的却少之有少……看着这些被我弃置高阁的崭新文具，想到那些被我随意丢弃的零食，这么多被我浪费的钱可以花得更有意义，或许可以买一套好书，或许可以资助一个贫困孩子读一学期的书，或许可以……原来，勤俭并不难，有时候就是举手之劳，有时候就是转念之间，假如我能在合理科学有意义地用好手中的每一分钱，珍惜珍爱一切生活资源，相信过不了多久，这朵勤俭之花一定会在我的心间绽放!

　　10月31日是“世界勤俭日”。联合国人口基金会发布的20xx年世界人口现状报告显示，世界人口已经突破67亿，仅就地球资源消耗来说，人类也必须做到勤俭节约，才能使更多的人生活得更幸福。在“世界勤俭日”到来之时，我提议大家行动起来，通过自己带动家人，还有身边更多的人一起来响应现代低碳环保的生活方式，坚持从自己做起，从身边的小事做起，节约一滴水;少开一盏灯;多走一步路;少开一天车;“让节约成为习惯”、“让节约成为我们的生活方式”。

　　高尚的道德，会让我们感动，让我们享受，更会让我们的生活快乐而幸福!

　　谢谢大家!!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇10**

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家好!

　　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，是中华民族的优良传统，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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇11**

　　亲爱的老师、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。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇12**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　大家早上好!今天，我要演讲的题目是：《成由勤俭败由奢》。

　　有一个民间传说：一位老人去世时，只留下一块写有“勤俭”二字的匾。兄弟俩把匾从中间锯开，哥哥要了“勤”，弟弟要了“俭”。哥哥每日辛勤耕作，但不知节俭，结果是两手空空;弟弟省吃俭用，却不知勤劳耕作，结果是坐吃山空。后来经过仔细琢磨，他们把匾合在一起，勤俭持家，终于创造了大量的财富，过上了富裕的生活。

　　中国是一个礼仪之邦，勤俭作为中华民族的传统美德，在中华大地上流传，正是具有这种精神，我们民族才能生生不息，繁荣昌盛。

　　勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上的，只有勤劳才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，劳动成果才会越积越多，社会才能发展进步，反之，则是社会衰败、文明倒退，正如李商隐所说：历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。

　　如今，我们都是家里的宝贝，父母的掌上明珠。父母拼命赚钱，而我们有的同学大肆挥霍，不知道珍惜父母的劳动成果。还有一些同学太过于注重自己的服饰、打扮和享受，穿衣服要最新款式、要品牌。无限制地攀比，助长了一系列歪风邪气。痛定思痛，我们想到了统一穿校服，正好是遏制攀比之风的好办法。

　　外国人都说：中国的孩子最善长的就是花钱。当听到这些，我不知道你们是怎样的感受，我感觉到的是悲哀，是无奈。我无力去反驳，就连西方发达国家，也学到了勤俭，他们的学生少有攀比之风，他们的学校师生是统一穿校服的。

　　日本许多中小学统一校服、校鞋以及书包，避免了许多问题;

　　美国有研究发现，推广校服之后，校园犯罪率明显下降;

　　法国教育部部长德·罗宾发出呼吁，希望广大法国学校在全国范围内推行校服;

　　近年来，德国发生数起青少年“打劫”同学事件，正是因为犯罪青少年眼红同学的衣饰和鞋子。

　　同学们，人家发达了，尚且通过校服，促成勤俭美德，我们五千的传统能够丢吗?

　　当然，有很多同学也为我们做出了好的榜样，他们从不随意浪费食品，随时记得关灯关水，更为重要的是他们穿上整齐且充满朝气的校服，为我们的校园增添了一份淡雅与朴素和一份青春的活力，为我们建设渝东教育高地添砖加瓦。

　　亲爱的同学们，与发达国家相比，我们还落后，家底还很簿，这就要求我们继续保持勤俭节约的优良传统，不能因为肚子饱了，有几个钱用了，就轻易丢掉勤俭的美德，我们要用心感受它，努力实践它，在劳动的同时更学会珍惜，在日常生活中，从穿上一身校服，节约一页纸张，节约一滴水做起，养成勤俭节约的好习惯!

　　让我以《朱子家训》中的一句话来结束我今天的演讲:

　　“一粥一饭，当思来处不易;半丝半缕，恒念物务维艰。”?

　　谢谢大家!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇13**

　　老师们、同学们：

　　勤俭节约是中华民族的传统美德，建设节约型学校，不仅是全社会自身发展的需要，更是每个公民应有的责任。然而，在我们的 学校中，水、电、粮食、纸张等浪费现象时有发生，追求品牌、追求享受、过度消费等现象屡见不鲜。面对严峻的社会形势，广 大师生应正确认识国情，增强节约资源的自觉性、主动性，大力营造“节约光荣、浪费可耻”的校园风尚。为此，结合我校实际 情况，向全校师生发出如下倡议：

　　一、转变思想，树立正确的价值观。崇尚节俭，合理消费，增强节约意识，做到身体力行，自觉杜绝浪费行为。

　　二、大力宣传，为建设“节约型校园”献计献策。各级部要积极宣传节约典型事迹，弘扬节约风气。教职员工立足本职，从我做 起;广大学生互相提醒，互相监督，人人争做节俭风尚的传播者、实践者、示范者，努力营造厉行节约的校园氛围。

　　三、落实行动、从身边做起、从点滴做起。

　　(一)节约用电

　　1。杜绝长明灯、白昼灯。办公室、实验室、图书馆、教室、宿舍等要做到晴天时不开灯，人少时少开灯，人走灯灭;楼梯、走廊 、厅堂、会议室、卫生间等公共场所由专人负责开灯、关灯。

　　2。在能够使用节能灯具的地方尽可能地更换、使用节能灯具。

　　3。减少办公设备电耗和待机能耗。合理开启和使用计算机、打印机、复印机等用电设备，下班时必须关闭电源。

　　4。杜绝在学生宿舍、教职工宿舍、办公室、实验室等处私自使用电炉子、电暖气、电饭锅、热得快等大功率电器。

　　(二)节约用水

　　1。 珍惜水资源，自觉养成节水习惯，洗刷不用“长流水”，提倡使用容器洗手洗脸，洗涮拖把等不过量用水。

　　2。 自觉做到爱水、惜水、节水，严格做到人走水断流，提倡废水利用，爱护节水设施，用水后要拧紧水龙头，发现水龙头滴水要 主动拧紧。

　　3。按需用量打开水。开水原则上只用于饮用;剩下的开水次日可倒入相应的容器内，以便于二次充分利用。

　　4.加强用水设备的日常维护管理，严禁跑、冒、滴、漏，坚决避免长流水现象的发生。

　　(三)节约办公用品

　　1。 办公用纸尽量双面使用，提高利用率;提倡网络办公，减少宣传用纸的数量。

　　2.办公室的复印纸等耗材必须由指定专人管理，严格控制。

　　3.尽量少用一次性纸杯，提倡自带水杯。

　　4.爱护办公设备，提倡修旧利废，对易耗物品实行以旧换新、提倡使用钢笔书写，减少圆珠笔或一次性签字笔的使用量。

　　(四)节约粮食

　　1。在食堂就餐时，要杜绝剩饭剩菜，珍惜并节约每一粒粮食。

　　2。食堂工作人员要强化节约意识，在食品制作过程中厉行节约、杜绝浪费。(五)爱护公共财物

　　1.爱护学校公共财物，发现损坏的办公设备及教学用品要及时报修。

　　2.不在墙壁上乱涂乱画、不在课桌及设备上乱刻乱写。

　　3.不随意移动、拆卸床、课桌、教学设施等设备。

　　4.遇见损坏公共财物的行为加以劝阻，并想办法制止。

　　“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。节约是美德，节约是品质，节约是智慧，节约是责任，节约更是境界。希望全校师生行 动起来，继承和发扬勤俭节约的优良传统，坚持从我做起，从现在做起，从一点一滴做起，珍惜每一滴水、每一度电、每一张纸 。

　　老师们、同学们，让我们行动起来吧!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇14**

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家下午好!我是金湖小学五年级(2)班的李亚奚。今天我为大家演讲的题目是《勤俭节约、艰苦奋斗》

　　延安精神是什么?它的答案有很多?

　　对于我们小学生来说勤俭节约，不浪费、不挑食不就是一种延安精神吗?

　　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民族是难以自立自强的;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;同样，一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的家庭也是不可取的。

　　在延安时期，毛主席的饭菜很简单：一小盒米饭，两菜一汤。毛主席总会把饭菜吃光，偶尔饭菜剩下时，他总会说：“给我留着，下顿热热再吃。”特别在1945年陕北遇到了大旱。毛主席与周总理、朱总司令等几位中央领导开完会，吃中午饭时，毛主席对警卫员说：“从明天起，我们几个人取消个人灶，听见摇铃就去食堂吃饭。”这就从中央领导开始事实节约了粮食。

　　大家看，毛主席是多么节约啊!说到延安，我们都会感到分外亲切，油然而生敬意。这不仅是因为延安是祖国的革命圣地，而且，毛主席等老一辈革命家在这里培育了勤俭节约、艰苦朴素的延安精神，这可是我们的传\*，是我们宝贵的精神财富。

　　在座的各位一定从小就会背一首古诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，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直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”。即使在今天，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”，被赋予了新的历史意义和使命。

　　让我们从现在做起，从小做起，从生活的点点滴滴做起，弘扬延安精神，继承“勤俭节约、艰苦奋斗”的革命传统，让中华民族巍然屹立在世界的东方。

　　谢谢大家，我的演讲到此结束!

　　五年级:李亚奚

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇15**

　　我国著名的数学家华罗庚曾说过：“做学问，做研究工作，必须持之以恒。”的确，我们干什么事，要想取得成功，坚持不懈的毅力和持之以恒的精神都是必不可少的。

　　学习也一样，学习不是一朝一夕的事情,学习中感到枯每当我向爸爸、妈妈要钱的时候，他们除了问清楚要钱的原因外，总要叮嘱一句我们这里家喻户晓的俗语：“吃不穷，穿不穷，不会划算辈子穷”。而我对这句话的真正理解，是在最近当了一个月的“家庭财政部长”以后。

　　为了培我养独立花钱和当家理财的能力，上月初，妈妈按照我们家过去的月生活标准，把当月的总开支500元钱给了我，让我全权安排这个月全家的一切开支。

　　于是，根据我们家的实际，我按米面菜油肉、盐酱醋茶酒、水电煤话卫三大项目划分，计划分配，合理安排后，特地留下了50元钱的机动。可是，没几天，我就私下里买图书，与同学聚会，三下五除二将它花掉了。没想到，还不到半个月，就从老家来了两拨亲戚，一下字，我的财政就出现了40块钱的赤字。要不是妈妈从平时的节俭中拿出钱来给填上，我还真不知该如何来对付那种严重的局面。

　　从当这个月的“家庭财政部长”的实践中，我不但懂得了“吃不穷，穿不穷，不会划算一辈子穷”这句俗语的真正含义，而且还深深地认识到了勤俭节约家事兴的道理。如果把安排我们一家人全年的开支当作是打一场大战役的话，那么，我当一个月的“家庭财政部长”只是指挥了一次小小的战斗。这场大的战役，不只包括一家人一个月的生活开支，还包括购置家庭大的生活设施、人亲客往、头痛脑热、穿衣买鞋、我的上学费用、购买必要的书籍、赡养爷爷奶奶、姥爷姥姥的费用以及预留一点钱以备急需等等。如果爸爸、妈妈也像我这样没有全局观念，大抛大用，不善于“划算”，不善于勤俭节约，那么家事怎么能够兴旺呢?

　　一个家庭是这样，一个国家不也是这样吗?为了祖国的繁荣富强，老一辈无产阶级革命家毛泽东、周恩来他们一直以来都十分注意勤俭节约。毛泽东连一件睡衣都要反复缝补，直到实在是不能穿了才不得不更换，而我们国家的“大总管”周恩来的一件衬衣，补了又补，多次更换衣领，不但接待外宾穿，出国访问也穿，不穿了，还脱下来放在保密箱里。现在，以党中央号召我们要建立节约型社会，这就是为了振兴中华，使祖国更加兴旺发达啊!

　　因此，我要说，勤俭节约不但能够使家事兴旺，还能够使国事兴旺。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇16**

　　“俭以养德”是诸葛亮的一句名言。勤俭节约不仅能积累财富，还能培养艰苦创业的精神和奋发向上的品质。世界上任何一个民族的崛起和国家的昌盛，无不经过长期的艰苦奋斗。勤俭节约，艰苦奋斗这一传统，也是中华民族的“传家宝”，今天，我们提倡理性的适度消费和低碳的生活习惯，“传家宝”更不能丢。

　　20xx年6月1日，一碗饭，一碗汤，这就是在甘肃地震灾区时的午餐。用餐的帐篷，是战士们的食堂，搭建在甘肃地震灾区一个偏僻的高海拔的小山村里。战士们的午餐，还是相对丰盛的，但是，只吃了一碗米饭，盛了一碗菜汤。看到这个电视画面，许多人的眼眶湿润了，崇敬之情油然而生。

　　毛泽东主席曾经深刻地指出：“要使我国富强起来，需要几十年艰苦奋斗的时间。”党的十一届三中全会以后，邓小平总设计师告诫全党：“艰苦奋斗是我们的传统，艰苦朴素的教育今后要抓紧，一直要抓六十至七十年。我们的国家越发展，越要抓艰苦创业。提倡艰苦创业精神，也有助于克服腐败现象。”在西柏坡学习考察时，曾经引用明朝薛瑄的话告诫大家：“节俭朴素，人之美德，奢侈华丽，人之大恶。”

　　再看看我们如今，走进学校饭堂，食物是相当丰盛的，有鸡腿，猪排，大排。和吃的比起来，我们都比他吃的好，但我们有些人吃了一口就倒掉了，多浪费呀!难道他们不知道“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦吗?”

　　现在每个孩子都是爸爸妈妈的掌上明珠，饭来张口，衣来伸手，爸爸妈妈烧的菜有些人都不吃，只能倒掉，所以我们每个人都要行动起来，勤俭节约，不要浪费粮食，浪费最可耻的。同学们，我们要向学习，不要浪费粮食。

　　司马光曾经说过：“由俭入奢易，由奢入俭难。”这是古人给我们敲响的警钟，所以我们要勤俭节约，那些农民在烈日炎炎的阳光下干活，多么辛苦啊!他们披星戴月，任劳任怨，可换来的却是我们的浪费，全体人民应该保持“艰苦奋斗，勤俭节约”的作风。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇17**

　　大家下午好!我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

　　在座的各位一定从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，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直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”。即使在今天，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”，被赋予了新的历史意义和使命。

　　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。可以说修身、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\*啊，社会主义建设离不了。可以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，也没有提供一次性的洗漱用品。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?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。

　　我还想特别提到的是节约用水，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，不知道去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否知道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大量财力物力，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。

　　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?不过现在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，现在也改成了电子文档，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。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇18**

　　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。”

　　所以今天，我们应该大声倡议：让我们积极行动起来，牢固树立节俭意识，“让节俭成为习惯”、“让节俭成为生活方式”，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、点点滴滴都节俭，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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇19**

　　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。能够说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。

　　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?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。

　　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。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇20**

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家好!

　　勤俭节约是我们中华民族的传统美德。对于我们这一代人来说，更应该继承和发扬勤俭节约的优良品质，从我做起，从现在做起，从身边的每一件小事做起。

　　我上小学一年级的时候，每到放学看着同学三三两两来到学校附近的零食店买这买那，我的心动了。我也加入他们的行列，每天上学都找妈妈要零花钱，一到 放学就一阵风地跑到商店买小玩具，把钱全部花完。我当时想：向妈妈要钱是理所当然的。每当妈妈问我要钱买什么，我总是满不在乎地说买小汽车了、买卡片了、 买陀螺了，再就是买零食吃，每天把兜里的钱花的干干净净。直到一次发生的事情让我改变了想法……

　　那是在我上二年级的时候，有一次，我又习惯性地找妈妈要钱，可妈妈当时没零钱就说下次再给，我很不情愿地说：“我买了东西给你找零钱回来。”妈妈却 神情严肃地说：“你拿钱又去乱花，买些没用的东西。”我赌气似地上学去了。在学校里，有一节思想品德课，老师对我们讲：“你们这个年代出生的人是最幸福 的，吃好的、穿好的，每个孩子都有零花钱，想买什么买什么，我们那个年代就没你们过得好了，吃不饱、穿不暖，更别说零花钱了，想都不敢想，所以同学们你们 更应该珍惜今天的幸福生活，别乱花钱，养成勤俭节约的好习惯。”听了老师的话，我惭愧地低下了头，心想：爸爸妈妈挣钱很辛苦，课我呢?总是缠着妈妈要钱， 拿钱乱买东西，从没想过勤俭节约每一分钱。回想起这些，我的眼泪夺眶而出，我向妈妈要钱的情景在眼前一闪一闪。回到家，我慢慢地走到妈妈面前小声说：“妈 妈，对不起。”“孩子，过来。”妈妈语重心长地说：生活中每天都有用钱的地方，但是我们的钱要靠劳动来换取，挣钱不容易，要付出很多艰辛和汗水。所以花钱 时不能浪费，该买的才买，不该买的不买。”

　　这件事让我受益匪浅，也深深的教育了我，在今后的日子里，我不会像以前那样大手大脚地乱花钱了。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇21**

　　我的爷爷今年六十七岁了，他己经是白发苍苍，就连胡子也夹白了，但是他爱节俭的习惯还是没有改。

　　有一次，我坐沙发时一不小心把自动铅笔坐断了，我拿起来正准备把它扔掉，这时，爷爷拦住了我，亲切地对我说：“不能扔，我用胶给你沾一下就可以用了。”我回答道：“咱们家又不是没有钱，再说了，一根自动铅笔才一块钱，再买一根不就行了吗。”爷爷说：“不行，再有钱也不能乱花呀!”说完，只见他拿出502胶很熟练地把折断的地方粘了起来。我看着恢复如初的自动铅笔，心想：爷爷可真节俭呀。

　　记得还有一次，爷爷在干活的时候，不小心把衣服挂烂了，爸爸妈妈听说后，准备给爷爷再买一件，爷爷说：“不用，现在的衣服多贵呀，一件都要一百多，不如缝缝，还可以穿。”说完爷爷就拿来针线，一针一针第仔细缝起来，不一会儿，他拿着缝好的衣服给我们看，说：“这不就行了?”

　　爷爷的节俭无形中影响了全家，我现在也开始学着节俭了。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇22**

　　亲爱的老师、同学们：

　　中国人的餐桌消费，跟中国的美食一样举世闻名，”舌尖“之上，消费惊人，浪费也惊人。有报道称，国人每年在餐桌上浪费的 食物相当于2亿多人一年的口粮!如此糜费，触目惊心。在全社会范围内厉行勤俭节约，反对铺张浪费，很有必要从餐桌做起。

　　应该说，中国人真正摆脱贫穷饥饿还没有多久，可是，到处能见到这样的场面：无论是亲朋好友团聚，还是公务商务接待，餐桌 之上，总要七碟子八碗点上一大桌菜，酒酣人散，剩下不少食物白白倒进泔水桶，究其根源，有的是觉得不如此不足以显示待客 之盛情，有的则完全是讲排场、好虚荣、比奢华、慷公家之慨。

　　贪污和浪费是极大的犯罪。从现实国情看，我们国家是资源短缺的大国，虽然现今已成为世界第二大经济体，但人口多、底子薄 、发展不均衡，还有上亿农村扶贫对象、数千万城市低保人口;从长远影响看，铺张浪费行为极其有害，任其发展蔓延，会造成 奢靡享乐的风气，毒害党风、政风、社会风气。”历览前贤国与家，成由勤俭败由奢“，中华民族伟大复兴任重道远，要靠一代 又一代中国人胼手胝足艰苦奋斗，我们绝不能倒在享乐主义面前，绝不能容忍各种奢侈浪费。

　　厉行勤俭节约，反对铺张浪费，首先要从整治公款吃喝开始。要严格执行公务接待制度，将各项节约措施落到实处。同时，要采 取针对性、操作性、指导性强的举措，加强监督检查，下大力气管好公款消费。管住公款消费，不用公款大吃大喝，既是对群众 呼声的回应，也是所有公务人员理应恪守的职业道德。

　　厉行勤俭节约，反对铺张浪费，也需要全社会每个成员从我做起、从点滴做起。尽管生活条件好了，尽管花的是自己的钱，那也 不应该铺张浪费。”一粥一饭，当思来之不易;半丝半缕，恒念物力维艰“，敬惜物力，勤俭持家，是中华民族自古以来的传统 美德，要把这种传统美德延续下去、传扬下去。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇23**

　　尊敬的各位老师，同学们：

　　大家好!我演讲的题目是《厉行节约，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。

　　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!

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇24**

　　同学们：

　　我们的祖先，在从前的艰苦生活中，学会了勤俭节约，以他们为榜样，勤俭节约便成了我们中国人民的美德传统。

　　对于我们在校生，更应该做到这一点。但话虽如此，可是并不是每个同学都做到了。那么如何才能使我们做到勤俭节约，使我们的学校成为一个和谐而又节约的学校？

　　“一粥一饭，当思来之不易。”世界勤俭日的确立，可以体现出世界对勤俭的一种呼唤。如果每人每天节约1分钱，全国13亿中国人就能节约1300万，一年就能节约大约50亿，就能建起5000所希望学校，就能让近千万个失学孩子重返校园。可见倡导勤俭节约对于泱泱大国该有多么重要！

　　亲爱的同学们，勤俭不是小气，而是一种文明，节约一分钱，文明迈大步！就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧。

　　谢谢。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇25**

　　你是怎样对待时间、金钱、物质、资源乃至生命的呢?在你生活的每一天是否用一种节约的态度去面对它们?假如你的生命仅剩下一天，你会怎样加倍珍惜, 如果在这一天能做足够多的你认为最有意义的事情，那你的生命就因时间的节约而相对延长了。 生命需要新陈代谢，它终有衰老、死亡的一刻。想让他更加持久吗?那么爱惜他吧!心情愉快也不枉消耗生命与器官。你知道怎样才能节约能源和物资吗?当你手头的废物有确切的用途的时候，你将它利用，那你的节约物资和能源就成功了。人力资源的节约更是值得赞扬，因为人作为万物的主宰，其创造性和消耗性更使你震惊。空间也是需要节约的，这毋庸置疑，就好比买房的时候每一寸土地都需要用金钱来丈量。空间资源的缺乏迫使大家追求更高、更深、更远——空中，地下，甚至是太空。情感也需要节约，这不是教你麻木不仁，你所需做的只是在适当的时候产生适当的情感。当情感不被滥用、误用的时候这里的节约你就做到了。如此，社会也将更加安定，人们的关系也将更加和谐。

　　将节约视为一种生活态度吧!当西部一些地区的人连喝水都成问题时你还能忍心浪费水源吗?大家可知道中国第一个节水大使，10岁的小女孩李涛涛。她生活的地方连喝水都成问题，她和她的父母一样在那片贫瘠的土地上努力和命运抗争着，带着她那“没有水的故事”，走进了中央电视台，走进了千万人的视野。我对宁夏用水最深刻的了解就是在央视上看到了盐池县小女孩李涛涛的讲述后，才知道这里的水是多么的珍贵。当地人因为喝了这样含氟量超标的水，牙齿都黄了黑了，有些人年纪轻轻牙齿就脱落。像李涛涛那样的孩子每天上学要穿过十多公里的戈壁荒漠，却只有半瓶又苦又涩的咸水，路上渴了，还得省着喝，因为那是他们一天的饮用水，学校也没有水源。这个节目看了是多么的让人心酸啊， 多么希望有一天，那里的人也能像我们一样痛痛快快的喝上甘甜水啊!

　　大家都知道地球上的资源和能源不是取之不尽，用之不竭的。而我国人均资源量仅为世界平均水平的1/2，人均水资源量仅为世界平均水平的1/4，森林覆盖率仅为世界平均水平的60%左右。近20年来，我国经济增长了六倍，而资源消耗却增长了几十倍，资源、能源的缺乏已经成为制约经济发展的瓶颈之一。为此，节约不仅是一种生活态度，更是一种社会责任，我们厉行节约责无旁贷。

　　勤俭节约是中华民族的传统美德，节俭可以积累财富，从而为事业成功奠定物质基础。节约体现的是一种忧患意识,一种可持续发展的深谋远虑,是为子孙后代着想的未雨绸缪之举。有人说：留住的是幸福，流逝的是遗憾。我们何不每天都问问自己：今天，我节约了吗?

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇26**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　“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学校是难以持续发展的。因此，在学校蓬勃发展的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约，从我做起！”

　　观察我们的学校，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等等。在中国，一件小事如果加上全部人口就是大事，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。

　　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奋斗。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法宝。

　　勤俭节约，从我做起，就是要在学习上精益求精。“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、荣誉感和使命感的初中生，每个人都应抓住点滴时间，刻苦钻研书本知识，向课堂学习要效率。

　　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，从自身做起，从小事做起，持之以恒，坚持不懈，那么，我们的学校就会持续兴旺，永葆活力！

　　谢谢大家！

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇27**

　　老师们、同学们：

　　早上好!

　　我们先看两个现象：一是在全球金融危机的冲击下，在美国的华人的生活情况比其他人好得多，因为他们平时节俭，信用消费不多，欠款不多，还有不少存款等，当经济危机到来之际，他们并没有因为失业而还不起贷款，也没有带来生活质量的明显下降。正是因为平时的节俭，似乎正在让美国的华人躲过这一劫。二是上周六我们高二年级的同学开展了“一日打工”体验活动，同学们发现在金融危机的冲击下，许多工厂、企业关门了、倒闭了，同学们能挣到钱的很少很少，我相信高二年级的同学们已经体验到了挣钱的困难和艰辛了。其实，在金融危机的冲击下，世界各国都出现挣钱越来越困难的现象，使得勤俭节约尤显重要。

　　然而，我们在杨总无疆大爱下过着衣食无忧的生活，金融危机对我们的冲击并不明显，勤俭节约似乎显得不那么重要，所以有些同学花钱也就比较大方，抻手向父母要钱要物也不觉得有什么难为情。可是同学们，你可知道――你们向父母要的本不需要的钱物，是你们那可亲可敬更为可怜的父母亲用了多少血汗换来的吗?更何况如果我们的同学过早地学会了享受生活，却淡化了节俭修身，淡忘了创造财富的艰难，失去了吃苦耐劳的精神，一旦挫折和逆境来袭，我们便不知所措;令人担忧的是，当我们把太多的精力放在物质带来的快乐上时，人生的目标和趣味就会逐渐退化，从而疏忽了更高的精神追求。

　　同学们，勤俭节约是我们中华民族的传统美德，历来被当作是修身之要、持家之宝、兴业之基、治国之道。诸葛亮倡导“静以修身，俭以养德”;朱熹把“一粥一饭，当思来之不易;半丝半缕，恒念物力维艰”做为家训;\*以“力行节俭，勤俭建国”为治国经验;也号召全国人民“以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻”。可见，国家的富强、家庭的富裕，勤俭节约起着重要作用。中华民族也正是具有这种精神，才生生不息，兴旺发达。

　　勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上的，只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动者创造的成果才会越积越多，社会才能发展进步;反之，铺张浪费，则社会衰败。正如李商隐所说：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”一个勤劳的人总是不辞辛苦的努力工作，不断为人民为国家创造物质与精神财富;一个简朴的人总是十分爱惜每一件东西，不随便浪费，哪怕只是一张纸、一粒饭。

　　近期有部分同学在进入国华之后，随着生活水平的提高，节俭意识有所降低，勤俭的美德逐渐被淡忘：劳动不认真、松松垮垮;正餐不好好吃、想吃方便面;衣服还能穿、却要申请新的;外出回来，大包小包是零食。殊不知，如果没有勤俭节约、艰苦奋斗的精神做作为支撑，我们将来何以自立自强。

　　作为青年学生，也许我们对勤俭创业的体验不多，因为我们不曾有过讥饿的经历，尝过挨冻的滋味和“面朝黄土背朝天”的辛劳，但了解国情的人都知道，我们的国家物质财富并不宽裕，资源也并不丰富，我们不能、也无权去奢侈浪费。历史一再昭示“成由勤俭败由奢”的道理。勤俭，是对家庭幸福的盘算，更是一份社会义务的担当。勤俭是一种远见，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;同样，一个不奉行勤俭节约、艰苦奋斗精神的个人也是难以有所作为的。实事上，勤俭已不仅仅是一种生活态度和习惯，更是一种难能可贵的精神，人唯有在勤俭中才能保持奋发的斗志、进取的激情和创造的冲动去搏击人生风云，去描绘新生活的画卷。

　　同学们，祖辈的优良传统等待我们去继承、去发扬，让我们从身边做起，从小事做起，节约每一度电、每一滴水、每一分钱，用我们青春的刚劲拒绝安逸的诱惑，用饱满的精神内涵挤兑奢侈浪费的虚荣，以勤俭的作风开创美好的生活。

**关于勤俭节约的演讲稿范本 篇28**

　　同学们，老师们：

　　大家好。勤俭节约是我们中华民族的美德，是五千年文明古国的优良传统。

　　但是近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作“过时”的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象普遍存在，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室、办公室中人去灯不熄，教室外的垃圾桶里还可以用的书本、文具、还没有吃或者没有吃完的水果、点心、牛奶，扔掉的一次性的碗筷、塑料袋等等。勤俭节约真是一种过时的观念而应该丢弃吗？答案是否定的。

　　勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，而两者的实现贵在行动。

　　同学们，让我们养成勤俭的美德吧，我们就会拥有终生享用不尽的宝贵财富。同学们，让我们尽到节约这份责任，牢记这份责任吧！为了自己、为了学校、为了社会、更为了国家，让节约永远的伴随在我们的左右吧！

　　谢谢。

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