# 有关勤俭节约的演讲稿经典

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-04-13

*有关勤俭节约的演讲稿经典（精选31篇）有关勤俭节约的演讲稿经典 篇1　　尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：　　大家早上好!　　今天我讲话的主题是：“勤俭节约，从我做起”。　　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*

有关勤俭节约的演讲稿经典（精选31篇）

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇1**

　　尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

　　大家早上好!

　　今天我讲话的主题是：“勤俭节约，从我做起”。

　　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。

　　勤俭是咱们的传家宝啊，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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇2**

　　“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。成功来自勤俭节约，我们应该远离奢侈，勤劳朴素，家运国运将永久兴旺。”这是爸爸的口头禅。每当爸爸发现我和妈妈不节约时，便会说：“‘节约光荣，浪费可耻’，勤俭节约是中华民族的传统美德。别以为地球上的资源都是取之不尽，用之不竭的。如果没有了这些资源，后果会很严重，而且会对人类生存造成很大的威胁。”

　　有一次，我洗完手后水龙头没关紧，被爸爸发现了，果然不出我所料，爸爸当时就训斥了我一顿：“水是不可替代的宝贵资源，你怎么能这样浪费呢?”“我是不小心的。”爸爸严肃地看着我：“多节约一滴水，少流一滴泪!你懂吗?”“会有这么严重吗?”我惊讶而有疑惑不解，“地球的3/4都是水呢!”“但可供人类食用的淡水是很少的。如果我们再不珍惜水资源，那么人类看到的最后一滴水将是自己的眼泪。”看爸爸那岸然道貌的样子，我还真有点紧张起来了。后来，我看到书籍、报刊、电视上到处都在提倡节约用水，我渐渐意识到：水，是一切的生命之源。如果没有水，就没有这个蔚蓝而又美丽的星球;如果没有水，人类、动植物就不能生存。

　　从那以后，我和妈妈都非常节约用水，没有人的时候，水龙头从来都不会伤心地“流泪”。妈妈用淘米水浇花，清洗衣服后的最后几次干净水用来擦地板，然后冲厕所。而我洗手时总是用一个盆子接着，免得浪费了，手洗干净了用剩下的水洗脚。

　　爸爸也要求妈妈节约，妈妈经常会把剩菜剩饭倒掉，这时，爸爸总会认真地说：“吃不了那么多，相应地就做少一点嘛，这样我们既省了钱，又不浪费粮食。粮食的短缺，也是我们国家面临的一个严重问题。”“好，好，好，都听你的。”妈妈笑眯眯地说。

　　就这样，倡导节约的老爸熏陶了我和妈妈，我们全家也“光荣”地加入了“低碳一族”。在这里，我们全家想告诉大家：“地球是我们赖以生存的大家园，它为我们提供了一切资源。随着环境污染的进一步恶化，我们的资源也愈益枯竭，为此，我们应责无旁货地倡导节约。”

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇3**

　　老师们、同学们：大家早上好!

　　我今天发言的题目是“勤俭节约，从我做起”。\"勤俭节约，从我做起“，这个话题对我们来说并不陌生，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。由此我们可以看出勤俭节约的重要。

　　也许有的同学会不屑一顾：又要讲大道理了，那么今天在这里，我就先和同学们一起算一组生活中的计算题：160等于多少? 6060等于多少? 360024又等于多少?是86400，86400365又等于多少?数字很大吧，应该是3153万6千。那么这组数据说明什么问题?我们假设一个没关紧水龙头一秒钟滴一滴水，一分钟60滴，一小时3600滴，一天86400滴，一年3153万6千滴水。同学们，我国大约有3.7亿个家庭，会有多少个水龙头?全国这么多学校会有多少个水龙头?每天又有多少个水龙头在滴水 ……那会浪费多少滴水?这将会是个天文数字，我们不算不知道，一算吓一跳，难道现在你还会总以为这一点浪费不算什么吗?

　　细心观察我们生活的周围，我们学习的校园，浪费现象随处可见：关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、饭桌上倒掉的饭菜等等。在我们中国，一件小事如果乘上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的财富。现在我们的生活水平总体是提高了，同学们的家庭条件也优越了，所以很多人就认为就不需要勤俭节约了，但地球上的资源是有限的，我们浪费一点就少了一点，要知道，有些东西并不是金钱可以买到的。

　　另外，从我国目前的国情来看，人口多，底子薄，贫富发展还不平衡，至今还有一部分人过着吃不饱、穿不暖的生活。如果十三亿人每人节约一粒粮，节省一分钱，节约一滴水，那将是一笔多么大的财富!若将这笔财富拿去支援贫困地区，我国又怎么会落后呢?

　　同学们，地球上的每一种资源都是我们人类共同的，它不是可以用金钱来衡量的，你就是再富也要养成节约的意识，因为节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。请记住：你与我，是浪花里的一滴水，无数滴水汇聚起来，是澎湃汹涌的浪涛，是波澜壮阔的大海!一个人的力量有限，但无数个有限组合起来，便是无限，这个无限，便是无坚不摧的力量!

　　海尔总裁张瑞敏说过这样的话：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。只要大家积极行动起来，从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，同学们，从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手吧，把节约落到实处，那么对于我们学校以及整个社会来说，那将是一笔可观的财富。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇4**

　　随着人类社会的不断发展，物质生活的日益丰富，人们的生活方式和消费观念也发生了变化，于是不少的人随意浪费粮食、浪费水、浪费电……地球的资源就这样一点点被浪费掉了!为了提倡节约，学校在放假前向我们提出了：从我做起，摒弃浪费!在假期里开展“家庭节俭日”活动。

　　暑假开始的第一天，我们全家一致决定：就把今天设为“家庭节俭日”!可是从什么地方开始节俭呢?一大清早起床我就开始苦恼，在家里晃来晃去寻找。爸爸说：“其实节俭就在我们身边，不需要刻意去寻找，你做任何事都应该想着它!”

　　我灵机一动，对啊!洗脸刷牙就可以节约!以前我刷牙都是一直开着水，现在可不一样了，我用完水就立刻就把水龙头扭紧，生怕多用了一滴水。这时，我忽然发现爸爸没把水龙头关紧，就赶紧帮他关好。我记得老师曾经说过：别小看这一滴水，积少成多，一年就会浪费十几吨水呢!相反，如果你节约一滴水，我节约一滴，或许不多，那一百个人呢，全国的人都一起节约呢?的确，节约和浪费就在一念之间!其实节约水的方法还有许多呢，比如把洗完脸的水可以去冲厕所，下雨天还可以拿盆子接雨水浇花等等……

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇5**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!今天我演讲的题目是：《勤俭节约，从我做起!》。

　　记得我刚踏入小学的大门，老师就教我们背诵一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。从小，老师就教我们要勤俭节约!

　　千百年来，勤俭节约一直是中华民族的传统美德。

　　李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。是的，一个没有“勤俭节约”精神的国家是难以繁荣昌盛的;一个没有勤俭节约精神的社会是难以长治久安的;一个没有勤俭节约精神的民族是难以自立自强的。

　　有同学会问：“勤俭节约，我能做什么?”答案很简单：从我做起，从身边的小事做起!

　　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……而事实上，往往是我们在不经意中造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓;阳光明媚的日子，教室里还亮着电灯;吃完饭，地上到处洒落着米粒;洗完手，卫生间水龙头依然滴滴答答地响着，有时甚至还听到哗哗的流水声……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。为什么?为什么会出现这样的现象?关键是我们的脑中没有节约的意识，更没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

　　同学们，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，从身边不经意的小事做起，节约一滴水、一度电、一张纸……“让节约成为习惯”、“让节约成为我们的生活方式”!一人一小步，将会带动社会发展一大步!只有我们时时处处、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，我们的地球家园才会永远美丽富饶!同学们让我们用实际行动来为建设节约型社会、节约型校园、节约型家庭而努力吧!

　　谢谢大家!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇6**

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇7**

　　尊敬的各位评委、老师、亲爱的同学们!

　　下午好!今天我演讲的题目是《勤俭节约是一种责任》。

　　同学们，从“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢”到“勤俭持家久，诗书济世长”。无一不在证明着国家的富强、家庭的富裕，勤俭节约起着决定作用。勤俭节约，它是一种美德、一种传统。中华民族正是具有这种精神，才能生生不息，兴旺发达。今天我要说，勤俭节约不仅是一种美德，更是一种必不可少的责任。有人可能会说这未免太严重了吧，节约只是生活小事，有必要那么上纲上线吗?我以为：此言差矣!

　　一个懂得勤俭节约的人，一定会为未来打算，他在自己处于好运的时候，就一定会为将来可能的不幸做好准备;一个没有头脑的人，根本不会为将来着想，他会大手大脚的把全部收入都用光。一旦遇到急难，就会手足无措。由此看来，勤俭节约难道不是一种责任吗?

　　勤俭节约不仅关系到金钱，而且也关系到生活中的每一件小事，一个人要理智地使用自己的时间和精力;要养成严谨细心的生活习惯，这就要勤俭节约。勤俭节约就是意味着科学地管理自己、管理自己的时间与金钱，意味着最明智地利用我们一生所拥有的资源。这更是一种责任。

　　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。如果你养成了勤俭节约的美德，那么就意味着你具有了控制自己的能力，意味着你已开始主宰你自己，意味着你的品德修养正在逐步提高。换言之，这就表明了你有生活的目标，你已经是一个非同一般的人。

　　就社会而言，我们学生还只是单纯的消费群体。在校园内我们还会时常看到这样的人和事。食堂中随处可见的剩饭剩菜、那长开的水龙头、不灭的日光灯、那扔掉的衣服鞋袜等等。这些现象都是有悖于节约精神的，更是一种不负责任的表现。我想，作为学生，我们的本份就是学习，如果想学有所成，就决不能去一味的打扮自己，绝不能用父母的血汗钱奢侈享乐。我们毕竟还是学生啊!我们应该有着雪一般纯洁的心灵，怎能被这世俗之风污染呢?同学们，我们应该以勤俭节约作为自己的道德准则和人生追求。骄奢是一条绳索，一旦被它束缚，就难以迈步;骄奢是一个深渊，一旦掉了进去，就会难以自拔。古往今来，纨绔子弟少伟男，原因就在奢侈豪华腐蚀了意志，消磨了精力!

　　其实，勤俭节约并不需要多大的勇气才能做到，也不需要多高的智力或德行才能做到。它只需要我们懂得一些常识和拥有抵制自私享乐的力量就行了。它不需要强烈的决心，只需要有一点点自我克制。减少一次享乐和快乐逍遥，就能为社会增加一份财富，而自己的品德也会得到一次升华。朋友，让我们养成勤俭节约的习惯吧，我们就会拥有终生享用不尽的宝贵财富。朋友，让我们尽到这份责任，牢记这份责任吧!为了自己、为了社会、更为了国家，让节约永远的伴随在我们的左右吧!(我的演讲完了，谢谢大家!)

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇8**

　　老师们，同学们：

　　你们好！

　　今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

　　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；

　　回顾身边：在你我洗盘刷碗、洗脸刷牙、洗发洗澡、冲洗厕所的时候，你我可曾想过，节约每一滴水？在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、复印纸、公文纸的时候，我们做到节约了吗？

　　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？”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“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，我们就可能节约一座小型发电站。

　　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！

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇9**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　大家上午好!

　　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。

　　就应说，中国人真正摆脱贫穷饥饿还没有多久，但是，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，那也不就应铺张浪费。“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。

　　再过些时日，春节、元宵节就该到了，节日期间聚会欢宴乃人之常情，让我们从此刻开始，从这个春节的餐桌上做起，吃多少点多少，吃不完兜着走，塑造以节约为荣、以浪费为耻的餐桌礼貌风尚，让勤俭节约在全社会蔚然成风。

　　谢谢大家!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇10**

　　同学们，老师们：

　　大家好！

　　今天我演讲的题目“勤俭是美德节约是责任“。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。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。

　　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，希望同学们身体力行，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应该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。

　　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！

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇11**

　　老师们，同学们：

　　你们好!今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

　　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。

　　回顾身边：在你我洗盘刷碗、洗脸刷牙、洗发洗澡、冲洗厕所的时候，你我可曾想过，节约每一滴水?在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、复印纸、公文纸的时候，我们做到节约了吗?

　　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?”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。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，我们就可能节约一座小型发电站。

　　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!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇12**

　　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。回顾历史，\*、\*等伟人，虽身居高位，却一生过着简朴生活，艰苦奋斗，为我们树立了光辉的榜样……

　　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。演讲稿

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇13**

　　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，从现在起，必须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：“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。

　　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。”

　　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，继承这种精神要从现在做起，古人的话今天仍值得我们借鉴：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。如果我们从现在起，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，就让我们从现在起，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!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇14**

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇15**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　我们深知中国是一个人口众多的国家，在我国物质资源相对不多的前提下，发扬节俭精神显得更是尤为重要。目前我国人民生活的温饱问题已基本得到解决，于是许多人在现有基础之上似乎已经满足，甘心在原地作踏步运动，他们认为中国地大物博，面对着“博大”的资源可以大肆地浪费。

　　然而，人人都说“贫不学俭，富不学奢”。当人们贫穷的时候，不用学俭省，自己就会俭省。但有“富不学奢”的吗?我倒是觉得并不多。俗语应是“富不学俭”吧!一般人都似乎是穷时节俭，富时奢侈。但也有人穷也俭，富也俭。据我所知，李光剑就是其中一个。只求吃得饱，穿得暖。他一生俭省的那些钱，救济了多少苦难人民!所谓“穷则独善其身，达则兼济天下”，他就是有着这样的意念，才有这样的成就。直到他去世前，还让子孙继续为贫困人民捐献。真是“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”呀!

　　一个国家不知道节俭，是繁荣不起来的;一个不知道节俭的民族，是难以自立自强的。“俭，德之共也;侈，恶大之也。”的确，节俭就是一种品德，而奢侈便是一种罪恶。让我们看看历史就知道了，夏桀、商纣、周幽王等这些暴君，他们的奢侈腐化最终导致了国家的灭亡。

　　行动吧，那些曾经浪费的人们!贫穷方悔节俭迟。当你回望时，你会发现这个选择是正确的。积小利，成巨富。一角钱，积少成多，你年老时，那将成一座大山;一角钱，慢慢流失，长年累月后，你会发现，那以成了一条小溪了。

　　同学们都是有理想的人，因此，我们要学会从小磨练自己的意志，学会勤俭节约，学会在艰难困苦中提升生活的能力。勤俭节约是人类永恒的主题。我们青少年更需要从身边的小事做起，从我做起。只有这样，将来才能适应激烈的竞争环境，才能成为社会主义建设的有用之才。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇16**

　　勤俭节约是道德之本，这句话每天每夜都在我耳边回荡着，它已经深深记在我的心中，留下了不可磨灭的印象。

　　每当我到中午吃午饭时，母亲总会夹一些青菜给我吃，可我最讨厌吃这些菜。只要母亲不注意时，我就会偷偷地把这些菜倒到了垃圾桶中，母亲发现我倒菜就会源源不断的对我说勤俭节约是道德之本，全国有3亿人一人一天剩下一毛钱，那全国省下多少钱哪!现在的社会，浪费严重，铺张成风。我觉得母亲说的十分有道理，就说我们的食堂，餐馆，酒店吧，大量的剩菜剩饭白白浪费了多少人的心血啊，他们自己辛辛苦苦种出来的东西是给我们吃的不是给我们浪费的。而我自己到了夏天只喝饮料，不喝白开水，平时破了点的东西什么的，就马上去买新的，文具盒里的笔装的满满的，每年都买各种各样的新衣服，把衣橱里都塞的满满的。现在我们的生活比从前都富裕了，日子过的红火了，但是我们勤俭节约的传统美德不能丢弃，这些事让我想到了雷锋，一说到雷锋大家都知道，雷锋一位共产党员，他的生活十分的节约，身上的衣服和裤子不知穿了多少年身上有多少补丁了。

　　从此以后，我也不会乱丢没吃完的食物了，要做一个勤俭节约的人，

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇17**

　　大家好，今天国旗下讲话的主题是《勤俭节约，携手同行》。

　　勤俭节约，是历史文化的精华沉淀，是中华民族的传统美德，是中国人民的高贵品质。10月31日是世界勤俭日，这一节日的确定，可以体现出世界对勤俭的一种呼唤！勤俭，在字典中的解释是勤于劳作而生活简朴，作为新时代的少先队员，我们应该怎样做到勤与俭呢？

　　勤，能创造财富。韩愈说过：业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。中华民族是世界上最勤劳的民族，四大发明是最闪亮的符号，是勤劳、智慧的结果。关于勤奋，古人给我们留下了悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。习近平爷爷也告诉过我们\"幸福是奋斗出来的！\"，因此，我们要让勤奋成为一种习惯。无论处在哪个学习阶段，我们都应该好好把握易逝的光阴，将知识这颗闪光的宝石紧紧握在手中。队员们，勤奋是通往成功的大道、是开启知识宝库的密码，让我们共同努力吧！

　　俭，是珍惜财富。古人云：俭，德之共也，静以修身，俭以养德……队员们，我们虽然出生在和平年代，生长在富裕社会，但我们不能让自己只成为社会的消费者、享乐者，我们要成为财富的创造者、保护者。在日常生活中，我们要杜绝浪费行为，让节俭成为一种习惯、一种常态，让节俭的优良传统渗透到我们的言行举止，从我做起，从点滴小事做起，节约每一滴水、一张纸，积极响应光盘行动，以节俭为荣！

　　\"历览前贤国与家，成由勤俭破由奢\"。勤与俭相辅相成，他们的实现，不是依靠短暂的热情与口号，而是在于世代的坚持与传承。新时代，让我们勤俭节约，携手同行！

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇18**

　　尊敬的各位领导，朋友们：

　　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。

　　俭朴，勤奋是我们中华民族的美德。俭、勤这两个字看似寻常，却不能等闲视之。它是我们作为一名电力工作者不可缺少的美德，是成才的一种激素。因为只有具备这种美德，才能忘怀得失，不慕荣利;只有具备这种美德的人，才能胸怀大志，处困境而不沮丧，受窘厄而泰然如常;只有具备这种美德，才能摒弃奢欲，以事业为重，有所成就，有所作为。

　　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”着实令人对日本人感到惊讶，对日本企业感到震憾。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。

　　当国家电网公司的“三节约”活动理念迅速渗透到公司系统各个角落时，当厉行节约将成为我们的一种境界、一种习惯、和一种文明的生活方式时，我们有理由相信眼前这个曾经“大手大脚惯了”的显些浮华浮躁的社会正在踏实务实起来。如果说，这境界、这习惯、这文明的生活方式的培养，是从“节约一分钱，节约一张纸，节约一寸导线……”的多个节衣缩食的“一”开始的，那么，它体现的却是我们电力人对人与自然关系的新认识，对严竣的资源和能源形势的危机感，对人类社会可持续发展的责任感。

　　由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。回想我们在工作和生活中，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……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;朋友间联系，若没有重要的事情，我们肯定会选择发短信而不是打电话……，为什么在单位里却忽略了这些细节?关健是我们没有将自身真正溶入到企业中，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

　　大到压缩各种经费的开支，小到一粒粮食，都要树立勤俭节约光荣，奢侈浪费可耻的观念，让节约真正成为一种习惯，形成一种时尚。一位水资源专家曾说人类的最后一滴水将是你的眼泪。我们的节约不仅仅只是领导一个人的事情，更是每位员工共同的责任，每一滴水、每一度电、都关系到我们每一名员工的切身利益。假如没有“小气”精神和节约意识，做什么事都铺张浪费，不珍惜资源，不珍惜时间，让浪费的思想侵蚀我们的头脑，并任其蔓延，我们取得再大的成绩也将毁于一旦。

　　“三节约”是公司倡导的一种勤俭精神，也是对广大干部员工的基本要求。作为公司的一名员工，我们应该大力发扬勤俭节约的精神，在平时的工作中，严格执行各项节约制度，努力培养自己的节约意识，通过开展学习“三节约”活动理念，我们应该拨起算盘珠子，小至“一分钱、一张纸、一寸导线”，大至一台实验仪器、一座试验室的建设维护，精打细算地过日子、科学节约地保安全。

　　“节约”的钟声已经敲响，唤醒了我们每一个人麻木的神经。面对我们“地大物博、资源丰富”的伟大祖国，除了应有一份自豪和自信，最重要的还要拥有一份责任。作为国家电网公司的一员，我们应该以自己的实际行动践行国家电网公司对社会的承诺。加入我们，为建设节约型社会、打造节约型电力企业一起作出贡献吧!只有时时处处、点点滴滴都节约，只有时时处处从我做起，我们的事业才能兴旺发达，辉煌无限!

　　我的演讲完了，谢谢大家

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇19**

　　同学们：

　　你们听说过“一粥一饭，当思来之不易;半丝半缕，恒念物力维艰”这句话吗勤俭节约是我们中华民族的传统美德，就箅是在富裕的这天，我们也不能铺张浪费!

　　勤俭节约是我们的传家宝，许多老一辈无产阶级革命家都是我们学习的榜样：毛泽东所有衣服中竟没有一件不打补丁的;敬爱的周总理的睡衣穿了几十年，破了就补，补了又补，直到烂了，没法再补，就把整个背部换掉也不肯买件新的;无产阶级战士雷锋，脸盆用得油漆都落光了也舍不得丢掉。他们为什么要这样做呢那便是为了替国家省下建设的资金!

　　有的同学会说，那时国家底子薄，所以需要勤俭，此刻人们富裕了，就应享受一下了。这种想法是错误的!的确，改革开放以来，我国的社会主义建设事业取得了辉煌的成就，人们的物质生活比解放前好多了，但与发达的国家相比，还有较大的差距。我们的国家还不富裕，仍然需要发扬勤俭节约的优良传统。在日常生活当中，有些同学就有铺张浪费的坏习惯，他们专挑高档、名牌的文具相互攀比、炫耀，没有一两次便又扔掉了。据汕头都市报的调查报告，汕头市的小学生参加夏令营游览北京，有些人一天仅买饮料便花了50块，而组织单位准备的凉茶却无人问津。如此的大方，如此的铺张浪费，将来会怎样呢这种现象是值得我们大家深思的。

　　勤俭节约是现实的需要，我们青少年更需要在生活中勤俭节约。为了家业的兴旺，国家强盛，我们务必培养勤劳、俭朴的高尚情操。只有这样，我们才能拥有明天，我们的民族才能兴旺发达。

　　古人云：“历览前贤国与家，成国勤俭败由奢”，丢掉节俭的美德，贪图享受，妄想不劳而获，这种人是没有前途的。我们青少年要树立勤劳节俭光荣，懒惰奢侈可耻的观念，即使在人民生活富裕的这天，也要继承勤劳节俭的美德，艰苦奋斗，争做合格的小公民!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇20**

　　是我们中国的传统美德，所以爸爸、妈妈从小就教育我不要浪费，我也特别听话，平时爸爸、妈妈给我的零用钱我都放在“小猪猪”储钱罐里，从不乱花，等积攒多了，我就拿来买学习用品。

　　今天，家里来了一些客人，爸爸买了几瓶啤酒招待客人。饭后，我赶紧把空酒瓶捡到一边，再加上平时自己喝的牛奶盒、饮料瓶以及家里的一些废旧的报纸和纸箱，竟然有一大堆呢!我整理好后，请爷爷帮我的忙，把这些废旧物品卖给了废品收购站。收购站的阿姨直夸我是个懂事又节约的好孩子，我数了一下手中的钱，竟有3元8角整呢。我可高兴了，美滋滋的把钱塞进了“小猪猪”罐里面。这次我得存多点，因为我准备给一直带我、关心我的爷爷买份礼物，感谢爷爷对我的疼爱!我也会随时准备着把这些钱捐助给需要帮助的人……

　　真好，废旧物品一卖，即得了钱，又帮妈妈把家里收拾干净了，更重要的是还不会对外界环境造成污染，这不是一举三得吗?所以我会一直坚持我的勤俭节约行动的。

　　小朋友，从这件事你们应该也都知道了勤俭节约的好处了吧?赶快加入我的行动，你也能从中得到意想不到的收获哦!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇21**

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇22**

　　尊敬的各位老师，同学们：

　　大家好！

　　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与浪费观念，需要重新认识老祖宗留下的千年传统与良好美德。

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇23**

　　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。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇24**

　　大家好！

　　“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句至今仍被孩童们所吟唱，无论岁月怎样变迁，中华民族从未丧失“勤俭”的千古美德，然而时至今日，我们是否仍然秉承着先辈们的训诫呢？

　　从我们身边看一看吧，最基本的吃穿住行，你是否清楚自己一顿饭究竟需要吃多少？你否确信自己真的还需要一件衣服？你是否仍在幻想着拥有一间大房子？你是否跟从了别人的车轮而忘记了自己原来也可以走路？

　　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。例如你去食堂，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，你获得的将是别人的称赞，这便是勤俭的芬芳。

　　“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！

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇25**

　　我的奶奶50多岁了，虽然还没到满头白发，但脸上的皱纹已经不少了，因为奶奶不但要做家务，还要照顾我那不懂事的妹妹，十分操劳。按理说，奶奶应该买点补品补补身子，但她连件新衣服也不舍得买，十分节俭。

　　在暑假的一个晚上，爷爷说带我出去走一走，散散步。因为村里的路灯坏了，所以让我拿上手电筒。我在奶奶房间里找来找去，怎么也找不到，最后打开了奶奶的衣柜，想找找看在不在里面，结果我翻着翻着，一不小心把奶奶的衣服翻掉了，我连忙整理起来。

　　突然，我发现了一个问题——奶奶的衣服都是很旧的。有的已经洗得发白了，非常薄，有的甚至打过补丁了。而衣柜的另一格里，挂的全是过年时爸爸、妈妈给奶奶买的新衣服，有的见奶奶穿过一两次，有的一次也没见奶奶穿过。

　　这时，奶奶走了过来，我迷惑不解地问：“奶奶,你怎么不穿新衣服，旧衣服都打过补丁了却还在穿呀?”奶奶笑眯眯地说：“奶奶都老了，穿漂亮的新衣服干啥?有旧的穿就行了，我小时候都是穿别人穿过的旧衣服，有衣服穿就行了，不要老浪费钱给我买衣服，穿着暖和不就行了嘛。再说，如果我天天穿新衣服，我又要烧饭，又要喂猪，那新衣服一下子就脏了，也是很可惜的。”说着，拿出手电筒对我说：“喏，手电筒在这儿，出去吧，衣服奶奶来整理。”

　　这天晚上，我脑子里总是浮现出奶奶的旧衣服，我决定给奶奶买一件新衣服。

　　第二天，当我把我用20元零用钱买的衣服，给奶奶时，奶奶说什么也不要，说她有衣服穿。我跟在她身后磨了一上午，她才接受。可一下午都在唠叨说：“下次不要买了，浪费!”我只好不停地答应。但心里却在想：奶奶真是一个勤俭节约的人呀!我以后也要向她学习，将这样的好传统发扬下去。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇26**

　　六年一班 李佳禾

　　勤俭节约标兵事迹材料

　　李佳禾，是弓棚子镇第一中心小学六年级一班的学生。她品学兼优，平凡实在，勤劳节俭。她虽生长在小乡镇里，可在所有人的心里她就是个“小天使”。怎么说呢?

　　在学习时，她节俭地使用学习文具.不浪费纸张，将用过的纸张用来当草稿纸;不浪费铅笔，有的同学用的铅笔掉到地上就不要了，她把它捡起来还给其他同学继续用，她还告诉身边的同学要勤俭节约，时常鼓励他们节俭。另外，有时她会看到厕所的水龙头没关上，就马上走过去关上它，以防水资源的浪费。每次她们班出去上体育课或做操时，她都会主动关闭电灯、电扇等，不让资源流失走。而且，同学们在饮水机那里接水时，通常会有水漏出来，她总会及时提醒他们，要节约用水。

　　生活中，她主动地帮助承担力所能及的家务，自已的房间整理得整整齐齐，衣物也不需要父母料理。家里偶尔会给零用钱，但她将这些零用钱小心地一点一点积攒起来，用于日后购买学习用品，从不舍得乱用。记得20xx年汶川大地震时。当时她才7岁，学校组织全校师生为灾区人民捐款，她把自己积攒下来的27元钱全部捐了出来，分文不剩。也许对于某些人来说这些钱并不能代表什么，但对一个7岁孩子来说这是她仅有的一份力量。她平日里衣着朴素不求豪华高档、干净就行，从不与同学们攀比，吃饭时，从不挑食，她也不会浪费粮食，不浪费一粒米，珍惜劳动人民的劳动成果。她也不会像有些同学一样，吃着那些奢侈品，从不像家长索要小零食，有的同学问她，

　　“李佳禾，你怎么从来也不吃小零食，看我们吃你不馋吗?”她总会笑着对同学说：“我妈妈说吃小零食影响身体健康，买小零食的钱还不如买点学习上有用的东西或是捐给灾区的小伙伴。”其实哪个小孩子不爱吃零食，而她却„„从小就养成了勤俭节约的良好习惯。

　　在学校里，她爱护公物，崇尚节能环保。校园里的一花一木都有她洒下的汗水，她常利用课余时间浇水拔草;教室里的桌椅板凳哪个坏了她都和同学们想办法修好;垃圾角的畚斗或扫把脱节了，她觉得扔掉怪可惜的，干脆就废品再利用，把这些东西整成一个多功能的垃圾桶等，尽管外观是如此丑。平时生活或学习中的一些废旧物品，她就和同学们一起一刀一剪把米袋或旧光碟或废品等制作面一件件可爱的环保小衣服，在“庆六一”活动中来个“瞧，我们的低碳生活”时装秀表演，真是一举两得啊!她，就是这样一个小小少年，勤劳节俭，真正实在，平平凡凡。

　　在以后的日子里，她仍会以“勤俭节约”作为自己的基本准则，对事事要求节俭，以更加严格的标准要求自己，树立榜样，并去感染周围的人，使我们的社会变成一个节约型的社会。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇27**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　“如果任意浪费水资源，那么地球上的最后一滴水，将是我们的眼泪，”同学们，你们还记得这则发人深省的公益广告吗？

　　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。

　　谢谢。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇28**

　　听爸爸说，中国共产党的xx大胜利召开后，全国上下掀起学习xx大精神的热潮。最近电视、网络等新闻媒体在加大力度宣传春节期间大家要养成勤俭节约的美德，禁止铺张浪费。作为一名小学生，我们应该从现在做起，养成勤俭节约的好习惯。

　　勤俭节约是中华民族的光荣传统，早就有“节约光荣，浪费可耻”，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的说法。从电视新闻报道中，可看出勤俭节约已被人们所接受，很多人的餐桌上已看不见铺张浪费的影子。在日常生活和学习中，我们要从节约一滴水、一度电、一粒米、一张纸、一滴墨水、一块橡皮做起，将以前的不良习惯彻底改掉。不但我们要对自身严格要求，而且我们要对家里和身边的人进行宣传，让大家都养成起勤俭节约的习惯。

　　让我们从身边的小事做起，养成勤俭节约的好习惯，将中华民族的光荣传统发扬光大。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇29**

　　古人云：“俭，德之共也;侈，恶之大也”。“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”勤俭节约是中国人的一种传统美德，是中华民族的优良传统。

　　历史上，古今中外勤俭节约的故事不胜枚举，毛泽东要求别人的自己首先会做到，他一生粗茶淡饭，睡硬板床，穿粗布衣，生活极为简朴，一件睡衣穿了20xx年，补了73次。经济困难时期，他自己主动减薪，降低生活标准，不吃水果、鱼、肉。上世纪60年代，他召开会议到中午还没结束，他留大家吃中午饭，桌上一大盆肉丸熬白菜、几小碟咸菜、主食吃烧饼，伟人在勤俭节约方面为人们作出了表率。那么，我们是不是也应该向毛泽东一样勤俭节约呢!

　　节约要从身边做起，从自己做起。日常生活中时刻谨记勤俭、节约。如节约用水，节约用电，节约粮食，要将衣、食、住、行等方面制为节用之法。不奢侈，奢侈就是浪费。

　　诸葛亮在《诫子书》中说：“夫君子之行，静以修身，俭以养德，非淡泊无以明志，非宁静无以致远。多少年来，在中国社会发展的各个时期，艰苦朴素、勤俭节约都作为一种被社会普遍认同的传统美德、提到倡导，保持和发扬。这也是我国由小到大，由弱到强的重要因素。

　　是啊!艰苦朴素的生活虽然离我们已经越来越远了，但我们仍应牢记：平日里节衣缩食，困难时才容易渡过难关;富足时将华奢侈，困难时将难以生存，所以说勤俭节约这一美德在任何时候都不会过时。

　　勤俭节约的意思是勤劳而节俭，形容工作勤劳，生活节俭。出自路遥《平凡的世界》第五卷第一章：“因而形成了既敢山吃海喝，又能勤俭节约的双重生活方式。”历史上有许多名人都有关于勤俭节约的感人小故事。勤俭节约可以是，节约吃穿用度。下面是勤俭节约是美德作文3篇，请参考!

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇30**

　　今天，我和爸爸妈妈在餐馆吃完饭后，妈妈照例又叫来服务员把剩饭菜打包，看着妈妈乐此不疲的神态，我心里特别别扭，撅着小嘴，心想：妈妈真小气，平时总是这样，残汤剩羹也不放过，不嫌丢人。我赌气不理妈妈。回到家里后，妈妈说：“曦曦，我看你怎么不高兴?给你讲个故事吧!”妈妈讲的故事是这样的：历史上，古今中外勤俭节约的故事不胜枚举。毛泽东要求别人的自己首先做到。他一生粗茶淡饭，睡硬板床，穿粗布衣，生活极为简朴，一件睡衣竟然补了73次、穿了20xx年。经济困难时期，他自己主动减薪、降低生活标准，不吃鱼肉、水果。上世纪60年代，有一次他召开会议到中午还没有结束，他留大家吃午饭，餐桌上一大盆肉丸熬白菜、几小碟咸菜主食是烧饼。伟人在勤俭节约方面为国人做出了表率。故事讲完后，我若有所思的点了点头。妈妈说“孩子，你们赶上了好时代，经济条件比较好，但是不能忘记我们国家还处在社会主义初级阶段，还是发展中国家，还有许多贫困山区的孩子因为贫穷而上不起学，世界上非洲许多国家的人民还在贫穷饥饿的死亡线上挣扎。所以，我们每个人都应勤俭节约，任何时候都不能浪费，妈妈把剩饭菜打包回家并不丢人，而是勤俭节约，勤俭节约是中华民族的传统美德，这种美德是中华民族的传家宝，要代代相传，继承下去，发扬光大。只有这样我们国家才会真正富强起来。妈妈的一席话使我红着脸低下了头。是啊!今天的我们，物质生活极为丰富，天天鸡鸭鱼肉生猛海鲜蛋奶水果，就这样，总有不满足感，整天还挑肥拣瘦。浪费更是家常便饭，穿衣服上和同学互相攀比名牌，样式过时的衣服马上“PASS”;日常生活中，白花花的米饭、馒头、牛奶、倒掉是常有的事;书包文具每个学期必须换新的，草稿纸也要用新的纸张，大白天开灯，水龙头哗哗的流着……这样的事例在我们现实生活中简直枚不胜举。如果我们国家的13亿人民，人人都不懂的节约，那将是一件多么可怕的事情啊!任何时候都要记住：一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。

　　在建设节约型社会中，小学生要牢固树立“浪费也是腐败”的节约意识，形成“铺张浪费可耻，勤俭节约光荣”的良好氛围，从我做起，养成勤俭节约的好习惯，制止身边的浪费行为，使勤俭节约成为一种时尚、一种习惯、一种精神。

**有关勤俭节约的演讲稿经典 篇31**

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家好!

　　今天，老师给我们布置了一样特别的家作，观察我们身边的人，比如：爸爸妈妈等人是否勤俭节约，有没有浪费的行为，明天在课堂上发表自己的意见。

　　回到家，我马上做好作业，开始观察爸爸妈妈的一举一动并做记录，不敢松懈。

　　妈妈要开始淘米洗菜了，她拧开说龙头，水不停地流着，“哗啦啦，哗啦啦”，妈妈却无动于衷。我记录这个情况后，连忙跑过去关上水龙头，妈妈见状十分生气，她问道：“你要干什么?”我说道：“要节约用水，不能浪费水资源。”妈妈无奈的摇了摇头，说道：“没有办法，我用水大手大脚惯了，养成了习惯，改不了了。”我指着菜说道：“你可以用淘米水洗菜，可以去掉虫子，再用清水洗一次，洗菜的水可以浇花呀!”妈妈若有所思的点点头，决定采用我的方案。我高兴地在本子上的是否改正一栏画了个笑脸。

　　要吃晚饭了，爸爸放下报纸径直走向餐桌，却没有关掉日光灯和风扇。我对爸爸说：“爸爸，你为什么不关灯?这样很浪费电哦，如果把这些电给予山区儿童那该有多好啊!”爸爸不好意思的笑了，说：“下次我一定注意节约用电，我现在就去关灯。”

　　晚饭过后，我把本子上的纸撕下来折纸飞机，爸爸听见声音小跑过来，说：“你不能这么做!”我不解的问：“为什么呀?”“因为纸是树皮做的，你这样浪费纸损失了多少树木呀。”爸爸语重心长的答道。我连忙将纸捡起来做我的草稿纸。

　　这就是我的勤俭节约生活!不仅是节约用水、节约用电、节约用纸，还有节约粮食。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

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