

2023年节俭演讲稿 节俭的演讲稿(优秀8篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

节俭演讲稿篇一

我记得老师给我们讲过这样一个故事，《勤和俭》：从前有一个农民，名叫吴成，一生勤俭节约，过着无忧无虑的幸福生活。

相传他临死前，把一块写有‘勤奋’二字的横匾递给两个儿子，告诫他们：“要想一辈子免于饥饿，就必须遵循这两个字。”后来兄弟俩分开，牌匾一分为二，大哥得了个“勤”字，二哥得了个“俭”字。

以后大儿子虽然工作勤快，但不懂得节俭。二儿子只知道节俭，不知道勤奋。最后，他们都生活在贫困之中。于是兄弟俩决定把“勤俭”两个字结合起来。从此“勤俭节约”，终于过上了富裕的生活。

勤俭节约是中华民族的优秀传统，我们每一个炎黄子孙都应当努力继承并发扬光大。让我们从现在做起，从小事做起，把节俭真正落实到行动是养成勤俭节约的好习惯。

节俭演讲稿篇二

节约是对家庭幸福的盘算，也是一份社会义务的担当；节约是

一种远见，是一种智慧，是对自己和子孙负责的身体力行。

有的中学学生每学期用的圆珠笔竟达40多支之多，大部分的笔芯只用了三分之一就扔了，目的是为了外观新潮。

有的中学食堂一个月的一次性饭盒竟达一千个左右，吃剩的馒头、米饭到处皆是。

有的教室白天阳光充足却照开灯，学生外出时，电风扇照转，遍地纸张，有些同学桌上还有纸飞机。

还有的学生一个月的零花钱就一千多元，大多用在聚会、请客等豪华消费，仅有10%左右用于学习文具或参考书。

更常见的是，用完水不关水龙头的现象，公共卫生间更是如此。

近年来，随着人口的骤增和经济的快速发展，资源紧缺的矛盾已经日益突显，尤其是水、电、煤、石油等非可再生性资源的告急，不仅影响了经济的发展，更威胁人类的生存，我国的资源供应情况愈加不容乐观。据数据显示，我国人均占有耕地仅为1.2亩，仅占世界平均水平的1/3；人均淡水资源只有世界人均水平的1/4；人均矿产资源仅为世界人均水平的1/2，在探明的45种主要矿产中，到20xx年可以满足需求的仅为6种。资源是一个世界性的问题，面对当前严峻的资源形势，世界各国为了走上可持续发展的道路，都在提倡节约的行为。而对于中国来说，这一点显得更为重要和紧迫。

前不久，国家发改委、中央文明办、中央电视台便共同发布了《公民节约行为准则》，号召全民节约，以达到创建节约型社会的目的。建设节约型社会的核心就是节约资源。资源节约型社会是指在生产，流通，消费等领域通过采取法律，经济和行政等综合性措施，提高资源利用率，以最少的资源消耗获得最大的经济和社会收益，保障经济社会的可持续发展。

因此，我们中学生作为公民，就要在日常的生活中用实际行动为建设节约型社会做出点滴贡献。

首先，我们要增强建设节约型社会的自觉意识，深刻认识到我国面临的严峻的资源形势。增强节约资源的自觉性，努力弘扬中华民族勤俭节约的传统美德，牢固树立“节约光荣，浪费可耻”的观念。

其次，我们应积极参加建设节约型社会的志愿服务，积极参与此类的宣传活动。同时，深入自己周围的群众，宣传建设节约型社会的重大意义，使自己所在的居民区形成良好的节约风尚。

节约，人人有责，人人有利，人人有为！全民参与，共同行动。建设节约型社会，我们能做的还有很多很多。

节俭演讲稿篇三

“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”相信大家对这首诗并不陌生吧！但是，我个人认为，其中有一个字用的不太恰当：“滴”，我认为可以换成“流”。尽管不是很通顺，但这是事实，因为我父母就是农民。有一次，爸爸妈妈去地里干活，反正写完作业了，闲着也是闲着，不如去地里帮爸爸妈妈干点儿活。

现在，全国都在流行“节约”，如“光盘行动”啦，“打包”啦，总之，我们要节约粮食。酒店一年里浪费的粮食够两千五百万人吃一年的口粮。由此可知，酒店里是有多么的浪费！

作为一名中学生，不能只从嘴上说要节约粮食，不浪费粮食，我们应从实际行动做起，从现在做起，从自我做起。

韩凤杰和我商量了一会儿，决定：一份米饭，两根香肠，一

根肉串。一粒米也不剩下!由于韩凤杰吃得太慢，队急着走，盘子里还有几粒米，我到盘子时偷偷数了数，七粒米，也行。够省了。

现在流行的一句话是：“浪费可耻，节约光荣。”你做到了吗？

自从那一次起，我每顿饭都一粒米也不剩下。我们来想想，如果我们学校一个人浪费一粒米，加起来一共三千八百多粒米，这仅仅没事一天，如果一年浪费的加起来，一共一百四十五万多粒米，等于等于让数百个农民白白干了一辈子活，如果你父母是农民，你会忍心吗?就算你父母不是农民，你也不该浪费粮食啊。

有些人请朋友吃饭，订了许多菜，吃得少，剩的多。因为爱面子，不好意思打包。而就因为他的不好意思，浪费了许多粮食!那些浪费粮食的人，他们知道农民有多累吗?不知道!我很想请那些浪费粮食的人们去体验一下农民的苦，体验一下农民的累!!!他们一年四季都在地里干活!夏天，烈日炎炎，把他们的皮肤晒得黝黑，冬天，寒风刺骨，让他们的膝盖承受不住，而患上关节炎。我爸爸的腰、腿、膝盖都不好，但他每天坚持干活，种出来的粮食却全被浪费了!

我问爸爸：“爸爸，你累吗?”爸爸擦了擦汗说：“不累!为人奉献嘛，值!”看着爸爸必须费很大劲儿才能直起来的腰，我不禁潸然泪下。

浪费可耻!节约光荣!

记住：千万不要浪费粮食!!!

节俭演讲稿篇四

这个话题对大家来说并不陌生，甚至有些老生常谈，但是今

天，我希望通过我给大家的分享，能够让你们产生一点共鸣，从心里真正认识到，节俭无小事，勿以善小而不为。

不知道你们有多少人听说过“大凉山”这个地方，我最初了解这个地方是因为我的一位热衷于做公益的朋友。大凉山是位于我国四川省的一个非常偏远、贫困的山区。

如果你留心，你会在网上看到很多有关“大凉山送温暖”的志愿者活动消息。我的这位朋友每年入冬之前都会集资两批物资，与自己的团队专程赶往大凉山，探望当地一些学校的学生以及因为家庭原因而辍学的孩子们。

我一直很想成为志愿者团队中的一员，去完成这件非常有意义的事情，很可惜由于我个人的种种“借口”原因，至今还没有实现。我对于大凉山生活的了解，主要来源于我这位朋友的叙述和她发布在社交媒体上的许多照片儿。

我相信每一个看过那些照片的人都会被触动。如果你没有亲历过大凉山的生活，你不会知道原来有一条回家的路只能徒步行走，而当你历尽风沙险阻，终于抵达的那个家，只不过是那个由黏土砌成的茅草屋而已。

同学们，你们一定很难想象，在我们这个科技如此发达的年代，还会有人生活在这样闭塞、艰苦的环境里。都说知识改变命运，但是在凉山，那些年龄像你们一样大的孩子，早就挑起了生活的重担，他们没有机会读书，更没有机会接触到外面的世界。

甚至有一些年龄非常小的孩子，他们的父母为了生计要到山外去打工，不得不把他们独自留在家里。于是你会看到这样的场景，十二岁的姐姐在昏暗的灶台一边烧柴一边读书，八岁的妹妹蹲在门口给五岁的弟弟喂饭。

因为贫困，在深秋的时候还有小孩子踏着穿了一个夏天的旧

拖鞋，行走在家到校舍之间那段布满砂石的陡峭山路上。不论多大年龄的孩子，你会发现他们的手和脸永远是皴裂的，看起来像涂了碳一样，那是因为在他们那里打水非常困难，洗澡洗脸对他们来说都是一件非常奢侈的事情。

尽管生活在这样恶劣的条件中，这些孩子依然非常乐观，认真，并且非常珍惜受教育的机会，因为他们知道，只有一条路能让他们走出大凉山，那就是好好读书。

我知道你们每位同学都非常有爱心，今天，当你们听到大凉山的生活之后，一定有很多同学像我当初一样，蠢蠢欲动想要为他们做些什么，又觉得自己能力有限。

如果你觉得这场修行还太遥远，那么在当下，我们还有一件非常有意义的事情可以做，那就是我今天要倡议大家的——节俭。

同学们，关于节俭，我今天想对大家提出三点希望：第一，希望你们节约用电。养成离开教室后随手关灯的习惯，如果你发现路过的教室亮着灯而没有人的时候，也请你主动帮他们把灯关上。

第二，希望你们节约用水。控制洗澡时间，合理利用水资源。如果你发现洗手间或浴室有流水现象，请主动关闭阀门或找人维修。第三，希望你们节约时间。人生的每一个阶段都不可复制，希望你们学会管控自己的欲望，专注梦想，不再迷茫。

以上三点是我对大家保守的期待，我相信你们能够做到的不止这些。请你们相信，任何一种形式的节俭都是对社会，对国家一种隐形的付出。所谓付出必有回报，只是时间未到，我相信你们的所有善念都会在未来以另外一种形式润泽到每一个你们想要护佑的生命。

最后送给大家一句话：节俭无小事，勿以善小而不为。

如果各班有同学想了解更多有关大凉山公益活动的信息，奉献出你们的爱心，比如捐赠书籍，衣物等，可以在休息时间以班级为单位派代表与我联系。

今天就到这里，谢谢大家！

节俭演讲稿篇五

大家好，今天我国旗下讲话的题目是《崇尚节俭是一种美德》。

同学们，节俭是一种美德，它不仅是一个人优良素质的体现，更是中华民族的优良传统。诸葛亮在《戒子篇》中曾经有过“静以修身，俭以养德”的名言。唐代诗人李商隐在诗中写道：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”不论在哪个朝代，节俭总是被看作持家立业的根本，定国安邦的保证，一种应该代代相传的美德。

节俭，有助于一个人修身养性、陶冶情操，也是一个人事业有成和发展的重要因素。然而，当我们将目光聚焦在校园某些角落时，我们的心阵阵作痛：偌大的教室空无一人，一盏盏日光灯依旧长明；饮水机旁，纯净水洗茶杯，洗漱间里的水龙头总有人忘了关或关不紧，食堂里，多少学生将菜肴和米饭就这么潇洒地扔进桶里，教室里，多少可以再利用的纸张就这么恋恋不舍的退出历史舞台……，种种不道德的行为，让我们触目惊心，它与中华民族勤俭节约的传统美德大相径庭。同学们，选择节俭，不仅选择了一种生活方式，追求了一种精神品质，更是确立了一条走向未来，走向成功的道路。如果你养成了勤俭节约的美德，那么就意味着你证明了自己具有控制自己欲望的能力，意味着你已开始主宰自己，意味着你正在培养一些最重要的个人品质。

往者不可谏，来者犹可追。同学们，让我们一起行动起来，从现在做起，从身边做起，从小事做起。珍惜每一粒粮食，节约每一滴水、每一度电、每一张纸吧…也许我们个人的力量还显稚嫩，但是，只要我们团结起来，时时不忘“节俭”，精诚所至，金石为开，相信我们校园的节约风尚，一定会蔚然成风。

我的讲话结束了，谢谢大家！

节俭演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是“奏响时代弦歌，让节俭永立潮头”。

回望中华民族历史长河，勤俭的传统美德贯彻着炎黄子孙上下五千年的求索。放眼今朝，节俭仍是当代青年薪火相传的精神风标。从小便在父母教诲中诵读着《悯农》的我们，也对节俭有独特的体会。作为二十一世纪的青年，我们生活在一个日新月异的万花筒中，但这并不意味着我们可以将勤俭节约的美德抛之脑后，而意味着我们更应坚定地接过接力棒，让节俭之浪永立潮头。

勤俭节约，无论贫富与否。

有人总会疑问：“过去中国穷，所以提倡节俭，现在国家富裕了，还节俭什么？”从经济水平来说，中国的确有过一穷二白揭不开锅的窘境。而现在的中国早已解决了吃不饱的问题，并正在为全面小康而努力。但这并不是我们铺张浪费的理由。杨绛先生明明可以凭自己的才华和积累享受富裕殷实的生活，可她却向清华大学累计捐赠一千多万元“好读书”基金，鼓励学生们多阅读。她的一生低调朴素，把自己的财富用于更高价值的地方。俭以馈社会，这才是兴炎黄，立风尚的标杆。

勤俭节约，自当心怀天下。

当有人提出“我花自己家的钱，想怎么花就怎么花，碍别人啥事了？”时，他其实已经走入了误区。当我们处在青春时期，不应该随心所欲挥霍父母的血汗钱；当我们长大自给自足时，更应该将钱用到“刀刃”上。钱虽是个人物品，但社会资源却是共有的。铺张浪费意味着资源无端耗费和更大的环境压力。而当我们看向我们祖国乃至世界上许多偏远贫瘠的土地时会发现，困顿流离的人仍不计其数。如果我们把视角放大，感同身受着他们的处境，我们又怎能心安理得地浪费呢？心怀天下，才能做到俭以养德，德以兴俭。

勤俭节约，并非遏制发展。

就如孩子们喜欢用废纸箱做机器人的脑袋，母亲会将购物袋收集起来当垃圾袋一样，节俭是一种“物尽其用”。很多人把消费和浪费混为一谈，认为提倡节俭会抑制经济发展，把消费建立在浪费的经济学基础上，这种思维本身就是不健康的。美国一位社会学家告诫道：“青年们不要把自己的人生都投入到市场经济里去，因为在买东西时用的不是钱，而是赚钱时所花费的时间。”马克思也曾言：“一切节约，归根到底都是时间的节约。”节约并非节衣缩食，而是资源的合理分配，是更高效的生活状态。

时代的弦歌不绝如缕，节俭的美德永不落。让我们从小事做起，流沙成塔，涓滴汇海，在社会的潮流中让节俭永立潮头，绽放光芒吧！

我的演讲结束，谢谢大家！

老师点评：演讲不仅是号召，更要解惑。从任务驱动方面来看，这篇演讲完成了命题中的如下任务：体裁、解决了题干中提出的“我花我自己的钱，想怎么花就怎么花”、“现在富裕了，还节俭什么”、“节俭与经济发展之间的关系”这

样几个问题。不足之处，演讲的对象是同学，面对同学学习生活中的“节俭”，应当如何做的问题，还没有论述到位。

我的演讲完毕，谢谢大家！

节俭演讲稿篇七

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□xx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！

节俭演讲稿篇八

大家好！

凭栏远望，古之颜回：“一箪食，一饮”。且看今朝，社会主义新时代“节俭之风不可移”。审视自我，节俭之意挂心头。“俭，德之共也；侈，恶之大也”，节俭是一种德行，奢侈是一种恶行，节俭，中华民族，五千年之美德也！

然，现实生活中有些同学不认同节俭，不愿意节俭，认为“以前中国穷，所以要节俭，现在中国富，还节俭干啥？”亦或“钱是我家的，我想怎么花，就怎么花”。其实不然，正是因为中国经济蒸蒸日上，人民生活日益红火，我们才更应自我审视。节俭于生命困时，显人生大智；于人生达时，展人文品质。节俭，在生活中，可以锻炼我们的意志，开阔我们的视野。在精神上，可以修养我们的品性，磨砺我们的各项素质。由此可见，民族的节俭依然重要。

闭上眼，节俭犹似一淌清泉，潺潺流于心上。警醒自我，节俭之美体力行。蚬虫吃青草，锈吃铁，奢靡的世界吃灵魂。从商纣王的暴虐奢靡至灭国到隋炀帝的大兴土木江山易，历

史总是以其惊人的相似度警戒世人：“勤俭乃长久之道，不可移；奢靡乃误人心智，当排之”。因此，深刻的灵魂，即使是困俭，也是美的出处，吾辈，我中华儿女，生于新时代，奋于新时代，自当以勤俭之操，担我民族复兴大旗！时刻自我警醒，审问之，笃行之。

同学们！桑田碧海须臾改，节俭之风不可移，奋进新时代，斗争新时代，节俭从身边小事做起，从我做起“积一勺以成江河，累微尘以崇峻极”，让我们今天的节俭一起为共和国的明天喝彩！

谢谢大家，我的演讲结束。