

# 演讲稿背景音乐厉行节约 厉行节约从我做起 做起演讲稿(通用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。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇一

大家早上好！我讲话的题目是《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“历览前贤国与家，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，我也想到了我们的行为与节约意识反差很大。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、每一粒米、每一张纸、每一元钱??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、洗碗的时候任由水一直在碗里冲；地上到处是洒落的粮食、白膜??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；为什么到了学校我

们却忽略了这些细节？关键是我们没有将自身真正溶入到学校中，没有把自己当成学校的主人，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

青岛海尔集团首席执行官张瑞敏说过：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。我国有13亿多人口，每人每天节约1两米，一年就能节约几百亿斤大米；每人每天节约1公升水，中国一天就能节约130万吨水，一年能节约5亿吨水，相当于5个东湖的水量；每人每天节约一张纸，许多森林就可以不被砍伐。

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，每一张纸，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！

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇二

大家早上好！

我是来自x年级x班的x，非常幸运，今天由我来给担任这次的演讲人。我给大家带来的演讲主题是——“厉行节约，反对浪费”！希望同学能认真倾听我的演讲，好好的反思一下，我们在平时做的怎么样。

我们的x小学是一个文明的小学。这点，想先大家在学习和生活中早已经深有体会。老师们教导的最多的，是我们的行为习惯，墙壁上贴着的，是节约的各种标语，我们将这些习惯和美德看在眼里，行在脚下。这样的校园，便是我们最温暖和谐的x小学！

但是，我们也知道世界上没有完美的东西，有好的一面，自然就有不好的地方。尽管在学校中我们一直提升勤俭节约，提倡要文明礼貌。尽管大部分的同学也都做到了这些，成为了文明的小学生，但在我们的校园之中，仍然有不少的问题出现！

再者说，将水龙头开这么大绝不是为了洗手之用！而且在打开后还不知道关闭，这就更为过分了！那位不关水龙头的同学，你可知道，这几十分钟下来，几个水龙头放走了多少的水啊！这可是最为珍贵的资源！

同学们，也许我们现在有了水龙头，只要打开就能见到水，着让人不仅感到，水是非常普通的东西。但其实并不是！我们的地球看似是个水球，但其实大部分都是无法供我们使用的海水，能用来生活和饮用的，不过是微乎其微的稀缺淡水罢了。而且大部分，还是出于冰封状态的！同学们，我们的水不多，真的不多，如果我们有水，怎么会每年都会有这么多人渴死，怎么会有大片的禾苗干枯，怎么会，有这么多的地方连一口水都难求！同学们我们的水越用越少，但是我们浪费的行为却越来越奢侈！这是不应该的！

作为小学生，我们应该从自己开始节约用水！我想，大概谁也不希望过上没有谁用的日子，为此，让我们互相监督，共同勉励！节约水资源，从我做起！

我的演讲结束，谢谢大家！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《厉行节约反对浪费》。

所以为了唤起大家爱惜粮食，珍惜粮食的意识，每年的10月16日就成为“世界粮食日”。虽然现在的中国地大物博，物产资源众多，人们的生活过得越来越好，但是浪费粮食的现象也随处可见，“节约”一词在不少人的心里已日渐忽视和淡忘了。

要知道世界上还有许多人在挨饿。联合国粮食及农业组织自创立以来，不定期地进行了5次“世界粮食调查”。从这些调查的数据得出的结论是：饥饿不但没有消除，反而在不断扩大。长期遭受贫困和营养不良之苦的人口8.54亿。面对如此严峻的粮食问题，我们浪费粮食？作为我们这一代，不要总以为我们的国家地大物博，我们的耕地面积只有全世界的百分之七却要养活世界百分之二十二的人口。可见珍惜粮食，爱惜粮食，杜绝浪费对于我们来说是至关重要的，我们要从小做起，从你从我做起，从现在做起，拿出实际行动来爱惜粮食，继承和发扬勤俭节约的传统美德。

“俭以养德”，自古以来，节俭一直是中华民族值得彰扬的美德。我们中国，之所以要提倡建设节约型社会，就是因为中国浪费不起。中国是世界上人口最多的国家，每个人只要浪费一点，总数就非常惊人。同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康！

最后，我大声呼吁，人人应以节约为荣，以浪费为耻！请大家珍惜粮食，杜绝浪费，从你从我做起！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## **演讲稿背景音乐厉行节约篇三**

大家好！

一天，隔壁家的小妹妹来我家吃饭，只见她两眼放光，拿着筷子寻思了一会儿，便埋着头，狼吞虎咽地吃着菜肴，弄得米饭“四处飞”，可她却偏偏视而不见，我实在是看不下去了，上前拍拍她的肩，略带微笑地说：“小妹妹，你觉得你这样做对吗？”小妹妹瞪大双眼，似乎不知道我在说些什么。我又说：“你不应该把米弄得满地都是，太浪费了！”小妹妹惭愧地低下了头，连忙去拾那些米。我高兴地笑了，她也甜甜地笑了。

记得一次，我们全家去饭店吃饭，为了解馋，点了好多爱吃的菜，可是到最后还剩下许多菜，我附在妈妈的耳边轻声说：“妈妈，我们打包吧，这么多菜没动，不打包一是浪费，二是怪可惜的，必竟是花了钱的。”妈妈疑惑地望了望我，吃惊地说：“你什么时候也知道节约了？”我无语得催妈妈快点。

通过上两个事例，我们知道了节约粮食人人有责，大家想一想，中国那么多人口，如果每个人都节约一点的话，那结果会怎样？所以，我们要学会节约。

我和小组同学们来到小区调查，发现小区里的人太不节约了。让我们把目光转向垃圾房吧，里面应有尽有，尤其是吃的占一大半，成群的苍蝇围着它们团团转，我不愿目睹眼前的一切，更不愿被臭气所包围，立刻捏着鼻子一个劲地跑，心想，这小区如此这般浪费，又破坏了环境，真是不该呀！是不是现在人的条件好了，早就把‘节约’二字抛到九霄云外了？要知道幸福生活来之不易哟！

怎么样，我说得没错吧，节约粮食并不难做到，只要你有这份热情，节约粮食从自我做起，从小事做起。别忘了，在自己节约粮食的同时，也要说服别人，与你一同节约粮食，让我们的家园变得更加美好，国家变得更加富强。

祖国是我家，节约粮食靠大家，让我们共同努力，共创美好

明天!

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇四

大家早上好!

我是来自x年级x班的x，非常幸运，今天由我来给担任这次的演讲人。我给大家带来的演讲主题是——“厉行节约，反对浪费”!希望同学能认真倾听我的演讲，好好的反思一下，我们在平时做的怎么样。

我们的x小学是一个文明的小学。这点，想先大家在学习和生活中早已经深有体会。老师们教导的最多的，是我们的行为习惯，墙壁上贴着的，是节约的各种标语，我们将这些习惯和美德看在眼里，行在脚下。这样的校园，便是我们最温暖和谐的x小学!

但是，我们也知道世界上没有完美的东西，有好的一面，自然就有不好的地方。尽管在学校中我们一直提升勤俭节约，提倡要文明礼貌。尽管大部分的同学也都做到了这些，成为了文明的小学生，但在我们的校园之中，仍然有不少的问题出现!

再者说，将水龙头开这么大绝不是为了洗手之用!而且在打开后还不知道关闭，这就更为过分了!那位不关水龙头的同学，你可知道，这几十分钟下来，几个水龙头放走了多少的水啊!这可是最为珍贵的资源!

同学们，也许我们现在有了水龙头，只要打开就能见到水，着让人不仅感到，水是非常普通的东西。但其实并不是!我们的地球看似是个水球，但其实大部分都是无法供我们使用的海水，能用来生活和饮用的，不过是微乎其微的稀缺淡水罢了。而且大部分，还是出于冰封状态的!同学们，我们的水不多，真的不多，如果我们有水，怎么会每年都会有这么多人

渴死，怎么会有大片的禾苗干枯，怎么会，有这么多的地方连一口水都难求！同学们我们的水越用越少，但是我们浪费的行为却越来越奢侈！这是不应该的！

作为小学生，我们应该从自己开始节约用水！我想，大概谁也不希望过上没有谁用的日子，为此，让我们互相监督，共同勉励！节约水资源，从我做起！

我的演讲结束，谢谢大家！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《厉行节约反对浪费》。

所以为了唤起大家爱惜粮食，珍惜粮食的意识，每年的10月16日就成为“世界粮食日”。虽然现在的中国地大物博，物产资源众多，人们的生活过得越来越好，但是浪费粮食的现象也随处可见，“节约”一词在不少人的心里已日渐忽视和淡忘了。

要知道世界上还有许多人在挨饿。联合国粮食及农业组织自创立以来，不定期地进行了5次“世界粮食调查”。从这些调查的数据得出的结论是：饥饿不但没有消除，反而在不断扩大。长期遭受贫困和营养不良之苦的人口8.54亿。面对如此严峻的粮食问题，我们浪费粮食？作为我们这一代，不要总以为我们的国家地大物博，我们的耕地面积只有全世界的百分之七却要养活世界百分之二十二的人口。可见珍惜粮食，爱惜粮食，杜绝浪费对于我们来说是至关重要的，我们要从小做起，从你从我做起，从现在做起，拿出实际行动来爱惜粮食，继承和发扬勤俭节约的传统美德。

“俭以养德”，自古以来，节俭一直是中华民族值得彰扬的美德。我们中国，之所以要提倡建设节约型社会，就是因为中国浪费不起。中国是世界上人口最多的国家，每个人只要

浪费一点，总数就非常惊人。同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康！

最后，我大声呼吁，人人应以节约为荣，以浪费为耻！请大家珍惜粮食，杜绝浪费，从你从我做起！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇五

勤俭节约，从我做起，说起来容易，做起来难。怎样演讲关于节约？下面本站小编整理了厉行节约演讲稿，供你参考。

尊敬的各位领导，朋友们：

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”，今天，当我的孩子走进学校，整天像唱歌一样反复念着老师教他的这句话时，我仿佛又回忆起小时候艰苦的岁月和日子。虽然比不上现在的孩子们幸福，但困难使我们养成了节俭的良好习惯和品格。“历览前贤国与家，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”着实令人对日本人感到惊讶，对日本企业感到震撼。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。

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、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；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？关键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。

作为的员工，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，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。

勤俭节约，从我做起，说起来容易，做起来难。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，才能降低储粮成本，也只有时时处处从我做起，我们的##公司才能兴旺发达，辉煌无限！

我的演讲完了，谢谢大家！

尊敬的各位领导，亲爱的老师，同学们，大家上午好，今天我旗下讲话的题目是：厉行节约、反对浪费。

随着科技的发展，物质生活水平的提高，人们逐渐淡漠了“节约光荣，浪费可耻”的优良传统，大肆的奢侈浪费，特别是对公共资源，更是浪费得厉害。当发达国家的人们正在为怎样节能而不懈努力的时候，我们中的某些人却是不在意生活中浪费那一点一滴的资源，这样逐渐形成了一种通病——“节俭冷漠症”。

我们身边的小事也足见这种病态的严重性：每天早、中、晚三餐后，食堂里几只装剩菜剩饭的大桶里堆积了许多米饭、剩菜；白天光线充足，总有几间教室的灯还在那里亮着；电脑总是处在待机状态；水，没人使用，还听见自来水哗哗地流着……这种种浪费的现象都让我们心惊和心痛。

一、树立正确的价值观。崇尚节约光荣，增强节约意识，杜绝浪费行为。

二、节约用水。合理使用水资源。用完水后或见到滴水的水龙头，请及时拧紧，杜绝“长流水”。

三、节约用电。充分利用自然光照，杜绝长明灯。工作或学习结束后请及时关掉相应电器的电源，如电脑主机、显示器、

饮水机等。

四、节约用纸。提倡双面用纸，减少纸张消耗；

五、节约用餐。积极倡导餐桌文明之风，在食堂买饭买菜要适量，做到不剩饭剩菜，不浪费粮食。

六、生活节俭。培养良好的生活习惯，提倡合理消费、适度消费。不盲目攀比。

七、积极广泛宣传节约。为建设节约型校园献计献策，争做节约先锋；同学之间，要互相监督，做到厉行节约、人人有责。

节约是美德，节约是品质，节约是责任，让我们积极行动起来，从我做起，从身边小事做起，同心协力，积少成多，做勤俭节约风尚的传播者、实践者、示范者，让“节约光荣，浪费可耻”的理念在校园蔚然成风，用实际行动为国家、为社会、为校园尽一份力量！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

老师们，全体同学们，大家早上好：

“建立节约型社会”这几个字，眼下常常见诸媒体，无论看起来还是听起来都是那么舒服！我常常有一种也许不恰当的看法，那就是在我们这个社会，往往是在矛盾已经非常突出了，政府或有关部门才采取行动，仿佛救火。

举个例子说，关于煤矿事故，我相信自从出现了煤矿，事故就不可避免的要发生一些，然而纵观煤炭行业的发展过程，政府在安全生产保障方面到底真正花了多少精力呢？就在当前，在国家专项整治的情形下，我们也会时不时看到悲惨的报道，看到顶风开采的案件。我绝对相信，这些被曝光的仅仅是一些责任部门或者责任人已经无法隐藏的事故。这一点我没必

要再举例证明了，因为我们都知道，这是一个有着暴利的行业，在利益的驱动下，有很多没有安全保障的煤窑存在着。说到这里，我们就自然的得出一个结论：问题的根源在政府。具体有二：一是没有非常好的预防措施，二是缺乏果敢的执法力度和透明的、有效的监督机制。如果政府不能够解决自身的这些问题，那么制定再好的政策，免不了会成为聋子的耳朵，或者成为好听的口号□

言归正传，就说“建立节约型社会”。古人云：由俭如奢易，由奢如俭难。人大概都如此，除非有极好个的个人修养。当前人们的总体生活水平实实在在的是提高了，无论物质方面还是精神方面，同时我们也目睹着饮食穿着的铺张浪费，政府办公成本的高涨，还有很多很多生活艰难的群体。按照我一开始的说法，这种矛盾已经非常突出了，成为严重的社会问题了，所以政府必须得站出来这个问题，解决这个问题。做为草根之人，我也深深为政府能够重视此问题而由衷高兴，但高兴之余不免又有些担忧：政府到底能不能达成这个目标！我担心的理由与前面我谈到煤炭行业时所指出的政府存在的问题相对应，首先是预防措施，根本的问题在于教育，这是一项长期的系统工程，所以不可能立杆见影，那么就需要紧急制定预防措施，能不能制定一套有效的预防措施，犹如我们人类的一条能够走路的腿，是非常关键的；其次是，有了好的措施，制定者能否果敢监督，执行者能否有效执行就象人类能够走路的另一条腿，只有两条腿都能健康的走路，我们才有可能走的更远！

我非常喜欢一句中央电视台的广告词：节约是一种境界！但愿人人都能够吃透这句话，做一个有益于自己，有益于家庭，有益于社会，有益于大自然的好公民！

谢谢大家！

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇六

上午好!

今天我讲话的题目是：厉行节约，从点滴做起，首先请允许我给大家念一组数字：来自中国农业大学食品科学研究所的调查发现，全国一年仅餐饮浪费的粮食就高达800万吨，肉类300万吨，相当于倒掉了二亿人一年的口粮。全国各类学校、单位规模以上的集体食堂每年至少倒掉了可养活3000万人一年的食物，然而同时我国还有1.28亿的贫困人口挣扎在温饱线上，这个数字占农村人口的13.4%，占全国人口近十分之一。

同学们，这些触目惊心的数字有没有引起你片刻的思考？

你们都出生在上世纪九十年代，没有经历过物资匮乏的年代，距离战争、饥饿与灾荒更是非常遥远，请大家想一想，父母或者食堂辛辛苦苦做的饭菜，你吃了多少？剩了多少？扔掉了多少？或许这是生活中微不足道的小事，但是正是那零星剩下的半碗米饭、半片面包、一小口牛奶，组成了上面那些庞大到令人生畏的数字。

我们知道，每个人的生活都离不开一日三餐。提倡文明就餐，是当代学生文明修身的一项重要内容。我们要保持食堂良好的就餐秩序，节约用水，节约粮食，文明就餐，从小事做起，做自身做起，力争以自己为榜样，并以自己的良好形象感召身边的人都注意文明就餐，使文明就餐成为我们的自觉行动。

1、早晨准时起床，在规定时间内用早餐，尽量错开高峰，不要耽误早读课；进入餐厅，保持秩序，保持安静；买饭时，尊重食堂工作人员，以礼相待，同学间相互礼让，有序排队，不懒懒散散；用餐时，不大声喧哗，安静用餐，不随意走动，不打打闹闹、拖拖拉拉，时刻记得做个文明好学生；吃多少买多少，不偏食，不暴饮暴食，不浪费粮食，做到荤素搭配，合

理饮食;将餐盘内的食物吃干净，不留剩菜剩饭;将就餐餐桌清理干净，不将吃剩的残留物弃于餐桌;回收餐盘时小心翼翼，应按规定将剩饭剩菜及餐盘放在指定桶内，不把饭菜倒在桶外，造成就餐卫生及环境破坏;注重食品卫生安全，杜绝外卖。

2、吃多少点多少，根据自己的饮食情况合理用餐，节俭惜福，避免浪费;注重自己的行为，不大声喧哗、打打闹闹，始终记得自己代表的还有学校的形象;在意他人的用餐感受，自觉遵守公共道德规范;不使用一次性筷子;避免造成用餐环境的污染和破坏;身为未成年人，不在用餐时饮酒。

同学们，一粥一饭，当思来之不易;我们中间大多数来自农村，我们应当谨记：锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦这首诗歌，总之，我们应从食物中吃出营养，吃出健康，吃出安全，吃出文明。

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇七

家好!

勤俭就是勤劳节俭，我国自古就以勤俭作为修身治家的美德。古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也。”小到一个人、一个家，大到一个国家、整个人类，想要生存、发展都离不开勤俭节约这四个字。《墨子》有：“俭节则昌，淫佚则亡”之论。可见，勤俭节约对于生活的重要性。

古今中外，关于勤俭节约的故事数不胜数。他们不仅在事业上非常勤劳，而且在家庭生活上也非常节俭。在朱元璋的故乡凤阳，还流传着一首歌谣：“皇帝请客，四菜一汤，萝卜韭菜，着实甜香；小葱豆腐，意义深长，一清二白，贪官心慌。”朱元璋给皇后过生日时，只准备了红萝卜、韭菜、青菜、豆腐汤，宴请众官员。并且约法三章：今后不论谁摆宴席，只许四菜一汤，谁若违反，严惩不贷。朱元璋是一代君王，他以身作则，勤俭节约，是一个为人民、为国家着想的

皇帝。

有这么一个民间故事：从前，在中原的伏牛山下，有一个叫吴成的农民，他一生勤俭持家，日子过的无忧无虑，十分美满。在他临终前，他曾把一块写着“勤俭”的牌匾交给两个儿子，并告诫他们：“你们要想衣食无忧，就照着这两个字去做。”后来，兄弟俩分家的时候将牌匾一锯为二。老大拿了“勤”，老二拿了“俭”。老大把“勤”字恭恭敬敬地挂在家中，每天“日出而作，日落而息”，年年五谷丰登。但他的妻子却大手大脚，两个孩子经常把白白的馍馍吃了两口就扔了，久而久之家里没有一点余粮。老二把“俭”放在中堂，却把勤字抛到了脑后，他每天疏于农事，尽管一家几口节衣缩食日子仍是不好过。这一年遇上干旱，老大老二家都没有了存粮，情急之下他们把牌匾踩碎在地上。这是，窗外飘来一张纸，兄弟俩连忙捡起来：“只勤不俭，好比端个没底的碗。只俭不勤，坐吃山空，一定要受穷挨饿。”兄弟俩恍然大悟，“勤”“俭”两字相辅相成，不可缺一。兄弟俩吸取了教训，把“勤俭持家”四个字贴在自家的门上时刻提醒自己。

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”  
让勤俭成为时尚，让勤俭成为习惯，让勤俭成为精神。

## 演讲稿背景音乐厉行节约篇八

艰苦奋斗，勤俭节约是中华民族的传统美德，是我们党的传家宝。也是新形势下加强领导干部作风建设的一个重要方面。

”艰难困苦，玉汝于成“，”居安思危，戒奢以俭“，中华民族历年来勤奋勇敢。不畏艰苦著称我们党史靠艰苦奋斗成长壮大，成就伟业的，也是靠勤俭节约发展事业，建设国家的。艰苦奋斗是我们党的优良传统和作风，是我们党保持同人民群众血肉联系的一个重要法宝。

今年来，享乐主义，拜金主义在我们队伍中有所滋长讲排场，比阔气，挥霍浪费的现象还大量存在。有的甚至对这一美德不以为然，认为不合时宜。殊不知，现如今，虽然我国的经济总量扩大了，但我国仍处于并将长期处于社会主义初级阶段。国家建设需要办的事还很多。我们必须坚持厉行节约，反对浪费的方针，必须有长期艰苦奋斗的思想准备，作为一个积极分子，党的后备军我有义务将这一美德这一优良传统发扬下去由党组织安排在党员小组长的带领下我们纷纷写下勤俭节约，倡议书等。多种形势的倡议活动，期间我们曾多次在校食堂等公众地方进行调查研究结果表明，勤俭节约在同学们乃至有些领导的意志力尚不存在。省菜省饭随处可见，不关水龙头现象大量存在。尤其是过分浪费电资源现象，在我们身边随处可见，我不禁心生感叹，记得小时候我们学的第一首唐诗便是，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。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，然而现在的社会中存在的现象真令我陌生，没想到老祖宗留下的千年传统和良好美德，竟然被那些所谓的虚荣心理和消费观念所代替。

作为大学生的我们，应该大力发扬勤俭节约的精神，严格执行各种节约制度。努力培养自己的节约意识，大到压缩到各种经济开支，小到一粒粮食，都要树立勤俭节约关荣铺张浪费为耻的观念。

勤俭节约从我做起，从身边小事做起。今天，我提倡：让我们积极行动起来。牢固树立节约意识。让节约成为习惯，坚持从我做起，节约每一滴水，每一度电，每一粒粮食，以勤俭节约为荣以铺张浪费为耻。