

# 2023年提倡节俭的演讲稿 节俭的小演讲稿 (精选6篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 提倡节俭的演讲稿篇一

大家好！

今天，我想代表阳光、雨露、清风来称赞我们的粮食，我也想代表大米、小麦、泉水来歌颂我们的劳动者。粮食对于人类来说，是维持生活和生命的重要资源，我们人类在生产粮食的道路上飞速发展。直至今今天，我们已经拥有了非常多元的饮食生活。只要一走到街上，各种样式的面食小吃，各种花样的果汁饮品，还有变着法子的餐饮文化。这些都是我们日新月异的生活里非常常见的一部分了。时代的发展提升了我们的生活品质，但与此同时也会面临一些问题的产生。

随着大家生活品质的提高，我们对粮食的追求越来越大，我们对饮食文化也有更高的期待。而在这个中间，浪费成为了最大的问题。餐桌上的光盘行动愈来愈少，我们每个人对粮食的重视也减轻了不少。即使这是在一个新的时代，但是我们对粮食，依旧是需要去尊重和认真对待的。因为每一颗粮食，必然都是一份汗水铸造的。

以前我的奶奶总喜欢跟我说这样的一个故事，那个时代的人们吃不饱，只能去挖树皮吃，也有好多人因为粮食缺乏而失去了生命。以前大家一起吃大锅饭，有时候在大家都吃完之后，总有人会去锅上挖一挖锅巴。有时候能吃上一块锅巴算

是一件很幸运的事情，绝大部分的时间里，锅上是没有任何一滴粮食的剩余的。

只有吃过苦的人才知道，缺少粮食的痛苦是多么大。到了现在，奶奶还是保存着那样的一个习惯，那就是一个鸡蛋是最昂贵的。至今还有很多老人一直保存着出门给你鸡蛋的习惯，因为对于那个时代而言，鸡蛋就是一个宝贝到不能再宝贝的东西。但对于现今来说，鸡蛋已经是非常常见的一种食物了，大量的生产，让鸡蛋成为了显而易见的食物，做法也是非常的丰富。

即使我们的物质非常的丰富了，但我们不容忘记的，是前一辈人在粮食方面所吃的苦。杜绝浪费，是对前辈最好的尊重，也是对粮食的尊重，更是对那些劳作者最大的敬重。希望大家今后外出用餐的时候适可而止，切不可铺张浪费，勤俭节约是我们的本质文化，也是我们需要一直继承的文明。

让我们一起在今后的日子里珍惜粮食，杜绝浪费吧。从我们自身做起，从我们每个人的身边做起，珍惜每一颗食物，就像珍惜每一滴水一样，让这个地球，让我们的社会和生活发展的越来越美好吧！

## 提倡节俭的演讲稿篇二

咱们从小就被教导，节俭要从小处着手，从一粒米、一滴水做起，然而，勤俭毕竟并不仅是小事，当初的社会有时候变得很生疏，节约反而成了吝啬被人笑话，节省被当成贫困的表示。我们须要在全社会转变那种所谓的虚荣消费心理和挥霍观点，需要从新意识老祖宗留下的千年传统跟良好美德。

简朴，勤恳是我们中华民族的美德。俭、勤这两个字看似寻常，却不能轻易视之。它是我们作为一名电力工作者不可或缺的美德，是成才的一种激素。由于只有具备这种美德，才能忘记得失，不慕荣利；只有具备这种美德的人，能力襟怀

大志，处窘境而不懊丧，受窘厄而泰然如常；只有具备这种美德，才能摒弃奢侈，以事业为重，有所造诣，有所作为。

由此我想到了一贯以“小气”驰名的日本丰田汽车公司。他们的“小气”着实令人对自己感到惊奇，对日本企业觉得震撼。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，背面再作便条纸应用；一只手套破了，只换一只，另一只破了再换；员工上班时，如要离动工作岗位三步以上，一律自发的跑步；有时候真感到不堪设想，偌大的一个世界著名企业，还这么小气，还在乎这么一点点浪费吗？然而，对丰田来说，“聚沙可成塔，积水可成渊”，恰是因为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”运动理念敏捷浸透到公司体系各个角落时，当厉行节约将成为我们的一种境界、一种习惯、和一种文明的生涯方法时，我们有理由信任面前这个曾经“大手大脚惯了”的显些浮华急躁的社会正在踏实求实起来。假如说，这境界、这习惯、这文化的生活方式的培育，是从“节约一分钱，节约一张纸，节约一寸导线……”的多个省吃俭用的“一”开端的，那么，它体现的却是我们电力人对人与天然关联的新认识，对严峻的资源 and 能源局势的危机感，对人类社会可连续发展的责任感。

由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。回忆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。很多纸张只写了多少个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水……实在稍加留神，我们能够做得更好，但往往我们却疏忽了这些细节。我想，在家里我们确定能做到顺手关灯、关水；朋友间接洽，若没有重要的事情，我们肯定会抉择发短信而不是打电话……，为什么在单位里却疏忽了这些细节？关键是我们没有将本身真正融入到企业中，没有

将节约养成一种良好的习惯，并造成一种观念。

大到紧缩各种经费的开销，小到一粒食粮，都要建立节约节约光彩，奢靡浪费可耻的观念，让节约真正成为一种习惯，构成一种时尚。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引导一个人的事件，更是每位员工独特的责任，每一滴水、每一度电、都关系到我们每一名员工的亲身好处。如果不“小气”精力和节约意识，做什么事都铺张糟蹋，不爱护资源，不珍爱时光，让浪费的思维侵蚀我们的脑筋，并任其蔓延，我们获得再大的成就也将毁于一旦。

“三节约”是××公司提倡的一种勤俭精神，也是对宽大干部员工的基础请求。作为公司的一名员工，我们应该鼎力发挥勤俭节约的精神，在平时的工作中，严厉履行各项节约轨制，尽力造就自己的节约意识，通过发展学习“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”，大至一台试验仪器、一座实验室的建设保护，精打细算地过日子、迷信节约地保保险。

“节约”的钟声已经敲响，唤醒了我们每一个人mbd神经。面对我们“地大物博、资源丰盛”的巨大祖国，除了应有一份骄傲和自负，最主要的还要领有一份义务。作为国度电网公司的一员，我们应当以本人的实际举动践行国家电网公司对社会的许诺。参加我们，为建设节约型社会、打造节约型电力企业一起作出奉献吧！只有时时处处、点点滴滴都节约，只有时时处处从我做起，我们的事业才干旺盛发达，光辉无穷！

我的报告完了，谢谢大家

### 提倡节俭的演讲稿篇三

尊敬的各位老师、同学们，大家晚上好！

接下来我为大家演讲的题目是——《崇尚节俭传承美德》。

不知道大家和我有没有同样的感受，就是家里的老人都特别“小气”，北京话叫“抠门儿”。剩菜剩饭从不轻易倒掉，随时都有一位老同志跟着在你身后，把你一路打开的灯随手关掉。还有我妈妈，世界500强排名91位的企业经理人，一张a4纸永远2面用，在办公室从来不喝瓶装水。还有我爸，身上永远都揣着手绢，连餐巾纸也要分区使用，用到极致才肯丢进垃圾桶。有一次我们全家去香港，在“大食代”吃饭。一进去我这个美食达人就眼花缭乱了，烧鹅、水晶虾饺、避风塘炒蟹……，一下子我点了很多我爱吃的美味，爸爸在一旁提醒我，“你确认这些你都能吃完？吃不完不许走。”“必须的！”这还能难倒我。我一贯眼大肚子小，没吃多少就饱了。忽然我发现一行人中，只有我剩下的食物最多。“老爸，我吃不下了。”我拖着长音和爸爸撒着娇想蒙混过关。“必须把你点的都吃完。”“我真的吃不下了！一会儿看演出该来不及了！”“那你就留下来吃，直到都吃干净！”从来没有吃得这么痛苦，我真的是含着眼泪把面前的食物硬塞到肚子里，可恶的老爸还盯着我不许剩下一根菜叶。亲们，现在想想我都心有余悸。从此以后，我点菜再也不会那么“贪婪”了，因为肚子是自己的啊。

当我询问荣天航同学事迹的时候，他为我描述了这样一幅景象，想必大家都不陌生：一盆清水先淘米，淘完米再洗青菜，洗完青菜再涮拖把，涮完拖把最后再冲马桶。这也是我外公外婆节约用水的真实写照。原来“抠门儿”的人这么多。

都把尚俭节约、惜物惜时作为一种美德来提倡和施行。汉文帝廉洁爱民“履不藉以视朝”，造就了“文景之治”的盛世。

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”如今，人们生活条件日益改善，不愁吃不愁穿。然而，我们不但不能忘记节俭，还要运用科技手段推动节俭。赵星涵和荣天航两位同学建议学校将所有的灯源都更换成led灯泡，不但

可以节约用电，提升灯泡寿命、还可以提高照明的亮度。学校的公共浴室可以把水龙头更换为储卡式，每人每次洗澡定量用水，可以避免浪费。11班在王老师的带领下，我们用旧报纸擦玻璃，将每天杯子里的剩余饮用水收集起来擦黑板擦地，我们每一个人都在用自己的一言一行践行着节俭的传统和美德。

当今的中国快速发展，国富民强，在建立节约型社会的同时也在重拾节俭的美德与责任。节俭体现的是高尚的品格，传承的是可贵的精神。在行动上从细节入手、从小事做起，自觉养成节俭、朴素的生活习惯。

崇尚节俭传承美德！

## 提倡节俭的演讲稿篇四

大家好！

今天我所讲的主题是：节约粮食。

古人云：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗大家都学过吧，可是你真正理解了其中的涵义吗？从一颗秧苗种子到你碗里的那粒米饭，要经历多少道工序及为之付出的辛勤劳动呢？我们同学都不知道吧！为什么我这么说呢？平时在学校里，我看到有些同学在午餐的时候因为自己的口味与饭菜不合，常常把自己不爱吃的饭菜倒掉，造成很大的浪费。我认为，这种行为是十分可耻的，应该杜绝。

把中午的饭菜吃光，不仅给自己的身体补充了能量，也是一种反对铺张浪费的表现。我为什么这么说呢？有些同学，饭菜不吃，零食不断，这既不利于营养的吸收，又造成金钱的浪费。虽然我不提倡挑食，但如果有的菜，你实在不爱吃，我们可以换一种方式去拒绝浪费，你可以问问周围其他同学，或许他们爱吃，会给你解决一下。其实，生活中的点点滴滴

都可以去实现“节约”这个目标。

因此，我在这里倡导同学们，拒绝舌尖上的浪费，节约粮食，从现在开始。

谢谢大家！

## 提倡节俭的演讲稿篇五

大家好！

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。可以说修身、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？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。

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。

## 提倡节俭的演讲稿篇六

大家好！我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

艰苦朴素、勤俭节约是我们人类社会的传统美德。可是此刻，随着人们物质生活水平的不断提高，铺张浪费的现象也越来越严重。就拿我们学校来说吧，每一天早、中、晚三餐饭后，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；没人使用，还听见自来水哗哗地流着；刚吃完饭，就会有很多同学在商店排队买零食吃……这种种不正常的现象都让我们心惊和心痛。我们大家共同行动起来，勤俭节约，从我做起。

1、牢固树立“崇尚节俭、反对浪费”的思想，人人以勤俭节约为荣，以铺张浪费为耻。

2、从我做起，从点滴做起。

节俭每一滴水，水龙头用后及时关掉，发现水管水箱有滴、漏水现象，要及时报告；节俭每一度电，做到随手关灯，人走电器关；节俭每一张纸，作业本尽量做到正反面都用；节俭每一粒米，用餐时能吃多少盛多少，不浪费；节俭每一分钱，我们应当合理使用父母辛辛苦苦赚来的每一分钱。

同学们，让我们一起从我做起，从此刻做起，从身边小事做起，真正养成勤俭节约的良好行为习惯，为建设节俭型社会做出自我应有的贡献！