

# 2023年勤俭节约的演讲稿 勤俭节约演讲稿 (实用10篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望对大家的工作与学习有所帮助。

## 勤俭节约的演讲稿篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

水，是人的生命之源！春暖花开，雨水唤醒了万物；炎炎夏季，河水灌溉了庄稼；金色秋天，泉水清凉了大地；皑皑冬日，茶水温暖了心田。一年四季，水在我们生活中扮演着多么重要的角色！

然而，在我们赖以生存的地球——在这个蓝色的水球上，虽然有四分之三的地表被水覆盖，但能利用的淡水并不多。世界上有60%的地区面临着供水不足。“水贵如油”虽是个比喻，可在世界上很多地方却成了无可辩驳的现实。

如今，节水已经成为全世界关注的焦点，每年的3月22日定为“世界水日”。每年的3月22日所在的一周，定为“中国水周”。我国是个水资源大国，但同时又是个水资源的“穷国”——我国有300多个城市缺水，近50个城市严重缺水，在我国的黄土高原上更是“滴水值千金”！

因此，我们在生活中要养成节约用水的好习惯：在家里，在学校，不随意浪费每一滴水；看到有浪费的不良现象，我们要敢于制止。总之，节约用水，人人有责！从我做起，从现在做起，养成节水的好习惯。作为开封x中的学生，我们不仅自己

要有节水意识，更要用实际行动来唤起更多的人来节约用水；向家人，向邻里，向亲朋好友，向身边的每一个人，介绍有关水资源方面的知识，积极宣传节约用水的好处，这是我们的义务，更是我们的责任！

在这里，我向全体同学倡议：请节约生命中的每一滴水吧，晶莹剔透水，滴滴都珍贵。我相信，只要我们都珍惜我们赖以生存的水资源，我们的明天一定会更加美好！

谢谢！

## 勤俭节约的演讲稿篇二

尊敬的各位老师，亲爱的同学：

大家上午好！

今天我演讲的题目是《节约用水》。

节约用水是我们听过很多次的一句话，不管是老师和父母平时的教导也好，电视里面的广告也好，都会提到节约用水这个话题。那我们为什么要节约用水呢？有没有同学能够回答我这个问题。

大家在地理课上，应该都已经学过了，地球的约百分之七十二都是水，但这其中，可供人类使用的水又占多少呢？地球上的淡水占比为百分之二点五，但人类可开采的仅有约百分之零点三！随着人类活动范围的越来越广泛，以及不爱惜资源、不保护环境的行为，地球上被污染的水资源越来越多，可供人类饮用的水也越来越少。再加上人口持续不断的增长，水资源越来越匮乏。如果不节约用水的话，地球上的水资源还可供我们挥霍多久呢？同学们从刚刚踏入校园的时候，老师就告诉我们要节约用水。我们已经学习了这么久，但是我们平常又真的做到了节约用水吗？生活中，浪费水资源的现象有

很多，可能有的同学会说我自己花钱买的水，自己想怎么处理就怎么处理。这样的想法是不对的，就算是自己买的水也不能够浪费，节约用水要从各个生活中的小事出发。

那么怎么做才算是节约用水呢？在看到没关紧的水龙头时，要把它拧紧；看到没关的水龙头的时候，要把它关好；在洗澡的时候，不要长时间的淋水；在平时洗东西的时候，把东西洗干净了就可以关水龙头。除了这些，还有很多节约用水的行为，在这里，我就不一一列举了，需要同学们在生活中自己去发现，自觉做到节约用水。

可能有的同学已经做到了节约用水，但是我们不仅要做到自己节约用水，还要把这个好习惯带给身边的人，让家里的人都跟我们一起节约用水。我希望同学们都能够养成节约用水的好习惯，大家一同爱护我们珍稀的水资源，让人类能够生存得更久。我们不仅要做到节约用水，也要爱护水资源，保护环境。不乱丢垃圾，也不往任何的小溪小河中丢垃圾。我们要爱护我们赖以生存的所有资源，不仅仅只是要做到节约用水。作为初中生，我们应该给身边的家人朋友做好示范，当好榜样。让他们在不知不觉中被我们影响，爱护我们的生存环境。

同学们，从今天开始行动起来吧，让我们一起节约用水！谢谢大家！

### **勤俭节约的演讲稿篇三**

尊敬的各位老师，同学们：

大家好！

关于勤俭节约这四个字的含义相信我们的爷爷奶奶是最有发言权的人，经历过物资匮乏的年代才能明白勤俭节约才是持家的好方法，无论是现在随处可见的食物还是饮用水都应该

节约一些才能积少成多，或许古人便是凭借着这个方法来积累财富直至成为家境殷实的人。明白当今美好生活的来之不易才应当对勤俭节约的美德有些深刻的体会，即便是随手关闭水龙头或者对脏乱区域进行打扫都能培养良好的生活习惯，或许现阶段想要每个人都行程勤俭节约的良好习惯还比较困难，但是如果从自身做起并坚持下去的话也能为父母分担不少的压力，若是每个月我们的花销少一些的话或许便能让辛苦工作的父母少一些压力。

在学校的时候我们可以随手捡起废纸并将还未使用过的区域进行书写，这样的话既能让校园变得更加干净一些又能将可回收的资源进行重复利用，即便是用来当做草稿也能让我们在课堂上多节约一张纸，日积月累下去的话或许我们也能减少许多不必要的开支并将其用在更有意义的事情上面，与其存在着攀比的心理不如静下心来做到勤俭节约并将其贯彻下去，至少身为高中生的我们这样去做了以后也相当于为号召其他人进行学习做出了榜样。

谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇四

尊敬的各位老师、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！

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！

## 勤俭节约的演讲稿篇五

同学们：

大家一定都记得谁知盘中餐，粒粒皆辛苦的诗句，它告诉我们要爱惜粮食，学会节约。节约是一种美德，是一种责任，也是一种义务，更是一种使命。

节约，实际行动比说任何好话都实在的多。我们每个人都应参与节约行动，众人拾柴火焰高，只有集大家所有的力量，并持之以恒，才能真正缔造一个节约型校园。一分耕耘一分收获，再好的良田，如果不勤于耕种，如何能有收成？同样有了收成，挥霍成性，再多的收成都会在转眼间化为乌有。可见要想取得收获，离不开勤与俭。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果。

同学们，让我们从身边的小事做起，做一个以勤俭节约为荣、以奢侈浪费为耻的好队员！

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。

## 勤俭节约的演讲稿篇六

尊敬的`各位老师、亲爱的同学们：

早上好。

今天我讲话的主题是：“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。联合国专门把每年的10月31日定为“世界勤俭日”，提醒并要求人们在新世纪仍然不要忘记艰苦朴素、勤俭节约。

但是现在，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，白天光线充足，总有几间教室的灯还在那里亮着；没人使用。卫生间空无一人。但自来水仍哗哗地流着；这种种不正常的现象都让我们心惊和心痛。

从我做起，从点滴做起，节约每一滴水，水龙头用后及时关闭，发现水管水箱有滴漏水现象，要及时报告；节约每一度电，做到随手关灯，节约每一张纸，作业本尽量做到正反面都用；节约每一粒粮食，用餐时能吃多少盛多少，不浪费；节约每一分钱，我们应该合理使用父母辛辛苦苦换来的每一分钱。

同学们，让我们一起从我做起，从现在做起，从小事做起，真正养成勤俭节约的良好行为，为建设节约型社会作出自己应有的贡献！

谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇七

尊敬的各位领导，亲爱的同事：

大家好！

今天我为大家演讲的题目是《勤俭节约，艰苦奋斗》。

古人云：勤俭可以兴国，逸豫可以亡身。古人云：俭，德之共也；奢，恶之大也。古人又云：勤俭永无穷，坐食山也空。

古人云了又云，意在告诉我们一个颠扑不破的道理：

勤俭节约是我们中华民族的传统美德。勤俭节约是我们的传家宝啊！

滚滚历史长河，多少古圣先贤。克勤克俭，如数家珍！

越王勾践，卧薪尝胆，励精图治，终成春秋五霸。

宋襄公，衣求蔽体，食求果腹。改革变法，鼓励农桑，而列战国七雄。

魏武帝曹孟德，布衣素食，劝妇耕织，扫平北方，纵横中原。致使三分天下有其二。

恰恰相反，商纣王，酿酒为池，悬肉为林。横征暴敛，大兴土木。牧野之战，倒戈相向，终自焚于露台。

周厉王，穷奢极欲，千金买笑。百姓道路以目，诸侯八方烽起。最后社稷倾覆，暴尸于荒野。

唐明皇李隆基，“长安回望绣成堆，山顶千门次第开，一骑

红尘妃子笑，无人知是荔枝来”终酿成安史之乱，而挥泪马嵬坡前。

正所谓“古往今来无不行，独有天地常悠悠”正所谓“往事越千年，魏武挥鞭，勤俭节约今安在，以史为镜看今天！”

科学节约就像一场竞赛，是和自己、和时间，和习惯势力的竞赛。这次以“科学节约，提升管理”为主题的学习活动，直指每一个人的内心深处。反躬自问，潜移默化。无须大刀阔斧亦能巧夺天工。因为我们都明白刻进血液里的才是制度！

我们相信，只要从我们企业的根本利益出发，从我们自身做起，从一点一滴做起，勤俭节约、艰苦奋斗，我们的企业必将走向更加繁荣昌盛的明天！

今年我们的企业同样面临着世界经济大衰退的考验，迎接着重经济危机的挑战。但是只要我们一分一厘、集腋成裘。我就不相信积跬步不能致千里！我就不相信纳细流不能成江海！我就不相信成绩不是我们自己创造出来的！

## 勤俭节约的演讲稿篇八

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，追求名牌、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。

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电耗。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！

## 勤俭节约的演讲稿篇九

亲爱的老师、同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

我们都学过一首唐诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”勤俭节约是中华民族的传统美德，我们从小就被教育，节约要从小事做起，从节约一粒米、一滴水做起。这些话说起来很容易，但真正做到的人却少之又少。

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……往往是在不知不觉中就造成了很多浪费。许多纸张只写了几个字就被扔进垃圾桶；上体育课了，教室里空无一人，电灯却还亮着；卫生间里的水龙头没有关紧，水一直白白地流着，却没有人注意到；午饭后打开吃过的饭盒，里面往往还有好多剩饭剩菜……其实只要稍加注意，我们就可以做得更好，但我们常常忽视了这些细节。

节约是一种态度，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。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、坚持从我做起，从每一天做起，节约每一滴水、每一度电、每一粒粮食。只有这样，我们的地球家园才会永远美丽！

我们的演讲结束了，谢谢大家！

## 勤俭节约的演讲稿篇十

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好，我是来自八年级五班的xxx。今天我国旗下演讲的主题是：提倡勤俭节约，反对铺张浪费。

古人云：居安思危，戒奢从简，可见古人就有推崇勤俭节约的美好品德。艰苦奋斗，勤俭节约，反对铺张浪费，是中华民族的传统美德，然而勤俭这个传统的美德却在一部分人的思想中正日渐淡化，甚至遗忘。取而代之的则是摆阔奢侈、铺张浪费，过去日子的观念已经淡化，讲排场，比阔气，挥霍浪费的现象却有所抬头。

随着社会的发展、生活水平的不断提高和生活条件的日益改善，我们过去所说的那种“新三年旧三年，缝缝补补又三年”的观念便慢慢退去。人们在过上优异生活的同时，或多或少将曾经“节约光荣、浪费可耻”的优良品德渐渐忘却，就在发达国家的家庭为怎样节能而不懈努力时，我们的小康家庭却并不在意生活中浪费那一点一滴的资源，特别是对公家的财产，更是浪费的厉害。那么，我们现阶段的这些浪费现象就值得深思了。

现在，我国的水，电等资源是非常紧张的，所以国家也提出了建设节约型社会。而建设节约型社会是要靠我们大家共同努力的。在日常生活中：节约每一滴水，我们做到了吗？我们能否让辛苦了一天的水龙头夜晚能够得到充分的休息？节约每一度电，我们又做的怎样？不用的时候随手关电器，使用空调时，在不同的季节打高或打低一度都能够节约用电；节约每一张纸，使每一页纸都能够正反两面充分得到利用；节约每一粒米，我们是背着“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”长大的，其中的道理必然很清楚，但关键是看我们能否做到。

且不说所有人都能够做到这些小事，但从现在开始做你我都

能够做到这些小事，节约的将是我们的资源，得到的将远远不止我们节约的。而在我们班，就有许多勤俭节约的好榜样，如：樊静萱、马晓倩、冷心如、王瑞琪、刘君蔚、张浩文、张艺怀等。

让我们从点点滴滴的小事做起，营造“人人讲节约、事事讲节约”良好氛围，从自身做起，从身边事做起，从节约每一滴水、每一张纸、每一度电、每一滴油、每一分电话费做起，自觉争做勤俭节约的模范。

我们提倡节约，反对浪费，应该像提倡奥运精神一样，“重在参与”，如果光说不做，那么一切将没有任何意义。

总之，我们要将“节约光荣，浪费可耻”铭记在心，时刻提醒自己，在生活中的每一件小事中都做到节俭，不浪费。我的演讲到此结束，谢谢大家。