# 最新国旗下讲话勤俭节约的演讲稿(精选11篇)

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-11-28

*演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇一尊...*

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇一**

尊敬的评委、各位专家、亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的主题是勤俭节约心得体会。

第一段：勤俭节约的重要性

勤俭节约是中华民族优良传统，也是现代社会的一种良好习惯。勤俭是一种优秀品质，节约是一种美德。勤俭节约有利于节约时间和金钱，提高生活质量，促进社会进步。但现在，由于物质生活不断改善和消费观念改变，很多人已经失去了勤俭节约的好习惯，这是我们需要反思的地方。

第二段：勤俭节约的实践

在日常生活中，我们可以从以下几个方面发挥勤俭节约的作用：1.节约用水用电，2.节约食品，3.减少浪费，4.提高效率，5.节约时间金钱，从而提高生活质量和社会效益。

第三段：勤俭节约与环保

我们要认识到，勤俭节约和环保息息相关。节约能源、减少污染、循环利用等勤俭节约措施，有利于减少环境污染，保护我们的地球家园。只有我们每个人都能意识到勤俭节约的重要性，才能真正做到保护环境的责任。

第四段：青年人如何践行勤俭节约

作为青年人，我们应该积极践行勤俭节约的理念，养成良好的生活习惯。我们可以从以下几个方面开始：1.限制购物欲望，避免浪费；2.减少用水用电，充分利用；3.饮食节约，减少浪费；4.做好学习计划，合理安排生活时间。

第五段：结语

勤俭节约文化是我们中华民族的传统美德，也是我们新时代青年人应坚持的人生态度。希望我们从今天开始，从小事做起，培养勤俭节约的好习惯，减轻不必要的负担，提高生活质量，共同为建设和谐美好的社会贡献自己的力量。

谢谢大家！

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇二**

尊敬的各位老师，同学们：

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”，古人言“尽览前贤国与家，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。。

肯定能做到随手关灯、关水;为什么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生活中，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

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!

学校勤俭节约演讲稿

勤俭节约演讲稿500字

小学生勤俭节约演讲稿范文

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇三**

各位老师，同学们：

大家好！勤俭节约自古以来就是中华民族的优良传统，《左传》《资治通鉴》等著作中都有语句宣扬节俭之美。今天我演讲的题目为“诵节俭之诗，歌节俭之章”。

诵节俭之诗，节俭乃美德，勿断传承。

《左传》有言：“俭，德之共也；奢，恶之大也。”节俭是美德，是值得共同传承的精神。杂交水稻之父袁隆平先生获奖无数，却只拥有一件几百元的西服，且只在重大场合穿。他是著名科学家，若想谋利易如反掌，但他节俭不浪费，背朝青天面黄土，一头扎进研究里。反观纣、桀两位君王，日日酒池肉林，笙歌不断，奢靡至极，终落了个亡国的下场。节俭是不可或缺的优良习惯，它不仅减少资源上的浪费，也避免了精神受到物欲侵蚀，助我们在喧嚣中守住本心，在满地六便士的世界里也能抬头看见月亮。

诵节俭之诗，节俭乃清心咒，助力淡泊“心远”。

《资治通鉴》中有言：“俭约，所以彰其美也。”如今生活节奏越来越快，灯红酒绿、纸醉金迷的奢靡散发着致命的诱惑，正如蒋勋所说：“物质不是不好，不好的是没有与之抗衡的力量。”你我稍有不慎，便会迷失在名利场里，再不见三径通幽、松菊摇曳。而节俭将我们同物欲隔绝开来，它给予我们在喧嚣尘世中修篱种菊的勇气，使我们内心一片宁静，“酌贪泉而觉爽”。节俭，是名副其实的清心咒，而我们也因此能居闹市而无车马喧。

诵节俭之诗，让节俭之花芳香四溢。

苏轼“口腹之欲，何穷之有？”之言振聋发聩。大胃王吃播近几年来十分火爆，纤瘦的主播吃下了令人咂舌的食物，吸引无数眼球。但请想一想，全世界至今仍有多少人每天为了吃饱肚子而奔波劳苦，无数人因饥饿全身浮肿甚至死亡……从小我们便被教导“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，但却有人仍在“孜孜不倦”地为“朱门酒肉臭，路有冻死骨”“添砖加瓦”。节约光荣，浪费可耻，究竟什么时候才不是一句空话？我等待着厉行节约，反对浪费蔚然成风的那一天，而这需要我们共同的努力。

我心里有一簇迎着烈日而生的\'花，比一切美酒都要芬芳，它名“节俭”。天朗气清，惠风和畅，滚烫的馨香会淹没所有地方。

我的演讲到此结束，谢谢！

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好，我是来自七(9)班的xx，今天我国旗下演讲的主题是：提倡勤俭节约，反对铺张浪费。

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。而在我们七(9)班，就有许多勤俭节约的好榜样，如：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。

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。

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇五**

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，10月31日是世界节俭日。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！

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇六**

尊敬的各位领导、同志们：

大家好!我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我》。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。“勤俭永不穷，坐食山也空”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企业是难以持续发展的。因此，在xx公司蓬勃发展的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约，从我做起!”

勤俭节约，从我做起，就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、荣誉感和使命感的员工，每个人都应抓住点滴时间，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，我们的企业就会持续兴旺，永葆活力!

谢谢大家!

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇七**

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。

但是近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作“过时”的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象普遍存在，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室、办公室中人去灯不熄，教室外的垃圾桶里还可以用的书本、文具、还没有吃或者没有吃完的水果、点心、牛奶，扔掉的一次性的碗筷、塑料袋等等。勤俭节约真是一种过时的观念而应该丢弃吗答案是否定的。

我们知道，改革开放后，国家的经济在不断提高，但是，我国尚未达到中等发达国家的水平，还有相当一部分地区是比较贫穷落后的。在城市里，还有许多下岗工人靠社会救济金生活，在农村，还有许多孩子因交不起学费而失学。在西部山区，还有许多人为解决温饱问题而奔波。我们国家还没有富裕到可以比阔斗富的时候，勤俭节约的美德不能丢。作为新时代的我们更应该时刻牢记勤俭是美德，节约是责任这句话。

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!

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇八**

老师们，同学们：

大家好！

今天，我演讲的题目是珍爱生命之水。

同学们，我们知道，人不可缺少水，如果没有了水，动物和人都无法生存。没有了水就没有了生命，没有了水，地球就是一片死寂。

大家知道，地球上的面积被水覆盖，然而却很少有人知道这么大的水量中可被人类利用的淡水总量只占地球上总水量的十万分之三，占淡水总蓄量的0。34%。目前，世界上已有超过一半的陆地面积，遍及一百多个国家和地区缺水，二十亿人饮水困难。而人类正以每20xx年增加1倍的淡水需求消耗着水资源。到目前为止，人类淡水消费量已占全世界可用淡水的54%。我国水资源总量为2。8万亿立方米，人均水量不足2400立方米，仅为世界人均水量的四分之一，居世界第110位，我国水资源总量中，可用水储量只有1。1万亿立方米，而目前用水量已达5600亿立方米，城市每年缺水60亿立方米，全国668个城市中有400多个供水不足，其中108个严重缺水。因缺水每年造成工业损失2300多亿元。

如果我们不节约用水，后果就会不堪设想。所以相对于不断发展的工农业生产和不断增长得人口，供我们使用的水是非常有限的，所以节约用水势在必行。

同学们，行动起来吧！节水行动就在你我的身边。

你可以在日常生活中随时随地的节约每一滴水。

下面，我给大家提几个节约用水的建议。

一，用淘米水洗菜，再用清水清洗，不仅节约了水，还有效地清除了蔬菜上的残存农药；

三，大，小便后冲洗厕所，尽量不开大水管冲洗，而充分利用使用过的\"脏水\"；

四，夏天给室内外地面洒水降温，尽量不用清水，而用洗衣之后的洗衣水；

六，家庭浇花，宜用淘米水，茶水，洗衣水等；

七，家庭洗涤手巾，小物件，瓜果等少量用水。宜用盆子盛水而不宜开水龙头放水冲洗；

九，将卫生间里水箱的浮球向下调整2厘米，每次冲洗可节省水近3kg；按家庭每天使用四次算，一年可节药水4380kg。

十，洗菜：一盆一盆地洗，不要开着水龙头冲，一餐饭可节省50kg；

十一，淋浴：如果您关掉龙头擦香皂，洗一次澡可节水60kg；

十三，用洗衣机洗衣服：建议您满桶再洗，若分开两次洗，则多耗水120kg；

十四，洗车：用抹布擦洗比用水龙头冲洗，至少每次可节水400kg；

十五，冲厕所：如果您使用节水型设备，每次可节水4一5kg；

十六，洗地板：用拖把擦洗，可比用水龙头冲洗每次每户可节水200kg以上；

节水的方法很多，只要我们做有心人，节约用水，利在当代，功在千秋。

同学们只有从我做起，从现在做起才能维持我们人类生生不息，记住吧，珍惜水就是珍惜我们自己的生命。我的演讲完毕，谢谢大家。

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇九**

大家上午好

10月31日是世界勤俭日。勤俭是中华民族的传统美德，历来为国人所提倡。传统文化推崇勤俭，那是一种行为，更是一种品德；贤哲伟人推崇它，那是一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰；现代文明推崇它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。社会要进步，国家要发展，这一切都离不开资源的消耗，但这一切，更离不开人们的勤俭。勤俭，中华民族的优良传统，现代文明的内在诉求。勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。但随着人们生活条件的逐步提高，浪费现象也越来越严重，一些饭店、家庭、学校等浪费现象随处可见。而现代化的工业生产、人们的日常生活每天都要消耗比以往更多的能源，各种资源日益枯竭，节能减排迫在眉睫。

所以，在一周的开始，首先想和大家分享一个关于勤俭的小故事。

从前有一个农民，他一生勤俭持家，日子过得无忧无虑。临终的时候，他把一块写有“勤俭”两字的横匾交给两个儿子，告诫他们要想一辈子不受饥挨饿，就一定要按照这两个字去做。兄弟俩分家时，将匾一锯两半，老大分得了一个“勤”字，老二分得了一个“俭”字。老大把“勤”字恭恭谨谨高悬在家中，每天日出而作，日落而息，年年五谷丰登。然而他的妻子过日子却大手大脚，孩子们常常将白白的馍馍吃了两口就扔掉了。久而久之，家里就没有一点余粮了。老二自从分得半块匾后，也把“俭”字当作“神谕”供放中堂，却把“勤”字忘到九霄云外。他疏于农事，又不肯精耕细作，每年所收获的粮食也不多。尽管一家几口节衣缩食、省吃俭用，日子过得很是艰难。

有一年遇上大旱，老大、老二家中都已空空如也。兄弟俩恍然大悟，“勤”、“俭”两字原来不能分家，相辅相成，缺一不可。吸取教训以后，他俩将“勤俭持家”四个字贴在自家门上，提醒自己，告诫妻室儿女，身体力行。此后的日子过得一天比一天好。

“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”这句话的大概意思是说：即使是一顿粥、一顿饭，也应当想到它来得不容易；即使是半根丝、半根线，也要想到劳作的艰辛。同学们，我们中的大部分都在学校吃中午饭。大家要知道，其实我们吃的米饭，你看上去没有多少，但你细细的数过没有，我们每天吃的米至少有几千，几万粒。

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。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，都离不开“勤俭节约”这四个字。

那么，在我们平时日常的学习生活中，我们应该如何养成勤俭的好习惯呢?

我们不妨先从以下一些细节做起：

1、上体育课、活动课前自觉关闭电器，做到“人走灯灭，人离扇停”。

2、放学后自觉检查并关闭教室内的所有电器开关。

3、在天气晴朗、阳光明媚的日子，尽量不使用日光灯照明。

4、提倡节约用水，科学用水，用完水后，要及时拧紧水龙头，杜绝长流水。

“俭则可以成家，俭则可以立身”。勤俭不是小气，而是一种文明，应该被广泛传承。希望同学们都能够从自身做起，发挥勤俭之风，让中华美德渊源流传。

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇十**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，这是一首大家耳熟能详的唐诗，告诫我们要勤劳俭朴，厉行节约，要我们从就小养成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。

观察我们的周围，浪费现象就在身边，关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、整个整个被扔掉的馒头、地上到处洒落的粮食和米饭。总理曾经说过，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。所以说，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。

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。

“由俭入奢易，由奢入俭难”。 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”，坚持从自己做起，从现在做起，从身边做起，从一点一滴的小事做起。从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手，把节约落到实处，对于我们学校，我们家庭，甚至我们社会都将是一笔可观的财富。

谢谢大家！

**国旗下讲话勤俭节约的演讲稿篇十一**

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

大家，早上好！

或许，你是第一次听说，在-十-月的最后一天，有这样一个“世界勤俭日”，那么你惊诧的反应是再正常不过的了。然而，如果你未曾听说过“静以修身，俭以养德”的古训，也未曾听说过“绿色环保、低碳生活”的风尚，那么你就out（落伍）了。

“勤俭”之于每一个中国人而言，是再熟悉不过的了。中华民族自古就是勤劳节俭的民族：上古有神农氏，“遍尝百草”，才有了后世百姓的安乐；春秋有季文子，虽贵为上卿大夫，却住所简陋、穿着布衣、以俭为荣，才有了鲁国的富庶。大而论之，贪图享乐的奢靡之风，会使一个王朝失却民心、土崩瓦解；小而论之，一个家庭不知“勤俭持家”，就经不起风浪的洗礼，稍遇不测，就难免举步维艰、甚至流离失所。

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。譬如你去食堂，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，你获得将是别人的称赞，这便是勤俭的芬芳。

碳生活”，每减少一点碳的排放，地球的生命就在延续，我们的生命也因此而精彩。

你以为这就是勤俭，那么你错了。

这是我的勤俭观，你或许以为勤俭就会影响你的学习效率、生活质量？你或许甚至认为你不去更新自己的衣物，就影响了国家的产业发展和gdp吗？不必去多想了，我们能做的，是我们自己，“一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰”是对的，有限的生命里应当活出无限的精彩，这也是对的！

你以为勤俭是否与我们的生活相矛盾了呢？那么你错了。恰恰相反，勤俭是恰是国人的一种智慧，是古人教会我们应对自然的一种法则，处理人生的一种策略，如同没有痛苦就没有快乐，没有个人的勤俭、国家的勤俭，就无所谓文明传承、社会和谐了。

“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！

“节能减损”主题演讲稿

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只要稍加注意，我们就可以做得更好，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？关键是我们的头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！

勤俭节约，从自我做起 尊敬的各位领导、各位同志们：

大家好！我今天演讲的题目是《勤俭节约，从自我做起》。 第一部分：概述勤俭节约的由来 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今天，也要继承勤劳节俭的美德，艰苦奋斗，争做合格的公民！ 勤俭节约是中华民族的传统美德，是五千年文明古国的优良传统，是我们中国共产党的优良作风，它更是我们作为一名精神科工作人员不可缺少的美德。正是因为我们这个民族具备这种美德，才让我们国家一直屹立于世界之林。

第二部分：从历史实例角度分析勤俭节约的作用 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；唐太宗李世民，乘轻骑，住寒宫。减轻徭役，休养生息。才有贞观之治，天下为家的太平盛世局面 。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！”

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？”你们的回答是：（当然需要！）

第三部分：从具体数据分析勤俭节约的意义

大国该有多么重要！

第四部分，简单谈一下如何把这次教育实践活动落实到实际工作中 勤俭节约，从我做起，就要从思想上崇尚俭朴，以勤俭节约为荣、铺张浪费为耻，抛弃“家大业大，浪费点儿没啥”的思想。勤俭节约，从我做起，就是要在作风上艰苦创业。要舍得吃大苦、耐大劳，把艰苦奋斗当成有效发展的助推器，把勤俭节约当成战胜困难的传家宝。 勤俭节约，我先行，就是要从日常生活中做起。节约一张纸：少用纸巾、纸杯、双面使用打印纸，提倡使用手帕、少用抽纸。节约一滴水：避免大开水龙头，用后及时拧紧水龙头，避免长流水，见滴水龙头，随手关闭；提倡使用脸盆洗脸、洗手。节约一度电：电脑启动或后，半个小时内继续要用最好不要关，因为重新启动会浪费大量电资源；照明尽量使用节能灯；光线不足时，需要开灯时能用一盏，不开多盏；杜绝白昼长明灯，做到人走灯熄。节约一粒粮：尽量少去餐馆就餐，在外就餐要文明用餐，减少粮食浪费。

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！

勤俭节约，从我做起--演讲稿

众所周知，勤俭节约历来是我们中华民族的美德，它可以陶冶人们的`情操，培养坚韧的意志和品质。荀子在《天论》中就曾提出“强本而节用，则天不能贫”、“本荒而用侈，则天不能使之富”；孔子把“俭”和温、良、恭、让同视为重要的德目。同时节约也是我们华夏文明之所以绵绵不绝、永不衰亡，中华民族能屹立世界民族之林不倒的原因。节约对于一个国家犹然如此，对于一个企业而言，就更为重要。今年我们将“勤俭节约，从我做起”主题活动贯穿全年，它与全社会积极倡导的节约精神相适应，与强调的“使节约在全社会蔚然成风”相一致。我们作为企业的员工，如何响应区局的号召？如何去实现企业的持续健康发展呢？毋庸臵疑，我们要将节约作为一种理念融入我们的企业文化之中，根植于我们的内心深处，转化为一种自觉的行为。

俗话说：“千里之堤，溃于蚁穴”，请大家回想，在日常的工作中，我们是否注意节约每一滴水、每一度电、每一张纸……许多文件只因为有几个错别字就扔进纸篓；电脑长时间开启却无人工作；办公室空调在不停的出风而房间却空无一人等等，这些细节也许很多人都熟视无睹，但在家里我们一定能够做到随手关灯、关水，甚至连购物的塑料袋，我们会将它再利用为垃圾袋，而不是随手丢弃。但我们为什么在单位却忽略了这些呢？关键是我们没有将自身真正融入到企业中，没有将节约形成一种理念。

有人问：“我能做什么？”作为一名普通工作人员，我能做什么呢？ 答案很简单：从自我做起，从小事做起，从自身岗位做起。

作为一名普通的文秘工作人员，在完成本职工作的同时，多思考怎样才能节能降耗，全心全益的为区局利益尽自己最大的一份力。

当我在午休或开会的时候，问一问自己：今天，我节约了吗？我是否将电脑、打印机关闭？

滔滔江河汇于细流，巍巍高山起于垒土。在日常工作中，或许我们的一个举手之劳就能节约一滴水、一度电、一张纸。“让节约成为习惯”、“让节约成为生活方式”，坚持从我做起，从每一天做起，日积月累，我们的小节约就能形成企业的大节约。

节约成就辉煌，节约积累财富，节约就是创造，节约就是效益。但节约并不是口头上的声嘶力竭，而是需要一种实实在在的行动，需要每一名员工牢固树立起节能降耗的意识，需要在日常工作中，养成节约的好习惯，将自身融入到企业之中。节约让企业省的是钱，创造的是效益。让我们积极行动起来，坚持从自己做起，从现在做起，从每时每刻做起。滴水能汇成大海，让我们从点滴中为我们的企业发展献出自己的一份力！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn