

勤俭节约从我做起演讲稿

一、什么是演讲稿

演讲稿是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表讲话的文稿。它是进行演讲的依据，也是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。

二、勤俭节约从我做起演讲稿（精选 25 ）

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在学习、工作生活中，演讲稿在演讲中起到的作用越来越大，那么，怎么去写演讲稿呢？下面是小编收集整理的勤俭节约从我做起演讲稿（精选 25 篇），欢迎大家分享。

勤俭节约从我做起演讲稿 1

尊敬的老师、亲爱的同学们：

你们好！

我今天国旗讲话的题目是《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。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，每天中、晚饭后，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，就会有很多同学在学校商店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“崇尚节约、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。即：节约每一滴水，水龙头用后关闭，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，人走电器关；节约每一张纸，节约每一粒米，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赚来的每一分钱。

3、各个中队要积极开展“勤俭节约，从我做起”主题班会，创

造性地组织形式多样的活动。如开展“勤俭节约，从我做起”演讲比赛；引导广大学生牢固树立节约资源，人人有责的意识。

各位老师、同学们，让我们一起从我做起，从现在做起，从身边小事做起，真正养成勤俭节约的良好行为习惯，为建设节约型社会做出自己应有的贡献！

勤俭节约从我做起演讲稿 2

老师们，同学们：

你们好！

今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句还能常在耳边回响吗？

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训还能在心头萦绕吗？

回顾身边：在你我洗盘刷碗、洗脸刷牙、洗发洗澡、冲洗厕所的时候，你我可曾想过，节约每一滴水？在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、复印纸、公文纸的时候，我们做到节约了吗？

勤俭节约是中华民族的传统美德。自古便有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”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？”正确的回答是：“当然需要。”勤俭节约是一种美德，也是一种精神。它不以物质是否丰富为前提。

生活贫困要勤俭节约，生活富裕也要勤俭节约。俗话说：“坐吃山空。”历史上“今日花天酒地，明日乞讨过街头。”的例子屡见不鲜。我国五代时期有李存审“赠簇教子”的故事。李存审出身贫困，40 年为国征战，100 多次被敌箭射中骨头。后来他做了大官，看见孩子们整天吃喝玩乐，从小娇生惯养很不放心。他就把以前从骨头中拔出的箭送给孩子们，并说：“当知尔父起家如此也。”

今天，随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵

更加丰富。勤俭节约要从今天做起，古人的话仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。如果我们从今天起，节约每一滴水，天长日久，我们就能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，或许我们就可能节约一座小型发电站。

在我们学校中，浪费水资源，浪费电能的现象也屡见不鲜，水池边的长流水，教室里的长明灯……学校一个月的电费就有水费 元。为了减少这些数字，只能从我们同学做起！关于节约，可以看看外国。日本每增加一万美元 GDP 耗水 208 立方米，美国为 514 立方米，中国则高达 5045 立方米，是美国的近 10 倍、日本的 24 倍之多。如此巨大的差距意味着什么？

而 10 月 25 日是世界勤俭日。

就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！

谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 3

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是这次给大家带来这次演讲的学生 xxx，很荣幸老师信任我能够让我来到这个台上进行演讲。节约一直是一个我们从小就能够听到家人和老师都给我们说的事情，也给我们讲过节约的重要性，包括我们在古代的一些诗篇上都能够看到，古人也是这么说的。其中有一篇极为有名的出现在了小学的语文教材上，悯农就是这样的一首诗，整首诗下来说明了农民的不易，而其诗句的最后两句，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦更是被作为很多地方的标语，宣扬大家要节约。事实也的确如此，如果大家去参与一次耕种的过程就知道这究竟有多么辛苦了，即便是现在科技发达了，有收割机之类的机械化设备了，但耕种依旧并不是一件特别轻松的事情，背后有许许多多要注意的地方，也需要自己细心的去照料。和大家说这些也就是希望大家能够对我们平常都需要吃的粮食节约一点，在外面吃饭的时候，吃不完就打包，这并不是一件丢人的事情，反而是节约的好行为。

当然了除了节约粮食之外也有很多东西是需要我们节约使用的，比如水资源，虽然这个地球上大部分都是海洋，其他小部分才是陆地，但可供我们人体饮用的淡水资源却并没有这么多。甚至到现在地球上有很多水资源匮乏的地方是做不到一天洗一个澡的，而在夏天的我们可能一天都不止洗一个澡。对他们来说水是宝贵的，他们是可以做到一水多用的，一份水资源多次循环利用，以此达到节约的目的。而我们平常在家的时候却经常是水龙头开在哪里有啥事要是不久，就先去把事情干了再去关水龙头。电也是一样的，打开房间的灯却有可能忘记关掉灯就睡着了，而就这样，这个灯泡也浪费了一晚上的电。或许在现在有电的时候我们还不会感觉到电的珍贵，但是等到停电的时候大家却又会感觉格外的难熬，十分的想要电赶紧来。而在勤俭节约这一方面我们的哪些长辈要比我们做的不知道好多少，因为他们是真正的经历过那种没电的日子，也明白虽然一点电费虽然不贵，但是也没必要浪费电费进行没有必要的消耗。和大家讲这么多，也只是希望大家能够记住这样的一个事情，在未来的时候争取做到勤俭节约，更美好世界是需要我们共同构成的。

我的演讲完毕，谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 4

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

现在资源浪费的现象是非常的严重的，所以勤俭节约是迫在眉睫的事情。我们作为新一代的学生，祖国的未来，是不是应该要承担起自己的一份责任呢？作为学生我们能够做到的事情是有限的，但这并不代表着我们就可以袖手旁观，什么都不住。恰恰相反的是，我们应该努力的做到勤俭节约，这样才能够去带动我们身边的人一起勤俭节约，连我们小孩子都能够做到的事情，他们大人又怎么可能做不到呢？只有自己先成为了这样的人，才有资格去劝说别人。

所以，我们从现在开始就应该做一个勤俭节约的人，不要觉得自己现在什么能力都没有，所以就不去做，这样的想法只是逃避的借口而已并不代表着我们真的就做不到了。那么想要做到勤俭节约应该要

怎么做呢？勤俭节约又应该从哪里开始做呢？在此之前，我们先要知道的是什么是勤俭节约，要做到勤俭节约应该要怎么做。勤俭节约就是要勤劳的去学习，节俭的生活。这很难吗？应该不吧，所以我们是很容易就能够做到的吧。

我们要勤劳的学习，这对我们是有好处的，我想同学们心里应该都是清楚的，做人是不能够懒惰的，作为学生就更不应该懒惰了，这样是绝对不会有好的成绩的。我们在生活中要做到节约，节约所有的资源，包括水资源，以及我们平常使用的课本、纸、笔等，这些都是我们应该要去节约的。不能因为现在的资源还很充足就随意的浪费，同学们可以尝试一天只用一张草稿纸，看你能够坚持多久。这样我想你们就能够明白勤俭节约的重要性了吧。

不要把我们现在什么都做不了当做借口，也不要把自己的能力不足当做借口，只要我们想，就一定能够做到的，所以不要再为自己的懒惰找借口了，没有什么做不到的，只是要看自己想不想做罢了。也正应该从现在开始，逐渐的养成勤俭节约的好习惯，从现在开始做起，去做到勤俭节约，去节约我们能够节约的资源。我相信同学们都行动起来了之后，就一定能够做到的，我们的校园也一定会变得更加的美丽。

我们作为学生，是必须要努力的去做到勤俭节约的，这样我们才能够成为一个有着美好的品德的学生，才能够努力的让我们身边的人也做到勤俭节约。

谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 5

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是《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，“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，需要重新认识中华民族留下的千年传统和良好美德……

由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。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、每一张纸……往往是我们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、水龙头哗哗的流水、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，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！

勤俭节约从我做起演讲稿 6

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。何谓勤俭节约？勤俭就是勤劳节俭，节约就是节省。自古以来，勤俭节约就是中华民族的传统美德。

古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也”、“历览前贤国与家，

成由勤俭破由奢”；“俭是你一生中食之不完的美筵”。

勤俭节约是中国人的一种传统美德；是中华民族优良传统；是一个人为人处世的基本原则。一个人，一个家庭，一个国家，甚至所有的人类。都离不开勤俭节约这四个字。

诸葛亮把“静以修身，俭以养德”这八个字作为修身之道；周恩来在吃完饭后总不忘夹一片菜叶将碗底擦一遍，再将菜叶吃掉；邓小平一条灰裤子一穿就是好几年，裤脚边早已磨破，但他还是继续穿。

现在，人们无节制地开采矿物；随随便便地浪费食物；大手大脚地花费钱财。勤俭节约何在？我们中华的传统美德现在在哪儿呢？

根据联合国粮农组织发表的一份报告，全球每年人类消费的食物有三分之一即 13 亿吨受到损失或被浪费，总量相当于占世界粮食生产的一半以上德国每年浪费的食品近 1100 万吨。而德国人平均每年扔掉的近 82 公斤食物中，至少 53 公斤是可以避免浪费的；在英国，英国家庭每年扔掉的食物数量高达 8300 万吨，其中被餐厅扔掉的食物每年至少 40 万吨，价值约 7.22 亿英镑；中国 2007 年至 2008 年仅餐饮浪费的食物蛋白质就是 800 万吨，相当于 2.6 亿人一年所需；浪费脂肪 300 万吨，相当于 1.3 亿人一年所需。

一粒一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。从自己做起，从我们做起，从大家做起。为了明日的蓝天，让我们一起勤俭节约吧！

谢谢大家，我的演讲完了。

勤俭节约从我做起演讲稿 7

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，往往是我们无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。为什么？为什么会出现这样的现象？关键是我们的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！

勤俭节约从我做起演讲稿 8

老师们、同学们：

大家早上好！

我今天发言的题目是“勤俭节约，从我做起”。勤俭节约，从我做起“，这个话题对我们来说并不陌生，勤俭节约是中华民族的传统美德。中国古代就有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”的说法。由此我们可以看出勤俭节约的重要。也许有的同学会不屑一顾：又要讲大道理了，那么今天在这里，我就先和同学们一起算一组生活中的计算题： 1×60 等于多少？ 60×60 等于多少？ 3600×24 又等于多少？是 86400， 86400×365 又等于多少？数字很大吧，应该是 3153 万 6

千。那么这组数据说明什么问题？我们假设一个没关紧水龙头一秒钟滴一滴水，一分钟60滴，一小时3600滴，一天86400滴，一年3153万6千滴水。同学们，我国大约有亿个家庭，会有多少个水龙头？全国这么多学校会有多少个水龙头？每天又有多少个水龙头在滴水……那会浪费多少滴水？这将会是个天文数字，我们不算不知道，一算吓一跳，难道现在你还会总以为这一点浪费不算什么吗？

细心观察我们生活的周围，我们学习的校园，浪费现象随处可见：关不紧的水龙头、白天亮着的电灯、饭桌上倒掉的饭菜等等。在中国，一件小事如果乘上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的财富。现在我们的生活水平总体是提高了，同学们的家庭条件也优越了，所以很多人就认为就不需要勤俭节约了，但地球上的资源是有限的，我们浪费一点就少了一点，要知道，有些东西并不是金钱可以买到的。另外，从我国目前的国情来看，人口多，底子薄，贫富发展还不平衡，至今还有一部分人过着吃不饱、穿不暖的生活。如果十三亿人每人节约一粒粮，节省一分钱，节约一滴水，那将是一笔多么大的财富！若将这笔财富拿去支援贫困地区，我国又怎么会落后呢？

同学们，地球上的每一种资源都是我们人类共同的，它不是可以用金钱来衡量的，你就是再富也要养成节约的意识，因为节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。请记住：你与我，是浪花里的一滴水，无数滴水汇聚起来，是澎湃汹涌的浪涛，是波澜壮阔的大海！一个人的力量有限，但无数个有限组合起来，便是无限，这个无限，便是无坚不摧的力量！海尔总裁张瑞敏说过这样的话：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。只要大家积极行动起来，从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，同学们，从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手吧，把节约落到实处，那么对于我们学校以及整个社会来说，那将是一笔可观的财富。

谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿9

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好！

我是 xxx，今天我要演讲的题目是《勤俭节约从我做起》。

勤俭节约是多么好的一种美德，我们应该去继承下来的。不管现在的生活是有多好，这种美德都应该去保持，要知道我们能有现在的好生活，都是爸妈勤俭节约出来的，是他们节约粮食和勤劳工作才能换来今天的生活。那我们作为儿女的，不说像他们那样节约，那至少也不要浪费，我们就应该从自己做起，从我做起，才能真正的去节约。

今天的时代，我们不会在吃不饱饭，也不会挨冻了，但是我们依旧不能忘记勤俭节约的好。生活中，我们在外面吃饭的时候，总是不小心就点多了，可是又吃不完，如果直接就扔在饭店不要了，那饭店的服务员也是直接倒掉的，这是很可惜的，也很浪费，那我们为什么就不能在点菜的时候少点一点呢？为什么吃不完不打包带回家吃呢？原本我们就是能够做到节约的，也可以不浪费的，而造成浪费的也是我们自己，那为什么就不能从我们自己做起呢？所以浪费的根源就是我们自己。

再说到勤俭，生而为人，我们本就应该去劳动，就算现在的我们还小，但是也不是我们不勤劳的借口。人虽然小，可是我们依旧能够做些事情去避免这种事情发生的。勤俭靠的就是自己，做事勤快一点，花钱节俭一点，我们的生活也不会差，反而还有可能会更好，因为先苦后甜呀。我们的父母可以，那我们也是可以的。生活再好，也不能过度的奢侈，该节俭的地方就要节俭，该勤快的时候就要勤快。节约从来都不可耻，相反浪费才令人可耻。我们所用的和所吃的都是他人用汗水换来的，我们就那样去浪费，才是对他人的劳动成果的不尊重。

所以同学们，勤俭节约从我做起，从这一刻开始做起，以后一定会为自己的这个举措而感到庆幸的。现在我们都是学生，靠的还是家人，为此也不能做一个过度的奢侈的人和浪费的人，而应该去做一个懂的珍惜粮食的人，懂得去节约的人，还要做一个勤快的人，因为到哪勤快的人都不会很差啊，能够自力更生，可以在这个社会上生存下

去。那我们也应该如此，从一点一滴做起，努力的去做好个人的事情。

我的演讲完毕，谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 10

尊敬的老师，同学们：

大家好！

我是 xxx，今天在这里进行演讲，很开心自己有这样一次机会站在这里做我的演讲，感谢老师和各位同学的支持。那么我将去进行的演讲题目是《勤俭节约，从我做起》。

勤俭节约是我们中华儿女的传统美德，是我们要去传承下去的。这个美德不是说说就行的，一定要去身体力行才可以。勤俭节约就是要从我做起，从我们自己做起，才是最好的。大家看，如果人人都勤俭又节约，我们的资源和环境是不是都能变得更好一点，一定不会是这样子的。当前地球上的资源虽然还够我们生存，但是未来还有那么长，我们还会有子孙，是不能保证下一代或者下下一代的资源够用的，所以为了能够更好地发展下去，我们必须勤俭节约，只有如此，才会让生活回归平衡。

生活中，我们经常看见浪费粮食的人，也经常看见浪费资源的行为，这些事情明明就是可以制止的，为何要让它发生呢？从我做起，怎么去做呢？比如，我们在吃饭的时候，吃多少就打多少的饭菜，不要看见饭菜多，你就觉得不打给自己就浪费了，我们可以先盛自己需要的，不够再去添加，这样就不会造成过多而浪费的现象了。做一个节俭的人，不要做一个奢靡的人。我们把生活过的简单幸福就好，不必要去跟他人攀比，每个人的家庭和生活条件都是不一样的，一味的攀比只会给自己带去沉重的金钱压力，只会让生活的幸福度下降，何必呢？即使条件比别人差，不代表会一直差那我们就努力一定，勤奋一点，为未来美好的生活做准备。勤俭节约不是什么丢人的事情，相反它是值得赞赏和歌颂的，勤俭持家是可以帮助家庭维护家底的。我相信踏实生活，节约用钱，以后的生活是一定会好的。

同学们，勤俭节约作为一种美德，我们一定要去做到，而且是自己得做到，只有这样，才能给他人做一个好榜样。现在的我们能够做

到勤俭和节约，长大以后才会持家，才会守护好家庭。保持勤俭节约的好习惯，我们的环境会变好，资源可以被保存，不会平白的浪费，也就可以维持我们生存的更久。那么从今天开始，我们一起做一个勤俭节约的人，为更长久的生存贡献力量。

谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 11

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》曾几何时，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响。曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易；一衣一缕，恒念物力维艰”的古训仍在心头萦绕。曾几何时，一位伟人掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”指引着几代人艰苦创业、自力更生。“勤俭节约、艰苦创业”这个古老而又年轻的命题，如今重又被赋予新的历史使命和战略意义。勤俭节约，反对铺张浪费，这是中华民族的传统美德，也是富国强民的必由之路，勤俭节约是一种美德，也是一种精神。它不以物质是否丰富为前提。生活贫困要勤俭节约，生活富裕也更要勤俭节约。俗话说：“坐吃山空。”历史上“今日花天酒地，明日乞讨过街头”的例子屡见不鲜。古人的话仍值得我们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。意思是说勤俭节约是美德中最大的美德，奢侈是罪恶中最大的罪恶。今天，随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵更加丰富。勤俭节约要从今天做起，有人问：“我们小学生能做什么？”答案很简单：从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。请记住：你与我，是浪花里的一滴水，无数滴水汇聚起来，会是汹涌澎湃的浪涛，才有波澜壮阔的大海！一个人的力量有限，但无数个有限组合起来，便是无限，便会有无坚不摧的力量！回顾一下从身边流走的每一滴水：在你我洗盘刷碗、洗脸刷牙、洗发洗澡、冲洗厕所的时候，你我可曾想过，节约每一滴水？在你我使用电灯、电话、电脑、空调、饮水机、纸张的时候，我们做到节约了吗？如果我们从今天起，节约每一滴水，日积月累，我们就可能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一

片森林;节约每一度电，日积月累，我们就可能节约一座小型发电站。

节约无小事，却从小事做起。

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学校是难以持续发展的。因此，在公学蓬勃发展的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约，从我做起。”

勤俭节约从我做起演讲稿 12

敬爱的各位评委老师，大家好：

我是四（10）班的黄泽宇，今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

勤俭是什么？是一种操守，是一种品行，是一种素养，更是一种品德。无论是贫穷落后的古代还是高度发达的现代文明我们都需要它，因为那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。

聚沙成塔，集腋成裘。我国有 14 亿人口，如果我们每人每天节约一分钱，全国 14 亿人一天就能节约 1400 万元，一年就能节约大约 50 亿元，这笔钱可以新建 5000 所希望学校，能让近千万个失学孩子重返校园。

节约一粒粮食，就是节约一片富饶的土地;节约一滴水，就是节约一畔清澈的湖泽;节约一度电，就是节约一座充盈的矿山;节约一张纸，就是节约一片美丽的森林。作为与时俱进的小学生，我们就是要从举手之劳做起，从身边的一点一滴的小事做起，时时处处、点点滴滴都节约，这样我们的地球家园才会永远美丽富饶！

同学们，为了祖国的天更蓝、水更清、地更绿、人更美，让我们立即行动起来吧！

我的演讲完了，谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿 13

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好，今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

10月31日是世界勤俭日，但在物质生活日渐富裕的今天，恐怕没有几个人记得这个日子了吧。勤俭这个曾经被普遍推崇的品格，正在被越来越多的人所遗忘。有人认为勤俭丢面子失风度，把铺张浪费当成炫耀的资本，盲目攀比摆阔斗富的这些行为，与勤俭节约的传统美德截然相反，令人感到悲哀。

钱财花了可以再挣，但资源耗尽却很难弥补，据统计，北京市仅一年的洗车耗水量，就相当于一个多昆明湖或6个北海的蓄水量；中国人在餐桌上浪费的粮食一年高达2000亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮；14亿中国人1年约消耗掉450亿套一次性餐具，这意味着每天就用掉近1亿3000万双一次性筷子，为满足大市场需求，中国平均每天就要有近100亩的林地遭到砍伐，面积相当于100个橄榄球场。

前段时间学校举行了光盘赢水果的活动，在那次活动中，大多数同学都拿到了水果，这是值得表扬的。但是又有几人将勤俭习惯渗透到日常生活中呢？

聚沙成塔集腋成裘，我国有14亿人口，每人每天节约一度电，一滴水一粒米，对于那些缺乏资源和贫困地区的人们来说，就是巨大的贡献。最重要的是勤俭省下的不仅仅是物质财富，更是一笔丰厚的精神财富。

今天我们向全校师生发出倡议：

一、节约每一度电，及时关掉所有电源开关，做到人离断电。

二、节约每一滴水，洗手时应缩短用水时间，见到滴水的水龙头应及时拧紧，做到人走断流，养成爱水惜水节水的良好习惯。

三、节约每一粒米，文明用餐节约粮食，不挑食，不随意剩饭菜。

四、节约每一张纸，规范书写节约用纸，不随意丢弃未用完的空白纸，尽量少用餐巾纸，多用手绢和抹布，提倡双面用纸，尽量在电子媒介上修改文稿，减少纸质资料，控制纸张消耗。

现在文明推崇勤俭是对有限资源的珍视，国家发展离不开消耗，更离不开勤俭。勤俭是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。李商隐曾经说过，历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。老师们，

同学们，为了祖国的繁荣未来，让我们一起行动起来吧！

勤俭节约从我做起演讲稿 14

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

世界上所有的资源都不会是用不完，取不尽的，不管是对于什么样的资源，我们都要懂得去节约使用，勤俭节约，杜绝浪费，从我做起，从身边的每一件小事做起，这也是我今天演讲的主题，希望通过这次的演讲，我们所有的人都可以做到勤俭节约。

其实我们本身就有很多的浪费资源的表现，浪费也是随处可见的，所以我们不仅仅需要去懂得勤俭节约，更重要的是需要去建立这种勤俭节约，杜绝浪费的思想和态度，从自己内心深处去下意识的做好这些，并且愿意去号召自己的身边人也一起参与到节约行动当中来，其实身边很多的小事只要做好了就是勤俭节约的表现，我们只是没去注意，只要当我们足够的注意自己生活当中的细节，就一定可以做好，以下也是我对自已以及我们所有人之后的一些要求，希望我们都可以去认真的遵守和做好。

1、在洗脸的时候用盆接水，用杯子接水刷牙，不要让水一直在留，从生活当中的小事去节约用水，洗脸的水也可以再次利用，用来浇花冲厕所都是可以的，个人独自的力量不够强大，一个家庭也是很微弱的，但是只要我们所有人，所以家庭都齐心协力的去做，将会为我们的地球节约多少的水资源可想而知。

2、出来随手关灯，在白天光线充足的时候也不要将灯一直打开，珍惜用电，节约用电，做到随手关灯的好习惯。

3、杜绝浪费食物，做到真正的光盘行动，将盘中的食物都尽力的吃完，不要存在浪费食物的行为，要懂得粒粒皆辛苦的不易，珍惜现在美好生活的来源。

4、少用一次性塑料袋或是筷子，尽可能的重复使用，减少塑料打包盒，一次性消耗用品的使用和浪费。

5、珍惜使用生活当中的所有资源，不要因为觉得很好或是其他的原因，就去选择肆意的使用，随意浪费资源和物品。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/955021123013012032>