

部队厉行勤俭节约 勤俭节约演讲稿(汇总7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

部队厉行勤俭节约篇一

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*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！

部队厉行勤俭节约篇二

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”字恭恭敬敬高

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。

部队厉行勤俭节约篇三

大家下午好!我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

在座的各位一定从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，农民伯伯太辛苦，我们吃的每一口粮食都是用雨水和汗水浇灌的。千百年来勤俭节约的思想一直贯穿于中华民族的进步史中。古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。即使在今天，人们越来越讲究吃穿，讲究档次，国家也鼓励消费。但我要说的是鼓励消费，更要严禁消费过程中的浪费，别忘了“以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻”，更别忘了“浪费是极大的犯罪”。勤俭节约至今仍然是我们应当树立的正确的荣辱观，人生观。我们不能仅仅把它当作一句口号，在当今时代“勤俭节约、艰苦奋斗”，被赋予了新的历史意义和使命。

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。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。可以说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史也反复证明了这个道理：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;没有勤俭节约精神作支撑的社会是难以长治久安的;没有勤俭节约精神作支撑的民族是难以自立自强的。

勤俭是咱们的传家宝啊，社会主义建设离不了。可以看到全国自上而下都在为建设节约型社会而努力。就拿正在召开的政协会议来说，本着节俭和环保的原则，将会期缩短到了8天半。政协委员的食宿都安排都力求节约。集中住宿，减少车辆往来接送造成的浪费;委员们下榻的房间内，也没有提供一次性的洗漱用品。为了节约纸张，尽量减少纸质文件的传送和打印，而将提案用电子文档传到委员们的电脑上。

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?在我们复印打印文件的时候是不是把纸张两面使用，节省了一张纸?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。

我还想特别提到的是节约用水，因为再过几天(3.22)就是“世界水日”。水，作为生命之液哺育着人类和天地间万千生物。在因为人口增长、不合理使用、污染和全球变暖时，地球的生命之源已经向人类亮出黄牌。长期以来，人们普遍认为水是“取之不尽，用之不竭”的，不知道去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否知道我国水资源人均占有量仅为世界人均占有量的四分之一，随着我国社会和经济的发展，水的缺口越来越大，目前我国农村还有3000多万人饮水困难，全国有110多个严重缺水的城市。人为的浪费和没有合理利用水源以及严重的污染等问题，使水资源更加缺乏。

节水，是国情所迫。一场大旱，举国关注，因为抗旱关乎13

亿人的“吃饭”问题。不仅立足当下抗旱，还需着眼节水才是长远之计。从中央到地方，各级政府都在千方百计投入大量财力物力，增加抗旱水源。可还是有一些农民家庭已经注定粮食要颗粒无收了。合理利用水资源，开源节流已经是农业发展的当务之急。

还有，在我国西北的严重缺水地区，有很多家庭每天的用水要靠肩担手提，甚至赶着牲口走几十里山路驼运。洗脸已经是很奢侈的事情了。大家也知道有的地方人一辈子只洗一次澡。幸好从20__年中国妇女发展基金会发起了“母亲水窖”行动，修建水窖10万多眼，帮助120多万老百姓的摆脱了生存困难。面对这些我们还有什么理由不节约用水。

今后在当你眼睁睁的看着水龙头滴答滴答没有拧紧时，你是不是能伸把手把它拧紧？在你下班离开办公室时，会不会检查一下关没关电脑、打印机？不过现在已经让人感到欣慰的是许多人养成了两面使用打印纸的习惯；大家都很乐意使用节能灯具；以前办公室用纸发的通知、文件，现在也改成了电子文档，推进了无纸化办公。

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！

部队厉行勤俭节约篇四

大家上午好！

我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

在座的各位一定从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，农民伯伯太辛苦，我们吃的每一口粮食都是用雨水和汗水浇灌的。千百年来勤俭节约的思想一直贯穿于中华民族的进步史中。古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。即使在今天，人们越来越讲究吃穿，讲究档次，国家也鼓励消费。但我要说的是鼓励消费，更要严禁消费过程中的浪费，别忘了“以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻”，更别忘了“浪费是极大的犯罪”。勤俭节约至今仍然是我们应当树立的正确的荣辱观，人生观。我们不能仅仅把它当作一句口号，在当今时代“勤俭节约、艰苦奋斗”，被赋予了新的历史意义和使命。

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。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。可以说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史也反复证明了这个道理：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；没有勤俭节约精神作支撑的社会是难以长治久安的；没有勤俭节约精神作支撑的民族是难以自立自强的。

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。

部队厉行勤俭节约篇五

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！

部队厉行勤俭节约篇六

你们听说过“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”这句话吗勤俭节约是我们中华民族的传统美德，就算是在富裕的这天，我们也不能铺张浪费！

勤俭节约是我们的传家宝，许多老一辈无产阶级革命家都是我们学习的榜样：所有衣服中竟没有一件不打补丁的；敬爱的周总理的睡衣穿了几十年，破了就补，补了又补，直到烂了，没法再补，就把整个背部换掉也不肯买件新的；无产阶级战士雷锋，脸盆用得油漆都落光了也舍不得丢掉。他们为什么要这样做呢那便是为了替国家省下建设的资金！

有的同学会说，那时国家底子薄，所以需要勤俭，此刻人们富裕了，就应享受一下了。这种想法是错误的！的确，改革开放以来，我国的社会主义建设事业取得了辉煌的成就，人们的物质生活比解放前好多了，但与发达的国家相比，还有较大的差距。我们的国家还不富裕，仍然需要发扬勤俭节约的优良传统。在日常生活当中，有些同学就有铺张浪费的坏

习惯，他们专挑高档、名牌的文具相互攀比、炫耀，没有一两次便又扔掉了。据汕头都市报的调查报告，汕头市的小学生参加夏令营游览北京，有些人一天仅买饮料便花了50块，而组织单位准备的凉茶却无人问津。如此的大方，如此的铺张浪费，将来会怎样呢这种现象是值得我们大家深思的。

勤俭节约是现实的需要，我们青少年更需要在生活中勤俭节约。为了家业的兴旺，国家强盛，我们务必培养勤劳、俭朴的高尚情操。只有这样，我们才能拥有明天，我们的民族才能兴旺发达。

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。我们青少年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，争做合格的小公民！

部队厉行勤俭节约篇七

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！