

# 敬老爱老重阳节演讲稿 重阳节尊老敬老 经典演讲稿(优质17篇)

教师演讲稿的内容应该充实、有深度，同时也要注意避免内容过于专业化，以便让听众易于理解。以下是小编为大家精心整理的节日演讲稿范文，供大家借鉴和学习。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇一

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

每天，我们迎着朝阳上学，沐浴着夕阳回家，不知不觉又走进这秋风送爽、瓜果飘香的日子，迎来了农历九月初九重阳节。

敬老、爱老、助老是我国优良的传统美德，是先辈传承下来的宝贵精神财富。每个人都有自己的儿童时代，每个人也都有老的一天。古往今来，多少个春夏，多少个秋冬，一代代人由小孩到老人，不管是处于盛唐还是当今社会，有一点是相通的，那就是弘扬怎老爱幼的优良传统。

古代思想家孔子说：做子女的能活下来，是因为有父母的养育；孟子说：“老吾老以及人之老”，要求人们不仅要尊敬自己的老人，还要尊敬社会上所有的老人。古往今来，我们有许多敬老爱老的故事：古有木兰代父从军、黄香扇枕温席、王祥卧冰求鲤、孟宗哭竹生笋的佳话；今有陈毅探母等感人肺腑、润人胸襟的故事。人人都会老，家家有老人。尊重老人，实际上就是尊重我们自己！

随着我国老年人口的急剧增多，维护老人，敬老爱老这一中华民族几千年的美德更显得重要。《公民道德建设实施纲要》

为我们指明了方向：夕阳的幸福要朝阳的回报，让我们用一颗真诚的敬老之心、感人的助老之行影响全社会，使所有的老人“老有所乐”。

亲爱的同学们，期中考试就要到了，我们能够做的，便是用心复习，认真考试，用满意得分数换取长辈们那沧桑的脸上欣慰的笑容。在重阳节即将到来之际，请允许我代表全体师生祝普天下的老人健康长寿，平平安安！我们衷心的希望“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩！

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇二

各位老师、同学：

今天我演讲的题目是继承中华传统美德，树尊老新风。

国庆节的喜悦还在继续，安静的心情释放着心的微笑。转眼又到九月初九重阳节。自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。就是古代人在重阳节思念之情，在古代重阳是团圆的日子，因为不能团圆，在外的诗人心中思念家中的兄弟亲人，写下了传世的诗歌。思念之心，字字显露真情。现在我们国家给重阳节赋予新的寓意，这一天定为老年节，我国同世界上的许多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。让每个人献出一点爱，这世界就会变得更美丽。有一天你我也会老，看看年老的亲人，一晃几十年过去，那也许就是每个人的写照。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！美丽的容颜在时光的海中被描绘成苍白和皱纹，每一纹，都有深深地爱，当你看到相扶的老人在风景中轻轻走过，笑容绽放在慈祥的脸，心中那份感动不能自己；还有那年约六旬的老人身着运动服在那奔跑的身影，

让人羡慕；当然也有流浪在街头的老人，一脸人生的苦涩，和那渴望相助的眼，让人不免同情。

人生最美夕阳红，没有人会永远年轻，老年人拥有的是智慧和经验，别说老年人爱啰嗦，每一句话里有真情，每一个字也是渴望，多陪老人说说话，会有好处，明理和涵养在时光之海中已深深浸入，没有浮华，没有虚假，只有渴望，想与子孙多点相处的时间，多一些相聚的时刻，可以知道孩子们的生活，为孩子的幸福开心，为每一个亲人祈福。只要孩子们过的好，老人心中就无所牵挂了。这是老人，让人尊敬的老人。而年轻人一般不能发现这一点，生活的压力大，学习、工作的压力和竞争，让人疲惫，可以认为有理由不回家，不想念老人，这是一种不正确的思想，当你已经长大的时候，父母也在一天天衰老，思念和担忧的心时常挂在心头，一句话，一句问候，就能温暖老人的心。

中华民族五千年的文明史中含有尊老、敬老、爱老、助老的传统美德。同学们，记住关爱你们的长辈，多陪陪他们，让老人的笑容绽放，别让自己以后在后悔中度日，可以心中无憾。有一天你也会老，想想那会是什么样子，人生是一面镜子，对照人生，尊重老人，爱护老人是传统的美德，也是社会的责任。让老人笑在重阳，笑在每一天。把最美丽的祝福送给全天下的老人！

我的讲话完毕，谢谢！

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇三

尊敬的各位老年朋友们：

您们好！一年一度的重阳节即将到来，今天，我们\_\_\_\_小学的老师 and 同学们欢聚一堂，共同庆祝重阳节。我代表\_\_\_\_小学全体师生对老人们表示节日的慰问和良好的祝愿！

“九九重阳金光照，万紫千红大地明。人生最美夕阳红，世间最美老年花。”尊老，敬老，爱老，助老已成为全社会的责任，也是我们中华民族五千年的文明传统美德。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”讲的就是这个意思。

尊敬的老人们，你们都曾年轻过，追求过，奉献过。如今个个年迈体弱，你们不但需要物质上的保障，更需要精神上的安慰和寄托。因此，我们有责任、也有义务去主动关心你们，帮助你们，给你们送去心灵的慰藉。为了让尊老敬老的接力棒很好的传承下去，我们民乐小学十一年如一日地、坚持不懈地选择颐享园作为学生思想品德教育的重要基地来开展敬老爱老送温暖活动。我们现在做的虽然还很不够，但主要是想通过此项活动的开展呼吁全社会的人都去尊敬、关爱老人，让我们人人都伸出温暖的手，让世界将变成更美好的人间。

最后我衷心的祝愿老人们心情愉快，身体健康，长命百岁，节日快乐。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇四

尊老敬老，是我们中华民族的传统美德，我们身为中国人，理所应当继承和发扬中华民族尊老敬老这一优良传统，而不仅仅只是嘴上说说，更要用实际行动来关心我们身边的老人，尽可能地为他们着想。

我们都要为身边的老人做一些力所能及的事情，给长辈捶捶背、洗洗脚，给外公外婆打一个问候电话，其实，他们并不在乎你做的大事还是小事，只要你有这份心就够了。

尊老敬老，从我做起！

文档为doc格式

# 敬老爱老重阳节演讲稿篇五

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好！

我是xxx级xx班的xxx□今天我为大家演讲的题目是：《敬老，从我们做起》

老师们、同学们，今天是中华民族的传统节日——重阳节。九九重阳，因与“久久”同音，在数字中又是最大，有长久长寿的含意，加之秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意便显得更加深远。

《易经》中把“六”定为阴数，“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。古人认为这是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早以前就开始过此节日。而今天的重阳节又赋予了新的含义，我国把每年的九月九日定为老人节，传统与现代巧妙地结合，重阳节又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。

有数据表明：中国60岁以上老年人已经超过了1.3亿，占全国人口的x%以上。到本世纪中叶，中国老年人口将达4亿，占全国人口的1/4。现在的中国已经步入老龄社会，进一步发扬尊老敬老的传统文化显得尤为重要。因为一个国家对老人的态度，反映了一个国家的文明程度，代表着一个国家、一个民族的文化素养。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为金牛实验中学的学生，我们应该发扬尊老、敬老、爱老的优良传统。昨天，他们为社会的发展挥洒汗水；今天，我们要为他们劳累的身心擦汗送温。重阳节是人们向父母、长辈和身边的老年人送上祝福、传递爱心、表达感恩的日子。重阳节这天，作为当代中学生更应该向爷爷、奶奶、外公、外

婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切；在平时，帮助他们做一些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起。同时也向社会上其他的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

老年人对我们这个社会作出了重大的贡献。在他们年轻的时候，他们把自己的青春年华奉献给了我们的国家，共和国的大厦是用他们辛勤的双手甚至生命建造起来的。今天，他们年纪大了，没有劳动能力了，社会就应该关心、帮助、尊敬他们，让他们幸福地度过晚年。

当然，敬老爱老绝不是重阳节一天的事，日常生活中我们也应帮助老人解决生活中的困难，多给老人一些心灵上的慰藉。因此，我提议，每一位同学都用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居的老人做些力所能及的家务事，比如：帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事；把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，让他们开开心心生活，愉愉快快度余生。“授人玫瑰，手留余香”，当我们奉出一颗颗爱心的同时，我们的内心也会感到阵阵温暖。

敬老爱老的美德是黑夜里的. 一盏灯，是寒冬里的一把火，是沙漠中的一泓泉，是久旱时的一场甘霖。敬老美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手；需要谈心时，递上来的一颗火热的心；需要关心时的一句亲切慰问。只有生活在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好；才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

“岁岁重阳，今又重阳。”让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，献出我们全部的爱心与孝心，抛下“人不为己，天诛地灭”的自私观念，弘扬尊老敬老的优良传统，为老年人安度晚年创造和谐的环境，优越的条件，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇六

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家晚上好！今天，我要演讲的题目是《敬老爱老，从我做起》。

翻开历史的书卷，走进时代的海洋，或许，我们能寻到想要的答案。伟大的政治家、思想家、教育家孔子曾说过，做儿女的，能活下来，是因为有父母的养育。战国时期孟子说过，老吾老以及人之老。东汉时期，董永在父亲亡故后，卖身至一富家为奴，换取安葬父亲的费用。敬爱的毛爷爷，在家乡的宴饮上，向一位70多岁的老人敬酒。敬老爱老的事迹，数之不尽，敬老爱老的人，不分等级。

其实，我们要尊敬爱护老年人。第一，是因为阴阳调和，万物源起。是他们，给了我们生命，是他们，哺育我们成人。他们用青春滋养我们成长，而岁月，却在他们的脸上留下无情的皱纹。在岁月的沉淀下，他们便如一本老书，明理和涵养已浸入内里，多陪老人说说话，别让他们被孤独的封存在岁月的长河里，多陪老人聊聊天，他们的智慧与经验，将会帮我们拭去俗世的虚假与浮华。

我们能做的，就是尽我们最大的努力，让他们享受颐养天年的乐趣，也只有这样，才能在享受着他们奉献的同时，无愧于心。

第三，春秋交替，岁月流转，有一天，我们也会老去，从为人子女到为人父母，才会恍然明白父母亲人的不易。不要让自己真的到了那个时候，才后悔莫及。今天多付出一点，关爱今天的老人，就是关爱明天的自己。

21世纪，一个物欲横流，飞速发展的新时代，而在这样一个新时期，我们更要继承和发扬中华民族敬老爱老的优良传统。尊老爱老是中华民族的传统美德，爱老助老是全社会的共同责任。要让所有老年人老有所养，老有所依，老有所乐，老有所安。

构建和谐社会，迫切需要我们敬老爱老。让我们在新世纪，响应新时代的号召，践行社会主义核心价值观，高举敬老爱老的伟大旗帜，献出我们全部的爱心和孝心，从我做起，让世界处处阳光灿烂！

岁岁重阳，今又重阳，愿天下所有爷爷奶奶幸福安康！谢谢大家，我的'演讲到此结束。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇七

我们的祖国是一个历史悠久的文明古国，经过几千年的积淀，她博大而精深，她厚重而宽广，祖国从古至今有着许许多多的文明，在中华民族五千年的文明史中，尊老爱幼不仅是文明精神的体现，更是一种爱的体现。它有助于促进家庭和睦，社会和谐，也是现代中国人的基本修养。古代思想家孔子曾说：做子女的能活下来，是因为有父母的养育；孟子也说过：“老吾老以及人之老”，要求人们不仅要孝敬自己的老人，还要孝敬社会上所有的老人。

还记得有人说过，童年是一幅画，少年是一个梦，青年是一首诗，中年是一篇散文。回首人生，老年人是一部历史；把握今朝，老年人是一面旗帜，憧憬未来，老年人是一道风景。在过去的日子里，老人们为这个社会的建设呕心沥血，任劳任怨，洒下了辛勤的汗水，做出了无私的奉献，我们为有这样的老人而感到自豪。

在我们中国每年农历九月初九是个传统的节日——重阳节。它是敬老、爱老的日子，因此把重阳节又称为“老人节”。



每个人都有自己的儿童时代，每个人也都有老的一天，谁也不能避免这两个时期古往今来，多少个春夏，多少个秋冬，在年老时需要人的扶助，正如在年幼时需要人的照管。当年岁大了，无人加以诚恳的扶助，必不能得到安闲。幼小时，无人加以慈爱的照管，必容易趋于坠落。若讲人道主义，须先对于老幼这两项人，施行亲切的爱护。一代代人由小孩到老人，不管是处于盛唐还是当今社会，有一点是相通的，那就是弘扬敬老爱幼的优良传统。

人生在世父母与我们最亲，给我们的恩情也最重，努力学习侍奉父母的礼节，把孝道当成一项大事业，用心经营，才能立足于天地之间。孝悌是中国文化的基础，古人云：“百善孝为先”。一个人能够孝顺，他就有一颗善良仁慈的心，有了这份仁心，就可以利益许许多多的人。父慈子孝，不一定让我们的家富裕有钱，不一定有花园别墅可以住，但是，孝行却可以建立天然和谐的秩序，让我们活在安和乐逸的环境中。家，如果是一个人的堡垒，孝，就是堡垒下的基石。多一份孝心，家就多一份保障，让我们用孝行把家固若金汤堡垒。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇八

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

动或散散心；我们也可以去敬老院帮助老人做事……其实我国把这古老的传统又成为老人节的目的就是想继续弘扬中华民族固有的“尊老、爱老和养老”这三个优秀文化的传统美德，也是传统美德中的“敬老尊贤”的具体比和现代比。每到这个佳节，社会上就洋溢着一种尊老、敬老和爱老的气氛。在这个老人节，我们应该为老人做些什么呢？很简单：孝顺。现在，我们家里就有爷爷奶奶、外公外婆。我们应该尊老敬老，听长辈的话。俗话说得好：不听老人言，吃亏在眼前。在这

样一个和谐的文明社会，我们更应该孝敬，听从长辈，这是我们每个人都应该做到这一点。下面，我们有几个重阳节活动的建议：

- 1、带着老人一起出游，到郊外活动。
- 2、我们可以和身体好的老年人秋游赏景，临水玩乐，登山健体。
- 3、帮助长辈做一些力所能及的家务活。
- 4、和父母一起，给爷爷奶奶准备一些可口的饮食。最后，我们衷心祝愿每位同学都能与家里的老人度过一个愉快而有意义的重阳节！

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！今天我讲话的题目是《重阳敬老话美德》。

不少同学都知道，10月\_\_号就是农历九月初九，它是我们中华民族的一个传统佳节——重阳节。农历九月九日，为什么叫重阳？因为古老的《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。又因为九在数字中又是数，有长久长寿的含意，况且秋季也是一年收获的黄金季节，因此重阳佳节，寓意深远，所以古人认为这是个值得庆贺的吉利日子。

重阳节的习俗五花八门。在古代重阳节又叫“登高节”，还有插茱萸、吃重阳糕、赏菊、饮菊花酒的习俗。

唐代诗人王维在《九月九日忆山东兄弟》中写到：“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”以此来抒发自己对亲人的思念之情。

而赏菊饮酒则来源于晋朝的大诗人陶渊明，陶渊明以隐居出名，以诗出名，以酒出名，也以爱菊出名；后人们纷纷效仿，于是有重阳赏菊的习俗。当时的菊花就有很多品种，千姿百态，在秋风中恣意盛开。文人雅士们饮酒赏菊，吟诗作对，饶有趣味。民间还把农历九月称为“菊月”，在菊花傲霜怒放的重阳节里，观赏菊花成了节日的一项重要内容。

而在今天，重阳节这个传统的节日被赋予了新的含义。1989年，我国把每年农历的九月九日定为老人节，从而将传统与现代巧妙地结合，成为尊老、敬老、爱老、助老的老年人的节日。

尊老敬老，自古以来就是中华民族的传统美德。爷爷奶奶老了，他们的牙齿可能有些松了，他们的腿脚也没有那么利索了，但他们对我们的爱却从未缺失，我们要慢下来，等一等他们蹒跚的步伐，等一等他们温暖的关怀。从递给爷爷的一杯茶，搀着奶奶出去散散步，和爷爷奶奶说说话，聊聊天，听一听他们绵绵的絮语……那简单的点点滴滴都会在他们的心中点起一群群温暖幸福的波澜。

同学们，让我们都拥有一颗感恩的心，做一个尊老敬老爱老的中学生，让“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩！

我的讲话完了，谢谢大家。

敬老爱老助老是我们中华民族的传统美德，是先辈传承下来的宝贵精神财富。在我们源远流长、博大精深的传统文化中，重视人伦道德、讲究家庭和睦是我们文化传统中的精华，也是中华民族强大凝聚力与亲和力的具体体现。中国古代就有“卧冰求鲤”、“亲尝汤药”等24孝的故事。“老吾老以及人之老”成为做人的一个准则。

因为老年人，是对我们这个社会作出过贡献的人今天，他们

年纪大了，没有劳动能力了，全社会就应该关心他们，有能力的人就应该照顾他们，让他们幸福地度过晚年。我们要学会关心身边的老人有好吃的，先给爷爷奶奶、爸爸妈妈乘坐公共汽车时，主动给老年人让座位等等。

为老人擦玻璃、收拾房间、陪老人聊天学、为爷爷奶奶扫地、洒水、浇花、整理内务，忙得热火朝天，净化了环境、这次活动不但给老人们带来了水果等慰问品，学生还为老人们表演了精心准备的节目：唱歌、跳舞以及教爷爷奶奶讲英语，逗得老人们满脸乐开了花。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯；是寒冬里的一把火；是沙漠中的一泓泉；是久旱时的一场甘霖。

让我们大家一起行动起来，做到敬老，爱老，助老。这是我们义不容辞的. 责任。

历史的车轮滚滚向前，让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，弘扬尊老敬老的优良传统，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁！

我们的祖国是一个历史悠久的文明古国，经过几千年的积淀，她博大而精深，她厚重而宽广，祖国从古至今有着许许多多的文明，在中华民族五千年的文明史中，尊老爱幼不仅是文明精神的体现，更是一种爱的体现。它有助于促进家庭和睦，社会和谐，也是现代中国人的基本修养。古代思想家孔子曾说：做子女的能活下来，是因为有父母的养育；孟子也说过：“老吾老以及人之老”，要求人们不仅要孝敬自己的老人，还要孝敬社会上所有的老人。

还记得有人说过，童年是一幅画，少年是一个梦，青年是一首诗，中年是一篇散文。回首人生，老年人是一部历史；把握今朝，老年人是一面旗帜，憧憬未来，老年人是一道风景。在过去的日子里，老人们为这个社会的建设呕心沥血，任劳

任怨，洒下了辛勤的汗水，做出了无私的奉献，我们为有这样的老人而感到自豪。

在我们中国每年农历九月初九是个传统的节日——重阳节。它是敬老、爱老的日子，因此把重阳节又称为“老人节”。每个人都有自己的儿童时代，每个人也都有老的一天，谁也不能避免这两个时期古往今来，多少个春夏，多少个秋冬，在年老时需要人的扶助，正如在年幼时需要人的照管。当年岁大了，无人加以诚恳的扶助，必不能得到安闲。幼小时，无人加以慈爱的照管，必容易趋于坠落。若讲人道主义，须先对于老幼这两项人，施行亲切的爱护。一代代人由小孩到老人，不管是处于盛唐还是当今社会，有一点是相通的，那就是弘扬敬老爱幼的优良传统。

人生在世父母与我们最亲，给我们的恩情也最重，努力学习侍奉父母的礼节，把孝道当成一项大事业，用心经营，才能立足于天地之间。孝悌是中国文化的基础，古人云：“百善孝为先”。一个人能够孝顺，他就有一颗善良仁慈的心，有了这份仁心，就可以利益许许多多的人。父慈子孝，不一定让我们的家富裕有钱，不一定有花园别墅可以住，但是，孝行却可以建立天然和谐的秩序，让我们活在安和乐逸的环境中。家，如果是一个人的堡垒，孝，就是堡垒下的基石。多一份孝心，家就多一份保障，让我们用孝行把家固若金汤堡垒。

各位老师同学：

每年农历的九月九日定为老人节，从而将传统与现代巧妙地结合，成为尊老、敬老、爱老、助老的老年人的节日。

同学们，我们是炎黄子孙，我们中华民族五千年的文明史中含有尊老、敬老、爱老、助老的传统美德。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，讲的就是这层意思：尊敬、爱护自己家的老人和小孩，同时也要象对待自家人那样去尊敬、

爱护别的老人和小孩.最近,从新闻媒体讨论的话题中也可看出一二.如“该不该给老人让座?”“怎样做一个可爱的上海人?”这些活动的核心就是要努力建设和塑造一个具有高度文明、能与国际接轨的国际大都市的形象,而尊老、敬老、爱老、助老就是其中的一项内容.作为生活在这座大城市的我们,更有义务为树立良好的城市形象而作出努力。

客观地说,经过改革开放和精神文明建设,良好的社会风气已经逐渐形成,一些不良的行为受到大家的谴责.反省我们自己,在日常生活中我们的学生在尊老、敬老、爱老、助老又做得怎样?我不想对你们的过去予以评价.但是,在重阳节即将到来之际,我们全体同学是否想到,该如何为我们家的老人或者社会上的老人做点什么呢?希望大家考虑一下.当然,学校政教处也有安排,要求各班的班主任在节后作个统计,看看我们的立达学生在老人节里为社会、老年人都做了些什么.

金秋送爽,丹桂飘香。明天,就是农历九月初九重阳节,我不由得想起了唐代诗人王维的诗句:“独在异乡为异客,每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处,遍插茱萸少一人。”

农历九月九日,是我国传统的节日重阳节,是个值得庆贺的吉利日子。九九重阳,与“久久”同音,含有长久长寿之意,同时秋季也是收获的黄金季节,所以人们对这个节日历来有着特殊的感情,唐诗宋词中有不少贺重阳、咏菊花的诗词佳作。

今天的重阳节,又被赋予了新的含义。1989年,我国把每年农历九月九日定为老人节,传统与现代巧妙地结合,成为尊老、敬老、爱老、助老的老人节。在这个属于老年人的节日即将来临之际,我们祝愿所有的爷爷奶奶生活愉快、健康长寿!

尊老爱幼,自古以来就是中华民族的传统美德,我们莆仙人

还有在重阳节祭祖的习俗。老一辈为了我们国家的强盛，为了下一代能过上富裕x的生活，他们艰苦创业、辛勤劳动了几十年，创造了大量的物质财富和精神财富，精心哺育和照料我们，使我们茁壮成长。如今他们老了，理应受到全社会的尊敬和照顾。所以我们应当继承和发扬中华民族尊老敬老的优良传统。

尊老敬老绝不是重阳节一天的事，应该是在日常生活中，帮助老人解决生活的困难，多给老人一些心理慰藉。因此，我提议，每一位共青团员和青少年学生都要用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居老人做些力所能及的事，比如帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事，把好吃让给他们，把有趣的事告诉他们，对邻居长辈有礼貌，外出礼让老人。

愿所有老人都过上和我们一样幸福的生活！

谢谢！

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家晚上好！

今天，我要演讲的题目是《敬老爱老，从我做起》。

翻开历史的书卷，走进时代的海洋，或许，我们能寻到想要的答案。

伟大的政治家、思想家、教育家孔子曾说过，做儿女的，能活下来，是因为有父母的养育。战国时期孟子说过，老吾老以及人之老。东汉时期，董永在父亲亡故后，卖身至一富家为奴，换取安葬父亲的费用。敬爱的主席，在家乡的宴饮上，向一位70多岁的老人敬酒。

敬老爱老的事迹，数之不尽，敬老爱老的人，不分等级。其实，我们要尊敬爱护老年人。

一，是因为阴阳调和，万物源起。是他们，给了我们生命，是他们，哺育我们成人。他们用青春滋养我们成长，而岁月，却在他们的脸上留下无情的皱纹。在岁月的沉淀下，他们便如一本老书，明理和涵养已浸入内里，多陪老人说说话，别让他们被孤独的封存在岁月的长河里，多陪老人聊聊天，他们的智慧与经验，将会帮我们拭去俗世的虚假与浮华。

二，老一辈人用他们的辛勤奋斗，为我们创造了今天的幸福生活。没有他们曾经的艰辛，就没有我们今日的享乐。如今，当年意气风发的他们，再不能指点江山、激扬文字。面对重新归于平凡的他们。

我们能做的，就是尽我们的努力，让他们享受颐养天年的乐趣，也只有这样，才能在享受着他们奉献的同时，无愧于心。

三，春秋交替，岁月流转，有一天，我们也会老去，从为人子女到为人父母，才会恍然明白父母亲人的不易。不要让自己真的到了那个时候，才后悔莫及。今天多付出一点，关爱今天的老人，就是关爱明天的自己。

21世纪，一个物欲横流，飞速发展的新时代，而在这样一个新时期，我们更要继承和发扬中华民族敬老爱老的优良传统。

书记曾发表讲话，尊老爱老是中华民族的传统美德，爱老助老是全社会的共同责任。主席强调，要让所有老年人老有所养，老有所依，老有所乐，老有所安。

构建和谐社会，迫切需要我们敬老爱老。让我们在新世纪，响应书记的号召，践行社会主义核心价值观，高举敬老爱老的伟大旗帜，献出我们全部的爱心和孝心，从我做起，让世界处处阳光灿烂！



岁岁重阳，今又重阳，愿天下所有爷爷奶奶幸福安康！

谢谢大家，我的演讲到此结束。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

在这金秋送爽，丹桂飘香的十月，前天是我们中国传统的节日——九九重阳节，这是一个象征着长长久久的节日，这是一个尊老、爱老、敬老的节日。

“最美莫过夕阳红，温馨又从容，夕阳是晚开的花，夕阳是陈年的酒……”但是，夕阳的幸福需要朝阳的回报，尊老、爱老、敬老，我们年轻人责无旁贷。

记得一位哲人说过，童年是一幅画，少年是一个梦，青年是一首诗，中年是一篇散文。回首人生，老年人是一部历史；把握今朝，老年人是一面旗帜，憧憬未来，老年人是一道风景，因此，我希望同学们：

从今天起，做一个尊老的人。在老人需要帮助时，伸出一只温暖的手，用真情去帮助那些生活不便，有困难的老人，给他们多一些心理慰藉。

从今天起，做一个爱老的人。在老人需要关心时，送上一句亲切慰问，用真爱去感动你身边的老人，让他们感到人世间的温馨与美好。

从今天起，做一个敬老的人。在老人需要谈心时，递上一颗火热的心，用真诚去倾听老人的心声，发自内心地欣赏他们的思想，理解他们的心灵。

最后，让我们衷心祝愿天下的老人健康长寿，幸福美满！我

们衷心希望“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩！

金秋送爽，丹桂飘香，农历九月初九日的重阳佳节，活动丰富，情趣盎然，有登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸等习俗。下面我就来介绍一种“登高”习俗。在古代，民间在重阳有登高的风俗，故重阳节又叫“登高节”。相传此风俗始于东汉。唐代文人所写的登高诗很多，大多是写重阳节的习俗；杜甫的七律《登高》，就是写重阳登高的名篇。登高所到之处，没有划一的规定，一般是登高山、登高塔。

相传在东汉时期，汝河有个瘟魔，只要它一出现，家家有人丧命，这些百姓受尽了折难。它也夺走了青年恒景的父母，恒景自己病倒了愈后，他辞别了妻儿，决心出去访仙学艺，为民除害。他四处访师寻道，最终在一座最古老的山，找到了一个法力无边的仙长，恒景不畏艰险和路途的遥远，终于找到了那个神奇法力的仙长，从此恒景刻苦练出了非凡的武艺。一天仙长把恒景叫来说：“明天是九月初九，瘟魔又要作恶，你本领已经学成该回去为民除害了”。仙长送给恒景一包茱萸叶，一盅菊花酒，并且密授避邪用法。恒景回到家，在九月初九的早晨，按仙长的叮嘱把乡亲们领到了附近的一座山上，发给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒。中午时分，随着几声怪叫，瘟魔冲出汝河。突然闻到香和酒气，便戛然止步，这时恒景手持宝剑几个回合就把瘟魔刺死。后来人们就把重阳节登高的风俗看作是免灾避祸的活动。双九还是生命长久、健康长寿的意思，重阳节便被做为老人节。

这使我也有所感受，在这一星期天中，我们老师让为自己的长辈洗一次脚或洗一次头等。我突然心血来潮，准备，在星期天给来我家串门的姥姥洗一次脚。

“凡凡，凡凡……”哦，我姥姥来了，我赶忙把姥姥请进屋里。赶紧把妈妈叫来。趁着妈妈与姥姥交谈这来之不易的机会，赶忙拿来盆子，倒了一些热水，一摸水，呀，烧死了！

我又倒了一些凉水，哎，又凉了。此刻，想起了“永不气妥”这个词，顿时提起精神，又倒了一些热水，这会算是差不多了。我又拿起肥皂和擦脚布。摇摇晃晃的端到姥姥面前说：“姥姥，马上就要过重阳节了，我今天特意为您洗一次脚。”姥姥说：“呀，灿灿真的是长大了，懂事了，姥姥为你感到骄傲啊！”我把姥姥的脚放入水中，泡了一会儿。又用肥皂把脚周围搓了一遍，在用清水冲洗。连续重复几次，就差不多ok了！但是，当我摸到姥姥脚跟时，有什么扎了我一下。我一看，原来是一层厚厚的茧子。我想起姥姥操劳日久，每天洗衣，做饭。便更加仔细的去洗脚了！洗完后，望着姥姥干净脚，喜出望外。姥姥和妈妈都欣慰的笑了！

这一年的重阳节让我过的很充实，很完美！即使在平时，我也会多多的为长辈做事。为什么呢？因为我是一名初中生！

大家好！

在重阳佳节到来之际，我代表县委、县政府向全县广大老年朋友致以节日的祝贺！向全县老龄工作者以及关心支持老龄事业发展的社会各界人士致以亲切的问候！

老年人是社会的宝贵财富，为民族解放、国家富强和社会提高贡献了青春和力量，值得全社会尊重和敬佩。回首武陟发展历程，每次成功跨越都蕴含着你们的劳动和智慧，每个辉煌成果都凝聚着你们的汗水和心血，正是有了你们的进取参与和无私奉献，武陟才有了今日大发展的新局面。

尊重老年人、关爱老年人、照顾老年人，是中华民族的优良传统和社会礼貌提高的重要标志。近年来，我县的老年人事业稳步发展，全社会敬老爱老助老的氛围日益浓厚，老年人的生命质量和生活水平持续提高，老年人文体活动精彩纷呈，各得其乐，到处呈现出一派祥和的气象。

家家有老人，人人都会老。全社会要大力弘扬敬老养老助老

的传统美德，支持老龄工作，关爱老年朋友，让全县老年人更加幸福安康。期望广大老年朋友在颐养天年的同时，继续发光发热，继续为武陟的发展作出新的贡献！

衷心祝愿全县老年朋友们节日愉快，健康长寿！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

在这金秋送爽，丹桂飘香的十月，前天是我们中国传统的节日——九九重阳节，这是一个象征着长长久久的节日，这是一个尊老、爱老、敬老的节日。

“最美莫过夕阳红，温馨又从容，夕阳是晚开的花，夕阳是陈年的酒……”但是，夕阳的幸福需要朝阳的回报，尊老、爱老、敬老，我们年轻人责无旁贷。

记得一位哲人说过，童年是一幅画，少年是一个梦，青年是一首诗，中年是一篇散文。回首人生，老年人是一部历史；把握今朝，老年人是一面旗帜，憧憬未来，老年人是一道风景，因此，我希望同学们：

从今天起，做一个尊老的人。在老人需要帮助时，伸出一只温暖的手，用真情去帮助那些生活不便，有困难的老人，给他们多一些心理慰藉。

从今天起，做一个爱老的人。在老人需要关心时，送上一句亲切慰问，用真爱去感动你身边的老人，让他们感到人世间的温馨与美好。

从今天起，做一个敬老的人。在老人需要谈心时，递上一颗火热的心，用真诚去倾听老人的心声，发自内心地欣赏他们的思想，理解他们的心灵。

最后，让我们衷心祝愿天下的老人健康长寿，幸福美满！我们衷心希望“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩！

尊敬的各位长辈、各位领导、各位来宾：晚上好！

值此金风送爽，花果飘香的季节里，我们迎来了中国传统的九九重阳节，今日我们欢聚一堂，抚今追昔，共庆佳节。在此我谨代表此次活动主办单位向\_\_所有的老年人表示节日的问候与完美的祝福，向所有参加今日晚会的各位领导，各位来宾表示热烈的欢迎，向所有关心支持\_\_老年人的各级各部门领导及社会各界人士致以衷心的感谢。

老年人是社会成员的重要组成部分，老年人的经验和智慧是社会的宝贵财富。如果说年青人是春天美丽的鲜花那么老年人就是秋天累累的硕果！老年人身上所散发出来的优良品质更是年青人学习的榜样。在此我要异常提出的是，我们\_\_公益事业基金会的老同志，为家乡的公益事业，为丰富老年人的生活，默默无闻、无怨无悔，义务地工作了近7年，为改变家乡的面貌做出了巨大的贡献。在此我提议大家用热烈的掌声对他们表示最崇高的敬意！

大家都明白，我们\_\_是著名的千年古镇，有着丰厚的历史文化底蕴，是马尾船政文化的重要组成部分。如今我们广大有识之士强烈要求修复\_\_古镇，弘扬我古镇文化。我们亭江镇党委书记朱辉同志多次带员来\_\_进行实地调研、探讨，为我们提出了许多宝贵的意见和提议，我相信，在上级党委、政府的关心重视下，在我们\_\_人的共同努力下，再现我们\_\_古镇雄风将指日可待！让我们共同努力吧！

最终，恭祝\_\_所有老年人身体健康，合家幸福！

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

其实我国把这古老的传统又成为老人节的目的就是想继续弘扬中华民族固有的“尊老、爱老和养老”这三个优秀文化的传统美德，也是传统美德中的“敬老尊贤”的具体比和现代比。每到这个佳节，社会上就洋溢着一种尊老、敬老和爱老的气氛。

在这个老人节，我们应该为老人做些什么呢？很简单：孝顺。现在，我们家里就有爷爷奶奶、外公外婆。我们应该尊老敬老，听长辈的话。俗话说得好：不听老人言，吃亏在眼前。在这样一个和谐的文明社会，我们更应该孝敬，听从长辈，这是我们每个人都应该做到这一点。

下面，我们有几个重阳节活动的建议：

- 1、带着老人一起出游，到郊外活动。
- 2、我们可以和身体好的老年人秋游赏景，临水玩乐，登山健体。
- 3、帮助长辈做一些力所能及的家务活。
- 4、和父母一起，给爷爷奶奶准备一些可口的饮食。

最后，我们衷心祝愿每位同学都能与家里的老人度过一个愉快而有意义的重阳节！

谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！早上好！

你知道今天是什么日子吗？九月初九，重阳节。随着人口寿命的延

长，我国老年人口迅速增加。目前，我国正式将农历九月初九定为中国老人节，目的是在这一天开展敬老爱老活动，启动全社会为老人创造良好的社会环境和生活环境，让老人们能够度过幸福的晚年。

喜逢又一个重阳老人节，我谨代表全体同学向全社会老年人表示最衷心的节日祝贺以及最崇高的敬意，并衷心祝福他们健康长寿，幸福安康！

记得有人说过，童年是一幅画，少年是一个梦，青年是一首诗，中年是一篇散文。回顾人生，老年人是历史的把握现在，老年人是旗帜，憧憬未来，老年人是风景。在过去的日子里，老人们为这个社会的建设倾心倾注，任劳任怨，洒下辛勤的汗水，做出无私奉献，我们为有这样的老人感到骄傲。

尊敬老人的家庭是和谐的家庭，尊敬老人的社会是发展的；社会，尊敬老人的学校是进步的学校，尊敬老人的学生是文明的学生。尊老爱老，我们责无旁贷。新世纪的我们一定要积极创造各种条件，尽力为老人做好事。在这样的日子里，你想给自己的爷爷奶奶，外公外婆，甚至是自己身边的老人一份什么样的祝福呢？也许会说上一句祝福的话，也许会给他们倒一杯水，也许会给他们捶捶背揉揉肩，等等……无论为他们做什么，我真的希望每一位同学都能做尊敬长辈、关心长辈的好学生。

人都老了，老年人的昨天是我们的今天，老年人的今天是我们的明天，我们大家从今天开始，从尊敬、关心周围所有的老人开始，说尊敬老人的话，读尊敬老人的书，做尊敬老人的事，做尊敬老人的文明礼貌学生。

后，再次祝福我们可爱的前辈如晚菊傲霜，漫步人生夕阳红！

尊敬的各位老师、同学们：

大家早上好!

今天，我国旗下讲话的题目是《孝敬长辈做孝顺儿女》

本月的\_\_号，我们将迎来中华民族的传统节日——重阳节。在这个日子，中国人爱老、尊老、敬老，处处体现一个孝。

在国旗之下，我和同学们谈谈孝这个话题。

古人云：百善孝为先。

孔子曰：“孝悌者，其为仁之本也”。把行孝放在了非常重要的地位。所以才有了晋代王祥“卧冰求鲤”，明代朱冲秋“割股为羹”的故事流传千古，教育世人。

古人认为孝不仅是个人行为，也是治理家庭的准绳，更是治国平天下的基本纲领，所以就有了“小孝治家，大孝治国”之说法，在我国古代用科举制度选拔官吏之前，就用举孝廉的方式来选拔官员。而所谓“孝廉”就是讲孝道，且廉洁之人。这是古人看中的品质，认为孝顺、廉洁的人才能做好官。

可是反思一下，我们今天又有多少人把行孝放在了第一位，又有多少同学将父母长辈的叮咛、期许常挂在心头?有时间打王者荣耀，没有时间给父母捶背，有时间玩微信，没有时间陪父母聊天。今天的我们洋气的过着圣诞节，情人节，甚至愚人节，居然不知道母亲、父亲的生日是哪一天，这何尝不是一种悲哀!

世界首富比尔·盖茨有一次在飞机上接受意大利《机会》杂志记者采访，在回答最不能等待的事情是什么时说：天下最不能等待的事情莫过于孝敬父母!看来对于行孝，不仅我们国家重视，外国人一样重视，作为一个世界成功的商人，回答不能等待的事情，不是时间，也不是赚钱，更不是机会，而是行孝，这不得不让我们深思。



“父母呼，行勿缓；父母命，行勿懒”。让我们从小事着手，用一举一动来证实我们的孝心。同学们，努力吧，让优异的学习成绩，化作孝顺父母、宽慰亲人的乐章，和着父母亲人快乐的笑声，使这曲凯旋之歌更加嘹亮。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇九

同学们：

大家早上好！今天的讲话题目是“继承中华传统美德弘扬尊老爱幼新风”。

不少同学都知道，今年的10月9日是农历九月初九，它是我们中华民族又一个传统佳节——重阳节。农历九月九日，为什么叫重阳？因为古老的《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。又因为“九九”与“久久”同音，九在数字中又是最大数，有长久长寿的含意，况且秋季也是一年收获的黄金季节，因此重阳佳节，寓意深远，所以古人认为这是个值得庆贺的吉利日子。

关于重阳节的故事很多。据说重阳节从汉朝初就有了。那时在皇宫中，每年九月九日，都要佩茱萸，食蓬饵、饮菊花酒，以求长寿。汉高祖刘邦的爱妃戚夫人被吕后馋害后，宫女贾某也被逐出皇宫，贾姓宫女又将此习俗传入到民间。

到了东汉，民间在该日又有登高的习俗，所以重阳节又叫“登高节”。以后到了唐朝，文人墨客们写了很多登高诗，其中大多数是写重阳节的习俗。如王维的《九月九日忆山东兄弟》等；而杜甫的七律《登高》，则是写重阳登高的名篇。当然，古人的登高没有划一的规定，一般是登高山、登高塔，同时还有吃“重阳糕”（一种九层糕）、赏菊饮菊花酒的习俗。清代以后，赏

菊之俗尤为昌盛，时间也不限于九月九日，但仍然是重阳节前后最为繁盛。

重阳节插茱萸的风俗在唐代已经很普遍。“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥想兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”因为古人认为在重阳节这一天插茱萸可以避难消灾；或佩带于臂，或作香袋把茱萸放在里面佩带，还有插在头上的。这些习俗在晋代葛洪(西经杂记)的中就有记载。

清代，北京重阳节的习俗是把菊花枝叶贴在门窗上，“解除凶秽，以招吉祥。”。

在改革开放的今天，重阳节这个传统的节日被赋予了新的含义。1989年，我国把每年农历的九月九日定为老人节，从而将传统与现代巧妙地结合，成为尊老、敬老、爱老、助老的老年人的节日。

同学们，我们是炎黄子孙，我们中华民族五千年的文明史中含有尊老、敬老、爱老、助老的传统美德。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，讲的就是这层意思：尊敬、爱护自己家的老人和小孩，同时也要象对待自家人那样去尊敬、爱护别的老人和小孩。最近，从新闻媒体讨论的话题中也可看出一二。如“该不该给老人让座？”“怎样做一个可爱的上海人？”这些活动的核心就是要努力建设和塑造一个具有高度文明、能与国际接轨的国际大都市的形象，而尊老、敬老、爱老、助老就是其中的一项内容。作为生活在这座大城市的我们，更有义务为树立良好的城市形象而作出努力。客观地说，经过改革开放和精神文明建设，良好的社会风气已经逐渐形成，一些不良的行为受到大家的谴责。反省我们自己，在日常生活中我们的学生在尊老、敬老、爱老、助老又做得怎样？我不想对你们的过去予以评价。但是，在重阳节即将到来之际，我们全体同学是否想到，该如何为我们家的老人或者社会上的老人做点什么呢？希望大家考虑一下。当然，学校政教处也有安排，要求各班的班主任在节后作个统计，看看我们的立达学

生在老人节里为社会、老年人都做了些什么。

我今天的国旗下讲话就到这里。谢谢大家。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十

尊敬的各位老师，亲爱的同学：

大家早上好！

今天我演讲的题目是《九九重阳，敬老爱老》

金秋送爽，丹桂飘香。明天又是一年一度的九九重阳佳节了。

重阳来源于我国古老的《易经》，因为《易经》把“九”定为阳数，九月九日是日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九，古人认为是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早就开始过此节日。

和大多数传统节日一样，重阳节也有古老的传说。相传在东汉时期，时常有瘟魔作乱。有一个青年恒景不畏艰辛，终于找到了一个法力无边的仙长，学会了降妖剑术。他回到家乡，在九月初九的早晨，把乡亲们领到了一座高山上，给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒以避邪。中午时分，闻到阵阵茱萸奇香和菊花酒气的瘟魔冲出，再也动弹不得，恒景将其刺死剑下。从此九月初九登高避疫的风俗年复一年地流传下来。

重阳登高，免灾避祸。登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸，都是重阳的活动。

农历九月九日，也是传统的敬老节。九九重阳谐音“长长久久”，包含有生命长久、健康长寿的寓意。今日的重阳节，又被赋予了新的含义。1989年，我国把这一天定为老人节，将传统与现代巧妙结合起来，倡导全社会树立尊老、敬老、

爱老、助老的风气。

敬老是中华民族的传统美德。古往今来，我们有许多敬老爱老的故事：古有木兰代父从军、黄香扇枕温席、王祥卧冰求鲤、孟宗哭竹生笋的佳话；今有陈毅探母等感人肺腑、润人胸襟的故事。今天，我们作为国家未来的建设者，传承和发扬这一宝贵精神财富，责无旁贷。

尊敬老人，先从尊重自家的长辈做起。家中的长辈总是将最好的留给我们，做得再多也无怨无悔。家家有老人，且人人都会老，伴随着我们的长大，他们的乌丝变白发，身形渐憔悴。而我们就这样毫无表示的接受吗？其实老人更需要关爱，我们在生活中的一句真心问候，就能给老人们增添一份天伦之乐，一件微不足道的小事，也可能成为他们回味永久的幸福。

尊敬老人的家庭是和谐的家庭，尊敬老人的社会是发展的社会，尊敬老人的学校是进步的学校，尊敬老人的学生才是文明的学生。“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会变老。尊重老年人，就是尊重中华民族的光荣传统，也是尊重我们自己。敬老爱老，我们义不容辞。

又到重阳佳节，让我们行动起来吧。抽出一些时间，给家里的长辈们打个电话，致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切。当然，这不是重阳节一天的事，平日可以多陪他们聊聊天，做些小事，表达你的爱。同时也要向社区的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

“岁岁重阳，今又重阳。”在这秋风飒爽的季节，让我们共同祝愿天下所有的老人都能幸福安康、“老有所乐”！

我的演讲完了，谢谢大家！

# 敬老爱老重阳节演讲稿篇十一

同学们：

大家早上好！我是x(x)中队的。今天我的讲话题目是“继承中华传统美德弘扬尊老爱幼新风”。

同学们，你们都应该知道重阳节吧！——对，在我们的语文课本里，曾经学过好几篇关于重阳节的诗篇呢！比如说：王维的《九月九日忆山东兄弟》，“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”在课本里我们知道了，重阳节是在每年的农历九月初九。在我国古代思想中，“六”为阴数，“九”为阳数，九月九日正好是两个阳数相重，所以人们把它叫做“重阳”，也叫做“重九”。重阳节的起源，最早可以推到汉初。汉初皇宫中，每年的九月初九，都要佩带茱萸、食蓬饵、饮菊花酒，以求长寿。到了东汉时，民间又有了重阳登高的风俗，因此重阳节又叫“登高节”。

关于重阳节的故事很多。据说重阳节从汉朝初就有了。那时在皇宫中，每年九月九日，都要佩茱萸，食蓬饵、饮菊花酒，以求长寿。汉高祖刘邦的爱妃戚夫人被吕后馋害后，宫女贾某也被逐出皇宫，贾姓宫女又将此习俗传入到民间。到了东汉，民间在该日又有登高的习俗，所以重阳节又叫“登高节”。以后到了唐朝，文人墨客们写了很多登高诗，其中大多数是写重阳节的习俗。如王维的《九月九日忆山东兄弟》等；而杜甫的七律《登高》，则是写重阳登高的名篇。当然，古人的登高没有划一的规定，一般是登高山、登高塔，同时还有吃“重阳糕”（一种九层糕）、赏菊饮菊花酒的习俗。清代以后，赏菊之俗尤为昌盛，时间也不限于九月九日，但仍然是重阳节前后最为繁盛。

重阳节插茱萸的风俗在唐代已经很普遍。“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥想兄弟登高处，遍插茱萸少一人。”因为

古人认为在重阳节这一天插茱萸可以避难消灾;或佩带于臂,或作香袋把茱萸放在里面佩带,还有插在头上的.这些习俗在晋代葛洪《西经杂记》的中就有记载.

清代,北京重阳节的习俗是把菊花枝叶贴在门窗上,“解除凶秽,以招吉祥.”.

在改革开放的今天,重阳节这个传统的节日被赋予了新的含义.1989年,我国把每年农历的九月九日定为老人节,从而将传统与现代巧妙地结合,成为尊老、敬老、爱老、助老的老年人的节日.

同学们,我们是炎黄子孙,我们中华民族五千年的文明史中含有尊老、敬老、爱老、助老的传统美德.“老吾老以及人之老,幼吾幼以及人之幼”,讲的就是这层意思:尊敬、爱护自己家的老人和小孩,同时也要象对待自家人那样去尊敬、爱护别的老人和小孩.最近,从新闻媒体讨论的话题中也可看出一二.如“该不该给老人让座?”“怎样做一个可爱的上海人?”这些活动的核心就是要努力建设和塑造一个具有高度文明、能与国际接轨的国际大都市的形象,而尊老、敬老、爱老、助老就是其中的一项内容.作为生活在这座大城市的我们,更有义务为树立良好的城市形象而作出努力.客观地说,经过改革开放和精神文明建设,良好的社会风气已经逐渐形成,一些不良的行为受到大家的谴责.反省我们自己,在日常生活中我们的学生在尊老、敬老、爱老、助老又做得怎样?我不想对你们的过去予以评价.但是,在重阳节即将到来之际,我们全体同学是否想到,该如何为我们家的老人或者社会上的老人做点什么呢?希望大家考虑一下.当然,学校政教处也有安排,要求各班的班主任在节后作个统计,看看我们的立达学生在老人节里为社会、老年人都做了些什么.

我今天的国旗下讲话就到这里.谢谢大家!

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十二

尊敬的各位前辈：

你们好！

国庆节的喜悦还在继续，安静的心情释放着心的微笑。自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。就是古代人在重阳节思念之情，在古代重阳是团圆的日子，因为不能团圆，在外的诗人心中思念家中的兄弟亲人，写下了传世的诗歌。思念之心，字字显露真情。现在我们国家给重阳节赋予新的寓意，这一天定为老年节，我国同世界上的好多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。让每个人献出一点爱，这世界就会变得更美丽。有一天你我也会老，看看老年的亲人，一晃几十年下去，那也许就是每个人的写照。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！美丽的容颜在时光的海中被描绘成苍白和皱纹，每一纹，也有深深地爱呀，当你看到晨中相扶的老人在风景中轻轻走过，笑容绽放在慈祥的脸，心中那份感动不能自己；还有那一对年约六旬的老人身着大红的运动服在那奔跑的身影，让人羡慕；当然也有流浪在街头的老人，一脸人生的苦涩，和那渴望相助的眼，让人受不了，受不了。

人生最美夕阳红，世间最美老年花，没有人会永远年轻，老年人拥有的是智慧和经验，别说老年人爱啰嗦，每一句话里有真情，每一个字也是渴望，多陪老人说说话，会有好处，明理和涵养在时光之海已浸入到内里，没有浮华，没有虚假，只有渴望，想与子孙辈多点相处的时间，多一些相聚的时刻，可以知道孩子们的生活，为孩子的幸福开心，为每一个亲人祈福。只要孩子们过的好，老人心中就无所牵挂了。这是老人，让人尊敬的老人。而年轻人一般不能发现这一点，生活

的压力好大，工作的压力和竞争，让人累和疲惫，可以认为有理由不回家，不想念老人，这是一种不正确的思想，当你已经长大的时候，父母可能在一天天衰老，思念和担忧的心时常动在心头，一句话，一句问候，不能回家，打个电话也好。那是给你整个世界的人呀！不可以不记得。只要有时间，就要陪陪老人，给干点活也好，陪妈妈吃饭，陪爸爸看电视，看父母的的笑颜，心中也是欣慰！

讲个亲身的经历给你们听，我从小在外婆家住的时间比较长，经常在街上玩沙，来人的时候，藏入外婆的怀抱里，所以我常去看望，常握住外婆干瘦的手，用我的手包她的手，用她的手包我的手，外婆在我妈那说，自己看大的孩子就是亲，就是亲。而有点严肃的外公最喜欢抱我的女儿。我的外婆在今年离去了，我没有握她手的机会，想到这，泪在我眼中转来转去，我想到要多去看我的外公，让他多笑一笑，安慰他的心，我的母亲和姨妈会陪着他，我也会尽我的孝心。所以，年轻的朋友们，记住爱你们的长辈，多陪陪他们，可以到任何时候不后悔，可以心中无憾，可以让老人的笑容绽放。梦中的我常常会想起好多的人，有离世的亲人，有大街上孤独的老人，经常在梦中醒来，有时有泪，有时感觉我的亲人轻抚的温热和慈爱的笑颜。

有一天你也会老，想想那会是什么样子，人生是一面镜子，对照人生，尊重老人，爱护老人是传统的美德。是社会的责任。让老人笑在重阳，笑在每一天。把最美丽的祝福送给全天下的老人！快乐，幸福，笑口常开。

## **敬老爱老重阳节演讲稿篇十三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我的讲话题目是《爱老敬老》！

今天是我国的又一个传统节日——重阳节。九九重阳，因为与



“久久”同音，九在数字中又是最大数，有长久长寿的含意，况且秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意深远。

1989年，我国把重阳节定为“老人节”，此后每年农历九月初九又成为尊老、敬老、爱老、助老的日子。

中央电视台《东方时空》栏目在前年重阳节作了一个非常有意义的调查：请问，你是否知道父母的生日？在10个小时内，有1840人投票，其中回答“知道”的有1274票占69.24%；“都不知道”的有338票占18.37%；“知道父母中一位”的有228票占12.39%。说实话，看了这些数据，实在是有些刺眼，实在令人担忧。

中国已经步入老龄社会，进一步倡导尊老敬老的传统文化尤其显得必要。有数据表明：中国60岁以上老年人人口已经超过了1.3亿，占全国人口的10%以上。到本世纪中叶，中国老年人口将达4亿，占全国人口的1/4。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为\*\*三小的学生，我们应该发扬尊老、爱老的优良传统。在重阳节这天，向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切；在平时，帮助他们做些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起，做他们的乖孙子。同时向社会的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

当然，尊老敬老绝不是重阳节一天的事，应该是在日常生活中，帮助老人解决生活的困难，多给老人一些心理慰藉。因此，我提议，每一位少先队员都要用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居老人做些力所能及的事，比如帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事，把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，对邻居长辈有礼貌，外出礼让老人。

“岁岁重阳，今又重阳。”希望我们所有的人都从现在做起，都能尊老、爱老。在天高云淡、秋风飒爽的季节，让我们共同祝愿天下所有的老人都能幸福、安康。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家下午好！

今天我演讲的题目是涓涓父母情，拳拳儿女心。

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们自己；没有亲情、友情和爱情，世界就会是一片孤独和黑暗……这些都是浅显的道理，没有人会不懂，但生活中的我们在理所当然地享受着这一切的同时，却常常缺少了一颗感恩的心。

同学们，你们听过乌鸦反哺的故事吗？乌鸦在母亲的哺育下长大后，当母亲年老体衰，不能觅食了，它就四处去寻找可口的食物，衔回来嘴对嘴地喂到母亲的口中，回报母亲的养育之恩，并且从不感到厌烦，一直到老乌鸦临终，再也吃不下东西为止。

亲爱的同学们，你们可曾发现有一种感情，始终包围着你，以至于让你忽视了它的伟大；有一种感情，永远呵护着你，以至于让你麻木了它的厚重。也许，朋友的嘘寒问暖让你感动；也许，陌生人的迷途指路让你感激；也许，师长的关爱之情让你感谢。

相信大家都一定看过一则公益广告，一位孝顺的媳妇在忙碌了一天，还为婆婆打好洗脚水，为婆婆洗脚，当年幼的孩子看见妈妈正在为奶奶洗脚时，自己也打好了洗脚水，一簸一簸的端到妈妈的面前说：“妈妈我也为你洗脚”。

这一场景确实很令人感动，也让人深省，我们长这么大到底为父母都做过些什么？我们有几个人能记住父母的生日？父母最喜欢吃的东西？父母的鞋码？这些看似很微不足到的事，却表现这我们是否对父母有一份孝心。

为父亲洗脚是因为父亲大病卧床。父亲的脚很大，我还记得父亲要穿四十二号的鞋，父亲的脚可粗糙了。我给父亲好好的泡了泡脚。父亲因为病痛的折磨已经很久不笑了，可是那天父亲笑了，笑得像个小孩子。

孩子！当你还很小的时候，我花了很多时间，教你慢慢用汤匙，用筷子吃东西。教你系鞋带，扣扣子，溜滑梯，教你穿衣服，梳头发，擤鼻涕孩子！

如今，我的脚站也站不稳，走也走不动，所以，请你紧紧的握着我的手，陪着我，慢慢的。就像当年一样，我带着你一步一步地走。

回报父母的爱其实我们完全可以为父母洗脚，那并没有什么不好意思；我们可以为他们过生日，即使没有任何礼物；我们可以陪他们好好的吃一顿饭，即使没有大鱼大肉；我们也可以了解父母的鞋码，为他们买双鞋子，即使它不是。

我们也可以在一些琐碎、简单的事情上，给父母一个小小的回报，比如早晨或是晚上睡觉时对父母说一声“早上好”、“晚安”；在父母做家务时，帮忙做一些简单的家务：扫地、洗菜、煮饭……最重要的是我们应该好好学习，掌握知识，长大后成为国家的栋梁、父母的荣耀。平凡的事，当我们真正用心去作了以后就能体验到它的不平凡了。

父母恩情似海深，人生莫忘父母恩。鲜花可以枯萎，沧海可以变桑田。但我们感恩的心不能变，让我们从一点一滴做起，感恩父母，孝亲敬老！

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

“每家都有老人，人人都会变老，人人都要敬老，社会会更加美好……”在“九九”老人节来临之际，我们祝愿所有的爷爷奶奶生活愉快、健康长寿！

九九重阳，与“久久”同音，含有长久长寿之意，同时秋季也是收获的黄金季节。尊老敬老是我国的传统美德，是先辈们传承下来的宝贵精神财富，是社会主义新风尚的重要方面，也是构建和谐社会的起码要求，更是做人的最基本准则。光阴似箭，日月如梭。随着岁月的流逝，我们从为人子女，变成了为人父母，可以说上有老，下有小，对尊老爱幼也越发体会得深了，也越发感到尊老敬老的重要了。不敢说我们都是百分之百的孝顺子女，但可以说我们的父母都是百分之百的好父母。

尊老敬老符合人类的根本利益，我们对老人没有理由不孝敬。我们知道，人的一生都要经过幼年、少年、青年、壮年、老年等五个不同的阶段，这是客观规律，是不以人的意志为转移的。这五个阶段又可分为靠父母抚育、独立生活和靠子女敬养的过程。由此可见，尊老敬老是形成人生良性循环的需要，是让人类繁衍畅流无阻的必备要素。如果在人生的这三个过程中出现严重问题，将直接影响人的本身的发展，人类也必然会形成老少不养的恶性循环。

老人为我们创造了幸福的今天，值得我们尊敬和爱戴。老人是我们的长辈，没有他们的辛勤劳动，就没有我们幸福的今天。今天我们的幸福生活，正是他们当年辛勤劳动打下的基础。如今，当年的劳动者虽然已经失去劳动能力，但他们曾为社会做过贡献，值得我们尊敬和爱戴。退一步，从老年人本身来说，他们大量的知识、丰富的阅历和经验，是整个社会的宝贵财富，值得我们继承和借鉴。老人也理应受到社会

的尊敬和重视。“老吾老以及人之老”，为了自己我们应该孝敬老人。

人生自古谁无老。我们今天对待老人的言行，也许就是明天作为老人被对待的翻版。将心比心，我们必须做尊老敬老的榜样，这样，我们的下一代才会从中明白尊老敬老的事理，把我们感人的孝道、孝德融入到自己的思想道德和行为规范里，自觉做尊老敬老的有心人。这样，当我们年老的时候，才会享受到颐养天年的无穷乐趣。

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十六

老师们、同学们：

早上好！

枫叶正红时，又是重阳节。再过几天就到重阳佳节了。可能还有同学不知道重阳节的来历吧！

重阳节就是农历九月初九，为什么会是九月初九呢？古老的《易经》把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月初九，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。九九重阳，因与“久久”同音，九在数字中又为数，故有长久、长寿之意，故且秋季也是一年中收获的黄金季节，其寓意就深远了。□xx年起，重阳节又被赋予了新的含义，被国家定为敬老节，成为人们尊老、敬老、爱老、助老、尽孝道表孝心、弘扬传统美德的节日。

老师们、同学们！普天之下的每一位慈母严父，都值得尊敬，值得爱戴。当岁月的痕迹悄悄爬上那娇美的容颜，当山一样伟岸挺拔的腰身渐渐佝偻，当曾经火红的青春悄然离他们远去，他们却没有丝毫遗憾，没有任何抱怨。他们用那无私的奉献和深沉的爱心，抚育着我们成长，包容着我们的错误。我们的平安，我们的健康，我们的成功，我们的幸福。

来吧，用最朴素的方式献给父母一份孝心；拿起你手中的笔，写几句感恩的话语；举起你的手，为父母捶两下背、揉几下腰、洗一下脚；拿起你的相机，给父母留下一份美好的回忆！只要我们真心的做了，你就能得到一笔珍贵的财富！

老师们、同学们！快行动起来吧！关爱老人，始于足下；孝敬父母，从我做起，从小做起，从心做起！

谢谢大家！

## 敬老爱老重阳节演讲稿篇十七

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好！

我是20\_\_级7班的\_\_，今天我为大家演讲的题目是：《敬老，从我们做起》。

老师们、同学们，今天是中华民族的传统节日——重阳节。九九重阳，因与“久久”同音，在数字中又是最大，有长久长寿的含意，加之秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意便显得更加深远。

《易经》中把“六”定为阴数，“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。古人认为这是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早以前就开始过此节日。

而今天的重阳节又赋予了新的含义，1989年，我国把每年的九月九日定为老人节，传统与现代巧妙地结合，重阳节又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。

有数据表明：中国60岁以上老年人已经超过了1.3亿，占全国人口的10%以上。到本世纪中叶，中国老年人口将达4亿，占

全国人口的1/4. 现在的中国已经步入老龄社会，进一步发扬尊老敬老的传统文化显得尤为重要。

因为一个国家对老人的态度，反映了一个国家的文明程度，代表着一个国家、一个民族的文化素养。中华民族上下五千年，有着悠久的历史 and 光辉灿烂的文化，素有文明古国、礼仪之邦的美誉。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为金牛实验中学的学生，我们应该发扬尊老、敬老、爱老的优良传统。昨天，他们为社会的发展挥洒汗水；今天，我们要为他们劳累的身心擦汗送温。

重阳节是人们向父母、长辈和身边的老年人送上祝福、传递爱心、表达感恩的日子。

重阳节这天，作为当代中学生更应该向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切；在平时，帮助他们做一些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起。同时也向社会上其他的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

老年人对我们这个社会作出了重大的贡献。在他们年轻的时候，他们把自己的青春年华奉献给了我们的国家，共和国的大厦是用他们辛勤的双手甚至生命建造起来的。今天，他们年纪大了，没有劳动能力了，社会就应该关心、帮助、尊敬他们，让他们幸福地度过晚年。

当然，敬老爱老绝不是重阳节一天的事，日常生活中我们也应帮助老人解决生活中的困难，多给老人一些心灵上的慰藉。

因此，我提议，每一位同学都用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居的老人做些力所能及的家务事，比如：帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为

他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事；把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，让他们开开心心生活，愉愉快快度余生。“授人玫瑰，手留余香”，当我们奉出一颗颗爱心的同时，我们的内心也会感到阵阵温暖。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯，是寒冬里的一把火，是沙漠中的一泓泉，是久旱时的一场甘霖。敬老美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手；需要谈心时，递上来的一颗火热的心；需要关心时的一句亲切慰问。

只有生活在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好；才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

“岁岁重阳，今又重阳。”让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，献出我们全部的爱心与孝心，抛下“人不为己，天诛地灭”的自私观念，弘扬尊老敬老的优良传统，为老年人安度晚年创造和谐的环境，优越的条件，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁！

我的演讲到此结束，谢谢大家！