# 2024年节约的演讲稿三分钟 节约用水三分钟演讲稿(优质13篇)

作者：心灵的归宿 更新时间：2024-03-29

*要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。节约的演讲稿三分钟篇一同学们：大家好！今天我为大家演*

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**节约的演讲稿三分钟篇一**

同学们：

大家好！今天我为大家演讲的题目是《节约用水》。

同学们，我们都知道，人不可以缺水，如果没有水，地球上将会荒无人烟。植物没有水，地球上将没有微微小草，缺少一片绿色。所以，地球上没有水，就等于没有了生命。

海洋的面积占地球的71%，这么多的水，能被人们利用的只有微不足道的`一点点。即便如此，在我们身边浪费水的不良习惯还是数不胜数。比如，在用水的时候去开门、接电话，却不关水龙头。根据专家分析，只要改掉这样的不良习惯，就可以节约70%左右的淡水资源，不仅省了钱，还节约了水资源！

“节约用水，人人有责”这句话很多人都会说，可是只说不做，还是等于白费。

有一次，我去接水，发现整整一排的水龙头都开着。我很生气，把一个个水龙头关掉，心想：这是谁干得好事，千万别让我抓到他。这时候，走过来一个小男孩，他手上拿着两个瓶子，若无其事地说道：“嗯？我不是把水龙头都打开了吗，怎么都关上了？真奇怪。”我听见后，说：“小弟弟，是你打开的水龙头吗？”“是！”“小弟弟，你不能这么去做，我们的水资源是有限的，不是取之不竭，用之不尽的。水是生命的源泉，我们要懂得珍惜。”他听了之后，不好意思地点了点头：“姐姐，我再也不会这么做了。”“嗯，知道错了就好。”

水是大地的乳汁，是生命的源泉，万物都离不开水。同学们，让我们珍惜每一滴水，不要让最后一滴水成为人类的眼泪！

**节约的演讲稿三分钟篇二**

同学们：

是电流，是天然气，是煤炭，是汽油。他们有一个共同的名字叫做能源。

我们现在使用的主要能源，是地球妈妈经历了亿万年的孕育，才为人类积蓄下的一笔巨大财富，我们每天都离不开能源，但能源不是取之不尽，用之不竭的，假如只知道无节制的使用，妈妈疲倦不堪的身躯，已经无力承担再一次的孕育!假如没有足够的能源供给，我们五彩缤纷的生活将黯然失色！假如能源耗尽，我们的未来将堕入黑暗。

大家不要以为一滴汽油无足轻重，无数个发动机节约每一滴油，将汇成一条芬芳的河流；不要以为几十瓦的灯泡默默的亮着无关紧要，亿万只手把它熄灭将托起一轮崭新的太阳；不要以为水龙头开着时一滴一滴的水浪费掉无足轻重，你可知道这一滴一滴水如果节省起来，也可汇成涓涓细流，所以请大家伸出节水之手来关掉水龙头；当你把香喷喷的饭菜吃剩下到掉时，你就没想到这一粒米饭到餐桌上的艰辛，从农民伯伯把它种在地里，经过精心照料，到秋天收获，在经白般筛选，把一粒粒米放入锅中，经过天然气的烹调，才可以端上才桌，真可谓是“来之不易”呀！

亲爱的同学们，让我们一起来学习有关能源的知识，掌握节能的技能，养成节约能源的习惯，同时用我们的行动来影响家人、影响周围的每一个人吧！

因此，在这里郑重地提出我们的倡议：

1.制定节能计划，掌握节能的知识和技能，从我做起，从节约一度电、一滴油、一滴水、一粒粮食做起。

2.养成随手关灯，节约用电的好习惯。

3.合理使用电器。

4.购买和使用有节能标志的家用电器和节能照明设备，提高能源使用效率。

5.尽量使用公共交通工具，节省能源，保护环境。

让我们携起手来，节约能源，从我做起，从身边做起！

**节约的演讲稿三分钟篇三**

同学们：你们一定都看过这样一则公益广告：电视画面上有一个水龙头，正在艰难的往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后水就枯竭了。然后画面上上出现了一双眼睛，从眼中流出了一滴泪水。随之出现的是这样一句话：

我倡议：

1、当大家到水房接水时，不浪费每一滴水，并及时关闭水龙头。

2、当看到身边有没关闭的水龙头时，请大家将水龙头及时关闭，节约用水。

3、当看到身边的同学、家长有不节约用水现象时，请大家友善的提醒，让每个人都拥有节水意识。

4、在家里帮爸爸吗做家务时，可以倡导父母衣物要集中洗涤,尽量减少洗衣的次数;小件、少量的衣物提倡手洗;洗涤剂要适量投放,过量投放将造成水的大量浪费。

同学们，让我们牢牢记住3月22世界水日吧，做一名环保小卫士!从身边的小事做起，在生活中与浪费水资源、破坏水资源的行为做斗争。以自己的实际行动宣传节约用水的意义，自觉保护和节约每一滴水，提高节水意识，为保护珍贵的水资源，做出我们应有的贡献。

**节约的演讲稿三分钟篇四**

饭前饭后我们都要洗手，可是在学校我发现有些同学不关水龙头，那白花花的水不断地流，看到如此一幕，我感到非常心疼。

水可是我们人类必不可少的资源，人可以七天不吃饭，但不能三天不喝水。水也是我们生活中必不可少的，洗衣要用水，做饭要用水，浇花也要用水……可以说我们人类一天也离不开水。

还等什么呢，不要让人类的眼泪成为世界上最后一滴水，大家一起行动起来吧，共同节约用水，保护水资源!相信通过大家的努力，一定能够做到!

演讲稿节约用水2

今天，在洗手池那里，可以看见有些水龙头没有关紧，水滴一直流，我看见那些水滴正飞速的流下来，犹如瀑布一般，此时，底下的同学们议论纷纷，有人在讨论，我们现在的水资源不是很丰富吗，为什么还要节约用水，于是，大家就对节约用水这个问题发表看法。

讨论会开始了，有的同学介绍了一水多用的方法，有的同学介绍了人们一年浪费水资源的大约量，有的同学介绍了我们中国的水资源是否很充足，还有的同学介绍了水的珍惜度非常值得我们来守护、珍惜……蔡新强同学说：“目前，我们中国的水资源并不乐观。主要集中在水资源分布不均匀，季节性降水波动大，水资源污染严重。政府工作中，环保不利，规划不当等原因更加重水资源紧缺。别看我们常州这个地区不缺水，我们国家其实还有很多地方严重缺水。”蔡惠仁同学说：“目前我国每年约有100多亿立方米自来水被用来冲刷家用马桶和公共厕所，水资源浪费状况触目惊心!”呼启阳同学说：“洗脚的水可以用来浇花，冲厕所。洗脸的谁可以用来洗衣服，冲厕所。”王锦涛同学说：“我们在洗手池总有时候会看见水龙头没有关，我们应该主动把水龙头关紧，还有些小朋友在用水嬉戏，我们应该前去阻止，告诉他们水资源的重要性。”邓宇杰同学说：“如果我们现在什么也没有，我们可以三天都不吃食物，但是，我们不可以三天不喝水，因为水在我们人体内是不可缺少的，所以我们要珍惜水资源。”

通过这次讨论会，我明白了水在我们生活中的重要性。

演讲稿节约用水3

从去年秋天开始，西南五省就发生了一场特大旱灾。为了认识到灾区的灾情是多么严重，我们班决定举行一天只用三瓶水的活动。

星期六早上，我拿出三瓶事先准备好的水，两瓶自来水，一瓶开水。我把少量的水倒入杯子，准备刷牙。我吸了一小口，吐掉，再用牙刷刷牙，这样反复了五六次。这真是吸多了怕水不够;吸少了，怕漱不干净。过了一会儿，总算是“提心吊胆”地刷完了牙。我把这瓶中剩下的水倒进脸盆里，剩下的水不多，还不到平时洗脸时的一半，但为了节水，只能将就着用了。洗完了还不能倒掉，要用来冲厕所，因为只刷了一次牙，洗了一次脸，就用了一瓶水，晚上洗刷完就没了，所以要省着点。

由于身体原因，我这几天都在吃药，一天两次，出于节水需要，我让外婆从那瓶开水中拿五分之二来泡药。这样算下来，我一天泡两次药，就用了五分之四的水，那我的普通饮用水就只有五分之一了。哎!真惨呀!

一天下来，三瓶水虽说是够用了，但用得很“拮据”。再想想灾区的难民，有时一天还一瓶水都用不上。通过这次活动，我深刻地体会了难民们的难处。

演讲稿节约用水4

水是取之不尽，用之不竭的吗?答案是否定。我国的人均水资源本来就不丰富，而且每年的人数都会多出许多，如果再不注意节约用水，我们将面临严重的水荒!

科学家说过，人类如果，不吃青菜，只吃家禽，那么，几年后，人类就会面临死亡。因为科学家分析，吃青菜人比吃家畜的喝水要喝的少。

现在让我来告诉你一个节水的小窍门：蔬菜先用淘米水洗一遍，再用清水清洗，不仅节约水，而且能有效清除蔬菜上的残存农药;家庭浇花，宜用淘米水、茶水、洗衣水等;将卫生间里水箱的浮球向下调整2厘米，每次冲洗可节水近3升，按家庭每天使用4次算，一年可节约水4380升;水龙头使用时间长有漏水现象，用装青霉素的小药瓶的橡胶盖剪一个与原来一样的垫圈放进去，可以保证滴水不漏。如果人类不珍惜水源，那么地球上的最后一滴水将是人的眼泪。

演讲稿节约用水5

水，乃是生命之源，生活处处需要水，但很多人都做出了浪费水的行为。如果他们不珍惜水资源的话，那么地球上最后的一滴水将是人的眼泪。不过，有些人也是出于迫不得已：厕所水箱太大，冲水时白白浪费了水。这些情况在生活中常常发生。为了节约用水，我们家正在施行“家庭节水方针”(节水“妙招”)。下面我把们家里现在施行的“家庭节水方针”介绍给大家听听吧!

2、“一线天”。现在正值夏天，天气十分炎热，大家都在开空调，空调肯定要滴水。我们楼上有一户人家，现在正“争分夺秒”地开空调。楼上一直滴水，水落到了我们家的空调上。“滴滴嗒塔”的水声“日夜不息”，很烦人。虽然是空调水，但是浪费了多可惜呀!我想：不如把我新买的花盆种上种子，放到我家空调上面。这样，上面的空调滴水就可以自动帮我浇花了。嘿，真是“黑妹牙膏，一刷见效”，这“招”还真管用!不仅节约了水，而且我的花也在一天天地茁壮成长。真是一举两得!

由于时间关系，我在这儿只能告诉大家两“招”。不过，“窍门满地跑，看你找不找”，这些节水小“妙招”就在生活中，等着你的发现哦!

**节约的演讲稿三分钟篇五**

老师们，同学们：

今年3月22日是第二十三届“世界水日”,3月22-28日是第二十八届“中国水周”。联合国确定2015年“世界水日”的宣传主题是“水与可持续发展”。我国纪念2015年“世界水日”和“中国水周”活动的宣传主题为“节约水资源，保障水安全”。

水、空气与阳光是生命之源，是人类赖以生存的物质资源。生活中，衣、食、住、行哪样都离不开开水。从前，人们脑中总有一个定式------以为水是取之不尽，用之不竭的。随着世界人口的与日俱增和工农业的飞速发展，人类需水量也随之增长，水紧张的现实日益突出。目前，我国的水资源总量为2.8万亿平方米，位居世界第六位，但人均占有量仅居世界第88位，属世界贫水国家之一。

有一句公益广告词说得好：“如果人类再不节约用水，地球上最后一滴水将是人的眼泪。”同学们，为了不让这个悲剧发生，我们从现在起就要珍惜每一滴水，节约每一滴水。节约用水的很多方法是我们能够做到的，比如：经常检查水管和水龙头，防止滴漏;使用节水型器具，使用器皿洗漱，碗筷集中起来一起洗，用水时把水龙头开小一些，洗的时候动作快一些，用水间歇可以把水龙头关上，洗完后关紧水龙头;洗澡时不要始终开着淋浴喷头，避免不必要的浪费;生活用水要一水多用，漂洗衣服的水可以擦地板，擦完地板的水可以冲厕所，淘米水可以浇花……少量的衣服最好用手洗，避免用洗衣机洗耗费大量的水;洗刷时少用洗涤剂和清洁剂，减少水污染;另外，我们还要大力宣传节约用水，让每个人都养成节约用水的良好习惯。

老师们、同学们，在3月22日第二十三届“世界水日”到来之际，让我们人人增强节水意识，保护水资源，珍惜每一滴水，节约每一滴水，让我们的家园永远碧水潺潺!

我的讲话完了，谢谢大家的倾听!

**节约的演讲稿三分钟篇六**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

水，它浇红了花朵，浇绿了大树，浇润了大地，浇黄了庄稼，帮助了大家的生活，所以大家一定要珍惜它、节约它。

想必大家一定会口渴吧?那你会喝水，因为它是最解渴的。记得一二年级的时候，总是忘了带水，渴死我了!一来家就要喝水，感觉水比果汁、牛奶还好喝。

水的用处还有很多很多，都是能够帮助人类的。是人类必不可少的一样。所以大家一定要珍惜它，节约它。

既然要保护水源，节约用水，那就不要光说不做。比如：洗完手、衣服等的一些脏水可以去冲马桶、刷拖把等。用完水龙头及时关，水龙头坏了及时去修……其实也不难，只是我们身边的一些小事。

水是生命的源泉、劳动的血液、地球的命脉。如果珍惜水就是珍惜您的生命。

三分钟节约用水演讲稿3

上个星期一，我就做了一件浪费的事儿……

妈妈说过，只要我把水喝得一滴不剩，就奖励我一顿肯德基：3月14日，下午的第二节是体育课，我在第一节的时候就喝了一点水，可是实在喝不下了，我就倒在了树木旁边。可是，第二节课休息时，我渴了，想把水壶拿来，一看，天哪!一滴不剩，我望着那杯水倒过的地方，我不禁流下了眼泪……到现在，我都后悔得不得了，我怎么会做那么浪费的事，真希望有卖后悔药的啊!

我知道我虽然有一些唠叨，但是请你们一定要听完。

同学们，水是一切生命赖以生存，社会经济发展不可缺少和不可替代的重要自然资源和环境要素。但是，现代社会的人口增长、工农业生产活动和城市化的急剧发展，对有限的水资源及水环境产生了巨大的冲击。在全球范围内水质的污染、需水量的迅速增加以及部门间竞争性开发所导致的不合理利用，使水资源进一步短缺，水环境更加恶化，严重地影响了社会经济的发展，威胁着人类的福祉。

同学们，世界水日worldwaterday，世界水理事会建立这一个节日的目的是人们一点不知道水的重要，建立这么一个节日，为的是让人们能不浪费水，珍惜水!

大家知道水有多么重要了吗?总之，大家看到这里，我可以用五个字总结节约水资源!我希望我的这篇文章，能给大家带来启发。水，泼出去的水是不会再回来的，如果你们手里正在拿着杯子饮水，那么，请你们要把水喝完，最好不要浪费，谢谢!

节约用水，不只是今天……这个省略号我希望省掉的是节约。

**节约的演讲稿三分钟篇七**

亲爱的老师、同学们：

俗话说的好，水是命的源泉，一个人一天不吃饭，饿不死;但一个人一天水喝水渴得死吗?渴得死。

一个地方，矿产丰富，但没有水行吗?不行。

一块肥沃的土地，种花，没有水行吗?不行。

因为种花需要水，在肥沃的土地没有水，一切还是等于零。

地球上的.水虽然很多，大部分都是不能被人直接利用的，即通常所说的咸水，约占全球总水量的97.5%。我们通常所说的水资源，是狭义上的水资源，是指能为人类生产、生活直接利用的，在水循环过程中产生的地表、地下径流，和由它们存留在陆地上可再生的水体，即淡水，只占总水量的2.5%，在这2.5%中，又有87%是人类难以利用的两极冰盖、冰川、冰雪。人类可以利用的淡水只占总水量的0.26%，而这些淡水大部分是地下水，实际上，人类可以从江河湖泊取用的淡水只占总水量的百分之0.014关于节约用水我有一条小窍门是，洗米的水可以洗菜，洗菜的水可以浇花。

节约用水吧。

**节约的演讲稿三分钟篇八**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，我演讲的题目是节约用水，刻不容缓！！

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。四季轮回，水在我们生活中扮演着多么重要的角色!

水不仅孕育了生命，创造了生机勃勃的大自然，也维持着生命的不断延续与发展。人类文明诞生于海洋，发祥于大江大河。我们中华民族五千年优秀的文化，也是在黄河流域、长江流域发展并得以壮大的。可见，人类社会是一个以水为基础所维持的一个体系。倘若没有水，那这个体系也将随着坍塌，生命最终也会因此而枯竭！

宇航员在太空遥望我们的地球时，看到的是一个晶莹璀璨的蓝色水球。的确，地球是一个水球，它表面约有70.8%的面积为水所覆盖。但是，在全部的水资源中，97.5%是无法饮用的咸水，而就是在剩下的仅有2.5%的淡水中，也有87%是人类难以利用的两极冰川、高山冰川和永冻地带的冰雪。

同学们！目前世界上仍然有10亿的人们无法获取足量而安全的水来维持生存的基本需求，每年都有成千上万的人死于饮用不干净的水。

然而，在这仅有的这么一点可怜巴巴的淡水中，有些人却不懂得珍惜，浪费的现象依然随处可见。水龙头一开就忘了关，让水白白地流掉，有时洗澡，洗脸，洗衣服也得使用好几桶水。可惜，可恨！那些为谋求一己私利而不断向江河排放污水的企业，何以心安？是不是真的要等到有一天水坝干涸了，河水断流了，人们没水可以喝了，我们才会感到恐慌，才会意识到节约用水、爱护水资源的重要性。可那时一切都为时已晚了！

相信大家最近都从新闻里了解到，我国的西南地区正发生着一场历史罕见的特大旱灾。水资源缺乏给那里的人们带来严重的损失，甚至威胁到他们的生存。有些孩子甚至每天要走好几个小时的路程去取那么一点并不是很干净的水，以此来维持生命。

同学们！不要等到缺水的时候才来讲节约用水，也不要等到污染了江河才来讲爱护水资源。节约用水只是一个很轻的行动，只要我们在日常生活中珍惜每一滴水，全世界将汇聚成一条河流。节约用水不是一句空话，而是一个切切实实的一个行动，是一个融入到我们日常生活中的一个习惯性的举措。如今，在西南旱灾肆虐，用水紧张的情况下，节约用水更是刻不容缓！不仅我们自己要节约用水，还要让身边更多的人去节约用水，去爱护人类宝贵的`水资源。

同学们，你们一定都看过这样一则公益广告：电视画面上有一个水龙头，正在艰难的往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后水就枯竭了，紧接着画面上上出现了一双眼睛，从眼中流出了一滴泪水。随之出现的是这样一句话：“如果人类不珍惜水，那么我们能看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。”同学们，请不要让人类的眼泪成为地球上最后一滴水！让我们从现在就行动起来，一起投入到节水的大军中去，一起来爱护人类共有的家园――地球吧！

晶莹剔透的水，滴滴都珍贵。我相信，节水大军中，会有一个你！我的演讲完毕！谢谢大家！

**节约的演讲稿三分钟篇九**

教学目标：

1、了解家庭用水和用电的情况，学会的方法。

教学准备：

地球仪、用电调查表，多媒体课件。

教学过程：

(一)创设情景

幼儿回答：“地球。”

教师：地球上蓝色的部分代表的什么呢？

幼儿回答：“海洋”

教师：“对，是海洋，是水。水和电都是我们生活必不可少的，我们把它们称之为能源。”

（二）互动探究

1、了解资源重要性

a：出示课件：晚上，峰峰在家里看电视，爸爸在书房工作，妈妈在厨房做饭，突然没电了。

a:请幼儿想想你这个时候会怎样？

b:再以四人为小组讨论，你会怎么做？

b：再放课件看情景，家里只能点蜡烛，妈妈想再做饭可又没水了。这下子怎么办呢？

让幼儿再讨论，如果你遇到这种没有水没有电的情况，你会怎么样了？

2、如果我们不想过没有水没有电的日子，你会怎么做？

a：引导幼儿，离开时记得把电源关上，还有用完水请把水龙头关紧等。

3、那么我们每个家庭用水用电的情况又是怎么样的呢？回忆平时在家有没有做到？

4、师：老师很想知道，哪个小组用水量最少，用电量最少？（全体幼儿分四组，分别在四个箱里找出的图片。）

（三）每组幼儿介绍节约用水、用电的方法。

（四）看图片，师生交流感想

1、在我们生活中，有许多浪费水能源和电能源的现象。（观看vcd）

2、我们应该如何去做？从什么地方做起？（，从一点一滴做起，从我做起，从小做起，从平时生活做起。）

活动延伸：能源面临着严重的危机，成为全球共同关注的话题，下面请幼儿为节能能源宣传作一幅画，表达的重要性！

-->

-->[\_TAG\_h3]节约的演讲稿三分钟篇十

我的姥姥，个子不高，体型微胖，弯弯的眉毛下有一个塌塌的鼻子，看上去很慈祥。姥姥十分勤俭节约。

有一天，妈妈为我们做了一锅美味的饭菜。红的、黄的、绿的和白的，各种各样的菜品齐聚一堂，香气扑鼻。没一会儿工夫，一大锅的菜被我们吃得差不多了，但最后的那点锅底却谁也吃不下了。大家你看看我，我看看你，正准备把这些剩饭菜倒掉的时候，姥姥一把将盘子夺了过来，“哗啦”几下便吃了个精光，然后头也不回地走了，一边走，还一边说：“竟然这么浪费，太可恶了!”我不由惊叹，原来姥姥这么节俭呀!

姥姥不仅节俭，而且还十分勤劳。在姥姥家的院子里，有一块很大的菜园。这里的蔬菜种类繁多，应有尽有：有圆圆的卷心菜，有高挑的玉米，还有害羞的白萝卜……之所以这块菜园这么好，是因为有我们家的种菜高手——姥姥。不管是在什么时候，只有一有时间，姥姥都会忙着照看菜园。她一会儿清除杂草，一会儿给蔬菜浇水，真是好忙呀!

这就是我的姥姥，一个勤劳节俭，又爱唠叨的姥姥。

水，是一切的生命之源。正因为有了水，才有了这个蔚蓝而美丽的星球，才使人类、动植物得以生存。

假如真的没有水，那会怎样呢?那地球上也会和火星、土星一样，没有生命，死气沉沉。那么，将不会有人类的出现，树木，花草等一切将不复存在。鲜花经过浇灌才会绽放，绿叶经过滋润才会美丽。如果没有水，鲜花会绽放吗?小溪会欢唱吗?小鸟会飞翔吗?小树会枝繁叶茂吗?答案不言而喻。

水资源是有限的。陆地上的淡水资源非常之少，地球的表面虽然被百分之七十的水所覆盖，但大多是海水，海水是咸水，不能直接利用，而淡水资源只占地球上水体总量的百分之二点五三，其中近百分之七十是固体冰川，即分布在两极地区和中、低纬度地区的高山冰川，还很难加以利用。目前人类比较容易利用的淡水资源，主要是河流水、淡水湖泊水，以及浅层地下水，储量约占全球淡水总储量的百分之零点三，只占全球总储水量的十万分之七。

在日常生活中，水总是不知不觉地被浪费掉。洗菜要一盆一盆地洗，要是开着水龙头冲，一餐饭就要耗水50千克。用洗衣机洗衣服满桶再洗，若分开两次洗，则多耗水120千克。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。洗衣水洗拖帕、帚地板、再冲厕所。第二道清洗衣物的洗衣水擦门窗及家具、洗鞋袜等。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”。淋浴如果关掉水龙头擦香皂的话，洗一次澡可节水60千克。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。自行车、家用小轿车清洁时，不用水冲，改用湿布擦，太脏的地方，也宜用洗衣物过后的余水冲洗。家庭浇花，宜用淘米水、茶水、洗衣水等。家庭洗涤手巾、小对象、瓜果等少量用水。宜用盆子盛水而不宜开水龙头放水冲洗。

如果大家都没有节水的意识，如果真的到了水贵如油的那天，将会有无数的人干渴而亡，地球上的最后一滴水将会成为人们悔恨的眼泪!

珍惜水资源，保护水环境。污水处理系统，加强水环境监测，强化法律意识，依法管理水资源、水环境。

节约用水，利在当代，功在千秋。所以，我呼吁大家，节约用水，从现在开始，节水，爱水，珍惜水资源，保护水资源。从我做起，从身边的一点一滴做起!

勤俭节约是中华民族的传统美德，可是随着生活水平的提高，家家户户都变得富裕起来，这种美德便渐渐被人们淡忘了。但是，有些人并没有忘记这一传统，依旧勤俭节约，我的奶奶就是其中的一员。

奶奶已经七十多岁了，满头白发，脸上堆满了皱纹。她平时十分节俭，恨不得把东西复制几个，按奶奶的话说就是：“这东西没坏，凑合着用吧。”奶奶平时喜欢捡瓶子去卖钱，小时候，在奶奶的感染下，我也有了这个习惯，在我上一年级时，一次在校园里，我看见了一个瓶子，于是我把它偷偷藏了起来，到了下午放学的时候，我放下书包，马不停蹄地往我藏瓶子的地方跑去，当我看见瓶子还在时，欣喜若狂，连忙跑到栏杆前，对着栏杆外面的奶奶喊到：“奶奶，我找到一个瓶子!”说完，我用尽全身的力气，把瓶子扔了出去，奶奶捡起瓶子，拍了拍上面的灰尘，放进了随身携带的袋子里。奶奶夸奖我，“真是个勤俭节约的好孩子。”我听了后，心里美滋滋的，现在回想起来真觉得有点可笑。

奶奶的衣着十分朴素，在奶奶看来，衣服只要是没有穿破，就算是好衣服。一次，妈妈给奶奶买了一套新衣服，奶奶见了，十分生气，“买这么贵的衣服干什么?，赶紧拿去退了，”奶奶的态度很坚决，在奶奶的坚持下，没办法，妈妈只能把衣服退掉。事后妈妈生气地对我说：“再也不给你奶奶买衣服了!”

别看奶奶平时这么节俭，但遇到大事上却一点也不含糊，听妈妈说，在20xx年汶川大地震时，奶奶把自己节省下来的钱，全部捐赠给了地震灾区，用来帮助那些急需帮助的人们。

这就是我勤俭节约的奶奶，我要学习奶奶的这种美德，并把这种美德传承下去。

“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这是爷爷奶奶经常说的话。每当我听到这话时，我都十分惭愧。

记得有一次，我不仅没把碗里的饭吃完，还掉了许多饭粒在地上，爷爷看见了问我;“你学过《悯农》这首诗吗?‘谁知盘中餐，粒粒皆辛苦’这句诗写得多好啊!”爷爷又说，“现在世界上有许多小孩，整天饿着肚子，面黄肌瘦，过着衣不蔽体的生活;而你呢，随意浪费粮食。虽然我们的生活好了，但是节约粮食的传统不能丢。”我听了这话，觉得爷爷说的对，勤俭节约的好习惯要从小培养，以后我一定要注意。

还有一次，我看见一件衣服残旧了，便把它丢在一边，不穿了。妈妈语重心长地对我说：“不是我不买新衣服给你。这件衣服虽然旧了，但还可以穿啊!能用的就用，这是最基本的美德。”又问我，“你听过《毛泽东同志的军装》这个故事吗?毛主席在延安时穿着一套洗得发白，补丁摞补丁的军装，同志们几次要他换一套新的，他都不同意。有一次同志们背着他给他领了一套新军装，他发现后，硬是退了回去。毛主席的旧军装穿了四五年，大大小小的补丁有18块呢!听了这话，我想：毛主席是国家领导人，他都这么艰苦朴素勤俭节约，为什么我不能勤俭节约呢?”

勤俭节约是劳动人民的本色，是中华民族的光荣传统。我一定要继承和发扬这种光荣传统，我要永远记住“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这句话!

为小学生的我们更应该从小事做起，从点点滴滴做起，自觉塑造廉洁人品，节约一滴水、节约一粒米，“滴水汇成河，粒米攒成筐。”“ 勤俭永不穷，坐食山也空。”

任何一个国家，任何一个民族，如故果浪费成风，那么这个国家，这个民族也就没了希望。

我们在平时生活中，要节约用水看到在滴水的龙头应立即关上，在家里，洗菜水

可以拖地，洗脸洗衣服的水可以冲厕所;人离开要随手关灯;一个学期下来未用完的

本子可以装订起来作为草稿本;不乱丢粮食;不乱买东西，穿衣不讲名牌;铅笔可以

用到短得不能再用为止等等，都是我们要养成勤俭节约的好习惯。

让勤俭节约成为一种精神，我们永远铭记在心!

-->[\_TAG\_h3]节约的演讲稿三分钟篇十一

随着社会的发展，人们的生活水平也在逐渐变好，但也因此耗费了许多能源。有的人已经加入到了节能减排的行列中，但还有些人没有意识到，仍在浪费资源。我们小学生虽然不能让所有人醒悟，但我们可以用自己的行动来呼吁人们：节能减排，从我做起！

一到夜晚，江阴城灯火通明，各种商场金碧辉煌，霓虹灯闪烁着，格外耀眼。但谁能想到：这样开一晚上的灯，要用多少电哪！如果那些大商场能少开一些灯，商场内仍是亮堂堂的。江阴那么多商店，每家少开5盏，那省下来的这几千度电，可以派上多少用场啊！可以让山区的人们再夜晚看得清山路；可以让没钱买灯的孩子能清清楚楚地写作业……只要人们愿意，再小的力量也能凝聚起来。

我家家里有许多电灯，晚上，只要把灯一开，屋里亮如白昼。但电灯这么多，也不是经常开，是不是太浪费了？为此，爸爸特地把家里的电灯都换成节能电灯，好省些电。我很疑惑，问：“爸爸，家里的电灯好好的，换了干吗？”爸爸笑着说：“孩子，家里电灯多，费电，换成节能灯，方便又省电，多好！”爸爸还告诉我：家里的灯不要一开就开好几个小时，而且如果晚上要开灯，灯也不能开太多，两三只就够了，全部开出来也没有那个必要。我听了，点了点头。后来，我遵照爸爸的话，即使做作业也只开房间里的最大一盏灯。几天后，电费通知单发了下来，电费果然比以前减下去不少。我得意洋洋地告诉爸爸我节电的事，爸爸妈妈听了，都夸我懂事。

生活中也有许多浪费的现象，比如：家里的灯开了一夜也不关，刷牙时，洗手池的水龙头一直“哗哗”地流着水……其实，这些用过的水也可以再利用。淘米剩下来的水可以浇花用，洗衣服、洗手剩下的水还可以冲马桶用等等。只要我们把它很好地利用，就会发现许多意想不到的效果。

做到节约能源并不难，只要从自己做起，从身边的一点一滴做起，哪怕一滴水、一度电，也是节约。只要地球上每个人意识到这一点，就会创造出一个美丽、可爱的家园！

**节约的演讲稿三分钟篇十二**

今天我演讲的题目是《节约用水，从现在做起》。

水是生命的源泉。假如地球上没有水,那么地球母亲就不会孕育出我们人类的子孙万代。有的同学会说，我们淮安是个景色如画，四水穿城的好地方，又怀抱全国四大淡水湖---洪泽湖，是一座漂浮在水上的城市。用水对于我们来说，不存在困难的问题，可我要告诉大家，现在全世界有一半以上的国家和地区缺水，缺水已是全世界共同的话题!我国也是个严重缺水国家。甘肃定西是我国最缺水的地方。生活在那里的人，一生只能洗三次澡，分别是出生、结婚和去世的时候。因为缺水，他们生活贫困;因为缺水，他们生活苦涩;因为缺水，他们对水充满渴望，无比珍惜。

水，天上、地下、江湖、海里都有。对于节约用水，同学们总觉得不如节约别的东西那么重要。可你们知道，我们每天用的自来水是怎么来的吗?是叔叔阿姨们将江河水或地下水引进水厂，经过沉淀过滤，杀菌消毒，除掉有害成分和杂质，通过地下管道送进千家万户、送到需要用水的地方,给我们生活、生产提供方便。当我们拧开水龙头的时候，就应该想到，流出来的卫生清洁水里面包含着多少人的辛勤劳动!凝聚着多少人的汗水啊!

我们每天都要喝水，洗衣做饭离不开水，植物生长离不开水，工厂生产离不开水。人体有三分之二以上是水分，一个人超过四天不喝水就不能生存，而一年要一吨水才可以维持健康生命。可见，水是何等的重要。

也许有的同学会说：“节水是政府的事，就算我有心去做，也没有那能力。”其实，并非只有那些轰轰烈烈的大事才叫节水，作为一名学生，我们虽然不能为节水做出惊天动地的大事，但可以从自身做起!从身边做起!可以积极宣传节约用水的意义，可以把了解到的节水小窍门告诉大家。看到有水龙头在滴水把它拧紧，刷牙时用杯子接水，杜绝长流水;收集自己的洗脸水、洗脚水冲洗厕所。用养鱼水浇花，用淘米水洗碗、洗菜，干净的菜先洗，较脏的菜后洗。这些，都是我们可以做到的。有人作过统计，如果我国13亿人每人节约一滴水，就会节约45吨水!多么惊人的数据啊!

同学们，节约用水是人类的一场持久战!让我们携起手来，从我做起，从现在做起!珍惜水资源，保护水资源，为建设富庶美丽幸福新淮安而努力!

**节约的演讲稿三分钟篇十三**

小朋友们，你们知道世界三大粮食作物是什么吗?它们就是小麦、水稻和玉米。本周是我国“爱惜粮食、节约粮食”的宣传周。“民以食为天”，今天，就让我们将更多的目光投向人们赖以生存的粮食，谈谈爱惜粮食、节约粮食的问题。

也许有人会说：我们早已远离食不果腹的年代，吃饱饭、吃好饭已经成了司空见惯的事情，还有谁会在意粮食的由来，还有谁会在意随手丢弃的粮食?然而，现实情况令人堪忧：一方面，全世界人口与日俱增，粮食供应日益紧张。更何况，全世界还有许多地方和我国的一些偏远贫困地区一样，人民生活水平极其低下，连最基本的温饱问题尚未解决，那儿的孩子们连米饭都吃不上啊，更不用说吃肉了!另一方面，浪费粮食的行为屡见不鲜。就以我们幼儿园为例，教室的垃圾桶里，有时会有吃剩的面包、糕点，在生活中，不少小朋友也不懂得爱惜粮食，他们把饼干、面包、稀饭随便乱扔，在家里挑吃捡穿……据有关部门估计，全国每年浪费的粮食，足够五千万人吃一年，多么惊人的数据啊!

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗既赞美了劳动人民的伟大，也表达了劳动人民的辛劳。如今人们的生活好了，却不能丢弃勤俭节约的传统美德。因为，一粒粒粮食从播种到收割，再加工成成品粮，至少要经过20道工序，这中间包含了农民多少辛勤的劳动呀!可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

所以我们要拿出实际行动来爱惜粮食，继承和发扬勤俭节约的传统美德。

故事：贝贝兔吃饭

兔妈妈端着一碗饭来到贝贝兔身边，说：“贝贝，吃饭啦!”

贝贝兔嗅了鼻子，说：“哇，真香呀!”

它围起饭兜兜，拿起小勺子，大口大口地吃起来。

过了一会儿，贝贝兔却将好些粒米饭扔到了地上，兔妈妈见了，既惊讶又生气，它严厉地批评贝贝兔说：“谁知盘中餐，粒粒谐辛苦，你怎么能这样糟蹋粮食呢?”

贝贝兔听了，委屈地说：“妈妈，不是这样的，你瞧，地上的小蚂蚁也饿了，我想送些给他们吃。”

兔妈妈这我才明白，它对贝贝兔说：“妈妈要像你说对不起，是妈妈错怪你了”

贝贝兔笑起来：“没关系!妈妈知错能改，真棒!”

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com