

关于我的健康我做主的作文

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zuowen/jingpin/68336.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

《关于我的健康我做主的作文》【第一篇】

我的健康我做主

我的健康我做主

我们拥有美丽的生命，不过，要想永久的拥有生命，就要好好调养自己的身体，多关注自己的健康。

我收看了一个节目，专门是讲吃哪些东西才会使身体变的更加健康，更加美丽。

台湾著名影星归亚蕾已经60多岁了，但看起来却十分精神和漂亮，根本不象她那个年龄段的人，这是因为什么呢？她告诉了大家她永保青春的方法。归亚蕾每天必须吃的三样东西是：苹果，香蕉，西红柿。因为苹果里面含了大量的维生素和苹果酸，可以使人有更多的营养，而且苹果酸可以使人减肥，保持美丽的身材。吃了香蕉也对人体有很大的帮助，里面也含有大量维生素，吃了还可以通便。很多人说吃了香蕉会发胖，其实并没有这种说法，所以大家就不必担心吃了香蕉会发胖。而西红柿对人体的帮助最大，可以把它当成水果，也可以把它当成蔬菜来吃。每次归亚蕾都会把西红柿在开水里把皮烫掉，然后把西红柿捞出来，割去西红柿其中的一脚，上面放一个西梅，这样吃了味道会更好。通过科学研究，人们发现煮熟的西红柿比生吃的更有营养。

电影《红楼梦》中的贾母扮演者林默予已经有83岁的高龄了，可是她却精神抖擞，记忆力很强，这也是因为膳食管理的很恰当。林默予每天都要吃一种叫白果的水果，它可以增强人们的记忆力。不过，在吃白果的时候，一定要把中心的一根芯拔掉，因为那根芯带毒。白果吃的时候一定要适量，否则吃多了会中毒。

影视明星刘晓庆年龄也将近60了，可是她的容貌，却可以与20岁的少女媲美，这不都是因为膳食条理的好，运动适量吗？

只有健康，人才会变的美丽，只有健康，生活才会充实。我们要为自己的健康着想。我的健康我做主！

简评：身体，是学习的本钱。拥有健康，拥有积极人生。

《关于我的娇小心愿的作文》【第二篇】

桌前的日历换上了一本新的，小猪储蓄罐里的硬币变成了几张纸币，啊，2022，我们过得多么匆忙，它，承载着我

很多记忆，我的小学毕业，我的踏入中学，我的结交朋友老师，一切的一切多么的让人难忘。

在这里，这个美丽的世界里，我们一同迎来了崭新的2022，我们拥有所有的健康不是吗？我希望在新的一年里，大家集中火力，对献爱心活动多添一份力，帮助那些贫苦的孩子，帮助那些残疾人士，让他们多感受一些人世的温暖。是的，生活虽然无情，但也充满了爱。我也想让我亲爱的麻麻语文老师（我是她的好娃）的牙齿快点好，一定要少吃点糖果，但是老是管不住嘴，嘿嘿；我祝福我的芹菜老师早点找个男朋友，生个胖宝贝。我想，我的愿望特别多，在这里根本说不完，我呀，还是希望我爱的人全部都健健康康的，健康可是本钱啊！况且，我还要他们实现对我的诺言呢！

新一年，新希望，在过去的一年中，我们也许哭过，累过，甚至恨极了还偷偷地骂过，但是，一切都过去了，对吗？我们要经过一次洗脑，迎接快乐，拥抱幸福。在此，祝所有的PEOPLE万事如意！谢谢。

六年级:朱照蕊

《关于我的狡猾表妹的作文》【第三篇】

我的“狡猾”表妹

说起我的表妹，唉，我真是有一肚子的苦衷啊！

表妹今年10岁，白白的皮肤，大大的眼睛，看上去很想让人捏一捏。不过，你可千万别被她可爱的外表给迷惑了，她一肚子全是坏水。小小年纪，居然敢欺负她表姐我了！不但如此，她总是在事情的最后冤枉我，害我挨打！

新的一天，我舒展了一个懒腰，走到窗前，打开窗子，呼吸新鲜空气，感觉心情好极了。表姐！我听见表妹的天籁之音，心情顿时低到冰点。她咚咚咚地跑上楼，站在我的面前。表姐！她的脸上堆满了讨好的笑容，我知道你作文一向最好了，这次，你就帮我想让我帮你改作文不可能，写作文更不可能！她脸上的笑容收起了一些，随即笑得更灿烂了：表姐，这次不一样，她继续笑里藏刀地说：这篇作文可是要登报纸的，到时候我就说你不帮我改，要看我笑话呦！你我到底造了什么孽呀，怎么会有这样一个表妹呀！

我坐在书桌前，努力地改着作文。而她呢，一个人休闲的坐在床边，看着漫画书，吃着巧克力。我看着她就忍不住火大：喂，你能不能自己改，我已经改了很多了！她一脸不屑：凭什么我改，不是说好你改的吗，关我什么事。再说了，你改是理所应当的！我越听越火大，就一把抢过她的巧克力，扔进了垃圾桶，边扔边想：哼，居然敢这么说我，看我不把你的巧克力给扔了！她立马气急败坏地从椅子上跳起来，指着我的鼻子喊：黄筱钦！你敢把我的巧克力扔了，我就敢让姨妈打你！哼，有本事你试试呀！

她慢慢地走到我身旁，一屁股坐在地上，先挤出几滴眼泪，然后眼泪就像水龙头一样，哗哗哗直往下掉。她边哭边喊：姨妈快来！姨妈快来！老妈破门而入，抱起表妹关心道：怎么啦，怎么哭了？呜呜呜，姨妈，表姐欺负我！老妈立马虎视眈眈地盯着我：你看看你！哪点比表妹好！就知道欺负她！我找不到话反抗，只好瞪着表妹。表妹哭的更凶了：姨妈呜呜呜表姐呜呜把我的呜呜巧克力扔了！姨妈知道了，姨妈带你去买你，去给我罚站！我真是哑巴吃黄连有口说不出啊！姨妈，表妹的泪水渐渐小了，其实只要表姐道歉就好。这样的听话，让老妈的火气更大了：你，罚站半个小时！我现在都不会忘记表妹出门前那幸灾乐祸的表情。

唉，我的狡猾表妹呦！

六年级:黄筱钦

更多精品作文 请访问 <https://xiaorob.com/zuowen/jingpin/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发