# 健康也是一种财富作文800字(合集27篇)

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2025-06-03

*健康也是一种财富作文800字1记得爱默生曾经说过：“健康是智慧的条件，是愉快的标志。”其实一生中只有健康最重要，没有了健康，其他一切都没有意义。这是我走出医院时，深深体会到的……那天晚上熟睡中的我，被腹部的绞痛惊醒。头上因疼痛渗出了汗，我双...*

**健康也是一种财富作文800字1**

记得爱默生曾经说过：“健康是智慧的条件，是愉快的标志。”其实一生中只有健康最重要，没有了健康，其他一切都没有意义。这是我走出医院时，深深体会到的……

那天晚上熟睡中的我，被腹部的绞痛惊醒。头上因疼痛渗出了汗，我双手捂住肚子，双脚已经把被子蹬到了地上。转辗难眠，几乎要在床上打起滚来。意识中想要呼喊妈妈，但是又怕他们睡不好。只是最里一直不短坚强自己的意志：没有事了，坚强，一会就过去了。就这样，挨过了一个漫长的夜晚。

星期一的早晨，我就被带到了医院。一进医院，一股刺鼻的药味迎面扑来，我当时真想拉着妈妈往回跑，刚要转身，妈妈似乎看出了我的心事，说：“想回去？不行，要是再通可怎么办！。”无奈，只能一个上午被爸爸妈妈拉着，几乎跑了整个医院，楼上楼下，一会抽血，一会腹部检查。终于，经过两个老医生的诊断，“急性阑尾炎”。我躺在病床上，听一个老医生说：“检查化验单上，发炎指标很高。”另一个又说：“不然住院，把它做掉吧！”做掉！？做掉什么意思？是要动手术吗，不要啊，我最怕疼了。想起电视上手术那紧张的气氛，那手术刀和铁盘摩擦的声音，还有心跳检测仪“滴滴滴”的声音。这一切都让人不寒而栗。

就在星期二的上午，一个女护士（手术室的），手推着一张床，另一只手拿着对讲机。她朝我的病房里喊：“33床 傅玮，手术。”手术！我的心一揪，脑子里又浮现手术室里的情景，眼泪差点就夺眶而出，妈妈似乎看出了我的忧郁，说：“放心吧，妈妈会一直陪着你的。”听了妈妈的话，心情也放松多了。被推进手术室，并没有想象中的那样只有一间房间，而是想工厂一样，有很多的不同科类的手术室。经过几个拐弯，我被到一见小小的.手术室了，里面没有人，和电视里一样，房顶上吊着一盏圆灯，一张手术床，还有若干个大大小小的柜子。

不一会而，就有七八个医生、护士陆续进来。只见一个老医生进来，就说：“开始吧。”听他这么一讲，我的心都要跳到嗓子眼了，他从一名护士手中接过一支针，说：“侧过身去。”我很乖地侧过身去，他到底要做什么？我原来以为像拔牙一样，在开口的地方直接注射麻药，没想到我侧过身去后，两个医生一起上来，把我整个人弓了起来，那麻醉师摸索着我的背脊，然后一针扎下来，我被这突如其来的疼痛疼得失声哭了起来“痛！痛！”那麻醉师不但没有安慰我，反而很凶地对我不耐烦地喊：“哭！哭！哭什么哭！”我也只能很不情愿地乖乖闭上嘴。

被麻醉后的我，静静地躺在床上，睡意一阵阵的向我袭来，眼皮不停地打架，隐约听到他们戴手术手套的声音，手术刀、铁盘的声音。慢慢的，我沉睡过去。当我再次有点感知时，感到一阵阵作呕，呼吸困难。一位医生见我这样，便把耳朵轻轻附在我嘴上，我用最轻微的声音说了声：“好难受。”他便取一个氧气罩罩在我嘴上，我又昏昏沉沉地睡了过去。不知过了多久听到一个声音“好了，结束了”。

当把我推出手术室时，感觉心中的石头终于落了下来，好轻松。爸爸妈妈看到我时，轻声对我说：“真勇敢！。”我用尽了全身的力气，挤出了一丝笑容，那一刻，我忽然感觉到：健康真好……

“健康是一块金子。”经过了这次特殊的经历，才深刻体会到，健康远高于一切。身体、身心健康，生活中才会有欢乐，才会有意义。

**健康也是一种财富作文800字2**

如今，人们的生活条件变得优越了，但有很多人甚至连中小学生都患上了颈椎病、腰椎间盘突出等疾病。而这些病状，都是由于我们平时写字不正确的姿势而引起的。

今年5月，我的外公在没有任何预兆的情况下突然瘫痪了。省人民医院、省中医院的医生们也束手无策，就连上海、北京的名医都无能为力。今天下午，我去省人民医院病房探望外公，我一走进病房，只见躺在病床上的外公脸色蜡黄，骨瘦如柴，他的小腿萎缩得只剩下我的胳膊那么粗了。顿时，悲哀如从雪山上流下的清溪流过我的心田，却留下刺骨的寒意。一时之间，我竟忘了喊一声：“外公。”

进屋后，我望着躺在床上的外公，他正在挂一瓶中棕褐色的药水。在床头柜上，还有三瓶未挂的药水以及形形色色的口服药。看着看着，我不知怎么的发起呆来……

我顿时眼泪就像断了线的珍珠，扑簌簌地落了下来，我一头扎进外公的怀抱，摇着外公说：“外公，外公，您快点好起来，我要跟您学新概念英语，再也不调皮，不惹您生气了”。外公有气无力地抚摸着我的脑袋对我说：“你要好好学习，听爸爸妈妈的话，外公恐怕不能再陪你去玩和学习了。”我呜咽着对外公说：“现在的医学这么发达，您一定会好起来的。”外公轻声对我说道：“古语说得对啊，“病来如山倒，病去如抽丝。”我一时半会儿好不起来。你现在这么小一定要树立健康的观念，珍惜健康啊！” 是啊，我在生活当中常常忽略健康，狂吃垃圾食品，喝凉水，整天沉迷于游戏，而我真正应该做的是积极锻炼身体，多吃有营养的食物，珍惜健康，不让外公的悲剧在我们这代人身上重演！

临走时，外公羡慕地看着我说：“我真希望能和你一样走路啊！”望着外公苍老的面容，我的眼眶不禁又湿润了。我的眼前浮现的是外公当年健步如飞的健康身姿，我仿佛昨天还与他手牵着手走在公园里欣赏春天的杨柳发嫩芽；品赏夏日荷塘里的莲花；多希望今天能再次与外公前往公园去品味秋季里的桂花飘香，待到漫天雪花飞舞时，外公我一定来陪您一起去踏雪赏梅。

走在回家的路上，我不禁触景生情，感叹当生命邂逅疾病，顿感生命的脆弱。斯宾塞曾说：“良好的健康状况和由之而来的愉快的情绪是幸福的最好保障。”因此我们一定要珍惜所拥有的健康，健康就是所有幸福的前提，是事业成功的基础，拥有健康就拥有幸福！

**健康也是一种财富作文800字3**

人天生拥有许多财富——诚信、智慧、健康……它们会伴随我们一生一世。其中健康最为重要，其他技能、财富就如零，只有加上健康这关键的“一”时才可以成为一个庞大的数字。

但近期因种种原因：作业繁多、学习压力重……使我们的运动时间大大地缩短。这也妨碍我们的健康与良好的身体素质。本来在体育这方面我已有欠缺，只有不断运动才可以让我弥补先天的不足。同时适当运动对学习也有帮助，在学习疲倦时打打羽毛球、篮球，散散步……可得到全身心地放松，劳逸结合，何乐而不为？往后，我得时时提醒自己：“今天我锻炼身体了吗？”

健康是成功的基石，我不应随意虚度光阴。我不但要学识渊博，而且还要有健康的体魄。运动节如约而至，为此我也需要加倍努力。在校园中，大课间好好练习投掷实心球；体育课多参加活动让自己精神焕发；在家里除了做作业、弹琴也需加强运动，如仰卧起坐、跳绳等。为了身体健康，我会按计划如实照办。健康十分可贵，只有身心健康，才可以用眼看绚烂世界，用脚漫步花草丛中……

“健康”这种财富多么珍贵、实用呀！日复一日的刻苦锻炼，年复一年的辛勤汗水。积沙成塔、滴水成河，只有健康才有能力去面对万事万物。随着运动节的开幕，让我们一起努力吧！

**健康也是一种财富作文800字4**

我们生活在一个科技发达，食品丰富的时代。超市里摆满了琳琅满目的零食，商店里也摆满了包装精美的食品。红橙黄绿青蓝紫，样样齐全。但是，病毒，细菌也跟着来了。

特别是校门口，路旁到处都是小摊子。里面的东西看了就让人恶心。什么威龙啊，辣条啊，依我看来，都是毒的不得了的毒药！因为这些都是“三无”产品。可是，有些同学却那么喜欢吃。怪不的，现在的孩子都那么体弱多病，没以前小孩子那么强壮。

我记得以前报纸上曾经提到：有个小孩每天都吃校门口卖的垃圾食品。有一天中午，他突然感到肚子痛。于是，去医院检查，居然得了急性肠胃炎。

还有，校门口的早饭也很不卫生。一日之计在于晨。早饭是很重要的。但是，一些小朋友喜欢敷衍了事，随便买点东西，吃了就上学去了。不过我不是其中一个。所以我会乖乖地吃完妈妈给我变着花样的营养早餐。

我呼吁：朋友们，让我们少吃零食，多吃蔬菜，水果。为我们的健康负责！

**健康也是一种财富作文800字5**

早晨的闹铃又响了。我想翻身下床，却觉头似被刀割了个口子，疼得不行，我只得趿起拖鞋，一步一步挪向洗手间。手被水龙头的冷水一刺激，清醒了许多，我猛地意识到，我发烧了！

原本不算重的书包却像座山压在我身上，我像一只虫豸，茫然而缓慢地向学校爬去。

教室里，老师在上头讲着课，讲什么我没听进去，我只知道我的头越来越烫。所以你能看到的是一滩烂泥瘫在椅子上，浑身软绵绵的，使不上力气。发烫，再发烫，升温，再升温，像烧鸡，再这样下去，也不知是送医院还是饭店了。我口干舌燥，水壶中的水完全是个摆设，我不停地出冷汗，喘气一声比一声急促，一声比一声虚弱。在强大的病魔下，作为渺小的生物——人，只得听“病”由命。

中午放学的时候，头已经是个火炉，可以煮鸡蛋了。走路的双腿直打晃的我，尽管想打起精神，但我做不到。我一厘米一厘米地挨回了家，开门一看见沙发就倒上去，整个人都虚脱了。

妈妈有方法，说，发烧嘛，出点汗就好了。说罢，一桶热水啪地放在我面前，泡脚。脚被热水烫到了极致，脸也涨得红的不成样子，但就是不肯出一丁点汗。闷热，仍是闷热。头痛，仍是头痛。面前的杯子换了几遍，桶中的水加了又加，汗终于被逼出来了，但只是沧海一粟。头还是痛。

汗出的越来越多，衣服早已湿透，头逐渐凉了，头上的热量一会儿升温又降温。躺在被窝里，明明热得受不了却仍得盖床被子。现在，各路病毒和各种细胞在我的血管中混战一番，也不知谁为成败，只知道我浑身难受。

如果健康还在我身上的话，让我说声健康别走。

**健康也是一种财富作文800字6**

还没有到总结人生回首过往的年龄，做这个题目实在是有些勉为其难。在此之前，我还没有好好估价过自己不长的人生，只觉不如意事常有，许多愿望还悬在空中，许多时光在踌躇中被糊涂地打发，未来似乎轮廓模糊。

而此刻却要俯拾人生财富，犹如用生命的滤纸过滤逝去的岁月，思想的滤纸口只留住那些熠熠闪光的结晶--它们总是让人记忆深刻，意义非比寻常。我想起今夏去三亚的亚龙湾海滩，在烈日下捡拾贝壳。当时捡起的每一枚贝壳都能让自己欣喜一番，但最后经得起挑选，值得带回去的却只有那么零星几枚。称得上财富的也是如此吧。

我不是生命的富翁，但记忆的果篮里或许还藏有那么几枚甘甜的`果子，让我将它们一一尝过--

我不是一个善于散布动感和热情的人，但我却有感受爱的敏感触角。家人的爱、师长的爱、朋友的爱，踩着爱的花丛一路走来，爱的花露会让你的心湿润和柔软。我从来不相信有谁真的对你恶意相向，假如他有负疚于你的行为，那是因为他缺失了明辨自我的能力，对人有恶意的人同时也丧失了自己的快乐;我相信爱是双向的润滑剂，能感受爱的人才会施爱，是付出也是得到。假如你能预见未来，预先展读生命的完结篇，会希望看到怎样的自己?难道不希望好好去爱你生命中的每一个人吗?在对人生和周围的人偶有抱怨时，我都会想起小的时候母亲说过的话:宽恕别人，就是宽恕你自己。

我不会张扬自己的快乐，但却是一个本质上乐观的人。偶尔会怀疑自己的能力，疑惑未来的路该如何迈步，但沮丧只是暂时的。我从来不会怀揣心事彻夜难眠，哪怕是遭遇了情感的重创，哪怕真的有了绝望的悲恸，心也不会彻底死去。嘴上不说，潜意识里却在期待着重生。我这样的人，永远都不可能选择自绝的命运，只要活着，路总在前头。

我是个异常珍惜记忆的人，疲惫或者失意的时候，会将它们搜拣出来细细品味。有人说怀旧的人难以前行，但是厚积才能薄发。走了长路口渴的人找不到新的泉眼，那些过去了的温馨就成了润唇的水。怀旧的人一定不会焦躁，一定重情重义，一定会把一天当作一生来度过。所以尽管年轻，但我不另类也不先锋。走在自己选择的路上，心平如水。

我崇尚和谐。喜欢那样的意境:晕黄的夕阳悬在空中，风悄然流动，湖上水波轻漾，空气中有水汽蒸腾，青草在湿润的怀抱中。这是一种和谐静止的美。任何一种张狂、任何一种偏执、任何一种躁动，犹如狂风过野，留下的是一片衰草。和谐能把美推到极致，和谐孕育的生命才是一尾自如游弋的鱼。我希望做一尾那样的鱼。

我不知道这些在别人眼里是否称得上财富，还是被视若敝屣。而想到这里，我却忽然有了一种释然，有了继续往前走的信心。

**健康也是一种财富作文800字7**

健康对每个人都很重要，因为它能让人身体强壮，让人活泼开朗，如果人身体不健康，人就会身体虚弱，免疫力下降，可怕的甚至还会因病而死亡。

所以健康对我们的人体来说十分的重要。

你想要拥有一个健康的身体，就先要在饮食上多注意点儿。在每天中的三餐里，早餐对人来说是重之又重，不要以为早餐少吃一点儿或者不吃也没什么大问题，但是早餐可对你的人体有极其甚至极大的重要性，因为人如果不吃早餐，人就会身体瘦弱，全身无力，还会注意力不集中。所以我们每个人每天必须要按时吃早餐；早餐不能吃油炸的食物，它里面的油会刺激你的喉咙，你的喉咙就会感到难受，早餐也不能吃凉的食物因为它会刺激到你的胃，你的肚子就会疼，平常吃一些水果，蔬菜可以补充维生素。看，这就是你以为平平常常的早餐能有这么多的道理！

身体会慢慢的衰老，甚至还会得心血管，等疾病。还有可能会得骨质疏松症的，因此运动的重要性自然不可忽视，我们可以挤出一些时间去好好锻炼身体，毕竟健康的身体比什么都重要。现在有很多人忽视运动的重要性，还有人认为自己太忙，压力太大，没有时间去运动，这就是一个错误的观念因为星期日是人们共同的假日，这时候难道不应该推掉身上所有的压力，去好好锻炼锻炼，运动运动一下吗？在生活中走路也是你在生活中的一种运动。你可别小瞧他，他可是预防心血疾病的关键呢！看到没有，你只需动动脚，你就可以预防这么严重的一个疾病呢！

最后，心理健康也是必不可少的，平时多看一些健康的节目，少看一些恐怖的小说或电视节目总之只要心情开朗没有心理阴影就可以啦！

健康是生命的根本，我们一定要把健康放在第一位，健康是生命的调味料，它会让生活变得有滋有味；健康是生命的润滑剂，它会让生活过的无比流畅！

**健康也是一种财富作文800字8**

在当代生活中，人们的生活饮食达到了极致，而运动的人越来越少，青少年肥胖症运动不达标等等疾病，给人们带来成极大的困扰。人们正在远离健康。

现在全国各处都在提倡运动，在许多初高中学校里，体育课从每周两节调成每周三节，然而许多人却不以为然，认为体育课就是玩耍课，根本不放在心上，我的弟弟就是一个典型的例子。

她小时候就属于父母比较溺爱的那种，他和水只和碳水化合物较高的饮料，虽然不健康但我叔叔依旧要给他买，它的食量有是非常大的那种，生活又吃的比较好。现在他才读小学二年级都有八十多斤了，这就是不运动的后果，现在他的身体就属于患上了肥胖症，跑两步就喘，如果他运动了，吃得健康的也不会患上肥胖症。

我生下来的时候，就被诊断为缺钙，时不时就会腿痛，我父母为此想了很多办法，吃了许多的药也不见好。我每天都担心四肢痛，我每天在太阳下运动。那时我也是个比较胖的人，运动也感觉较累，到我每天运动过后出很多汗，刚开始时觉得，这样运动下来比根本不大可能会好，这根本就是逗人玩嘛！但我抱着玩玩的心态，每天都在太阳下奔跑。跑了几周过后，我觉得自己四肢痛的病似乎好了许多，不像以前那样经常痛，自己似乎也受了许多，我变得越来越开朗。

现在面对运动，我不再害怕和胆怯了而是用心对待每一节体育课了，运动带给了我健康，也带给了我快乐。我希望每一个人都能认真的面对体育课。

运动带个了我健康，我热爱运动！

**健康也是一种财富作文800字9**

在这个世界上，有的人腰缠万贯，我们称他们为富翁。我们虽然没有他们那样的物质财富，但仔细寻找，会发现其实我们拥有许多其他的财富，如幸福、健康、自由、快乐……有的人会说：“幸福、健康、自由、快乐是不现实的，只有金钱、权利、地位才是现实，拥有了这一切，你才算现实中的王者！”可是，不是这样的！

在我看来，健康才是一笔财富。健康是一切的基本，没有了健康，拥有了财富，又有什么用呢？无非就是用金钱去挽回失去的健康而已，没有了健康，权力也只不过是一种炫耀的方式，一套华丽的外衣，只是空有虚名。没有了健康，你的辉煌也只不过是昙花一现的瞬间，这个世界瞬息万变，这个世纪变幻无常，有可能你的昨日拥有无数的物质和财富，你今日拥有的只不过是寥寥无几的心理安慰。失去了健康，你的所有一切包括你的亲人，你的朋友和你的物质和财富，都将会离你远去。你早已失去了健康，你没有了精神上的财富，就算你拥有了物质上的金钱、权利、地位，那你就会在不久的将来，你会失去所拥有的一切的一切。

所以，金钱、权利、地位又有什么用呢？一时的辉煌又怎样呢？一切的一切都必须建立在健康之上。健康如同房子的地基，金钱什么的只是砌上去的石头，地基塌了，上面的石头也就跟着一起坍塌，所有的努力就会功亏一篑，您说是吗？

**健康也是一种财富作文800字10**

健康的身体对我们每个人都很重要。当您生病时，全身都会感到疼痛，无力工作。而您唯一想做的就是躺在床上。

当您健康时，您可以吃得好，睡得香，开心地唱歌和跳跃，做所有您想享受的事情。

使我们保持健康的方法各不相同。早上，您可以起床，户外活动，呼吸新鲜空气并进行体育锻炼。跑步和游泳对保持健康非常有帮助。如果您是一个忙碌的人，并且没有分配特殊的时间来做这些事情，那么还有一些方法可以使您保持健康。最简单的方法是步行去办公室而不是骑自行车或乘公共汽车。

您还必须进行例行的身体检查。您的医生将最清楚地了解您的身体状况，并且会为您提供最有价值的建议以保持健康。你应该总是让自己开心。如果您感到幸福，就可以吃得好，睡得香，而且您的身体一定处于良好状态。

健康是一个人一生中最期望拥有的财产。对于那些希望在这个美丽的世界中过上幸福生活的人们，我尽一切努力保持健康。

**健康也是一种财富作文800字11**

对我来说，健康是第一重要的，是一笔宝贵的财富。因为我认为如果没有健康，就没法快乐；如果没有健康，就没法学习；如果没有健康，就没法拼搏。

有一次，我发烧了，不仅全身没力气，而且还头晕，容易犯困。可是没想到，在我发烧最严重的时候，竟然来了一场数学单元考试。我当时就想:“坏了！惨了！这次肯定考得很差！”一想到这，我就立即起身离开了座位，朝洗手间的方向慢慢走去。到了洗手间，我把脸打湿了，心想:“凉水能让人感到清醒。”考试的时候，我稀里糊涂地写完了整张考卷。向来都会进行检查的我，这次也没进行检查了。一做完，我就趴在考卷上，没想到竟然睡着了。两天后，成绩出来了。这次考的真的一点也不好，达到了历史最低点，我非常难过！

还有一次，我中暑了。虽然不严重，但也很难受。同学们都叫我出去玩游戏，可我一点也不感兴趣，同学们都在那三三两两的谈笑，嘻嘻哈哈的，可我听了，一点都开心不起来。这真得很不符合我的性格特征啊！

看吧，这都是不健康惹的祸！其实我认为健康指的不仅仅是身体，还指的是社会的精神，风气。我非常认同一个作家在生病住院时说的话:“不仅仅我病了，这个社会也病了！”现在的社会风气越来越差了！

看了上面的内容，你们是不是也认为健康是一笔财富，一笔宝贵的财富！

**健康也是一种财富作文800字12**

M森林中的动物骨瘦如柴，目光无神呀，个个傻乎乎的，特别是小兔，两只耳朵耷拉着，背一弯起，像一张弓，眼皮上下直打架，得架根小棍儿，才不会睡觉。

自从猫先生出国留学后才知道：牛奶是一种健康食品，里面有丰富的营养：什么脂肪、蛋白质等等，绝对绿色食品呀！于是猫先生急忙买回了几十头奶牛，上万盒牛奶，将东西空运回了M森林中。回了家，猫先生赶紧组织了一个推销队，牛奶热烈的宣传了一下，森林中的动物们听了，都纷纷来买，有的感觉很好喝，还买了头奶牛回家，天天挤新鲜奶吃，猫先生一瞬间成了千万富翁！！

自从猫先生引进了牛奶后，全森林的小动物们都可以每天喝上牛奶了，猫先生的生意做大了，还开了几家连锁店呢！由于平常的营养丰富，再加上牛奶的营养，全森林的动物们现在个个虎背熊腰呀！森林里的动物为了感谢猫先生，就开了一个“牛奶与健康”的表演会，鸡妈妈和鸡宝宝表演了小品，牛先生编了个绕口令，小老鼠还将《老鼠爱大米》改编成了《我们爱牛奶》，便得意的唱了起来：“牛奶呀，我爱你，就像老鼠爱大米，你的营养啊带给我健康……”小老鼠唱得脸红脖子粗，直跑调，逗得动物们哈哈大笑。

从此，课堂里也没了哈欠连篇的声音了，个个小动物也活泼开朗、机智勇敢了，国外的动物来考察学校，小动物们把课上得活灵活现，老外动物们一个劲儿的夸老师和同学们！

牛奶带给了M森林中的健康与快乐！

**健康也是一种财富作文800字13**

张大夫和王大夫医德高尚，技术超群，他们为探索战胜各种疾病的方法，孜孜以求，一向配合默契。

不料在关于人应该活多久的问题上，却发生了分歧：张大夫希望人能长生不死永远活下去；王大夫主张只要无灾无病，精力充沛地活上百十岁就行了。他们自坚持自己的意见，互不相让，终于分道扬镳，不再合作了。

几十年后的一天，两位老大夫同时宣布自己的发明，已经研制成了可以使人及其后代百病全无的奇药。张大夫的药名为“长生不老丹”；王大夫的药名为“轻身祛病散”。人们根据两位大夫对寿命的不同主张，绝大多数人服用了“长生不老丹”只有10%的人用了“轻身祛病散”。

服药后，人们果然十分健康，不仅不再发生流感，肝炎的传染病，而且癌症也绝了迹就是三九天把人扔到雪堆里，只要不冻成冰棍，也不会大喷嚏。人们皆大欢喜，为举行了全球性的“人类战胜疾病”庆祝大会>

但是，没过多久，服“长生不老丹”的人们便发现自己的行动渐渐慢的出奇：走一步都要好几分钟；吃顿饭几乎要花一星期时间；想煮点东西，还没准备，锅中的水都干了。过去一天干完的事，现在需要一年。

看到这一切的张大夫无地自容。在没办法的情况下，大家只好硬着头皮找望大夫求治。谁知王大夫已经健康地度完他的一生。服“长生不老丹”的人们这时才明白，原想自己永远占据美好世界，是不可能的！

**健康也是一种财富作文800字14**

健康对于一个人来讲，至关重要，这是幸福生活的基石。有一个强健的体魄，对我们的事业，对我们的幸福家庭都是最有力的保障与支持，可以快意地漫步人生，可分享快乐的人生。

与健康相反之，就是疾病缠身，身心倍受煎熬。疾病对任何人来讲都是不幸的，也是冷酷无情的。人们常说，得病如山倒，去病如抽丝。得病容易，去病难。谁也不愿得病，得病不仅让人身心倍受折磨，痛苦不堪，同时精神上也受到无情的摧残。至于，什么时候得病，不得病，谁也无法预测，更无法防范。唯一的办法，是预防为主增强自身的免疫力，以资提高身体素质。提高身体素质，提高自身的免疫力的有效办法就是适时参加健身活动，节制不良生活习性，养成良好的生活习惯，只有这样才能远离疾病，确保身体健康快乐生活。

但是，人食用五谷杂粮，生活在自然大舞台上，采纳宇宙精华，维系生命的延续，可以说，我们是生活在大千世界里，每天接触方方面面的事与物，而不是生活在真空的世界里，所以时而染上感冒风寒也是情理中的事情。在这样的情况下，只能采取，兵来将挡，水来土掩。得病看病，正常地施治即可，不必大动干戈，自乱阵角，惶恐不安。健康与患病是两个截然不同的事情，每个人都期盼有一副健康的身体，为了拥有一个好身体不惜任何代价。

我们为了美好的生活，为了人生理想，必须珍爱自己的宝贵身体，这是人生幸福的关键所在。可是，有些人，特别是年轻人，往往不注意这一点，恣意挥霍这宝贵资源，长期超负荷，无节制地生活，致使身体长期处于透支状态，久而久之身体变得脆弱，为染病留下隐患。其实，这是一种得不偿失的生活作法，必须更正，否则一旦疾病光临，后悔莫及。这形同人们常说的防火，不怕一万，就是万一，应该保持防患于未然中。

医学人士常说，病中口入，病是吃出来的。其实，细心琢磨不无道理。很多病是我们在不经意间摄入体内，给病毒创造了机会，留下隐患。所以，我们为了身体健康，要管好自己的嘴，少饮酒，少吸烟，杜绝不良生活习气，树立良好的生活习惯，为健康奠定扎实基础。有好的身体，健康的体魄，我们才能分享快乐人生，快乐生活的。

**健康也是一种财富作文800字15**

青春期，是从童年到成年的过渡时期，尤为重要，是人生旅途的第二个重要环节。我们处于这个阶段，当然要听听发展过程中的一些问题的讲座。

一开始老师放了一个很生动的视频，把一个生命当成50秒，让我们知道我们的时间很短。老师用另一个实验告诉我们，人生就像一个大瓶子，先把石头放大，然后把小石头、细沙、水按顺序放好，让人生变得充实，但是不先把石头放大，大石头可能放不下来，这些大石头对我们来说才是最重要的。

青春期是身体和智力发展的黄金时期。这个时候一定要有充足的营养和运动，对身体发育有帮助，但不要一直累。要劳逸结合，达到最佳状态。而且如果人一直保持紧张，会影响大脑发育。这期间人会变得独立，有逆反心理，不听父母的话，觉得父母在唠叨。所以心情会发生很大的变化，变得烦躁、烦躁。

青春期感觉和别人一样很正常。因为幼儿园男女一起玩，这叫混玩期，慢慢长大。男生和男生玩，女生和女生玩，这叫隔阂期。从现在开始，他们开始喜欢和异^v^往，这叫接近期。长大后开始正式与异^v^往，这叫恋爱婚期。所以现在的主要任务是学习，不可能为了这个关系去影响学习。

听了老师的讲座，我受益匪浅。我决定要快乐地面对青春期，乐观愉快地对待别人，大声呼喊：“爱护青春，珍爱生命！”

**健康也是一种财富作文800字16**

今天我在林老师家里补作文，林老师神秘兮兮地对我们说：“同学们，我们来玩一个小游戏。”大家一头雾水。

林老师给我每人一张纸，老师在黑板上写下了五个词语：健康、亲人、财富、学业、 快乐。并叫我们抄在纸上。我们抄好以后，林老师叫我们从五个词语当中选择一个不重要的划掉。我看着这五个词语，想了想这五个词语对我都十分重要。我犹豫着，始终下不了手。最后，我只好忍痛割爱，把“快乐”划掉。我觉得快乐对比其他四个词来说，没有那么重要了。可我了没了快乐，我将会是怎样一个人呢？天天愁眉苦脸，连笑都不能笑。正在我哭笑不得的时候，老师又说：“请你再划掉一个词语。”我把“财富”划掉。

我刚划完，老师又说：“再划掉一个。”我只剩下三个词语。天呐！我感觉天都快塌下来了。我现在剩下：健康、学业、亲人三个词语。如果让我再划下去，我要划掉哪一个呢？我糊里糊涂的划着。只剩下了“健康和亲人”两个词语。老师又让我们划掉一个词语，只能留下一个词语。这时我只好划掉了健康。留下亲人。为什么呢？如果没有了亲人，只有健康，我就成了孤儿。生活还有什么意义呢？我再看看其他同学，好多同学也都把亲人留了下来。

这节特色课，让我懂得珍惜亲情，珍惜现在的生活。珍惜吧。

**健康也是一种财富作文800字17**

财富是什么?对于每个人而言，答案恐怕是不同的。有些人视金钱为财富，有些人把知识当财富，也有人以拥有健康作为自己最大的财富。有形的，无形的;物质的，精神的，可谓见仁见摺。而财富的要髓大约就在于能使人生活得更好。只要能达到这个目的，就理所当然地成为了财富。当然，每个人对于“生活得更好”的理解也不尽相同，我之惜如珍宝，或许被他人视若敝屣。因此，所谓财富，不过是个人各持己见罢了。

对我而言，我的财富，就是那一抽屉的历届学生写给我的信和明信片。

时至今日，我在教师这一神圣的岗位上工作了14年。送走了一届初中毕业生，五届高中毕业生，总共也不过一千多名学生，离人们所说的“桃李满天下”的差距不含十万八千里，但我已经收到了满满一抽屉几百封学生来信。

每逢重大节日，尤其是教师节来临，我总是要收到几十封学生来信或明信片。这时候，我一般都不急于拆信，而是先放进包里，等下班回家，吃过晚饭一个人静静地坐在台灯旁，再小心地一封一封拆开来读。读信，尤其是读学生们写来的信，真是一种莫大的享受。

每一封信都包含了一颗纯洁的心，折射出一张活泼泼的脸。他们有的跟我兴奋地谈着大学生活的多姿多彩，有的在回忆某一堂生动有趣的语文课，有的给我再现一段当年师生为某一个字题而争得面红耳赤的情景，有的在人生的又一次重大抉择面前来信征求我的意见，有一封信则把我的思绪拉回到了十多年前……(高中作文)

记得那是1987年，我工作的第二年。我任教的初二年级中有一位男同学，因为学习习惯不好，导致成绩很差。老师们都不太瞧得起他，把他的座位安排在最后一排。有一次我找他谈心，了解到他有轻度近视，看不演黑板上的字，第二天，我把以前用过的一副眼镜带到学校，让他试试，没想到，他说能看清黑板上的字了。这样，他就截着这副眼镜读到了初中毕业。时隔十多年，他在信中竞深情地回忆起了那一段早已被我淡忘了的往事，信的末尾他写道:“李老师，那副眼镜我一直珍藏着。我会水远珍藏下去!”

读着信，我陷人了沉思。我怎么也没想到，这么一点小半，竟在一个孩子的心中温暖了那么多年。这位学生现在已经成了家，对那副破眼镜竟还念念不忘。我甚至后悔当初没给他配一副新的，我感到万分惭愧。

我继续读着信，把它们都编上号，然后小心地珍藏在我的抽屉中，繁忙的工作之余我会不时地抽出几封来，读一读，第二天，再精神抖擞地踏进那神圣的课堂……

这，就是我的财富。

**健康也是一种财富作文800字18**

“我的女儿，只需要平安健康。”回想起电影《你好，李焕英》里的这句话，不仅让我联想到几年前的傍晚……

那是个秋天的黄昏，放学后，我去朋友家写作业。本来安静的卧室，突然传来急促的电话声。“喂，欣欣妈，希希在你家吗？”电话里的声音伴随着秋风的呼啸声和喘息声。“嗯，在呢，在……”还没说完，就被打断了。“那就好，那就好。”

不久，妈妈就赶了过来，她向我迅速跑过来，将我抱入怀中，问道：“没有啥事吧？”我呆呆地看着妈妈凌乱的头发，摇了摇头。“怎么了？”阿姨端着一杯水走过来问。“这孩子，一声不吭就跑到你们家来了，我还以为她走丢了呢。”妈妈看着阿姨说道。“不是你昨晚上说的，没事儿就去跟人家欣欣学习学习的吗？”我疑惑地看着她。“那你也要先和妈妈打个招呼啊。”“可是，你自己说的……”我觉得有点委屈。

“希希妈，正好咱俩也聊会儿，让她俩也放松放松。”阿姨的话转移了妈妈的注意力，我转过头，继续刚才的游戏。

一个小时过去了，我和妈妈离开了朋友家，妈妈已经完全平静下来了，我们就像是刚散步回来。走在小区的大道上，我有一种幸福的感觉，她一定也会有这种感觉吧？

我一直以为，妈妈是把我的学习放在第一位，无论什么时候，都应该努力学习。但是，那个晚上我才知道，妈妈把我的平安和健康放在第一位，什么也无法代替。

我们的平安健康，也许就是给父母最大的安慰吧。

**健康也是一种财富作文800字19**

盐，众所周知，一种调味品，“柴米油盐酱醋茶”还说明盐是维持我们人体健康的必需的物质，它是我们吃饭时不可缺少的“食物”，我们每天都会摄入一定量的盐，我们做饭时会习惯性的加入盐盐成了我们人不可缺少的物质。

食盐是维持人体健康的必要物质。食用盐的主要成分是氯化钠，其中其主要作用的是纳离子。他参与调节人体内水分的均衡分布，增强神经肌肉兴奋性，为使机体内酸碱平衡和血压正常功能，保证体液的正常循环，参与胃酸的形成，促使消化液的分泌，能增进食欲。人体不能没有盐，一般成人每天摄入3克食盐就可以维持生理基本需求。

摄入食盐过多会影响人体健康。过量摄入食盐会引起许多健康问题，如引发高血压、胃癌、骨质疏松等疾病。研究证实，高盐饮食有升高学言的作用。饮食过咸时，大量的纳离子进入血液循环，大量水分就会潴留在血管中，从而使血容量增加，加重心脏负担，血管壁收到的压力也随之增大，最终导致血压的升高。据调查，日本某地区居民平均每天吃盐25克，患高血压的人占全体居民的30%~40%;在世界的另一些地区，每天吃盐只有5~15克，患高血压的只有8%~10%;生活在北极圈的因纽特人，每天吃盐量低于5克，几乎没有患高血压的。目前我国城乡居民每人每天食盐的平均摄入量为12克，是世界卫生组织建议值的倍。为了预防高血压等危害严重的慢性病，倡导清淡少盐膳食已经成为当务之急。食盐摄入量每人每天不要超过6克(包括酱油、腌制食品中的食盐量)。

为了我们的身体健康，我们要做到有效控盐。逐步改变口味过咸、过重的习惯，减少过量使用食盐和酱油。限制每天食盐的使用。可以用鲜艳捎来控制盐的摄入。对每天食盐摄入采取总量控制，用量具量出，每餐按量放入菜肴。一般20毫升酱油中含有3克食盐，10克黄酱含盐克，在用酱油和酱类时，应相应减少食盐用量。在烹饪时，使用少许食醋可以提高菜肴的鲜香味，满足口感的需要。还要注意减少酱菜、腌制食品以及其他过咸食品的摄入量。

我们了解了盐这种物质，还知道摄入过多的盐不好，那么我们就要做到有效控盐，相信有盐参与的生活会越来越有滋味，我们的身体会越来越好。

**健康也是一种财富作文800字20**

若健康真有得偷，即使要我付出多大的代价，我也一定会把它偷回来，送给我亲爱的奶奶。

我是奶奶带大的。在我出生不到三个月的时候，我爸妈就去了深圳打工，把我交给了奶奶。我和奶奶一起生活了十几年，自然而然的对奶奶产生了一种依赖感，我感觉奶奶似乎比妈妈还要亲。

我还记得，在我五六岁的时候，我曾这样问过我奶奶：“奶奶，奶奶，爷爷去哪里啦？怎么这么久都没有看见他呢？”奶奶被我这样问，先是一愣，后来又叹了一口气说道：“你爷爷他身体不好，很早就已经被天使接走了。”我看到奶奶眼角闪着晶莹的泪珠，心里很是心疼，稚气的说：“我偷点健康给爷爷，他不会回来的了！”奶奶笑而不语，用那长满了老茧得手摸了摸我的头，弄得我的头生疼生疼的。

当时的我还小，不明白；但现在的我已经长大，终于能体会奶奶当时说话时的痛苦，及生活的艰辛。现在，经济好了，爸妈终于从深圳回来了，带着我和奶奶一起搬到了清远。可奶奶的身体却越来越差了。在家里，常能听到奶奶“咳咳咳”的咳嗽声，这断断续续却又清晰可辨的咳嗽声传入我的耳朵，钻入我的心，让我心痛不已！从那以后我常偷偷从窗户爬过去，把早准备好润喉片放在桌子上。

那次我放学回家，我刚进门口就听到了奶奶的“咳咳”声，这回我真的忍不住了，踢掉鞋子，甩下书包，连忙去倒了一杯水拿给奶奶。奶奶接过水，随即还拿出了几瓶药，嘀咕着说：“唉，又到时间吃药了，”接着他又拧开药瓶对着我说：“你知道吗？奶奶每天都要吃药啊！这高血压啊，不吃药就不行，吃了又整天咳，你看我这身子啊，真是越来越差了。我看我是活不了多少年的了……”我打断奶奶的话说道：“奶奶，您可别这么说，您可别这么说，您一定会年年益寿的。”奶奶不理会我的话，继续说道：“你两个表哥学习不行，你可要努力啊！哎！奶奶是看不到你上大学的了……”“奶奶您别这样想，我的奶奶身体好着呢！”我故作坚强，立马将头埋进奶奶的怀里，不想她看见我的泪。

我在泪光中向天使祈求：让我偷点健康送给我那亲爱的奶奶，让她天天健康快乐！也送给全世界体弱多病的老人，祝他们健康快乐！

**健康也是一种财富作文800字21**

健康是一笔财富，有的人腰缠万贯，可是他不幸福、不健康、不快乐，也不自由。钱固然好，但也不是万能的。钱能买来快乐吗？不能。钱能买来健康吗？也不能。钱能买到自由和幸福吗？这还是都不能。在我眼里健康是一笔财富。今天就让我来给你们大家举几个简单的例子来说说吧！

我的外公已经过了花甲，但他身体很好，从来没有生过什么病，因为外公不大吃大喝，外公吃的都是无公害的，都是自己种的蔬菜。外公也很注意休息。比如说工作一小时或半小时，就休息十五分钟，因此外公的身体特好。我的外婆她虽然也过了花甲，但是她身体不太好。最近外婆骨刺病发作，这是因为她年轻时操劳过度，而留下的后遗症。在这个暑假又发作了，上午把她送进了医院，又是拍片，又是做CT……把我们全部人都折腾了一天，经过一段时间的治疗，外婆的病才终于可以放下了。

其实，健康也是一大笔一大笔的财富，只不过它是一种精神上的财富。不过它是比金钱更重要，可万万不可小看它！你假如失去了健康，那么你一定会十分后悔的！

**健康也是一种财富作文800字22**

健康是生活的根本，陶行知校长也说过：“健康是生命之本，有了健康的身体，我们才有本钱去寻找幸福，实现崇高的理想。”是啊，没有了健康，你做什么都是空的。

健康的身体需要运动。每天清晨，我起床来到阳台上呼吸清新的空气，都会听到那响亮而有力的口号：“一二一，一二一……”这是我们小区里保安叔叔们每天早晨必须做的事情——晨跑。虽然那又高又绿的樟树挡住了我的视线，但从那声豪迈的口号中，我仿佛已经看到了他们都穿着深蓝色的制服，戴着深蓝色的帽子，双手握拳头使劲摆动着。豆大的汗珠从额头上一滴一滴地掉在地上。他们用早晨睡觉的时间，换成了运动，换成了汗珠，更换来了健康！

健康的身体需要良好的习惯。早睡早起身体好，刷完牙齿洗完脸，吃好早饭去上学！妹妹正是懒惰不愿刷牙，所以已经有一颗蛀牙了，她还爱吃棒棒糖，要不是每天逼着让她刷牙，牙齿肯定全蛀光了！每次刷牙，至少要刷三分钟，用牙刷的毛将牙膏带入口腔的各个部位，赶走细菌，更不能让牙虫大将军侵略口腔！有了蛀牙，你会吃饭疼，睡觉疼，它会无时无刻得在你口腔里，这样你会吃不下饭，睡不着觉，又怎么会有一个健康的身体呢？

健康的身体更需要快乐的心情!我们有了快乐的心情，这样可以快乐认真地学习，这样既能轻轻松松学习，还能得到老师表扬；可以快乐地生活，这样即使碰到困难，笑着面对，总能将困难解除，继续前进；还可以快乐地成长，你快快乐乐的去学校，快快乐乐地与同学相处，同学都喜欢你，在你成长中一定很快乐。快乐的心情能让你健康，你为何不快快乐乐的呢？

**健康也是一种财富作文800字23**

食盐是生活的必需品，“百味盐为先”，如果缺少食盐，再多的山珍海味也令人难以下咽。但是，盐到底怎样吃才健康呢?本来我对这件事不以为意，谁知，最近我查阅到的资料却令我大吃一惊。

原来，盐有这么多好处呀!如果用食盐和苏子根煎水洗脚，可以治脚气病;常用盐水擦洗皮肤，不仅可使皮肤健康，还能增强抵抗力;食盐有止痛作用，如热水烫伤了皮肤，擦点盐可以减少疼痛;天热喝点淡盐水，可以防治大便不通、喉咙痛、牙痛和腹痛;每天早晨喝一杯盐开水，更是可以避免嗓音发哑;如果一不小心误食了有毒食物，喝点盐开水，可以解毒;我最喜欢喝牛奶了，可是夏秋牛奶易变质，在牛奶中少加点盐，能使牛奶保鲜期延长;蔬菜瓜果食用前，先将其浸泡在淡盐水中20分钟，能去除残存的农药、寄生虫卵，有杀灭病菌作用;煎鱼前将鱼放在盐水中洗净，鱼就没有泥土和腥味了。

可是，盐能带给我们健康，是否能带给我们疾病呢?我查阅书籍，结果发现许许多多的人吃盐的方法都会影响健康。摄入食盐过多会引发高血压、胃癌、骨质疏松等疾病。为了预防高血压等危害严重的慢性病，倡导清淡少盐膳食已经成为当务之急。因此提出食盐摄入量每人每天不要超过6克。

那么，如何做到有效控制食盐量?在此我请教了许多对盐与健康有研究的人，他们提出以下几点：我们要逐步改变口味过咸、过重的习惯，不能过量使用食盐和酱油;限制每天食盐的使用，对每天食盐摄入采取总量控制，每餐按量放入菜肴;一般20毫升酱油中含有3克食盐，10克黄酱含盐克，在用酱油和酱类时，应相应减少食盐用量，在烹饪时，使用少许食醋可以提高菜肴的鲜香味，满足口感的需要;还要注意减少酱菜、腌制食品以及其他过咸食品的摄入量。

看来，吃盐也是一个大问题，值得每一个人仔细研究。让我们珍爱生命，唱响出于自己的“幸福”之歌!

**健康也是一种财富作文800字24**

“生命在于运动”这真是一句脍炙人口的话。不错，生命的确在于运动。想要有健康的身体，不正是运动才能带来的吗？因此，从小我就特别喜欢运动，因为运动能给我带来一个强壮的身体，能带给我健康。

小时候，爸爸每天天不见亮便把我从睡梦中拉出来，接着开始晨跑，一直从天还是一片漆黑跑到天亮。回家后，又匆匆去学校上学。每天这样重复着，日复一日，我不仅身体好了起来，而且精力也十分充沛，这使我学习成绩也有所提高。经过一年这样的生活，以前经常感冒的我，现在竟说出“我好久都没吃药了”的话。当然，除了做一些跑步运动，我还会做其他球类运动。因为这些球类运动会使我由一个小矮子长成一个高大个，特别是篮球。每周六下午，我都会抽两个多小时的时间去打打球，锻炼锻炼身体。虽然我没有接触过那些专业健身器材，但是，只要坚持我自己的运动方式，我一定会拥有属于我最强健的身体。

而现在的我，已经不能用原来的运动方式健身。因为我上了寄宿制学校，学校要求每天半个小时来做广播体操、跳锅庄舞，这也使我每天有了运动的机会。上午上完两节课以后运动开始了。站在操场上，舒展着自己的腰身，同时，在跑步的时候嘴里还喊着“1、2、3、4……”的口号，这便可以使肚中的废气排出来。这样，自然也就健康起来了！而目前，我还不算是个大个头，但至少我敢说：“我非常的健康！”要是不信，那就讲一个故事吧。今年秋冬季节换季的时候，有许多同学都已经发高烧回家了，还有一些同学整天都往学校的医务室跑。而我，却安然无恙、健康快乐的学习着。

运动能带给我快乐，更能带给我健康。希望世上每个人都能如此。只有这样运动起来，才会健康起来，才会使世界和谐温暖和精彩，才会自豪地说：“运动带给我健康！”

**健康也是一种财富作文800字25**

暖风渐起，春燕归来，同学们盼着盼着终于等到了开学，学校已经全面消毒并安装好一米线。

我们与校园的重逢，因为新冠疫情变成了一场漫长的等待，这几个月于时光，看似匆匆一瞬，于我们而言却很漫长。美好的一切，在我的记忆深处氤氲着，虽然疫情已经有所好转，但是防护工作依旧要做到全面，时刻谨记要讲卫生、勤洗手、戴口罩。

万事俱备，可缓缓归矣。一米，在交通里，是红绿灯前停车时，前后两车保持的距离；一米，在医学里，是医生面诊时，与病人相对而坐的距离；一米，在建筑里，是进行室内装修时，同一平面上，这个完成面到墙上弹的一米线的距离……但现在，一米于每一个人而言，就是对别人表达爱意的距离，在人们的眼中：爱在一米，心在一起。

每一天早上，我穿梭在那熟悉的小路上，迎面扑来一股湿润的、裹住树木清香的空气，风儿抚摸着我的小脸蛋，吹过树梢，树木们热情地鼓起掌来，仿佛在向我问好：“早上好！你过的怎么样啊？”

告别这番美景，便来到校门口，校园里氤氲着浓郁的书香气息，同学们井然有序地一米相隔排队等待、经过体温检测仪……我热情地向老师问好，老师们依旧还是这么热情地回应着，熟悉的校园又回来了！

上课时，不可以和同桌坐在一起，也不可以和自己的小组快乐地互相讨论，每张桌子相隔一米；就餐时，一张长桌子只能坐四个人，中间装上隔板，显得格外清静；排队时，一人一米相隔，井然有序；放学时，家长们也佩戴口罩，相隔一米等候……这就是爱的距离。

微风撩动衣角，扬起白衫，我们从爱出发：一米是安全线，一米是维护安全的生命线，一米是阻挡病毒的盾牌！

**健康也是一种财富作文800字26**

我非常喜欢运动，运动带给我无限的快乐。有人说：“生命在于运动。”我非常赞同这句话，因为运动就像一滴滴甘露，洒我心田，伴我成长。

在我很小的时候，我就被运动深深的吸引住了，不过我当时还不知道什么是运动，只是朦胧的记忆中还残留着童年的那辆曾带给我无限欢乐的小车，那清脆的笑声，久久的回荡在我的脑海里……

当我上小学的时候，我就非常的喜欢跑步。在学校举行运动会的时候，我跑步就拿了第一名。相继，每年的冬季长跑中，我都会参加，而且都会在前十名。在我上五年级的时候，我不知不觉的喜欢上了篮球，每天都和同学们朋友们打篮球。在我刚开始打篮球的时候，连带球都不连贯，投篮的技术也十分生疏。

当我上初中的时候，我对跑步还是恋恋不舍，所以我参加了学校的田径队，每天早上都要跑十公里，我就这样坚持了一个学期，所以我的耐力得到了很大的提升，我也就成为我们班跑步的佼佼者了。运动教会了我做什么事都要坚持不懈。运动伴随我成长，NBA的球星们成为我的偶像，篮球自然也成为我运动生涯不可或缺的一部分。而后，我参加了篮球队，每天下午，我和球友们聚到篮球场上，站在被太阳烤的滚烫的大地上，一起跑步，蛙跳，带球变相跑，跨下运球……汗水湿透了衣服，汗水滴入了眼睛，我们的脸都“糟蹋”的跟花猫一样。

我们一丝不苟的学着教练的动作，我们一起分享着运动中的快乐，结下了浓厚的友谊。我在队里是最矮的球员，但是我并没有因此而放弃我的篮球梦，因为我深知成功没有捷径，只有努力。我爱运动，运动使我的生活变的丰富多彩，多一份快乐，多一分自信，多一份友谊。运动会一直伴随我成长到老！我运动，我健康，我快乐！

**健康也是一种财富作文800字27**

“哇！这个奶茶好好看啊！有蓝色还有黄色的呢，像星空一样。”奶茶固然好喝，可是它真的健康吗？相信很多人见到这杯奶茶，第一反应就是感叹它的精致以及美丽，但是有多少人会关注它是否对身体有害。

近年来，我国很多食物都被查出含有致癌物质。癌症，一种十分可怕的疾病，几乎无药可治。然而，现在在我们身边，有如此多的致癌食品，我们还能够安心地吃这些食物吗？由此，食品健康便显得尤为重要。

我们身边，哪些食品是健康的，哪些是不健康的呢？健康的食品有很多，比如鱼类，蔬菜，豆类制品等；但不健康的食品也有很多，比如油条，烧烤，腌肉，汽水可乐等。看到这里，相信很多人在心里默默流泪，因为那些美味的垃圾食品要离自己而去了。

其实我们不必悲伤，因为在我们身边，美味又健康的食品还是有很多的。举一个最简单的例子——苹果。苹果不但美味，而且很健康。正如那句谚语说的“An apple a day ,keeps the doctor away.”意思是一天一个苹果，医生远离我。

经过上面的举例，我们可以看出吃也是一门学问。所以，我们在吃的时候一定要细心，因为病从口入。因此，我们要控制自己的嘴，像学校附近那些流动的摊子上的东西最好不要吃，因为那些东西很脏，它们不仅是油炸食品，而且还有灰尘，苍蝇沾染在上面。说句玩笑话，那些食物，一定是最好的泻药，吃下去，一定“一泻千里”。

关注食品健康，才能够保证身体健康，让我们健康成长。我们应该更多地了解关于食品安全的知识，为自己身体的健康打下一个良好的基础。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找