# 写母亲节作文500字

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2025-05-18

*母爱，是一个摇篮，培养自己摇曳繁茂，母爱，是一支民歌，歌唱团结，传播文明；母爱，是一座丰碑，镌刻过去，启迪未来……本篇文章是为您整理的xxx，供大家阅读与鉴赏。　　篇一：母亲节感怀　　每当母亲节来临的时刻，都会想起我的母亲。母亲离开我们整整...*

母爱，是一个摇篮，培养自己摇曳繁茂，母爱，是一支民歌，歌唱团结，传播文明；母爱，是一座丰碑，镌刻过去，启迪未来……本篇文章是为您整理的xxx，供大家阅读与鉴赏。

　　篇一：母亲节感怀

　　每当母亲节来临的时刻，都会想起我的母亲。母亲离开我们整整二十年了，可是母亲的教诲无时无刻不萦绕在耳边。人对母亲的依恋，是从生命之初开始的;人对母亲的感恩，是从为人母为人父之时开始的;人对母亲的思念，是从见不到母亲之时开始的。转眼又到母亲节，在这温馨的日子里，我感激母恩、感谢母爱。同时也祝愿天下所有的母亲健康快乐!

　　为什么晨风吹醒大地，露珠就会睁亮晶莹的眼睛?为什么蓝天飘飞白云，山川就会荡起遥远的歌声?为什么海天遥隔的思念，月光下就会格外的温馨?为什么月光挥舞清纱，夜空就会点燃耀眼的群星?为什么太阳对着雨雾微笑，彩虹就会飘舞起七彩的衣裙?为什么思绪飞向远方，往昔的回忆就越发变得年轻?朋友，让我来告诉你吧!是因为母恩——把文字的琴弦拨动，美妙的情感就叩击我们的心灵。是因为母爱——把人生的航标拨正，幸福之路才洒满阳光伴你前行!

　　我的母亲是位慈祥、美丽、贤淑、聪慧、勤劳、善良、伟大的母亲。岁月的白发虽然爬上了您的两鬓，在我看来您却永远年轻，因为，您是大树，春天依着您幻想，夏天依着您茂盛，秋天依着您成熟，冬天依着您憧憬。啊!我的母亲，您的伟大，不仅仅在于凝结了孩子的血肉，更在于塑造了孩子的灵魂!您的一生，是一次爱的航行。蜜蜂默默地、勤奋地奔忙着，劳动着。我勤劳善良的母亲啊，您就像蜜蜂。一天天，一年年，奉献着甜蜜。我慈祥的母亲，是您抚育了我，给了我坚韧的筋骨，强健的体魄，给了我纯净的心灵，美好的理想。在悲伤时，您是慰籍;沮丧时，您是希望;软弱时，您是力量。如果母亲是雨，那我就是雨后的彩虹;如果母亲是月，那我就是捧月的星。

　　“谁言寸草心，报得三春晖。”然而，您辛苦操劳一生，应该享福的时候您却离开了我们，儿子还没有来得及孝敬您老人家，病魔就夺走了您的生命。母亲啊，您就是一所学校，您最理解孩子的个性，了解孩子的倾向、爱好。给予我们的是照顾、鼓励、呵护、包容。为我们铺路、架桥、指明前进的方向。您是伟大的播种者，播种着春天，每次耕耘，你的额头上都留下了一道深纹，每道深纹都在生活的田野化作一片锦绣。母亲啊，您用人生，拉着历史的车轮快跑，把坎坷的山路踩平，把弯曲的江河拉直。留给我们的，是通向理想的光明坦途。

　　人们为什么将祖国和伤痕累累的民族视为母亲?为什么将涛声不断的江河视为母亲?为什么将广袤无垠的大地视为母亲?因为能承受的，母亲都承受了。该奉献的，母亲都奉献了。而作为一种岁月，母亲既是民族的象征，也是爱的象征。

　　世界上最崇高的名字——就是母亲。人生最美的——就是母爱。这是伟大的爱，无私的爱，是世上无与伦比的伟大力量。这种爱凝聚了我的勤奋、毅力和意志，她永远闪耀在我的青春光芒之中!

　　篇二：让母亲清楚永驻

　　您总是舍不得买很贵的护肤品，您少有时间去做保养，您整日操持家务……妈妈，您把青春都献给了我，可我拿什么献给您?我多想为您抚平面庞上细细的皱纹，多想为您拂去秀发上浅浅的白霜，多想为您抓住青春流逝的尾巴。

　　留驻青春妙方：补充维生素

　　研究人员已经发现：在正常的新陈代谢过程中，人体会产生一种自由、激烈、反应活跃的分子，这些分子造成了人体的日渐衰老。而一种抗氧化剂会使这种自由激烈的分子在产生破坏作用之前将其消灭。这种抗氧化剂就是维生素c和e。

　　维生素c是无数饮料和水果中的明星。它的确可以帮助人类预防很多疾病，从小小的感冒到心脏病。维生素c的每日摄取标准是60毫克，一天的补给完全可以在一杯橙汁(鲜榨汁)中获得。虽然这对防止维生素c缺乏已经足够，但仍不足以达到抗衰老的作用。一般医学专家都认为，每天补充500毫克左右的维生素c才可以起到抗衰老的作用。除了柑橘和水果，另外一些蔬菜，比如辣椒、西红柿、甘蓝菜都含有大量的维生素c。这些蔬菜可以生吃或稍微烹煮，如果烹煮过分将使维生素c受损。

　　如果说维生素c可以帮助你消除皱纹、暗沉，那么维生素e的功效就是由内做起，帮助肌肤强健，拥有不易受伤害的抵抗力，肌肤看起来自然也就美丽了。维生素e具有抗自由基的良好效应，因而能维持细胞的正常功能，减轻和修复细胞膜结构损伤，减缓细胞衰老过程，延长细胞寿命，从而达到抗衰老的目的。但是，很多科学研究的结论都指出，具有防护作用的维生素e很难单独从食物中摄取。所以，专家建议每天要补充服用100毫克的维生素e较为合适。经多项动物实验结果证实，维生素e、维生素c和硒等抗氧化剂均可清除体内自由基，联合使用，其抗衰老效果更佳。

　　留驻青春妙方：保养卵巢

　　卵巢是女性重要的内分泌腺体之一，其主要功能是分泌女性激素和产生卵子，可以说卵巢是女性青春的策源地。

　　卵巢功能不好会影响雌性激素分泌及肤质、肤色和三围体态，使肌肤干燥衰老、暗淡无光，身体的诸多部位脂肪堆积、局部肥胖，内分泌紊乱、更年期提前等等。卵巢保养得好，可以使面部皮肤细腻光滑，白里透红，保持女性青春容颜;促进生殖和机体健康，调节内分泌雌性荷尔蒙，推迟更年期,延缓衰老。

　　女性随着年龄的增长，卵巢开始生理性退化,卵巢功能衰退的快慢程度因人而异，除却遗传因素和疾病影响有关外，更重要的是与个体生活保健有密切关系。有数据指出，卵巢功能降低越来越呈现出年轻化的趋势。

　　专家指出，避免卵巢功能早衰主要是从生活方式上提早做预防。女性要坚持经常喝牛奶，摄入鱼、虾等食物及经常锻炼身体，特别要注意在公共场所、家庭减少被动吸烟，从而避免早绝经给女性健康带来的危害。重压之下的白领女性要学会自我调节情绪，保持情绪乐观。现代医学研究认为，人的情绪轻松愉快时，脉搏、血压、胃肠蠕动、新陈代谢都处于平稳协调状态，体内的免疫活性物质分泌增多，抗病能力增强，不良情绪可导致高血压、冠心病、溃疡病甚至癌症的发生。女性要善于调节情绪，正确对待发生的心理冲突，可以外出旅游、找朋友聊天来及时宣泄不良情绪。另外，全身心地投入做自己爱好的活动、运动、听音乐等对调整情绪有很大帮助。

　　留驻青春妙方：补充胶原蛋白

　　胶原蛋白是皮肤的主要成分，占皮肤总蛋白含量的1/3，是保持皮肤水分和弹性的主要物质。人体在年轻时能够制造许多胶原蛋白，而随着年龄的增长、紫外线的损伤和肌肤毒素的伤害，都会令胶原蛋白受损、变质和合成力下降。当胶原蛋白减少，皮肤就会出现皱纹、皮肤粗糙、缺乏弹性、色斑沉积等。

　　德国几家机构的专家研究发现，在相同年龄组中，女性皮肤失去胶原蛋白的速度要比男性快，而且男性皮肤内胶原蛋白形成网状结构，使他们的皮肤物理外观也更显年轻。研究人员认为，女性的皮肤之所以比男性老得快，是因为她们比男性需要消耗的胶原蛋白。经期过后子宫内膜脱落，受损的子宫需要修复，而子宫内膜由胶原纤维组成，这就需要大量的胶原蛋白。此外，生育、人工流产等也会使子宫受到损伤，这又需要消耗胶原蛋白。

　　所以成年女性的皮肤不再像儿童、少女般紧致、饱满、有光泽。专家指出，在我们的日常饮食中，只有蹄筋和肉皮富含胶原蛋白，但此类食品脂肪含量较高，容易导致肥胖和高血脂，所以通过它们来补充胶原蛋白有些得不偿失。医学研究成果表明，口服胶原蛋白在肠胃道则很容易被人体吸收，使细胞丰满、肌肤充盈，从而能有效保持皮肤的水分，恢复皮肤弹性，淡化及消除皱纹，保持皮肤的细腻、光滑。

　　篇三：母亲节随想

　　我是一个很奇怪的女孩，常常在读书的时候为一些情节，一个故事心酸流泪，感动得不能自已，可在看电视或电影时，却很少有这种情况发生，往往是周围的人已经啜泣流泪不能控制了，我还稳若泰山无动于衷，是我心肠太硬，还是本身冷血，我不知道也想不明白，但我却清楚的记得看电影《妈妈再爱我一次》时，给我的感动与震撼，但从一开始流到最后，感动以那时起一直到现在。我只明白了一点：母爱这一人世间最崇高最伟大的感情足以让一切在她面前潸然泪下。

　　每个人都有他们的母亲，也许很平凡，也许很杰出，可能目不识丁，可能知识渊博，但每个母亲都是那样无私，那样宽容的爱着他的孩子。不管那孩子是不肖，还是优秀，是平民，还是将军，无一例外。

　　十月怀胎，母亲心里温柔地和她的宝宝对话，脑子里幸福地憧憬着她孩子的长相，脾气，待那调皮的孩子呱呱落地后，母亲早已把她的疼痛融于那响亮的哭闹声中。接着又是十几年，甚至几十年的照料，呵护，疼爱，让你幸福地，无忧无虑地长大。

　　那么，当你早上睁开眼睛，想起今天是母亲节的时候，心中作何感想：是不是一份感恩的心情温暖着你，包围着你呢？如果是，赶快给远方的母亲挂个电话吧，告诉她：妈妈，我爱你！”

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn