# 最新胖的烦恼作文500字(五篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-07-14

*胖的烦恼作文500字一胖也是一件让人烦恼的事，胖了会影响了美观，胖了容易生病，胖了也会被人嘲笑看不起……胖子们最怕的就是身上的肥肉、赘肉影响了自身的美。有人为了减肥，一看到广告上的减肥药，立马花高价去买，结果是腹泻了一整天；有人不合理的减肥...*

**胖的烦恼作文500字一**

胖也是一件让人烦恼的事，胖了会影响了美观，胖了容易生病，胖了也会被人嘲笑看不起……

胖子们最怕的就是身上的肥肉、赘肉影响了自身的美。有人为了减肥，一看到广告上的减肥药，立马花高价去买，结果是腹泻了一整天；有人不合理的减肥，结果营养不良，影响了健康；再比如我妈为了减肥买了一箱的减肥饼干，晚饭都不吃，但还是没有减下来一丢丢……如果你很瘦，就不用为身材而发愁，如果你很胖，那么这正是你的烦恼之一。

胖会被同学当成笑柄来耍。一次，我同桌不怀好意地一直望着我，我一下子就感觉不妙，仿佛有大事件来临，而且肯定是从天而降的。我立刻镇定下来，冷静地回望他：“怎么啦？我脸上有花啊！”他一脸认真，又装作很无辜地回答：“你脸上有痘痘！”卖萌的.表情转瞬即逝，一副狡猾的笑容马上取而代之：“雨同桌，你的脸又变大了！哈！哈！”我下意识地捂住脸，心里直嘀咕：昨天长胖了0。1斤，难道这都被看出来了？同桌一脸兴奋，拍了拍手，连蹦带跳地撒着欢奔出了教室。留我一个人在位置上生闷气。如果你很瘦的话，就不会经历这样的事情了。

还有一次，我在某人的书桌子底下找到了一份胖子名单，名字特殊的我一眼就瞟到了自己的名字，看着跃然于纸上的大名，我真的伤心透了。我只是脸大，圆脸而已，也并没有很胖。对于我这个身高来说80斤应该还算标准的，如果你很瘦，就不需要为这个伤心了。

胖真的是多少女孩的噩梦，多少女孩因为胖而烦恼，因为胖而伤心，大家还是加强锻炼，加强运动，远离“胖”这个字吧！

**胖的烦恼作文500字二**

在数字王国里，属0最不漂亮。

瞧，他浑身圆滚滚的，特胖。而且0代表什么都没有，于是数字王国里的居民全都嫌弃他。为此，胖0很自卑，经常一个人躲在家里哭泣。数字王国的国王100在一次微服私访的时候听见了哭声，循声走进了胖0的家里。胖0把一切都告诉了国王，国王听了，摸着他的手说：“孩子，不要再自卑了。出去走走吧，很多地方需要你呢。”胖0擦擦眼泪，抬起头，半信半疑地点了点头。

国王走了以后，胖0特地挑了一件紧身衣穿上，这样能使自己看上去瘦一点。但胖0刚走一步，紧身衣就“哗”的一声裂开了。胖0羞红了脸，只好换上宽大的运动服出门。胖0刚走到街上，苗条的1就朝他嚷了起来：“看啊，这不是0吗？瞧这身材，能当鸭蛋的亲戚了，哈哈！”胖0羞得无地自容，他刚想逃回家去，脑海中浮现出国王说的话，自己真的有用吗？

胖0最终还是克制住回家的冲动，勇敢地走到了服装店里。那里面的衣服都是胖0梦寐以求的，可惜他穿不下，只能在旁边眼巴巴看着。这时，胖0发现一个营业员正着急地抓耳挠腮，凑上去一问。原来一件衣服标价“35”，这太便宜了，这样卖商店可要亏本了。要知道，这可是名牌啊。胖0想了想，站在了“35”的末尾，变成了“350”，价格正好。商店老板感激地握住胖0的手，不住地道谢。胖0不好意思地笑了。

胖0继续往前走，咦，前面怎么这么热闹啊？胖0上前一看，原来是在举行“数字大赛”，规则很简单：比谁的数字更大。第一场开始，红队抽中“2、3、5”这三个数字，然后把他们的顺序打乱了，再组合一下，变成了“532”。哈，这数字可真大。蓝队也抽了，可他们却抽中了三个“1”，大家都觉得蓝队肯定输了。胖0走上前去，申请帮助蓝队。裁判认为0代表什么都没有，不影响大小，就让胖0走到了蓝队的身边。胖0往三个1的后面一站，“111”变成了“1110”，立刻压倒了“532”，取得了胜利。虽然0本身代表什么都没有，但如果他站在数的末尾，能够把这个数扩大10倍啊！

自从这些事传出去之后，胖0就出名了。现在很多店里也想高薪雇佣胖0，因为商品的价格还真不能少了“0”这个数字。最让胖0开心的不是这个，而是原先的数字兄弟们都对他另眼相看。瞧，很多数字都想跟他交朋友呢！

胖0从此不自卑了，做回了快快乐乐的自己。

**胖的烦恼作文500字三**

如果有人问我最羡慕哪种人，我一定会回答：“梳着一头牛角辫的瘦。”你一定会惊奇地问我：“你很胖吗？”

没错，我的身上的确长了很多肥肉，皮上有一层厚厚的脂肪。因此，我不能长长头发，头发一长，我那胖嘟嘟的脸就特显眼。为了这事，我偷偷哭了好几回。听到这里，你一定会想：这有什么不好的，小胖的可爱。唉！你先听我说说下面的事，你就可以完全明白我的了。

上个礼拜的周末，后排的约我一起去他姨妈开的幼儿园玩。本来玩得很高兴，说得很，可是，后来我们玩绕道洞，他人瘦，一咕碌就爬进去了。而我，因为体型实在爬不进去，只能拼命挤压。这一幕，正好被她姨妈看到。当时我心里特悲哀，恨不得马上找个地方钻进去，再也不出去。

还有一回，上体育课。要绕操场跑三圈，们都在议论说，跑这么多，我和几个女生也在说。突然，班里最厉害的“老大”——何小洁握起拳头在我背上打了一下，我顿时感到疼痛，接着，他又用手指着我的鼻子，大声说：“这头猪，肯定跑最慢。”最后他又带领一帮人笑我。此时，我觉得像被电触了似的，感到无地自容，心里十分难过。脸都一下子白，一下子红了。

再拿上次骑小玩具车一事来说吧！那天，买了一辆可以坐的小玩具车放在家，(谁都可以玩)。中午，妹妹睡午觉时，我没事干，就坐车。这时，舅妈回来看妹妹，见我坐在车上，大声说：“张舸帆可以坐，车子要坐破。”此时此刻，我委屈的眼泪直往下掉。

还有一次……

这一次又一次，我实在忍受不了了。看来，这身上的一块块肥肉，是非减不可了！为了不出洋相，我只能说：“肥肉，对不起了。”现在，我下定决心要减肥，变得瘦瘦的，还可以梳一头好看的牛角辫。

为了变得更瘦，为了更健康。好了！加油吧！

**胖的烦恼作文500字四**

世界上，人人都有烦恼。美有美的烦恼，丑有丑的烦恼。像我这种吨位高体积大的人，自然也有数不清的烦恼。

每次去商场买衣服，总是让人充满挫败感。每每挑上很长时间却不得不放弃，原因只有一个那就是喜欢的穿不进，穿的进的不喜欢。好不容易看到一件式样中意的，结果只能因肚子太大或腿太粗而放弃，个中滋味只有自己可以体会。即使偶尔有勉强适合的，顶多也只能穿一年，第二年就如粽子一般裹得严严实实又穿不了了。

夏天天热，很多人都喜欢穿得清凉，但胖子不行。你想想胖子胳膊粗、大腿粗、腰围粗，穿件汗衫短裤上街不是自曝缺点丢人现眼吗？但也不能不穿，不然整天窝在家里吹空调，不是越养越胖吗？这也不行，那也不行，哎，想想就烦！

胖人的烦恼多，以上两点不过尔尔。其始作俑者，当属身上的那几十斤肥肉了，既影响颜值，又影响健康，怎么办？当然也必须得减下来！可是对于我们胖子来说，减肥就是胖子最大的烦恼，难度系数等同于天方夜谭，不可能完成的挑战。不过再难也要减，碰到体育考试跑个400米或800米坐以待毙还是小事，要是年纪轻轻就来个糖尿病、高血压，那真是后悔莫及、后果严重啊！

减肥，这两个字说着容易做起来难，胖子做起来更是难上加难。又节食又运动，看着原来最爱吃的美食一样样离我而去，我的小心脏啊，疼！以前餐桌上的大鱼大肉变成了清汤寡水的萝卜白菜，吃着这些东西简直味同嚼蜡。每餐还都不能吃饱，必须留三分肚子是空的，那饿的滋味啊，一个字——苦。

减肥需要运动，而胖子最怕运动。为了减肥，唯有拼了！每天绕着小区跑十圈，再跳20xx个跳绳。这只是打底菜，还要打一个半小时篮球，跳半小时长绳。回到家也不能立刻躺下，必须得站十分钟才能躺下。常常刚躺下去，耳边就传来一阵雷霆般的吼声：“运动完不能躺，坐起来！”哎！腰酸背痛，气喘如牛只是前菜，生不如死，度日如年那才是正餐！

其实胖子的烦恼还有很多很多，目前我正在这些烦恼中煎熬着、坚持着。一切的汗水眼泪，一切的付出，都是为了将来不再有这些烦恼！

**胖的烦恼作文500字五**

人人都有自己的烦恼，也不例外。特别是像这样一个已经上、具备了一定审美能力的女孩子，却拥有了杨贵妃那样的身段，你说能不烦恼吗？

小时候的我长得虎头虎脑的，陌生人看见我觉得我很可爱，都喜欢来掐我，久而久之，我的脸经常被别人掐得红通通的。

渐渐长大了，女孩子身材要苗条才漂亮，就为我出谋划策，要么限制我吃饭，要么让我长跑，可是好像不管用。烦恼随之而来：衣服也不好穿，经常被人嘲笑成“肥姐”，以至一看见镜子就恨不得把它摔了。

有一次，妈妈带着表姐和我一起去逛商场，我看到了一件衣服，可漂亮了，前面有一个大拉练，拉练头有我半个手掌大，我可喜欢了，妈妈也很满意，我拿了最大号走进更衣室，可是胳肢窝太紧了，不好穿，我恋恋不舍地离开了它。而拥有苗条的好身材，一连试穿了好几件衣服都很合身，最后一买就是几套，这让我非常嫉妒，可是有什么办法呢？

逛完商场，该吃午饭了。妈妈带我们去吃肯德基，那鸡肉鲜嫩可口，芳香扑鼻。我刚想吃，妈妈就把可乐拿到我面前，“雅洁，你没看见你胖得什么衣服都不好穿吗？喝可乐减减肥。”说着就把鸡腿鸡翅推到姐姐面前。我辩解道：“杨贵妃不也胖，她怎么就是古代四大美女之一。”妈妈生气地说：“不要辩解，女孩子胖就是不好。”我只好悲哀地看着她们尽情享受，把谗瘾咽到肚子里去。我暗暗对肚子说道：“伙计，你了。”

唉，胖！胖！胖！满脑子都是胖，我的烦恼何时休！

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