



爸爸，我想对您说

重庆市永川区兴龙湖小学
五年级2班 陈昱同
指导教师 姚长快

亲爱的爸爸：

您好！

我想对您说一句心里话，那就是：爸爸，您戒烟吧。

爸爸，您知道吗？吸烟的人比不吸烟的人得肺部疾病的概率要大得多。就拿肺癌来讲，吸烟的人得肺癌的概率比不吸烟的人整整高出13倍！所以，爸爸，您吸烟约等于吃慢性毒药。

吸烟不仅对您的身体不好，危害的还有家人。我们吸的是“二手烟”，甚至是“三手烟”，经过多次呼出，危害很大。现在房间里随时都充满了烟味，弄得妈妈经常咳嗽。

有一次，您吃完了饭想要抽烟。这时候，电话来了，您一边抽烟一边接电话，从烟头上飘出来的蓝色烟雾漫布整个客厅，我努力地想把烟气吹走，但毫无效果。于是，我又想冲过去将烟熄灭。但您以为我想打扰您通电话，直接将我推开了。那烟雾如同一个恶魔，伤害着我们。外婆被它逼到厨房里避难，妈妈也被熏回了房间。过了一会儿，您终于抽完了烟，我们才“解放”了。

所以，爸爸，您戒烟吧。烟就像一只怪兽，它会无情地毁掉您的身体，同时还会让您的家人也受到摧残。烟的危害太大了，您快将它戒掉吧！

祝您

万事如意，身体健康！

陈昱同

2024年11月22日

爸爸，我想对您说

重庆市涪陵城区第七小学校白鹤梁校区
五年级14班 陈禹西
指导教师 雷玉学

亲爱的爸爸：

您好！有些话一直藏在我的心中，今天借着这封信，跟您说说我的心里话吧！

爸爸，每当我遇到困难或者需要帮助的时候，您总是默默地守护在我的身旁，给予我爱的鼓励与力量。

您还记得吗？那夜，窗外的月光静静地洒在我的房间里，一切都显得那么宁静，那么美好。而我的心里却惴惴不安，已经十点多了，我还在书桌前毫无头绪地改着奥数错题。这时，您端着水果，提着洗脚水，走进了我的房间。看到我紧锁的眉头和书桌上的错题，您一下子明白了。您连忙坐在我的身旁，一边提醒我先休息一下，吃点水果，泡泡脚；一边拿起笔在草稿纸上演算起来。等您解开题目后，您开始耐心地给我讲解。

暖黄的灯光下，您弓着背，拿着笔，埋着头，一步一步地推理、演算……时间在这个小天地里缓缓流逝，窗外偶尔传来犬吠声或是邻居的交谈声，但这些都与我们无关。在这里，只有我和您，以及那些待解的奥数题。我无意间一抬头，刚好瞥见藏在您头顶的几根白发，不禁鼻子一酸。爸爸，我不知道您什么时候开始有白发的，但是我知道其中肯定有为我而白的……

除了在学习上给予我无私的帮助，您在生活中也是我的贴心伙伴。您总是关心我的饮食起居、身体健康，为我提供舒适的生活环境。

爸爸，您还记得吗？那个周六，您回家时已经晚上十点了。但您得知我被家里的猫抓伤了，您一边仔细地检查我的手臂，批评我如此不小心，一边详细地向外婆询问事情的经过和处理措施。然后，您拿起手机搜索被猫抓的后果，又打电话询问医生朋友最好的处理方法。您那忙碌的身影和关切的话语里无不包含了对我的担心与关爱。虽然妈妈和外婆都说没事儿，但您始终不放心，连夜带着我去医院打了疫苗。

虽然我已经11岁了，可以算个小小男子汉，但对于打针还是有一种莫名的害怕。您紧紧地握住我的手，把我的头抱在怀里，叮嘱我不要看针头。针头刺入皮肤的那一刻，我紧紧地闭上了眼睛。但是我并没有感到想象中的疼痛，反而有一股暖流涌入心田。我知道，那是您的爱在给我力量和勇气……

在我成长的过程中，您始终陪伴在我身边。您的陪伴像一盏明灯，照亮我前行的道路；也像一座坚固的堡垒，保护我免受风雨的侵袭。在这里，我衷心地向您说一声：“谢谢您，爸爸！”

祝您

身体健康，工作顺利！

爱您的儿子：陈禹西

2024年11月17日

