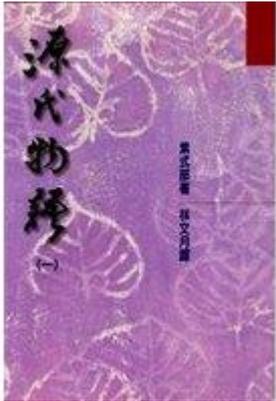
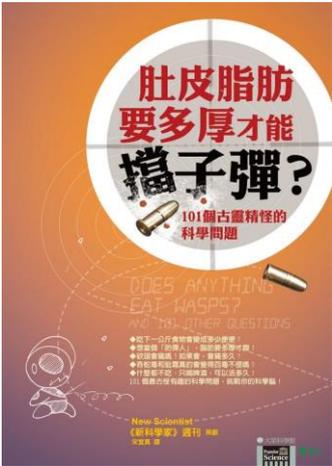


# 嘉義市私立嘉華中學六大好書週報

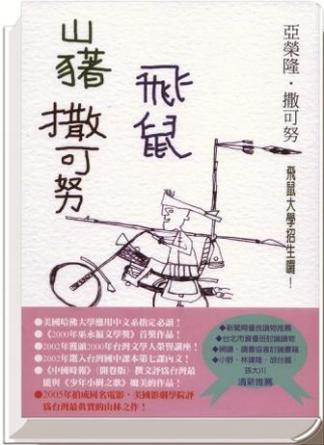
第三十一期

MAY.16 2016

書名 / 作者 Title / Author	內容簡介 Content
<p><b>即效運動貼紮</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 作者： 倉持梨惠子、倉持梨惠子</li><li>• 譯者：林麗紅</li></ul>  <p>本館登入號 128998</p>	<p>自己動手運動貼紮，有效防止運動傷害。</p> <p>本書所介紹的是能在運動時「幫助預防受傷」的運動貼紮，這也是專業的運動傷害防護員最常使用的防護方法。</p> <p>透過固定、支撐關節與肌肉，能有效預防運動傷害和減輕疼痛。然而，運動貼紮固然有效，一旦貼紮方式錯誤的話則會造成反效果。</p> <p>運動貼紮原本應是由具有解剖學或運動醫學知識的運動傷害防護員來進行，但很可惜的，這些具有專業知識的專家們並沒有多到可以照顧所有的運動選手及運動愛好者。</p> <p>因此本書詳細的介紹運動貼紮的重點知識，希望各位讀者在閱讀本書後，能以正確的運動防護知識，在進行運動之前就先做好自我防護，做個自己的運動傷害防護員。</p>

書名 / 作者 Title / Author	內容簡介 Content
<p>源氏物語 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 作者：紫式部 紫</li> <li>• 譯者：林文月</li> </ul>  <p>本館登入號 129015</p>	<p>這座橋，是夢之浮橋。 將我與那個人的夢連結在一起。 只要跨越這座橋，我們一定能見面，對嗎？ 我將與那位一眼就令我念念不忘的命運之人相見。 和我一起渡過這座橋吧.....</p> <p>本書為日本三大女流文學（源氏物語、枕草子、和泉式部日記）之首，亦有「日本的紅樓夢」之稱。出現於 11 世紀初（相當我國北宋時期），長達百萬餘字，登場人物達數百，分 54 帖（相當於小說中的『章』或『回』），日人自詡為世界最早的長篇寫實「小說」。敘述一位夢幻般的俊美人物「源氏」的一生，表現出平安時代宮廷生活的百態、社會情形、政治評論、價值觀念，以及當時流行的玩物、衣裝、飲食、游藝等，為平安盛世的貴族生活留下翔實而豐富的剪影。</p>
<p>肚皮脂肪要多厚才能擋子彈？ 101 個古靈精怪的科學問題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 作者：新科學家週刊</li> <li>• 譯者：宋宜真</li> </ul>  <p>本館登入號 128048</p>	<p>這本書不想回答人類生存有什麼意義與奧祕， 卻要告訴你怎麼測量腦袋的重量； 書裡也找不到另一個星系是否有生命的答案， 不過卻曉得死後變成化石的一籬筐妙方！</p> <p>《肚皮脂肪要多厚才能擋子彈？》於 2005 年在英國一上市便登上 Amazon 暢銷排行榜，蟬連冠軍寶座數週，狂銷 22 萬冊，成為該年度震撼英國書市的強烈炸彈！本書內容收錄自英國《新科學家》週刊極受歡迎的「最後一句話」(The Last Word) 專欄，讀者每週都可提出上自天文下自地理最奇怪、最有趣、最想知道的問題，然後由全世界各地的讀者投稿提出各種角度的解答，「七嘴八舌話科學」的熱鬧不在話下，而如果有不只一種的答案，《新科學家》的編輯還會跳出來「指揮交通」一番！全書分為「我們身體」、「動植物」、「日常生活」、「大宇宙」、「小地球」、「怪天氣」、「交通工具」等主題，各路人馬你一言我一句，不怕問題困難，就怕不來踢館。誰說科學只有專家懂？你也可以做個包山包海的科學萬事通！</p>

<p>書名 / 作者 Title / Author</p>	<p>內容簡介 Content</p>
<p><b>無聲告白</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 作者：伍綺詩</li> <li>• 譯者：李靜宜</li> </ul>  <p>本館登入號 129035</p>	<p>小說開篇，「莉蒂亞死了，但他們還不知道」這句話重重墜落，時值 1977 年，一個處於大學城小鎮的華裔家庭，渾然不知山雨欲來。</p> <p>莉蒂亞是家中長女，上有哥哥納森，下有妹妹漢娜，但她跟他們長得不太像，因為她繼承了白人媽媽的藍眼睛，沒有亞洲爸爸的東方容貌。她是家中最受寵的孩子，失蹤幾天後，警方就在家附近的湖中發現屍體。法醫驗屍判定為溺死，加上現場沒有其他人的蹤跡，很快便下了結論「自殺」。</p> <p>媽媽瑪芮琳堅信，有著遠大志向的女兒不可能自殺，必定是遭人謀害。但她發現，每年送給莉蒂亞的日記本都一片空白，而書包深處則有香菸及保險套。什麼都不說的莉蒂亞，在她乖順的表象之下，難以觸及的內心深處究竟還隱藏了些什麼？</p> <p>哥哥納森知道妹妹在學校沒有朋友，也不快樂，因她承受了父母所有的愛與期望，以及因關注所帶來的沉重壓力。他還知道妹妹與鄰居傑克走得很近，偏偏傑克是個惡名昭彰的玩咖，會不會他就是害莉蒂亞溺斃的幕後元兇？</p> <p>年紀最小的妹妹漢娜，爹娘不愛、兄姐不疼，存在感稀薄，但觀察力卻最敏銳。她不確定莉蒂亞是不是自殺，但她很清楚姐姐沒有被人誘拐，更確信傑克不可能傷害姐姐。在她洞悉世情的澄澈眼底，究竟看到了什麼不為人知的秘密？</p>
<p><b>傷心咖啡店之歌</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 作者：朱少麟</li> </ul>  <p>本館登入號 Z000099</p>	<p>深藍色燈光的傷心咖啡店，讓人暫時忘卻煩惱憂傷……</p> <p>他們在咖啡店中吶喊自由，開展傳奇，說出都會人內在自我最真實的心聲。傷心咖啡店深藍色的燈光存在於城市最晦暗的角落，一閃一閃，向每一個傷心苦悶的人招手……失去工作、失去愛情，在最傷心的絕境中，馬蒂走進了傷心咖啡店，以一杯咖啡的代價，經歷了人生中最混亂豐富的旅程：她看見了人間最浪漫壯麗的感情，她也看見了世上最孤獨無情的人、掙扎著找尋生命意義的漫游者、還有無可救藥的暗戀狂，他們在自由的想像中泅泳，透過對話宣洩內在被壓抑最澎湃的渴求與慾望。</p>

<p>書名 / 作者 Title / Author</p>	<p>內容簡介 Content</p>
<p>山豬·飛鼠·撒可努</p> <p>• 作者：亞榮隆·撒可努</p>  <p>本館登入號 B014266</p>	<p>台灣最自然純真的山林之作 人與大自然和平共存的另類自然觀</p> <p>獵人學校招生囉！</p> <p>父親曾說過一段很棒的獵人哲學，他說：「獵人的孤獨和寂寞是精神和力量的最大來源；兒子，你要學做一個好獵人，就要學會『等待』的耐性。」聽過這一句話後才知道，有些書上沒有的；在獵人學校裡，卻是必修的課程。</p> <p>如果叫我說與父親打獵的故事，說他個三天兩夜都說不完。</p> <p>但在記憶裡，父親的獵人哲學，卻讓我上了一課原住民如何和所有事物維持平衡，和如何以人性方式對待大自然。</p> <p>「爸，真的有山豬學校嗎？」</p> <p>「當然有哇！你不曉得，山豬的攝影師現在正用長鏡頭的相機，把我們的長相拍出來作成幻燈片，作為山豬學校的教材，把我們編號告訴山豬學校的學生，這個是最危險的獵人一和獵人二，有時候在遠遠的地方觀察，熟悉我們身體的味道，聞到我們父子的味道時，就遠遠的躲開。」</p> <p>「爸，飛鼠真的有大學嗎？」</p> <p>「有哇！他們都是夜間部的。他們常聚在一起研究生存法則，而逃生和躲過獵人的追捕是必修的學分。」</p>