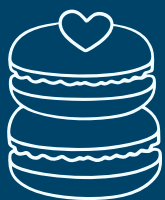


校長：任以真 主任：曾靜雯 管理員：林淑娟 讀者服務：蕭雅文

閱讀最營養

選書師：林O萱



Burger

《診間裡的女人》



Noodle

《變成自己想望的大人》



Fries

《我離開之後》

致「美食系」讀者

美食閱讀者偏好能引發思考與情感共鳴的作品，例如文學、哲學、人文思想或深度議題書籍。這類閱讀不一定直接解決生活問題，但能幫助讀者理解人性、社會與世界的多重面向。

身為高中生的我們，常常在思考未來，比如說：以後要做甚麼工作？要成為怎樣的人？對於步入社會肯定有很多迷惘。希望讀者們看完這三本書，能夠更好的預備未來。

「美食系」書單

《診間裡的女人》

作者：林靜儀

索書處：新藝高圖書館

- 當女人的身體被他人定義，誰來替她發聲？當人生的苦痛走進診間，有誰能真正聽見？
- 這本書最動人的地方：每一道傷口背後，被忽略的人生處境。女醫師以專業與溫柔，接住那些說不出口的疼痛，敘說二十七則真實個案，照見婚育、家庭、性別與世代衝突。讀完會明白，有些治療，是讓人重新找回自己。



《變成自己想望的大人》

作者：侯文詠

索書處：新藝高圖書館

- 人生的方向真的能一開始就選對？當現實不如預期，你還能不能相信自己那些「不乖」的選擇？
- 本書最大的魅力：身兼醫師與作家身分的侯文詠，2025年出了新書！打破一般勵志書過度強調正能量的心靈雞湯，以八篇主題串起「發現自我到實現自我」的歷程，既有故事性也富含反思深度。

《我離開之後》

作者：蘇西·霍普金斯

索書處：國資圖

- 如果有一天，最依賴的人不在了，我們真的準備好了嗎？當人生的重要時刻少了一個最熟悉的身影，我們該如何繼續往前走？
- 這本書最動人的地方：沒有人能回答未來和來生哪個會先到，誰都可能是被孤獨地留下來的人，在遭逢難題之前，不妨藉由一本好書，考慮「失去之後」。這正是一本把「失去母親」說得溫柔卻真實的書。用生活裡最細微的片段，陪我們預習離別的重量。

