

9/01-10/31

2025

樂

齡

好

生

活

主題包含：「健康生活」、「高齡者心理健康」、「熟齡生活指引」等。不論是想吃得健康、活得開心，還是想更了解自己、照顧心情，這裡都有適合您的書，陪伴您每一天都過得更自在、更有滋味！

主題書展



#	圖書類型	展示地點	題名	作者	出版年	出版者	索書號/網址
1	電子	HyRead 中文電子書	失智症世界的旅行指南:看見失智症患者眼中的世界, 理解記憶、五感、時空出現障礙的原因	寬裕介作;林姿呈譯	2023	漫遊者文化事業股份有限公司	<a href="https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=318199">https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=318199</a>
2	電子	HyRead 中文電子書	從40歲開始準備的更年期教科書:「東京人氣婦產科醫師」教你從飲食、睡眠、瑜伽運動, 到中西醫荷爾蒙補充療法, 全方位自我照護, 告別停經不適、肥胖、骨鬆、三高、女性癌症、自律神經失調的人生大轉換路線圖	高尾美穗作;陳維玉譯	2023	常常生活文創股份有限公司出版	<a href="https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=318632">https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=318632</a>
3	電子	HyRead 中文電子書	共感人365天療癒處方:跟隨四季變化, 打造一整年的修護網, 找回敏感族自我茁壯的直覺力	茱迪斯.歐洛芙 (Judith Orloff)作;許恬寧譯	2022	大塊文化出版股份有限公司	<a href="https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=286953">https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=286953</a>
4	電子	HyRead 中文電子書	吃出逆齡好膚質:專業營養師團隊的156道食譜, 21天打造素顏美肌	好食課營養師團隊著	2022	城邦文化事業股份有限公司	<a href="https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=282076">https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=282076</a>
5	電子	HyRead 中文電子書	不吃藥!不動刀!最強神級養生湯:日本瘦身果汁女王的50道湯品, 解決女性所有煩惱	藤井香江著;涂紋凰譯	2022	英屬維京群島商高寶國際有限公司台灣分公司	<a href="https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=316395">https://cych.ebook.hyread.com.tw/bookDetail.jsp?id=316395</a>
6	紙本	圖書館	謝謝你留下來陪我:為失智者、照顧者找出口 林靜芸醫師勇敢書寫林芳郁院長的故事	林靜芸、洪淑惠著	2025	聯合報健康事業部	783.3886 4454 2025
7	紙本	圖書館	父親的腦:阿茲海默症陰影下的生活	桑狄普.裘哈爾 (Sandeep Jauhar)著;涂璋	2024	遠見天下	415.9341 4361 2024
8	紙本	圖書館	老人生理變化:概念與應用	Sue V. Saxon, Mary Jean Etten, Elizabeth A	2023	華騰文化	397.17 SU944 2023
9	紙本	圖書館	迎向超高齡社會的超前部署: Let's Do ATP!	萬國法律事務所著	2022	五南	544.81 4632 2022

#	圖書類型	展示地點	題名	作者	出版年	出版者	索書號/網址
10	紙本	圖書館	給照顧憂鬱和失智長者的你	葉雅馨總編輯	2021	財團法人董氏基金會	415.985 4474 2021
11	紙本	圖書館	我輩中人:寫給中年人的情書	張曼娟	2021	天下文化	192.14 1164 2021
12	紙本	圖書館	一直喊不舒服,卻又不去看病:老年精神科醫師蔡佳芬教你照顧長輩,不心力交瘁	蔡佳芬著	2020	寶瓶文化	173.5 4424
13	紙本	圖書館	全球銀力時代:熟齡族才是未來社會的銀色資產!	楊寧茵著	2019	野人文化	544.8
14	紙本	圖書館	高齡友善新視界:觀察臺灣與他國的高齡者照顧 = Age-friendly	周傳久著	2019	巨流圖書	544.85 7722 2019
15	紙本	圖書館	全彩圖解 100種樂齡活動這樣玩!:開心動一動,減緩腦部退化、活化身體機能、提升生活品質	加藤翼監修·高雅郁譯	2019	原水	544.85 4641 2019 C.2
16	紙本	圖書館	單車環島,停不了:台灣、四國、琵琶湖....	一青妙	2019	天下文化	719 1054 2019
17	紙本	圖書館	活化大腦益智題:大腦動一動、預防失智症!	杜婉茹·侯雅倫等合著	2018	資料夾文化	415.934 4444 2018
18	紙本	圖書館	Ebersole and Hess'老人護理與健康老化	Touhy, Theris A.	2018	台灣愛思維爾	417.7 T722 2018
19	紙本	圖書館	你沒有條件可以退休:昂首挺胸的高年級實習生先修班	阿部,絢子	2017	太雅	544.83 7107 2017

#	圖書類型	展示地點	題名	作者	出版年	出版者	索書號/網址
20	紙本	圖書館	高齡者身體活動設計與規劃	侯青雲等著，洪大程主編	2016	揚智	544.85 2751 2016
21	紙本	圖書館	高齡心理諮商實務 = Practice of the elderly's counseling and psychotherapy	秦秀蘭	2016	巨流圖書	178.4 5024 2016
22	紙本	圖書館	老年社會學	葉至誠著	2016	秀威經典	544.8 4410 2016
23	紙本	圖書館	北歐銀色新動力：重拾個人價值的高齡者照顧	周傳久著	2016	巨流圖書	544.8947 7722 2016
24	紙本	圖書館	一天一伸展更年期自癒輕運動：30種體幹訓練，緩解更年期煩人的症狀，放鬆肌肉更年輕！	伊集院霞，胡汶廷譯	2016	臺灣廣廈出版集團	417.1 2727 2016
25	紙本	圖書館	吃出軟食力：營養師專為牙口不好的銀髮族、慢性病患特製72道好吸收的軟食健康料理	徐于淑著	2016	原水	415.51 2813 2016
26	紙本	圖書館	當爸媽過了65歲：你一定要知道的醫療、長照、財務、法律知識	康哲偉著	2015	先覺	544.83 0052 2015
27	紙本	圖書館	環境高齡學：提供老人優質生活處所	Graham D. Rowles, Miriam Bernard編，龔玉齡等譯	2015	華騰文化	417.7 R884 2015
28	紙本	圖書館	高齡者的運動與全人健康	方進隆著	2015	華杏	411.71 0037 2015
29	紙本	圖書館	一個人，不老的生活方式	吉澤久子作，李毓昭翻譯	2014	太雅	861.67 4032 2014

#	圖書類型	展示地點	題名	作者	出版年	出版者	索書號/網址
30	紙本	圖書館	牽爸媽的手自在到老的待辦事項	張曉卉著	2013	天下雜誌(康健)	417.7 1164 2013
31	紙本	圖書館	老人健康促進	陳雪芬,黃雅文著	2013	華都文化	417.7 7514 2013
32	紙本	圖書館	後五十歲的選擇：reset你的人生	大前研一(Kenichi Ohmae)作·姚巧梅譯	2013	天下雜誌	192.1 4081 2013
33	紙本	圖書館	老人跌倒預防	林桑伊編著	2009	合記	417.7 4472 2009 C.13
34	紙本	圖書館	健康老化：新時代銀髮族健康照護趨勢	陳慶餘,劉文俊主編	2009	財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會	417.7 7508 2009
35	紙本	圖書館	當父母變老：關心失智症、中風及其他神經疾病	劉秀枝著	2001	天下文化	417.7 8787 2001