



撫慰創傷，閱讀健康—2009健康好書

回家，竟成了最遙遠的那條路。

2009年8月8日，因為莫拉克颱風帶來的「超」豐沛雨量，讓南臺灣成為水鄉澤國，甚至在山坡地造成土石流。一夜之間，家，已不再是家。就連學校，也有幾個座位是永遠的空了……。「八八水災」之後，我們看見無數善心人士，有錢出錢，有力出力，踴躍捐輸物資；更有許許多多的國軍、警消、救難隊員勇往直前援救受困災民，援救過程如此艱難危險，他們仍義無反顧，甚至付出生命。謹在此向護衛家園，搶救災區的勇士們致敬。

任何的生命都是珍貴的，我們惋惜因「八八水災」而消逝的生命，對生者，也應當懷有最真誠的體貼。最危急的生死關頭已經過去，但接下來，對受災者而言，卻是最艱難的過程，如何重建家園？或者該說，如何修補一顆傷痕累累的心靈？根據報導：在「九一一」之後，約五成生還者在3至6個月後會出現想輕生的創傷後症候群，需專業治療。而療傷的方法不一而足，如果一時之間無法向人傾訴，那麼，就用閱讀吧！

由行政院衛生署國民健康局舉辦的「健康好書 悅讀健康」活動今年邁入第四屆，本次由專家學者在575種參選書籍中，依其適讀對象分為兒童及青少年、婦女、中老年，分別選出包括癌症防治與菸害防制、心理健康促進、健康飲食及保健、其他（如：罕見疾病）等民眾關心重視的健康議題好書計92種圖書做為本期「2009健康好書」專輯。健康，不只在生理；心理上的健康，也同等重要。在災害過後，急需安心的此時，建議讀者可從「心理健康」類書籍開始閱讀，讓我們幫助自己，也幫助別人，面對未來，擁有滿滿的樂觀與勇氣。上述92種健康好書，於本年9月1日至9月30日假本館閱覽大廳展出，歡迎蒞臨指導。

此外，本館與國立臺灣大學圖書資訊學系於2008年6月共同發起「送兒童療癒繪本到四川」專案活動，完成之《兒童情緒療癒繪本解題書目》（2009年8月初版3刷），收錄臺灣出版且具情緒療癒效果之繪本圖書50種，分成「情緒—害怕、憤怒、難過、思念、寂寞」、「兒童形象—助人、肢體傷殘、病痛」、「生命歷程—死亡」、「人際關係—友誼」與「家園—重建、搬遷、建築、寄養、單親」等5個區塊。期待災區的兒童、甚至大人們，透過簡單文字與生動圖像的繪本閱讀，學會正向思考，並發展其正面心理，進而能達到協助災區兒童告別哀傷與心靈重建之目的。

感謝本館採訪組、新書介紹專欄選書小組和多位撰稿同人，為本刊擔任選介撰述當季好書工作。本期收錄各類學科圖書72種，其中兒童讀物15種，亦感謝國際標準書號中心同人負責本刊新書書目資料、出版品預行編目資料的校對，以提供最迅速、最完整的出版資訊。祝福大家平安康泰。（曾莖賢）