


健康好書 邀您悅讀

2011健康好書推介

◎ 行政院衛生署國民健康局



2011健康好書悅讀
健康推介手冊
行政院衛生署國民健康局編
10008/行政院衛生署國民健康局
104頁/21公分/100元/平裝
ISBN 9789860289442/016

健康是對生活的堅持與態度，正確的知識是種子，身體力行方能使種子成長茁壯，衛生署國民健康局秉持「珍愛生命—傳播健康」的理念，於2002年首次舉辦「優良健康讀物」徵選活動，希望透過專業學者的推薦介紹，為身處資訊爆炸時代的民

眾，提供民眾一份具「健康」概念的閱讀參考選單，讓民眾能更輕鬆「悅讀好書 掌握健康」。

今年，「健康好書 悅讀健康」活動已邁入第五屆，依兒童及青少年、婦女及中老年三大族群廣徵好書，在各出版社的支持與參與下，參選的500件書籍網羅各式各樣民眾關心和重視的健康議題，經專家委員公開、公平、專業、審慎及客觀地逐冊審閱，歷經初選、複選與決選的過程，選出兒童及青少年健康類書籍31件；婦女健康類書籍12件；中老年健康類書籍45件，計88件的年度推薦健康好書。

同時，為了讓這些好書能夠讓更多民眾知道並運用，獲推介之好書將編輯彙整成「推介手冊」，提供各縣市衛生局、醫療院所、學校及圖書館等通路，讓民眾知道並選讀健康書籍，更與國家圖書館、臺南市立醫院、秀傳醫療社團法人彰化秀傳紀念醫院、秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院合作，透過舉行健康好書特展、健康講座，大力推廣獲選的健康好書。

許多民眾經常低估疾病的風險，直到身體出現異狀才就醫，通常都為時已晚。根本方法，就是擁有正確的健康知識，防範日常的健康風險，時時留心注意，才能降低危害。健康是大家的事，需要全民一起關心。國民健康局希望，透過健康好書的推介，除了讓民眾知道健康知識外，更能夠進一步建立關於「健康」的概念與生活態度，把健康變成生活的節奏與目標。 