

發行人：林昭億 校長  
發行日期：110 年 11 月 15 日



圖書館首頁

掃描 QR code 看更多  
最新消息與新進書籍

圖書館公告：

館務報導

- 📖 賀！本校參加全國高級中等學校 1101010 梯次閱讀心得寫作比賽績效卓著，獲獎名單如下：
- 特優：電機三乙/姜俊璋、幼保三甲/陳宜暄、陳宣羽、資處三乙/呂期鎮、李信慧、林威丞、許祐維、陳沛妤、黃品儒、鐘宜綸、餐飲三丙/曾晉慈、盛立廷、餐飲三戊/蔡慧姿、觀光三乙/蔡婉琦、莊坤宇、應日三甲/黃子瑄、吳珮甄、普高三乙/林瑋揚、張晏嘉、機電二甲/陳姿妤、吳仲秋、美容二甲/劉珮安、餐飲二丁/黃郁蓁、林凱頡、觀光二甲/陳沛瑜、應英二乙/陳彥霖、普高二甲/朱品諭、普高二乙/黃資涵、普高二丙/賴雨彤、王譯萱、張中睿、黃冠錦。
- 優等：資訊三甲/張簡士煌、呂冠緯、資處三乙/蘇宥蓁、莊堃銘、郭嘉雯、餐飲三丙/陳玟妤、許耕閩、徐穎欣、餐飲三戊/陳芊妤、洪裴綾、觀光三丙/謝采誼、高樂、應日三甲/詹芷瑄、楊竣翔、彭玉玟、陳依蓉、徐佳暄、黃瑋筑、張芷榕、普高三乙/陳柔羽、莊立綸、王雯緹、機電二乙/黃楷宸、洪惟翔、幼保二甲/吳蕎蔚、美容二甲/張又婕、餐飲二丙/黃譯嫻、張簡玟伶、餐飲二丁/葉銘仁、曾佩淳、陳品伊、呂沛均、林庭儀、觀光二甲/陳建志、觀光二乙/張家誠、應英二甲/陳苡婕、應英二乙/黃薇合、林艷岑、普高二甲/林芷羽、鍾昀臻、普高二乙/林子傑、普高二丙/黃泳瑄、許仁懷、茅淨喻、普高一甲/蔡佳容、陳彥勻、李妍庭、王瑜甄、王荏甲、普高一丙/鍾昀霓、盧旻琦、廖芯惟、林欣瑀、辛晏榕、沈姿妤、普高一丁/黃冠勳。
- 甲等：電機三乙/黃郁峰、幼保三甲/劉于禎、魏潔瑜、簡怡萱、黃韻璇、傅芷芸、柯于柔、何宇婕、王美惠、黃于庭、張詠甄、資處三乙/趙翊恩、陳郁雯、許品優、吳俐奴、謝憶真、餐飲三甲/林欣儀、餐飲三丙/許雅淇、柯茗竑、李昀芷、黃宇志、餐飲三1/鄭亦伶、餐飲三勇/吳維芬、觀光三甲/李子嫣、觀光三乙/謝佳好、觀光三丙/朱書賢、王珮薰、應日三甲/黃子芮、張庭瑜、李侑珈、朱凱筠、簡伯霖、盧郁方、張凱涵、王妤安、普高三乙/黃令懷、陳奕安、張健宗、姜芝螢、李宜姍、美容二甲/林妤臻、林玉岫、陳思仔、餐飲二丁/力冠婷、劉子歆、葉柏霆、黃玟欣、餐飲二智/張庭瑄、觀光二甲/李佳憲、楊倚婷、羅心妤、觀光二乙/曾昱淇、觀光二丙/黃妤臻、應英二甲/蘇沛君、黃佩縈、黃明靜、郭冠伶、胡子蓁、簡芷柔、劉吉豐、黃苡瑄、孫慧如、洪琦雯、應英二乙/楊采璇、黃珮榕、李品萱、普高二甲/謝卉欣、劉郁芊、林寶鎮、王怡文、郭容甄、陳穎、簡哲、譚凱傑、普高二乙/鄭宇倫、林玟伶、蔡若婕、陳佩均、許奕堇、高志豪、朱梓菱、普高二丙/黃至立、黃子晏、陳韋翰、謝惟甯、普高一甲/簡至君、黃佳惠、陳竣騏、郭侑柔、莊詠鈞、姚羽秦、王宥竣、普高一丙/羅曼艷、楊馥羽、張鈺茹、紀思妤、李偲安、普高一丁/陳冠激、伍宇晴。

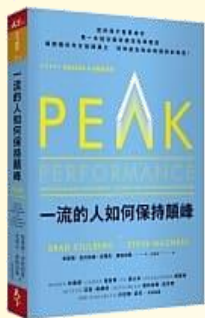
【借閱排行榜】110年10月份圖書館辦理「個人借閱排行榜」名單如下：

班 級	姓 名	冊數	班 級	姓 名	冊數
家電二智	鍾○鈺	12	商營一2	陳○芯	8
汽修三仁	莫○霖	11	資訊二乙	陳○山	8
電機一乙	蔡○叡	10	普高二乙	王○婷	8
幼保三甲	魏○瑜	9	商營一2	林○緯	8
資處三甲	蔡○婕	8	普高二乙	高○緯	8
普高二乙	鄭○駿	8	媒體三智	田○玄	7
普高二乙	廖○傑	8	媒體一智	楊○安	7
普高二乙	郭○婕	8			

【暢銷書排行榜】110年10月份

書 名	借次	書 名	借次
我遺失了一隻貓	5	NAIL MAX183	5

NEW ARRIVALS



## 新進館藏書籍介紹

作 者：布萊德.史托伯格

分類號：177.2

出版社：天下雜誌

### 一流的人如何保持顛峰

**更拚命不會更成功  
第一本結合最新績效科學實證  
揭開讓你充分發揮實力  
同時避免倦怠與過勞的秘密！**

有超水準表現的人很多，只有能夠維持高績效不墜的，才是真正的頂尖。  
一流的高表現者不僅更努力，也更擅長休息！

彙整最新績效科學研究，當你能懂得大腦喜歡如何學習，了解身心的機制，傾聽身體的訊號，你也能找出最適合自己的步調，想保持顛峰其實你我都能做到！

本書作者史托伯格和麥格尼斯，一位曾是麥肯錫企業顧問，也是擅長解析健康與體能表現的優秀作家，一位是奧林匹克選手金牌教練，兩位本身都曾締造過驚人成就，長年與頂尖人士共事。他們聯手訪問頂尖的運動員、科學研究者、藝術家與各行業傑出代表，並從運動生理學、心理學、神經學、生物學、哲學等領域，爬梳最新的科學見解。

他們發現這些在各領域創造頂尖佳績，維持顛峰的一流人才，普遍採行的技能和紀律其實有共通點。更且訓練大腦就像鍛鍊肌肉一樣，真的有方法可以避免倦怠和不快樂，用健康的方式達到持久的顛峰表現。