嘉義市私立興華高級中學圖書館第213【好書週報】

發行日期：107年3月05日

|  |  |
| --- | --- |
| **書名、封面** | **內容簡介** |
| 遇見未來的自己：如何優雅地變老，中年人應該知道的10件事情 | **預見未來的自己 作者:  張芳玲**  **年齡只是一個數字，並不能限制你做什麼。人到中年，你已經夠認識自己，也已經走了一半的路程，這時沒有藉口不去圓夢。怎樣設定人生下半場的目標、怎樣實踐，關鍵在你對未來的新視野。你所找到的新視野，將會改變現在的你，也會決定你熟年之後，會過怎樣的生活。作者透過與7位80到101歲前輩的會晤，讓我們看見未來的圖畫，可以像他們一樣充滿希望、勇氣和愛。同時，這也是向所有熱愛生命、仍舊做著他們喜愛的事情、活在不凡信心中的前輩們致敬的作品。** |
| **真原醫：21世紀最完整的預防醫學(超值光碟版)** | **真原醫 作者:楊定一**  **作者在書中分享，如何從適量的天然物質來營造支持細胞正常功能的最佳環境，來預防及治療疾病。藉由飲食的新概念、姿勢與消化系統的健康到修身、修心到身心靈的全面診治，包含練功靜坐到行為心性的改變，描繪出一個恢復整體健康的藍圖。陽光是能量的來源，人體所有的能量都源自太陽的光線，富含酵素的生機飲食、彩虹般的蔬果，將可讓身體自己發揮治癒的力量。蠕動緩慢的腸道，會導致不良的姿勢，簡單的療效性姿勢，將可帶來調正與疏氣活絡的效果。心中充滿感恩、關懷、慈悲時，心臟會出現協調的頻率，使心血管功能良好，神經系統處於平衡狀態。** |
| **人生好難：厭世代靠北人生指南** | **人生好難 作者:**[**查茲．休頓**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%9F%A5%E8%8C%B2%EF%BC%8E%E4%BC%91%E9%A0%93&f=author)[**查茲．休頓**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%9F%A5%E8%8C%B2%EF%BC%8E%E4%BC%91%E9%A0%93&f=author)  **人生不合理，抱怨不需要道理，隨時發洩負能量，別讓你的委屈傷害你，全球上班族含淚按讚，魯蛇大軍的溫拿時光，現代生活6大壓力速寫 × 176張便利貼人生指南。突破盲腸的瞬間，超爽der！人生好難，我的苦悶誰人知？看其他人創業好容易，自己上班好艱辛，每天打卡等放假，放假卻得要加班，難道我真是魯蛇一枚，其他人都是人生勝利組好棒棒。面對人生難題，我該怎麼辦——在instagram爆紅的「便利貼」靠北大師查茲。休頓，用文字、線條、圖表、插畫，以隨手可見的便利貼，快拍日常阿雜事。** |
| **人工智慧來了** | **人工智慧來了 作者:** [**李開復**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%9D%8E%E9%96%8B%E5%BE%A9&f=author)**,**[**王詠剛**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E7%8E%8B%E8%A9%A0%E5%89%9B&f=author)  **人工智慧來了！它長得不像科幻電影中的機器人，而且就在你我的日常工作和生活中，只要打開手機使用app，或是上網搜尋資料、購物、使用服務，我們就在和人工智慧互動。在Amazon等網路商店購物，人工智慧技術會推薦你喜歡的商品；在你下單之後，先進的倉儲機器人、物流機器人和物流無人機，正在快速分撿貨物，幫助電商龍頭及快遞業者，飛快消化驚人的物流總量。很多人愛用圖像或影片處理軟體，人工智慧技術會針對照片進行美化，或協助你完成藝術創作。在人工智慧的驅動下，谷歌等搜尋引擎，早已提升到智慧問答、智慧助理、智慧搜尋的新層次。在不久的將來，自動駕駛技術還將重新定義智慧出行、智慧交通和智慧城市。人工智慧早已無處不在，而且正在顛覆這個世界。** |
| **書名、封面** | **內容簡介** |
| **智能革命：迎接AI時代的社會、經濟與文化變革** | **智能革命 作者:**[**李彥宏**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%9D%8E%E5%BD%A5%E5%AE%8F&f=author)  **本書作者百度創辦人李彥宏將人工智慧定義為堪比任何一次技術革命的偉大變革，明確指出：在技術與人類的關係上，智能革命不同於前幾次的技術革命，不是人類去適應機器，而是機器主動學習、適應人類，與人類一起學習、創新這個世界。大數據是智能社會運轉的根本動力和燃料，以百度為代表的搜尋引擎公司，由於對數據資源的獲取和使用類似深度學習的商業模式，並與「大數據─深度學習─提取模式─創造用戶價值」的研發文化配合，天生具備人工智慧的基因。本書從硬體集群、運算能力、大數據資源、AI文化等方面，提出智慧化的基本標準，並且從製造業升級、金融革新、無人駕駛、管理革命、智慧生活等全方面，精彩敘述各國目前正在研究或實際應用的AI發展實例，深入描繪AI對產業發展及人類生活的改變。** |
| **翻轉白吃的午餐：台灣從小龍年代到溫水青蛙的警示** | **翻轉白吃的午餐 作者:**[**高希均**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E9%AB%98%E5%B8%8C%E5%9D%87&f=author)  **高教授愷切陳言：「大陸在改革開放中快速崛起，台灣在白吃午餐與內鬥討好中逐漸衰落。從一九九六年台灣直選總統以來，最大的白吃午餐受益者與製造者，就是政治人物的競選政見與選民，二者都在討好聲中模湖了判斷與是非，忘記了自己的原則與責任。」　一本全球經驗與思索之書，是經濟學家的深思、和平倡導者的熟慮、　　教育與出版者的憂心之作；高希均教授指出台灣四十年的種種問題，還是在於全民「白吃午餐」的心態，造成今日的「溫水青蛙」困境。經濟起飛二十年後，我們也結出了民主的果實，如何重返小龍年代的榮景，從政府到民間，我們必須要有態度的轉變。** |
| **學習，玩真的!** | **學習, 玩真的 作者:** [**蔡淇華**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E8%94%A1%E6%B7%87%E8%8F%AF&f=author)  **學了要用，才有用；討論與實作，能達到90%的學習成效。「不管是考卷或生活，除了眼前的選項，還有沒有別的？」寫詩、畫圖、旅行、公民行動，走進以天空為窗、以時間為牆的教室。學習吧！在快速變動的年代，想要衝出問題與限制叢生的社會野林，沒有更好的途徑。掌握Common sense，Common sense不只是常識，而是務實了解周圍環境、進而察覺潛在細節的能力。建立個人品牌，　　培養個人品味、品質、品格，具體經營個人價值，換位思考及充分溝通，贏得信賴。以行動關懷彼此，有人在冬天無法穿暖，也有人因為病痛、需要付出加倍心力才能好好生活。為他們或自己，向世界提案！迎來第一個高分，想要成為一流主廚？爭取機會，找到入門的可能。關關難過關關過，逐步發現自己、成為自己。** |
| **昆蟲真不可思議：比人類世界還精采的蟲兒日常生活** | **昆蟲真不可思議 作者:**[**丸山宗利**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E4%B8%B8%E5%B1%B1%E5%AE%97%E5%88%A9&f=author)**譯者：**[**游韻馨**](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%B8%B8%E9%9F%BB%E9%A6%A8&f=author)  **世界最初的天空征服者，不是恐龍、不是鳥類，是昆蟲！你以為只有人類才能夠組成複雜分工的社會？事實上，昆蟲早人類一百步，早就有各種嚴密的社會組織和互動模式了！牠們也會吵架、記恨、霸凌別人，戀愛時也會送禮物、跳求偶舞，也有同性戀、貞操觀、喜歡去旅行、愛打扮、也可能有結婚詐欺？你才發現，原來昆蟲世界比人類社會更加熱鬧有趣！狩蜂有高度的「保鮮技術」，利用毒針麻醉獵物，延長獵物的保存期限。釉蛺蝶族最懂「狐假虎威」。牠們不僅模仿各種斑蝶外形，連飛行方式也精準模仿。** |