

好書大家讀入選好書推薦

三之一

本梯次「好書大家讀」優良少年兒童讀物評選活動，共有128家出版單位，單冊圖書1,146冊；套書9套26冊參與評選，分文學讀物A組、文學讀物B組、圖畫書及幼兒讀物組、知識性讀物組，由20位學者專家決選，入選好書有80家出版單位，單冊圖書215冊。今日刊出知識性讀物組入選好書評介。

主辦單位：臺北市立圖書館、新北市立圖書館、國語日報社 協辦單位：幼獅文化、中華民國兒童文學學會

《擁抱我的情緒小精靈：一本給孩子的正向心理學》

文／瑪麗安·吉拉特絲
圖／黛博拉·凡德莎夫
譯／碧安朵
出版／華碩文化
評介／馬筱鳳（作家、前出版社主編）

日常與人相處，總會碰上各種不和、衝突或妥協，引發各種悲歡喜樂的波動情緒。這些情緒被勾起，如果不擅長處理而直接反應，可能傷害身旁的

親朋好友，甚至也傷害自己。如何了解自己，同理他人的情緒？可以做什麼樣的練習，讓你知道情緒來襲？如何採取適切的表達或合理的動作，讓情緒找到出口，不會讓一時衝動造成的陰影跟隨終身，或造成不可彌補的遺憾發生？書裡談五種常見的情緒：悲傷、憤怒、忌妒、害怕和快樂

，有哪些徵兆可以知道情緒來了，如何真確的表達陷入的情緒？本書提供許多有效的練習，細膩的動作幫助紓解情緒。而陪伴的親人不說不該說的話，才能避免產生或加劇傷害。最重要的是當成功讓情緒流露，沒傷害自己或他人，再次清楚平靜的思考，恭喜你度過了情緒的風暴！本書提供實用



且深入的操作建議，手繪的生動彩圖，讓讀者對情緒的產生、作用和消除，有了更新的認識。

《小怪獸備忘錄：你不知道的動物生存技》

文／曹相諤
圖／徐維駿
出版／國語日報社
評介／王郁軒
（臺北市國語實小自然教師）



小怪獸備忘錄？翻開目錄一看，啄木鳥、海豚、臺灣水鹿、虱目魚、袋鼠……不都是我們認識的動物嗎？牠們到底哪裡「怪」？先想想啄木鳥，成天用鳥喙對著樹幹敲不停，卻不會頭暈腦震盪！說不定從牠的角度看人類，一不小心撞到有

腦袋就頭破血流，這麼不堪一擊才奇怪呢！這下搞清楚，本書談的是各種動物的獨特生存法寶，從形貌、食衣住行等不同面向，介紹各種動物適應環境而演化出的「特異功能」。舉例來說，書中一篇專談土撥鼠的「誠信」，有趣吧！原來文章寫的是黃腹土撥鼠有守望相助的習慣，一有風吹草動就會呼叫大家避難，但有些土撥鼠因經驗不足而誤判，經歷幾回「狼來了」後，這大驚小怪的土撥鼠失去同伴的信任。故事簡直就是土撥鼠版的「放羊小孩」！感興趣了嗎？那就趕緊進入小怪獸的世界，見識動物世界有多奇「怪」！

《與飛行員對話：關於飛行的趣味問答》

文／賈斯汀·凱利
圖／大衛·邁爾斯
譯／李欣怡
出版／青林
評介／馬筱鳳（作家、前出版社主編）

不管是島間旅行，或是遠赴國外，飛機已經是常見的交通工具，但又重又大的飛機是如何起飛的？為什麼人在機艙內會暈機，或是耳朵痛呢？暴風雨裡飛行很危險嗎？飛行員能賺很多錢嗎？作者是一名資深的機長，駕駛過貨機和客機，熱愛飛行，由他來解說有關飛行的千奇百怪的有趣問答，搭配彩色手繪插圖的解說，讓一般讀者，輕鬆進入飛行員的世界。



從旅客到達飛機場，就啟動了旅程，託運行李、通過安檢，找不到登機門也是常有的事情。飛機起飛後遇上風暴會起伏搖晃，耳朵會怪怪的，原來是因為空氣有壓力呀！機組人員不只是機長和副機長，事務長和空服員也很重要。當然機長也是一步步從基本訓練開始，是一條累積經驗的長路。從飛行員的親身經歷，讓我們更貼近飛行器的迷人世界。

你仰頭觀測星空時，心中曾經產生獨特而神祕的敬畏嗎？建議帶著這本書，遠離塵囂，體會宇宙的浩瀚與神奇吧！

書中有五大內容。第一部分，是介紹太空人的「日常生活與工作」；第二和第三部分，講解星系、宇宙之類屬於自然的太空環境；第四部分整理了目前人類探索太空的各種機器、設施；第五部分則是說明我們如何在地球上觀測宇宙。

所以，這本書記載的是來自作者親眼目睹，親身經歷的真實思考及深刻感受的發現。書中第八頁至十一頁，作者以簡明方式整理最基本的十五個太空用語，解說的部分不僅有文字，還配上大量彩色圖片及插畫。

這本書的作者野口聰一擁有東京大學博士學位，二〇〇五年成為第一個在國際太空站進行艙外活動的日本人。他曾在太空執行長期任務，獲得金氏世界紀錄認定為「世界第一個歷經三種不同返回地球模式」的太空人。



《只有太空人才知道的美好宇宙圖鑑》
文／野口聰一
譯／李彥輝
出版／小角落文化
評介／黃春木（臺北市建國高中歷史科教師）

知識性讀物組



《一不一樣·蔬菜》
文／小牛頓科學教育有限公司編輯團隊
圖／藍色夢境動漫工作室、廖篤誠、蔣真庭
出版／小牛頓
評介／江莉琦（臺大生物環境系統工程學系副教授）

你知道甘藷與馬鈴薯的主要差別在哪裡嗎？甘藷的薯塊由根形成，而馬鈴薯的薯塊則是地下莖的產物，大白菜和甘藍的外觀長得有點兒像，菜葉層層疊疊的包成一顆球狀，但它們有什麼關係呢？

本書不僅介紹蔬菜的外觀，還詳細呈現植株的構造，並簡述植物的歷史。例如，甘藷原產於中南美洲，十七世紀傳入臺灣，成為貧困農村的重要糧食；馬鈴薯則是由西班牙人從南美洲傳播至全球。書中還設計了找找看、數數看等有趣的互動遊戲，使知識更易於吸收。

本書強調蔬菜區辨的重要性，不僅是知識的獲取，更與日常生活息息相關，能培養小朋友的觀察力。透過精心設計的互動遊戲，如找找看、數數看、走迷宮等，激發孩子的閱讀興趣。分析與比較是思考的重要基礎，從日常蔬菜的區辨開始，父母可以輕鬆引導小朋友，在互動中學習這項對未來思考發展至關重要的技能。

《帶牠回家的路上》
文／徐莉寧
圖／水月八
出版／大塊
評介／孫菊君（新北市中和國中視覺藝術教師）



作者徐莉寧獸醫師是臺灣少數取得動物行為學專業資格的獸醫，長年致力於飼主教育、改善人寵關係與動物福祉。她以豐富的臨床經驗和生動的文字，破解許多人對動物的迷思和誤解，如何面對動物的

面對「毛小孩」的各種行為，你是否也曾感到困惑？牠們為什麼突然亂叫、不停踱步繞圈，甚至咬人？本書透過十一則溫馨感人的故事，帶領人們走進動物的內心世界，學習如何以更平等、尊重的態度與牠們相處。

《帶牠回家的路上》
老去與醫療處置的種種考量。

《帶牠回家的路上》不僅適合所有飼主閱讀，更適合推薦給每一個喜愛動物的人。

「伴侶動物」取代「寵物」的稱呼，強調人與動物應該是平等共好的關係，而非主從之分。徐醫師認為，唯有用心理解動物的身心需求，尊重彼此的差異，基於公平可行的前提，擬定動物與飼主的生活共識，才能真正建立起和諧的關係，創造充滿愛和信任的共同生活空間。

書中核心觀念是提倡以「伴侶動物」取代「寵物」的稱呼，強調人與動物應該是平等共好的關係，而非主從之分。徐醫師認為，唯有用心理解動物的身心需求，尊重彼此的差異，基於公平可行的前提，擬定動物與飼主的生活共識，才能真正建立起和諧的關係，創造充滿愛和信任的共同生活空間。

《漫畫醫學小史：從疫苗到幹細胞，給所有人的醫學常識事件簿》
文／尚諾威、法比安尼薩爾蒙
圖／非利普、貝柯維奇
譯／蘇威任
出版／原點
評介／黃春木（臺北市建國高中歷史科教師）



這是一本聚焦於「西方醫療」及「醫生」的「專題史」，主要內容有三十章，但貫串全書的，並不是根據時間順序的鋪排，而是按照主要的醫學議題，逐一解說。若是粗略的劃分，大抵上最前面的五章，簡要的整理了從古希臘到十八世紀之前一些早期的現象。從第六章開始

進入十八世紀一直到今日的現代醫學發展，分別討論了儀器、麻醉、遺傳、器官、藥品、疫苗、幹細胞、急救、護理等，許多我們經常聽聞，卻總是「不明就裡」的醫學常識。

這本書其實也是漫畫書，繪畫風格是滿滿的法式特質，既嚴肅又幽默，既簡潔又豐富，跟臺灣人熟悉的日本風截然不同。

此外，和歷史課本相比，歷史類作品原來可以如此不一樣。這本醫療小史的脈絡是歐洲史，例如大家可以從課本得知的古希臘、中世紀、文藝復興、啟蒙運動等，這些大歷史提供我們了解這本醫療小史的背景，但醫療小史的主題內容則豐富了我們對於大歷史的認識。歷史就應該這樣讀。