

閱讀的健康管理研討會

■會議緣起與目的

2020 年全世界面對「新冠肺炎」疫情的挑戰，讓人們體會健康的重要，擁有健康的身體才能將人類智慧傳承與傳播。而自古以來，閱讀是吸收知識很重要的橋梁，閱讀者的身維護，如視力、姿勢、環境等管理；心的維護，如大腦保健、專注力等，都是讓人類智慧得以傳續很重要的憑藉。故本研討會的召開，期望提供正確的閱讀保健與管理概念，延展人類的閱讀生命，開拓閱讀的新視野。

■會議議題

1. 推廣正確的健康閱讀概念
2. 學習大腦保健與提升閱讀的心能量
3. 認識閱讀的視力、姿勢、環境等健康管理
4. 紙本與數位媒介的健康閱讀

■主辦單位：國家圖書館、財團法人伽耶山基金會

■承辦單位：香光尼眾佛學院圖書館

■參加對象：凡從事圖書資訊服務、教育界、文化界、佛教界工作者

■會議時間：民國 109 年 10 月 23 日（星期五）上午 9:00 至下午 5:00

■會議地點：國家圖書館國際會議廳（臺北市中山南路 20 號）

■報名方式：線上報名，網址：http://www.gaya.org.tw/library/news_1091023.htm。9 月 15 日起受理網路報名，名額 250 人，額滿為止。主辦單位保有報名決定權，錄取者將於會前寄發錄取通知（同單位報名者最多錄取 2 名）

■備註：

1. 本研討會可以登錄公務人員學習時數 7 小時。
2. 因應新冠肺炎疫情管控，會議辦理及進場規定，配合中央流行疫情指揮中心及國家圖書館相關防疫措施辦理。

■議程

| 時間 | 民國 109 年 10 月 23 日（星期五） | 主持人 |
|-----------|----------------------------------------------------------------------|-----|
| 8:30-9:00 | 報到 | |
| 9:00-9:15 | 開幕典禮 曾淑賢館長 致詞（國家圖書館館長） 悟因法師 致詞（財團法人伽耶山基金會董事長暨香光尼眾佛學院院長） | |

| 時間 | 民國 109 年 10 月 23 日 (星期五) | 主持人 |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 9:15-10:35 | 專題演講 (一) 閱讀與大腦保健 鄭先安醫師 (花蓮慈濟醫院能量醫學中心副主任) | 曾淑賢館長 國家圖書館館長 |
| 10:35-10:50 | 茶敘 | |
| 10:50-12:00 | 專題演講 (二) 提升閱讀的心能量——專注力管理 許瑞云醫師 (花蓮慈濟醫院能量醫學中心主任) | 賴鼎銘監委 監察院監察委員 |
| 12:00-13:30 | 午餐 | |
| 13:30-15:00 | 【第一場研討】圖書館與閱讀的健康管理 1. 療癒閱讀，促進心理健康——兼談圖書館書目療法服務之推展 陳書梅教授 (國立臺灣大學圖書資訊學系暨研究所兼任教授) 2. 圖書館的友善空間規劃 洪玉貞館長 (台南市立圖書館總館館長) 3. 防疫期間營造圖書館健康的閱讀環境 姜義臺先生 (靜宜大學蓋夏圖書館創新學習整合組專員) | 黃鴻珠教授 淡江大學資訊與圖書館學系教授 |
| 15:00-15:20 | 茶敘 | |
| 15:20-16:50 | 【第二場研討】閱讀者的健康管理 1. 光與健康——閱讀燈光要如何才能夠亮卻不過亮 周卓輝教授 (清華大學材料科學工程學系教授) 2. 閱讀的健康管理——姿勢篇 簡文仁物理治療師 (國泰綜合醫院物理治療師) 3. 內服外用抗 3C 陳瑩山醫師 (中國醫藥大學新竹附設醫院眼科主任) | 自衍法師 香光尼僧團人文志業副都監暨 香光尼眾佛學院圖書館館長 |
| 16:50-17:00 | 圓滿·賦歸 | |