

## 樂道中學



### 師長好書推介計劃 (2018-2019)

書名：《丟掉 50 個壞習慣  
懶熊也能訂做成功新生活》

著/編者：美崎榮一郎

出版社：漫遊者

出版年份：2017 年

索書號：176.74 8291 2017

登錄號：C26280

相信大家總有些習慣明明知道不太好，但又很難下定決心改變或是即使有心想改變，但過幾天後就故態復萌。如果你也正在面對這些情況，以下介紹的這本書十分適合你。

這本書的作者透過淺白易明的文字，配上生動有趣的插圖，為讀者提供解決 50 個壞習慣的方法。首先，作者把這 50 個壞習慣分為 4 大類型，分別有工作上、生活上、人際關係及思考上，然後再逐一提出改變這些壞習慣的訣竅。相信同學們閱讀完這本書後，定能改變自己的壞習慣。



老師姓名：何婉欣老師

日期：2018 年 9 月 27 日