



睡睡念

2024

11月

精選電子雜誌

SELECTED MAGAZINE ARTICLES

電子雜誌使用說明



床眠被

善用生理時鐘與睡眠周期，
自然起床無壓力

NO.173 經理人月刊

找回一夜好眠

NO.1695 商業周刊

失眠年代

NO.166 全球中央

睡月靜好

睡眠的神奇力量

THE AWESOME POWER OF SLEEP
NO.120 BBC 知識 Knowledge

睜一隻眼睡覺

NO.213 科學人

關於睡眠的疑難雜症

NO.102 BBC 知識 Knowledge

眠言不絕



睡の違色—讀村上春樹《睡》（睡ねむり）

NO.790 幼獅文藝

音樂解救失眠的你

NO.137 MUZIK古典樂刊

打盹指南

NO.135 BBC知識 knowledge



小日子享生活誌
NO.131



早安健康
NO.68



科學人
NO.463