

曾沛慈為走紅毯 刻意減肥卻腫一圈

◆看中國訊

公視舉辦金鐘獎入圍茶敘，《我們與惡的距離》團隊出席，包括：演員曾沛慈、溫昇豪、洪都拉斯；導演林君陽、製作人林昱伶及湯昇榮，曾沛慈為了走紅地毯費盡心機，積極減肥，期望能以最佳狀態示人。

提到這次金鐘獎，曾沛慈笑言，原本還不當一回事，但隨著日子愈來愈接近，心情卻變得很緊張，尤其要穿甚麼走紅毯？更是傷腦筋。「目前還沒定裝，但是已在看一些服裝了」。

她坦言，為了以最佳狀態出席，特別刻意減肥，原本採取生酮飲食來瘦身，怎知卻愈吃愈胖，嚇得她趕緊停止，也找到了問題所在。她說：「就是吃太少了，現在恢復正常吃，吃得飽也瘦得下來。」她透露，生酮飲食不適合她，因為會造成她整個人

水腫。如今，她除了正常飲食外，還上健身房做運動，這樣健康瘦身，讓她安心多了。

對於得獎與否，曾沛慈覺得能入圍已很開心，被問到最深刻的一場戲，她覺得是要哄騙弟弟吃藥，但怎麼說，弟弟都不吃，只好把藥加在飯裡，當時擔心被抓包，還先吃了一口飯，沒想到紙還是包不住火，弟弟應思聰憤而翻桌。曾沛慈說：「在那個房子裡，濃縮了好多喜怒哀樂，當桌子被掀翻，我嘴裡還有飯，那種無助感，看了播出才知道，原

來我是那樣演的。」

李杏憑《生死接線員》入圍戲劇女配角獎，跟曾沛慈、謝瓊煖等勁敵角逐，她笑喊，在「死亡之組」競爭激烈。

李杏以平常心面對，這次參加金鐘，她最在乎造型美不美，現在努力瘦身，一天只吃一餐，希望能美美亮相，尺度不設限。

李杏笑喊：「要就拚紅毯最美啊！」被問到心中的紅毯勁敵，她笑說是賈靜雯，大讚賈靜雯怎麼穿都好看。

王淨以《你的孩子不是你的孩子—茉莉的最後一天》入圍迷你劇女配角獎，她表示，很開心能參加一年一度的盛事，心情彷彿是去看偶像。

王淨聊起禮服造型，她笑稱自己平常大手大腳，最近要開始練習穿高跟鞋走路。



攝影/黃宗茂

《今天也要用便當出擊》 Bento Harassment

把自己的心聲寫進便當裡

文 | 周明真

如何跟叛逆期的小孩溝通？傳紙條、私訊都太落伍了！日本八丈島單親媽媽香織（篠原涼子飾）育有兩個女兒，其中小女兒雙葉（芳根京子飾）是正值叛逆期的高中生，她甚至不開口說話，只用手機傳信息，這樣的相處方式，快把香織逼瘋……最後香織決定把女兒的便當做成超強「造型便當」，用各式各樣繽紛的食材，把自己的心聲寫進便當裡，讓雙葉的便當在學校一炮而紅。香織以便當為武器、幽默當催化劑，慢慢拉近母女之間的距離。

《今天也要用便當出擊》片中，女主角為了要在女兒高中畢業典禮當天做出「便當大作戰」的最後一個便當，抱著病體徹夜不睡，也要完成獎狀便當，顯見



《今天也要用便當出擊》電影劇照

日本媽媽為了孩子全年無休、奮力賣命的樣子，因此讓便當變得不只是一個便當。

媽媽將複雜的父母之愛，轉化為單純且有營養的便當，人

生再苦，大人都要把它們變成養分，把愛傳承給小孩。本片透過便當，描繪出一段母女親情的故事，那些特色便當的心情穿插其中，呈現出角色的情緒和想法。

甲上娛樂提供

甲上娛樂提供



電影簡介

影片 今天也要用便當出擊
Bento Harassment

導演 塚本連平

主演 篠原涼子、芳根京子、
佐藤隆太、村上知子

故事 日本 Ameba 冠軍部落客真人真事改編！讓千萬日本人又笑又哭的療癒電影！征服不了的叛逆期女兒，用便當一決勝負吧！

甲上娛樂提供



今日菜色：謎語便當

郭書瑤飆罵髒話 嚇壞唐寶寶

◆看中國訊

藍正龍首度執導電影《傻傻愛你，傻傻愛我》，郭書瑤片中與喜憨少年蔡佳宏（Leo）有特別友情，她拍攝前一有空，就會主動與他聊天培養默契，但一場她發狠兇人的戲，還是嚇到蔡佳宏，好一陣子都不敢跟她說話。

郭書瑤片中演出援交妹，坦言當初看到劇本就喜歡，也樂於挑戰，但她覺得這部戲很難的部分是與天真、可愛的唐寶寶們對戲，「在他們的世界裡都，他們都很認真，很怕我們在演出情緒比較大的戲時，他們會當真，會嚇到他們」。

瑤瑤那時看見 Leo 快哭的眼神，而且他拍完後有一陣子不太敢找瑤瑤聊天，導演藍正龍表示，Leo 當下被嚇得忘了在演戲，他立刻向前安撫他的情緒，Leo 很快就穩定下來，專業的繼續演出。

陳意涵婚禮進度 想到只覺得累

◆看中國訊

陳意涵去年 8 月與導演許富翔登記結婚，當時透露，生完小孩之後再補辦婚宴。被問到婚禮進度？她馬上搖頭說：「沒有在準備，我們已經過了那個浪漫的時期，現在想到只會覺得很累。」她隨後又笑說：「應該還是會想收大家的紅包嘛！」

陳意涵產後迅速恢復身材，保養得宜，被問到帶寶寶的狀況，她透露還可以，但多少會有些睡眠不足。

陳意涵也正在中國大陸拍戲，常常需要搭飛機工作，因時差、睡眠不足，她偏愛天然產品，並且熱愛運動，經常在社群網站分享自己跑步的素顏照，連丈夫都說最喜歡她素顏的模樣。

阿根廷球星梅西退 C 羅、范戴克 六獲世界足壇最佳男子球員獎

◆看中國訊

國際足總（FIFA）於米蘭舉辦頒獎典禮，頒發的獎項包括：最佳男、女球員，最佳男、女教練，最佳 11 人陣容，普斯卡斯獎（最佳進球）等，最佳男子球員由巴塞隆納球星梅西（Lionel Messi）奪得，這是他生涯第 6 座 FIFA 最佳球員獎項，也是自 2015 年後睽違 4 年再度得獎。

本屆「世界足球先生」（FIFA World Player of the Year）評選的結果，可能會讓一些人覺得意外。一般來講，在偶數年，球員在世界盃或歐洲盃上的表現，會成為評選的重要指標；而在奇數年，人們更看重歐冠，其分量要大於美洲盃和聯合會盃。

上賽季，梅西各項賽事出場 50 場，送出 51 球和 22 助攻，

其中歐冠打入 12 球，收穫歐冠「金靴」；西甲 36 球，成為西甲金靴；西甲助攻 13 次，榮獲西甲「助攻王」。在團隊方面，他幫助巴塞隆納奪得西甲冠軍，並晉級歐冠四強和國王盃決賽。在國家隊，梅西率領阿根廷在美洲盃上收穫季軍。

C 羅雖然在個人數據上比不過梅西，但在俱樂部與國家隊的榮譽上，他要稍稍好過阿根廷

人。范迪克作為後衛在個人數據上肯定無法同梅西和 C 羅相比，但他幫助利物浦贏得了歐冠獎盃，另外還在歐超盃上力克切爾西奪魁。

顯然，從數據上看，梅西的表現只能算是中規中矩，並不算亮眼；他之所以能夠脫穎而出，是因為他的人氣。「世界足球先生」的評選是由各國家隊長、各國家隊主帥、媒體代表和全世界球迷參加投票，四大群體各占 25% 權重。這註定了人為感情因素將左右最後的結果。

這是梅西第 6 次獲得世界足壇年度最佳球員獎，在 2013 年和 2014 年被 C 羅兩次「搶」走世界足球先生後，2015 年，他又重新奪回。隨著今年登頂，梅西以 6 奪魁創造新的歷史。



梅西