

香港文匯報訊（記者 梁靜儀、李思穎）羅力威和太太兩僑誕下的囡囡羅約彌（Harper）剛慶祝完百日宴，不過這對新手爸媽在沒有請家傭和陪月幫手之下，在湊B的頭3個月真的有點束手無策，羅力威更自爆疑患有產後抑鬱，不僅對BB喊聲反感，更被老婆兩僑指他變得心煩氣躁，幸已適應過來，羅力威開始感受到湊女樂趣，只要囡囡報以一個笑容，已覺得自己大獲全勝，故此，他兩公婆齊齊鼓勵「爸爸們加油」！同樣今年誕下一女的羅子溢，除了工作外，就離不開女兒，每時每刻都被「小珍珠」的可愛融化。

羅力威曾對喊聲反感 疑患產後抑鬱 面對前世情人「跪低」



羅力威和太太兩僑會互相鼓勵對方。



羅力威開始感受到湊女的樂趣。



黎姿帶同三女一起行山。



黎姿不時做運動養生。



羅子溢與女兒小珍珠一起自拍。



陳山聰上週借愛子慶祝太太生日。

羅力威在社交平台分享父女溫馨照，分別是抱住囡囡熟睡和充滿笑容相片，自喻已順利過關成為書僮，同時以爸爸角度分享頭三個月湊B的感受，BB出世後首先要照顧老婆，繼而是面對BB不斷喊，他留言指：「每隔幾分鐘醒一醒，次次唔定時唔知搞幾耐，永遠無收工，嚟到兩個幾月佢已經可以瞓到9-10個鐘，可能知爸爸媽媽辛苦，體諒我哋……」關於產後抑鬱我都唔係好知係乜，不過我估我其實中咗少少，老婆話返我知，我理解我嘅情況係對喊聲反感，同唔理智既（嘅）人（BB）溝通唔到嘅時候，而你無地方發洩，因為你連關交都無對手，而咁簡單嘅食奶瞓覺道理，點解唔明。感激過程中有親人幫，感謝部琴，任由我糟質發洩，感恩貓仔又乖又聽話，而我天生麗質無黑眼圈身體好，瞓少啲食少啲當減肥，IG典型懶嘢嘢格言，唔好覺得湊B感到沮喪失敗，因為最後見到個B望住你笑，也就是場仗大獲全勝之時，最後男人老狗唔好講，爸爸們加油。」現時的他已懂得見招拆招。

兩僑也放上老公湊B的幸福照，並分享另一半做新手爸爸的變化：「自從我生咗之後，佢變得好好怕凍，成日趁我餵飯吓奶熄咗我個冷氣，又用我啲薑包浸浴，吹靚風又見頭痛虛弱。」「一段時間我真係好驚佢有產後抑鬱，因為突然多咗個BB都係一個幾大嘅轉變，需要時間適應，好在慢慢地BB戒夜奶，夜晚有返連續嘅一覺好重要，有休息就好好多，爸爸都係需要被關注嘅一類，偏偏男士又唔係好鍾意同人傾偈，而且每個人都有自己固執嘅位，有時一個方法人哋得你又唔得，但係小朋友總會大，唔會永遠都係同一個狀態，爸爸們加油。」她又指夫妻間都要互相包容。

羅子溢自拍被愛女搶鏡

至於羅子溢就有女萬事足，即使近日忙於拍攝《兒科醫生》，但每當有空閒便幫手湊女兒小珍珠，前晚他抱住前世情人來個大頭自拍，並上載到社交平台及留言：「忍不住！跟大家分享我的小珍珠！爸媽愛死你！不過你實在太搶鏡！」

已七個月大的小珍珠，遺傳了爸爸的大眼睛，精靈又可愛，跟爸爸合照時更讓望鏡頭微笑，連育有兩個兒子的胡杏兒都有留言大讚可愛：「so cutie，好似你，又有啲似媽咪。」子溢則回覆杏兒：「有機會等BB們認識。」而育有一子的陳山聰，亦留言讚小珍珠pretty，有網民搞笑叫他對親家。

帶囡囡秋遊行山 黎姿答謝栢芝送風褸

香港文匯報訊（記者 達里）在疫期間不少市民都選擇行山做運動，增強自身抵抗力，加上秋天的天氣也適合行山遠足，已是三女之母的黎姿日前就帶同小朋友一起行山，並記錄足足走了八千步，她上載照片到社交平台，貫徹過往保護小朋友的宗旨，不讓她們曝光，說：「我最喜歡跟3小豬一起做的運動，邊走邊聊天，輕鬆地完成八千步健康步數。天氣微涼，潮款的小風衣成了她們戶外的最佳裝備。」黎姿也不忘多謝栢芝送給小朋友的風褸作為貼心禮物。

網上圖片

王友良借樂天小丸子鼓勵港人

香港文匯報訊「日本通」王友良（Ivan）一向對小丸子有情意結，近日更以櫻桃小丸子大中華區總代理身份，為小丸子動畫30周年在元朗YOHO MALL內舉行展覽活動，讓動畫中30個角色立體登場。Ivan表示整個活動，自己籌備超過大半年，本身有好多idea，但因為疫情的問題，展覽日期一改再改，幸好現在終於成事。Ivan說：「2020年，全世界都面對很多逆境及負面情緒，希望透過小丸子咁樂觀的性格，帶回開心快樂界大家，令大家多點正能量，一齊面對，新一年的挑戰。」Ivan又表示，從小已經很喜歡小丸子，長大後機緣巧合下，認識了《櫻桃小丸子》作者櫻桃老師，二人成為好朋友，一齊在日本食飯、唱K，原來作者的性恪態跟小丸子完全一模一樣。



王友良為小丸子動畫30周年舉行展覽活動。

身體檢查證乳癌沒復發 陳美齡被勸別急於工作

香港文匯報訊（記者 李思穎）陳美齡（Agnes）於2007年不幸患上乳癌，最終戰勝病魔，康復後她會定期檢查，在最新的檢查報告中，她一切正常，但就被醫生叮囑她不要在疫情嚴峻狀況下急着開始工作而顯得心情複雜，期望疫情快過去，大家加油！

Agnes上月底由香港返回日本接受14天家居隔離，完成隔離後，她已急不及待開始工作，近半個月來出席活動及到電台接受訪問，日前她在社交平台放上近照，以及分享健康飲食，照片中是蔬菜沙律和葡萄，可見吃得清淡，同時又提到乳癌康復後的最新狀況，她以《一切

正常》帖文說：「昨天接受了乳癌的定期檢查。因為疫情，不能回日本，今年的檢查遲了一點。但很託福，身體沒有問題。所有的結果都正常。真的感謝。主治醫生也為我高興。醫生指出，因為疫情嚴重，我應多多保重身體，不要急着開始工作。我也贊成的，但又有點心急，心情有點複雜……香港小學又停課了，相信家長和小朋友們都很擔心。但希望大家多多忍耐，不要放棄希望。只要我們齊心合力，疫情一定會轉好的。大家加油！」



陳美齡在社交平台放上近照，透露身體狀況。

對乳癌患者尤為關注的她，之前在日本接受訪問時，便以「日本抗癌基金會」的「微笑大使」身份談到自身的乳癌經驗，希望可以幫到更多人。

鄭俊弘認為做好老公需練習

香港文匯報訊（記者 梁靜儀）鄭俊弘（Fred）日前接受TVB娛樂新聞台節目《StarTalk》訪問，宣傳新歌《絕地火車》及大談新婚感受，他認為婚姻跟唱歌、彈結他都一樣，都是需要不斷練習。

過往經常唱劇集主題曲的Fred表示新歌並非劇集歌曲，故參與度亦比較高，並找來相識多年好友Ever樂隊成員何家豪作曲，他說：「首歌對我好有意義，所以想另一半Step（何雁詩）去睇我錄音，嘞日佢有界任何意見，但呢（唱）到一句『多得有個人陪我走』時，本身覺得唱得麻麻，但係個玻璃窗見到Step，再多加咗身體movement，出嚟效果又唔同啲，好似唱佢聽咁，我從來都有試過咁，所以都幾sweet。」

新婚不久的他，又談到婚後的改變，他笑說：「之前一齊住，大家已經清楚大家嘅生活習慣節奏，最唔同係現在叫佢做老婆，初初有啲尷尬，但過現在越嚟越覺得自然，佢都有叫我做老公，但有時佢都講笑咁叫我衰佬。」Fred又稱做了人夫後，學識了多跟另一半溝通，因他本身性格內斂，不太喜歡講自己的感受，而Step亦說要學習多聆聽：「其實點解我哋會有咁嘅說法，係因為結婚之前去咗好屋企食飯，佢哋同我哋做咗一個夫妻練習，睇吓有咩不足，原來佢結婚之前都有另外一對夫婦幫佢做過呢個test，所以唔係一結婚就可以成為好老公，婚姻同唱歌、彈結他都一樣，係需要不斷練習。」



新婚不久的鄭俊弘（右）接受訪問。



苑瓊丹疫市開檔做老闆。

晚晚煮界佢食，可以食足成星期，難得老公竟然有投訴照食，再唔係就咁煮個上海麵又當一餐！因為呢個工人姐姐好錫狗，所以我又唔會炒佢，但係咁唔係辦法嘛，所以買咗即食麵包看門口，老公就話既然係咁，做咩唔自己投資？現在咪返嚟買餸，又可以畀老公食餐好，總之『一為神功、二為弟子』啦。」

苑仔講笑話享受賺錢過程，歡迎任何人約她投資：「我有七錢咋，但想搵錢就真嘅，現在晚晚用餸包開飯，叫老公順手試味畀意見，不過佢死都唔肯出鏡幫手做宣傳，佢話我做『食神』，我就話佢係『賭神』狗晒神秘！」

苑瓊丹投資7位數進軍飲食界

香港文匯報訊（記者 李思穎）苑瓊丹（苑仔）在香港開電視的工作告一段落後，認頭多多的她決意向飲食界進軍，投資7位數字大量生產即食麵包，期望成為圈中「食神」，順便益老公大飽口福，但就遭老公拒絕出鏡宣傳，只肯做「試食」大軍。

苑仔透露出餸包的概念源於拍攝教路，因有感香港父母都好忙，收工還要煮幾好辛苦，所以膽粗粗投資，「自己對煮餸一竅不通，但我識食好嘢，所以便負責品質管理，唔好食唔會畀佢賣。」

苑仔坦言老公每晚「粗茶淡飯」，於是決定進軍飲食業：「因為我工人姐姐完全唔識煮餸，邊個餸老公話好食，佢就晚晚煮界佢食，可以食足成星期，難得老公竟然有投訴照食，再唔係就咁煮個上海麵又當一餐！因為呢個工人姐姐好錫狗，所以我又唔會炒佢，但係咁唔係辦法嘛，所以買咗即食麵包看門口，老公就話既然係咁，做咩唔自己投資？現在咪返嚟買餸，又可以畀老公食餐好，總之『一為神功、二為弟子』啦。」

苑仔講笑話享受賺錢過程，歡迎任何人約她投資：「我有七錢咋，但想搵錢就真嘅，現在晚晚用餸包開飯，叫老公順手試味畀意見，不過佢死都唔肯出鏡幫手做宣傳，佢話我做『食神』，我就話佢係『賭神』狗晒神秘！」

霆鋒夥學員合作創作歌曲

香港文匯報訊（記者 李思穎）由謝霆鋒擔任導師之一的內地音樂選秀節目《中國好聲音2020》日前已入總決賽，節目一開始便以霆鋒打頭陣，他帶領着學員們合唱《成者為王》一曲，立即點燃全場氣氛。經過一輪熱身後，比賽正式開始，賽制分為兩輪：第一輪學員跟自己所屬導師合唱；第二輪學員獨唱對決。第一輪跟導師合唱，霆鋒跟他的學員曹楊合唱《給天使看的戲》；隨後的獨唱環節，學員唱了一首原創歌曲《只有你不知道》，當演唱完後，主持問霆鋒覺得學員表現如何，霆鋒透露歌曲是二人合作寫成，「非常滿意，其實這首歌是我們兩個寫的，曲是我寫，詞是曹楊寫的，我覺得他今次的演出對我來說是滿分。」最後雖然霆鋒的學員未能獲得冠軍，但他表示這是一次難忘的音樂之旅。



謝霆鋒