

四人男子組合C AllStar成員之一的梁釗峰日前出席「香港紅十字會」舉辦「鏢-DSE圍爐音樂會」，與二人女子組合「雷同二友」為即將迎接DSE放榜的考生表演，分享面對壓力時情緒管理秘技，期間釗峰分享訓導主任在放榜日輕拍肩膀為他打氣的往事。

沖熱水涼喝熱飲紓壓 難忘訓導主任溫柔安慰

梁釗峰教放榜心法 炎明熹或讀音樂

梁釗峰在「鏢-DSE圍爐音樂會」上，以歌聲勉勵等待放榜的DSE生，演唱期間釗峰還跳落台到觀眾席唱歌和握手，對觀眾說：「你哋依家咩心情？好忐忑？好緊張？我都好緊張，緊張你哋嘅緊張。我今日諗住唔講咁多嘢，擺啲想講嘅嘢嚟作品度！」

每首歌嘅內容和意義都好深遠，你哋要嗒真啲，唔只要聽幾分鐘，要聽好多次！放榜後，身邊好多人

■炎明熹考完試後去旅行。



會畀意見，老師、朋友、家人、死黨等，聽邊個好呢？又或者有人會質疑你嘅想法。我想透過歌詞勸勉大家，確立自己相信嘅事情，別人意見要聽，但要深思熟慮，揀啲自己啱用嘅意見，最重要聆聽自己嘅心聲。」

音樂會後，釗峰受訪說：「剛才見到呢班DSE考生，我有千言萬語，但佢哋一定聽到好多意見，我都替佢哋緊張，呢個時候唔使講啲乜，《陪伴》最重要。只要事先好好計劃，乜嘢結果都有明確方向，放榜就好定檔。我當年諗定最好、最壞同埋中間幾個打算，不過到放榜一刻依然會好緊張。其實擺完成績單啲同學就各散東西，甚至無再見面，我反而想提醒大家好好珍惜放榜前與同學見面嘅時光，珍惜呢個緣分。」釗峰最難忘是訓導主任：「當年我嘅訓導主任好惡，但到放榜嗰日，佢好溫柔咁安慰我，輕輕拍我雙肩打氣，好窩心好Sweet，非常難忘。」他又建議沖熱水涼和喝熱飲紓壓，而放榜前一刻就用力抓緊拳頭再放鬆，急救緊張情緒。

另外，炎明熹（Gigi）是應屆DSE考生之一，考完試後她就和同學一起開啟台灣畢業旅行，之後就繼續為其歌唱事業而努力。

Gigi對成績有信心

這位「樂壇小天后」自言對今次公開試成績甚有信心，但Gigi其實也早已為升學之路作打算，她早前受訪時表示想過到大灣區內地城市繼續升學，想讀服裝設計或者音樂。她表示，接觸演戲、拍攝MV的經驗後，令她覺得如果有能力為自己設計一些舞台演出的服裝，想一想都是一件很快樂的事情。當然，也會考慮讀音樂專業，覺得自己雖然是歌手，但還沒有專業、系統地去學習很多樂理知識，所以也是一個心水選項。

岑麗香 暫無計劃追女

■岑麗香期待再拍新劇。

岑麗香（香香）與岑珈其昨日出席保險公司活動，香香久未在香港亮相，此行隻身回港是她首次跟一對兒子分離，她表示勁唔捨得，但卻也難得可以有「Me Time」。已兩年多沒拍劇的她何時才投入工作？她表示要看公司決定，自己亦已準備好，在家中也有拍片練習。問會想多追個女？香香直言暫時沒這個計劃：「萬一有這件事發生，是對自己的新挑戰。」至於岑珈其則趁暑假，盡量抽時間安排親子活動，又希望公司開綠燈讓《膠戰》節目添食，讓他邀請不同嘉賓上節目一齊玩。



■一眾候選佳麗穿上泳裝亮相。

佳麗拍泳裝照

胡睿涵Big爆

《2023香港小姐競選》再有佳麗退選，11號周婷需處理家中要事決定退選，TVB鼓勵她繼續努力，期待來屆再次參與競選。至於現身越南的16位候選佳麗昨日拍攝宣傳照及泳裝照，泳裝為墨綠及粉紅兩色的三點式，當中以年僅18歲、6號胡睿涵最搶鏡，她擁有36吋的驕人上圍。緊隨其後則為16號郭珮文及9號潘明璇，分別擁有35吋及34吋上圍。

今屆候選佳麗身形普遍偏瘦，有大批「蛇腰」代表，當中14號陳怡名以21.5吋腰圍成為「蛇腰」之冠，她指拍攝泳裝照最怕曬黑：

「我半個鐘就搽一次防曬。我唔驚影泳裝，因為平時去旅行都有着比堅尼影相；而最滿意自己嘅鎖骨，着吊帶衫特別靚。」腰圍僅得23吋的10號陳霽鋁受訪時，坦言拍攝泳裝照有少許緊張，並透露有為着泳裝刻意減肥及忍口，前一晚只以咖啡頂肚餓。

繼日前拍攝MV時「一時暴曬、一時暴雨」後，拍攝泳裝照亦遇上天氣問題，由於現場超級大風，佳麗數度出現「秀髮亂舞」情況，15號莊子璇受訪時笑言應付強風比擺靚甫士拍攝泳裝照更高難度：「要好努力咁攞大對眼。」

宮崎駿新作零宣傳 上映4天票房破紀錄



■宮崎駿再度推出新作。

日本東寶公司昨日表示，日本動畫導演宮崎駿執導、吉卜力工作室製作的最新長篇動畫《你想活出怎樣的人生》本月14日在日本上映後，僅4天入場觀影便達到135萬人，票房突破21.4億日圓，打破宮崎駿2001年前作《千與千尋》的紀錄。據悉，《千與千尋》最終票房收入為316.8億日圓。另外《你想活出怎樣的人生》上映前，電影公司罕見地未公布故事內容及釋出預告片，吉卜力工作室製作人鈴木敏夫表示，完全不會提早公開電影內容，提出有別以往作品的「罕見宣傳方針」，在正式上映前僅公布演員名單及主題曲。