醫家雅食

葉歌

墟里

顧仲是浙江嘉興人，清代醫生。他摘錄楊子建所輯《食憲》中有關飲食的內容，結合自己的經驗撰寫了三卷《養小錄》，包括飲之屬、醬之屬、餌之屬、蔬之屬、餐芳譜、果之屬和佳餚篇七個部分，二百七十餘種飲料和食物。

作者是醫家，注重養生。他心中的理想飲食「以潔爲務，以衛生爲本」，反對奢侈，提倡儉約；反對繁複的烹飪手法，推崇清淡「本味」。在他看來，「三世作官，才曉着衣吃飯」說的不是世家鋪張浪費，而是他們「中節合宜」，膳食均衡。

書中的食譜很多都很優雅，如：暗香湯用早梅、茉莉或柏葉加蜜沖茶。雖有雞鴨魚肉和蝦蟹海鮮，顧仲似乎更推崇薰豆腐、先醃後糟的豆腐（美其名曰「鳳凰腦子」）、凍豆腐等素菜。點心不過燒餅、餡餅、脆餅、核桃餅等，製作簡易。比較特別的橙糕，就是黃橙煮熟、去皮，加白糖做成果凍。

顧仲大力推薦的「蒸裹糉」製法如下：「白糯米蒸熟，和白糖拌勻，以竹葉裹小角兒，再蒸。或用餡，蒸熟即好吃矣。如削出油煎，則仙人之食矣」。用糯米蒸熟拌白糖再裹入竹葉做成糉子，蒸熟後再油煎，就被認爲是「仙人之食」。這和當今鮑魚、乾貝、魚翅、滷蛋、紅燒肉，怎麼富貴、怎麼厚味怎麼做的糉子眞有天壤之別。

顧仲的飲食理念和現代的營養膳食不謀而合：美食就是最新鮮優質的普通食材，烹飪得法，清淡鮮潔。

孩子的交誼

阿濃

南墻集

假日，舉家到湖濱野餐。兩個孫女表現興奮。赤腳嬉水後開餐，肚子一飽又去玩耍了。她們帶了兩件玩具來，一個塑膠球，一輛小手推車。

她們玩得高興，笑聲飛揚。與我們相鄰的是一家韓國人，一位年輕男士，她太太是一位胖胖的女士，還有一個三歲左右的小女孩，跟我的小孫女差不多大。

年輕男士忙着生火，太太安排其他吃的，小女孩看着我兩個孫女玩，臉上流露羨慕的神情，她不自覺的越走越近，想參加遊戲的願望顯而易見。

想不到我的小孫女竟把塑膠球拋給她，小女孩出乎意料，沒有伸手去接，球掉在地上。小孫女把球拾起，再拋給她，這次她明白了，把球接牢，發出響亮的笑聲。我覺得有點誇張，我知道這因爲她想顯示謝意。這時五歲的大孫女也加入遊戲，大小孫女平常爭東西玩，想不到此時不但不爭，還十分體貼對方。

玩完球又玩小手推車，小女孩也搬出她的玩具給大家玩。韓國媽媽一直微笑地看着，後來拿出一些韓國食品請我的孫女吃。這時我的媳婦也加入了，兩位母親談得投契，我看到她們拿出手機，交換了電郵地址。

成人的友誼竟從孩子間的友誼開始，這使我感覺愉快，我們要向孩子學習的地方可不少。

也去淘寶

王渝

紐約抒懷

從五月到十一月，每個星期天，我們這個住宅區的小學操場就開放成跳蚤市場。玲玲、咪咪和我做完晨運喜歡去逛逛。碰上小孩服飾玩具攤子，玲玲腳步慢下來，逗留不前。她有兩個美麗可愛的外孫女，她經常發現可以取悅她們的好玩事物。咪咪專注於廚房用具，好像永遠都缺少鍋盤碗罐。我完全無目的性，只是跟着她們亂看。如果把我們這般態度形容成「淘寶」，實在太誇張。但是我們很愛「淘寶」這個詞，總告訴別人是去淘寶。或許潛意識裡有那麼一點莫名其妙的期盼吧。

最近玲玲不再眷顧小孩事物的攤子，我們問了幾次，她終於支支吾吾地說明原委。她女兒說那些東西加上快遞的費用，在當地可以買到更多更好的禮物，讓她別再這麼費心辛苦了。看她那副悻悻然的樣子，我們也不便繼續這個話題了。好在她興趣廣，馬上注意轉移到玉器上。今天花了幾十塊錢買了一塊玉墜子，她要我們觸摸，說是比別的都冰涼。我一竅不通，不敢發言，而且那位華裔賣主和藹可親。玲玲說淘到了寶時，我們直點頭。

我也說淘到了寶。她們倆將信將疑。我指指那個正在起勁施展歌喉的胖男人。他唱的都是我熟悉的老歌。雖然他賣的襪子我並不需要，我卻總會買兩三雙，只爲了他的歌唱。

醜

舒非

采蘋

退休之後爲了健康，努力做運動，以補過去幾十年的不足。每天早晚兩次上公園鍛煉，晚上到維園散步，早上就在家居附近的小公園做早操。

看內地新聞，不止一次看到跳廣場舞引起糾紛的報道。在廣場大播音樂，大嬸大娘聞歌起舞，附近居民不堪被滋擾，有兇悍的人，向跳舞阿嬸潑糞便髒水。

起先我是站在跳舞一方的，跳廣場舞，鍛煉身體，是件好事，爲什麼一點也容不得？到了我親眼看到家居附近師奶大跳廣場舞時，不禁搖頭。大部分人都在做早操，甩手、拉筋、急步走、慢跑，各有自己一套，互不干涉。可是，那些跳舞師奶，播放的音樂聲浪那樣大，嚴重騷擾旁人。

香港寸土寸金，公園小得可憐。本來大家早操鍛煉，沒有聲響，還算清靜。一旦播放歌曲，環境就變了。我開始懂得爲什麼人們受不了，要幹偏激的事來破壞。

從另一個角度看，師奶跳廣場舞也眞特別礙眼。年紀一大把，渾身贅肉一抖一顫，卻裝成少女的樣子，蘭花手指搔首弄姿，實在倒胃口。同樣一個人，假如是在做操，就正常順眼得多。每天早上我都會碰到的一位婆婆，九十多了，笑瞇瞇像尊彌陀佛，她做起操來就好看。我不反對師奶扮少女，希望她們只在家裡扮好了。

轉讀心理學

葉特生

生命特寫

有位醫生爲病人做癌症手術，打開後發現已經擴散，動刀也救不了，只好再縫上。和病人解釋，那病人是農村來的，聽不懂，堅持認爲手術過後，病就好了。

出院一年，病人還在，回院做檢驗時，發現癌細胞竟然消失了。

那外科醫生大徹大悟，轉讀心理學去了。

心理是人裡頭的事，外頭看不見，卻發揮着比物質更大的作用。

環境平安不是最重要的，心裡頭平安妥貼才是。

隨遇而安的「安」，就是指心裡頭的東西，超乎外頭的「遇」，有了這個安，大風大雨，驚濤駭浪都不怕。

知識愈多，反而使人更不安。因知道世事無絕對，策劃周全，也會有「萬一」的可能。小孩最安，只信萬事有父母頂住。他不知道：所信靠的父母，自己一點把握都沒有。

所以小孩總是無憂無慮的，剩下大人在憂愁。

坐困愁城通常不管用，小孩快樂地在等待，事情反而成了。

廣告就是心理學的運用，先讓你留下印象，謠言聽上一百次，漸漸留下好印象，到有需要時你會想起它，在諸多品牌作選擇時你會檢起它。廣告在熔化每一顆剛硬拒絕的心。

推銷員就是最懂運用心理學的人。在你猶豫不決時，他就會以退爲進地說：不急！你慢慢考慮。今天晚上也有另一位客人想來看看。明天你告訴我你的決定吧！

一句話，害你連想殺一點價都不敢了。兩次買二手車都遇到這話，我才恍然這是他們的策略。其實哪有什麼客人等着看？你如果有一點動心想買，馬上被套住。心理戰，無往不利。

心理學能把無形轉化成有形，把醫療檢驗報告那些冰冷數字忘了吧，保持愉悅，反而活得更久。

不是表演的表演

姍而

雅俗坊

電影《歸來》，由內地最具實力的演員陳道明和鞏俐二人擔綱演出。他們一個畢業於北京電影學院，另一個則是中央戲劇學院的。兩所院校都是內地培養表演人才的最高學府。

中國的表演理論深受俄國斯坦尼斯拉夫斯基和德國布萊希特的影響。這兩大派理論對表演有不同表述，但都強調演員要體驗角色，表演角色。

我們常常看到電影電視演員在賣力地「演」。出現在觀衆眼前的依然還就是演員自己，他們沒有按角色的行爲邏輯出現在戲中。

演員的失敗往往是受到劇本的制約。遇上不像生活要「演」的劇本，再好的演員也難免得「演」。《歸來》的陳道明和鞏俐非常努力，其他的小角色也由內地第一線演員閻妮、郭濤、陳小藝、劉佩琦等擔任。但他們舉手投足間也還是有點「演」的味道。特別是鞏俐寫紙牌那場戲，就是去「演」角色的老與鈍的。

演員都該認眞去看看法國電影《愛》（AMOUR）。一部表現老年人最後歲月的影片。除一兩個場景外，故事全發生在老倆口家中。它沒有起落的情節，只是瑣碎的生活場景，卻逼着觀衆走進了導演設定的時間，認識歲月的無情，領受年老無奈的那一種的震撼。畫面是平靜的，鏡頭是緩慢的，片子靠的僅是兩名老演員的表演功力去推進。他們在沉寂的環境中，靠微小的眼神、表情變化，小幅度的身體動作體現出對角色準確的拿捏，帶出了影片的力量。

商人做秀

斯人

飲茶集

一個中國商人跑到紐約去，送露宿者一餐飯，還說要送錢給人家，結果飯倒是送了，錢卻沒送，讓人家大罵一頓。後來他回國了，到處說自己拿到一個聯合國頒發的「世界首善」美稱，結果又給聯合國公開否認。本來是一場揚名之旅，結果變成一場揚臭名之旅，搞得灰頭土臉。

此人先前也到台灣去，到處撒錢，引起轟動，然後跟在他身後的，又是很多是非。行善的人有兩種，一種行善而不揚名，一種行善而圖揚名。前者是眞行善，後者是圖揚名。差別只是用心，用心在幫人的，個人的名聲一點都不重要，用心在揚名的，行善不重要，個人揚名才重要。通常結果是，眞行善的人行善了，圖揚名的人後來揚的是臭名。

一個有錢人要行善，原不必如此高調，如此張揚做作，內地需要救助的人那麼多，你有錢盡可以就近幫助那些需要的人，而不必大老遠的跑到美國去買廣告——廣告花的錢也不少，不如把那些錢直接去幫助飢寒交迫的窮人。

有了錢就想要有名，這是商人「發財立品」的本性，錢太多不知做什麼好，就想幫窮人，修路建橋辦教育蓋醫院，這都是公益事業，出了錢冠個名也算合理，但搞到出國送錢廣告天下，最後倒成了笑柄，那又何苦？眞想出國行善，那就選擇黑非洲，到蠻荒之地撒錢救人，那才是眞善人。

小學先生講古仔（上）

黃秀蓮

清荷詠

「不如講古仔啦，李先生。」一人提議，衆音附和，「講古仔啦！」確是一呼百諾，教室興奮起來，一起揚聲，央求先生答應。先生舉腕，望望厚如砧板的手表，略一考慮，頷首同意，全班立刻鼓掌，有些開心得高呼「好嘢！」有些挺直腰背，有些把身體轉向無遮擋的角度，有些兩掌合攏支起下巴。一班小五學生，像等待幔幕拉開的觀衆。李先生立在教室前排中央，他頭頂分明是一排吊在天花板的光管，然而，一開腔講古仔時，舞台射燈立刻把他焦點地照耀，動聽的故事亮場了。

那年頭，小學生得考升中試，五年級的課程已是急管繁弦了，中英數三科密集猛攻，小腦瓜有時不免頭昏腦脹。李先生是資深中文老師，明白長期緊張之無益，所以有好幾回，暫停下來，講一個小故事。故事有趣，我們好像「復活」了，活潑起來，抖擻起來，上課變爲樂事了。小孩子是小精靈，最懂得看風色，從此以後，一遇到課本已教得差不多，而下課時間尚餘少許，班上勇於發言的同學，立刻抓緊機會。而先生，總是稍作沉吟，終於答應；先生沉吟什麼呢？是考慮課節分配，抑是考慮時間有限，該說哪個古仔呢？

無線翡翠台

06.00星光少女
06.25瞬間看地球
06.30香港早晨
08.55瞬間看地球
09.00交易現場
09.45金曲挑戰站
09.50快樂長門人
10.00走過浮華大地亞洲篇
10.30超級無敵獎門人終極篇
11.30宣傳易及新聞提要
11.35交易現場
11.45絕代商驕
12.40宣傳易
12.45交易現場
13.00午間新聞
13.15瞬間看地球
13.20左右紅藍綠
13.25都市閒情及同行放榜升學路
14.10宣傳易
14.15今日VIP
14.40電視廣告好多Like及交易現場
14.45女王辦公室
15.50花漾明星Ⅲ及交易現場
16.20放學ICU
17.20向銀河開球
17.50財經新聞
17.55十兄弟及新聞檔案
18.30新聞報道
18.55天氣報告
19.00好在一個人
19.30東張西望及建造職安全關注
20.00愛・回家
20.30寒山潛龍
21.30忠奸人及樓按周轉好合拍
22.30夏・日・悠遊
23.00晚間新聞
23.35新聞檔案
23.40天氣報告及瞬間看地球
23.45電視廣告好多Like
23.50娛樂頭條
00.00今日財經
00.10宣傳易
00.15FINA跳水世界杯2014——頂尖對決
00.45烈火雄心3
01.45宣傳易
01.50今日VIP
02.20東張西望
02.50無間音樂
03.50大頭綠衣鬥殭屍
04.40粵語長片：銀龍太子鬥八仙

無線明珠台

06.00金融概要
07.30NBC世界新聞
08.00普通話娛樂新聞報道
09.00CCTV News——直播
10.00金融行情
10.30交易現場
11.00金融行情
11.30交易現場
11.32金融行情
12.00CCTV News——直播
13.00金融行情
14.00交易現場
14.03金融行情
15.58交易現場
16.00鬼馬雙蕉Ⅱ
16.30小鎮「動」起來！
17.00叢林小戰士Ⅱ
17.30笑笑小動物
18.00普通話新聞
18.15普通話財經報道
18.20普通話天氣報告及普通話新聞檔案
18.25財經消息
18.35高爾夫球雜誌
19.00極品酒店嘆世界
19.30新聞報道
19.50天氣報告
19.55瞬間看地球
20.00名畫共賞
20.30奪寶奇Show XXIII
21.30周五精選：毛百萬
22.30環球金融速遞
22.35周五精選：毛百萬
23.40財經速遞
23.45晚間新聞
00.00瞬間看地球
00.05港生活・港享受
00.35解開魔法陣終極篇
01.25天橋驕子Ⅸ
02.15求變先鋒
02.40音樂熱點
03.00奪寶奇Show XXIII
03.50名畫共賞
04.15高爾夫球雜誌
04.40音樂熱點
05.00台灣無線衛星電視台新聞
05.30中國新聞

15.00漫遊南美
15.35姊妹淘
16.05FINA跳水世界杯2014
17.45尚潮居
17.55IQ博士
18.25銀河機攻隊
19.00娛樂新聞報道
19.30FINA跳水世界杯2014
21.00有愛一家人
21.55山系女行Yama Girl
22.25讀上癮
22.30主君的太陽
23.30Big Boys Club
00.00Music Café
01.00讀上癮
01.05 90210Ⅳ
02.05漫遊南美
02.35創意無疆界
03.05山系女行Yama Girl
03.30韓藝色

亞視本港台

06.00平約瑟牧師——新造視頻
06.30亞洲早晨
08.35ATV焦點
08.45國際財經視野
09.15理財博客之即市錦囊
10.15通識小學堂之一齊放暑假
10.45iFit@tv
10.50七百萬人的聲音
10.55感動一刻
11.00亞視經典回味：電視風雲
12.25當年今日
12.30新聞／經濟快訊／天氣報告
13.00理財博客之投資多面睇
14.25iFit@tv
14.30我愛下午茶
15.00左右紅藍綠
15.05把酒當歌
15.35法內情2002
16.00通識小學堂之一齊放暑假
16.30冒險王比特
17.00徹之進
17.30香江怒看
17.55當年今日
18.00新聞
18.35ATV焦點
18.45經濟快訊
18.50體育快訊
18.55天氣報告
19.00頭條新聞
19.30鏡花緣電影版之駱賓王敗陣
20.55感動一刻
21.00星動亞洲
21.25七百萬人的聲音
21.30亞洲政策組——香港有問題？
22.00國際財經視野
22.25當年今日
22.30夜間新聞
22.55ATV焦點
23.10把酒當歌
23.40ATV每日一歌
23.50子夜特區：一路向北
00.20ATV亞洲劇場：懸崖
01.15亞洲政策組——香港有問題？
01.45星動亞洲
02.10國際財經視野
02.35把酒當歌
03.05鏡花緣電影版之駱賓王敗陣
04.30感動一刻
04.35等着你回來
05.30ATV粵曲會知音

亞視國際台

06.00Music 120
07.00新聞早點—中國新聞報道
07.30文化報道
08.00天使的擔子
09.00精靈一族
09.30花貓大冒險
10.00中央電視台新聞——直播・綜合新聞
10.30東方
11.00綜合新聞
11.30看中國
12.00自然
12.30中國新聞報道
12.50投資中國特別版
13.00Music 120
15.00我係阿發仔
15.30恐龍仔班尼
16.00Pingu
16.30開心寶寶遊樂園
17.00獸旋戰鬥
17.30普通話新聞
17.48經濟快訊
17.55天氣報告
18.00中國新聞報道
18.25東方
18.55脈搏
19.25財經匯報
19.30新聞及天氣報告
20.00漫遊嶺南綠道
20.30星級名廚
21.00天使的擔子
22.00芭蕾夢飛揚
23.00夜間新聞
23.20星級名廚
23.50漫遊嶺南綠道
00.20中國新聞報道
00.50天使的擔子
01.50星光伴我行
02.50Music 120

06.40情非得已之生存之道
08.20老夫子之小水虎傳奇
09.55百萬巨鱷
11.30懸紅
13.20一代宗師
15.30飲食男女
17.40頭文字D
19.35金錢帝國
21.30我知女人心
23.35男人如衣服
01.20重口味
02.50婚前試愛
04.20千言萬語

鳳凰衛視中文台

06.25全媒體全時空
06.55騰飛中國
07.00鳳凰早班車
09.00鳳凰大視野
09.35地球宣言
09.40鳳凰全球連線
10.05世紀大講堂
10.55時事開講
11.20健康新概念
11.25鳳凰觀天下
11.55名士風流
12.00鳳凰午間特快
12.25鳳凰氣象站
12.30有報天天讀
12.55今日視點
13.00鏘鏘三人行
13.25騰飛中國
13.30鳳凰焦點關注
13.50娛樂大風暴
14.15完全時尚手冊
14.35全媒體全時空
15.00資訊快遞
15.30金曲點播
15.35名言啓示錄
15.40鳳凰衝擊播
16.15金曲點播
16.20鳳凰大視野
16.54開卷八分鐘
17.15金曲點播
17.20名士風流
17.25有報天天讀
17.55健康新概念
18.00娛樂大風暴
18.25完全時尚手冊
18.45全媒體全時空
19.20地球宣言
19.25鳳凰觀天下
19.50今日視點
19.55與夢想同行
20.00鳳凰大視野
20.30騰飛中國
20.35鳳凰焦點關注
20.55名言啓示錄
21.00時事直通車
22.00鳳凰衝擊播
22.30心相隨
22.35鳳凰全球連線
22.57名士風流
23.00時事開講
23.30鏘鏘三人行
00.00鳳凰子夜快車
00.30時事辯論會
00.55與夢想同行
01.00開卷八分鐘
01.15世紀大講堂
02.10名士風流
02.15完全時尚手冊
02.35金曲點播
02.40金曲點播
02.45有報天天讀
03.15鳳凰衝擊播
03.50名言啓示錄
03.55鳳凰焦點關注
04.20健康新概念
04.25金曲點播
04.30鳳凰全球連線
05.00時事開講
05.25鏘鏘三人行

有線電視

電影一台
08.35乾柴烈火
10.35G4特工
12.50大內密探零零發
14.40情意拳拳
16.40五億探長雷洛傳Ⅱ之父子情仇
18.55情癲大聖
21.00逃學英雄傳
22.55九品芝麻官
01.10双雄
03.15重案鷄孖GUN

驚慄電影台
07.55惡靈
10.05幽靈公寓第1季
11.55活死人之夜——復活
13.30青魔
15.05捉鬼隊國際版第3季
16.00幽靈公寓第1季
17.50惡靈
20.00捉鬼隊國際版第3季
21.00終極變種DNA
22.30奇特邂逅
23.00鬼斧魔差2
00.40捉鬼隊國際版第3季
01.35月光光心慌慌6：凶光乍泄
03.10Species Ⅱ異種續集

高清娛樂台
08.00蘭子的7卡半鑽石
09.00娛樂新聞
09.30今日觀點Ladies' night
10.00泰柬越・遊蹤
10.30最強大腦
11.30北海道美食團
12.00娛樂新聞
12.30名廚・食出五味人生
13.00蘭子的7卡半鑽石
14.00北海道美食團
14.30今日觀點Ladies' night
15.00娛樂新聞
15.30最強大腦
16.30北海道美食團
17.00泰柬越・遊蹤
17.30名廚・食出五味人生
18.00卧底旅行團
19.00娛樂新聞
19.30阿Yan歷史幾好食都有
20.30今日觀點Phone聲四起
21.00最強大腦
22.00娛樂新聞
22.30爲食情報局
23.00快樂旅程
23.30今日觀點Phone聲四起
00.00午夜娛樂新聞
00.30爲食情報局
01.00快樂旅程
01.30阿Yan歷史幾好食都有
02.30今日觀點Phone聲四起
03.00最強大腦

體育台
08.00世界男子排球聯賽（33）決賽周——俄羅斯對巴西
09.30IAG地帶
10.00世界跳水賽——加拿大站
11.30FIBA籃球世界／體育王
12.30世界男子排球聯賽（34）決賽周——美國對澳洲
14.00體育王
14.30協會杯網球賽準決賽——捷克對意大利
16.00體育王
16.30世界跳水賽——加拿大站
18.00體育王
18.30世界男子排球聯賽（33）決賽周——俄羅斯對巴西
20.00我們的運動場——收藏背後
20.30世界男子排球聯賽（34）決賽周——美國對澳洲
22.00體育王
22.30IAG地帶／體育王
23.30世界男子排球聯賽（35）決賽周——巴西對伊朗
01.30IAG地帶／體育王

Discovery
08.00萬能改槍手第5季
09.00貝爾的逃生密碼
09.30毀滅瞬間
10.00阿拉斯加金礦的賭注第4季
11.00生活科技大解密Ⅲ
11.30製造的原理
12.00活捉特戰高手
13.00製造的原理
14.00萬能改槍手第5季
15.00貝爾的逃生密碼
15.30毀滅瞬間
16.00阿拉斯加金礦的賭注第4季
17.00生活科技大解密Ⅲ
17.30製造的原理
18.00活捉特戰高手
19.00河中巨怪
20.00製造的原理
20.30生產線上
21.00網路影片大解碼
22.00漁人的搏鬥第9季
23.00河中巨怪第6季
00.00製造的原理
00.30生產線上
01.00網路影片大解碼
02.00漁人的搏鬥第9季
03.00河中巨怪第6季

FOX Movies Premium
06.45血戰12關2
08.20夜刑者
10.00末世殖民地
11.35復仇王2：絕密拼戰
13.20毒火線
15.15叛諜狂花
16.55熱爆MADAM
18.55失戀自作業
21.00海嘯奇跡
22.55血染拜占庭
01.00天魔特攻
03.05青蜂俠
05.05潮爆生仔秘笈

猿人爭霸戰：猩凶崛起
導演：麥里夫斯
演員：積遜格爾、加利奧文
片長：2小時11分
IIA
故事簡介：一群由凱撒領導的猩猩勢力日益茁壯，表面上，牠們與人類維持着脆弱的和平狀態，但是隱藏在雙方心底的仇怨，逐漸浮面。人類與猩猩正面臨最後邊緣，這場空前的「爭奪戰」，將決定哪方可以成爲地球的主宰。

上映戲院
百老匯數碼港
UA太古城
The Sky奧海城
AMC又一城
豪華
嘉禾青衣

只要一分鐘
導演：陳慧翎
演員：何潤東、張鈞甯、丁春誠
片長：1小時52分
IIA
故事簡介：琬眞領養了金毛尋回犬里拉，大大改變了她的生活。琬眞甚至與男友浩介搬離都市，讓里拉與他倆的生活空間更爲寬廣自由。然而隨着事業起飛，忙碌的琬眞夾在夢想的工作與家人般親密的里拉中，她失去了平衡……

上映戲院
AMC又一城
PALACE apm
The Grand
百老匯荷里活
葵芳百老匯

奴隸區　我與23個奴隸
導演：佐藤佐吉
演員：秋元才加、本鄉奏多
片長：1小時40分
IIB
故事簡介：一種名叫SCM的奴隸控制裝置可佩戴在人類的下顎，兩個佩戴了裝置的人比賽，勝方成爲隸主，輸家就成爲奴隸，勝方並可接收輸家旗下的所有奴隸。這個裝置落入了24名不同的人手中，其中包括了Yuga及他的孖生妹妹Eiya……

上映戲院：
嘉禾黃埔
嘉禾港威
UA MegaBox
The Sky奧海城
The Grand
MCL將軍澳