



飯糰遊戲 米飯百變劇場

日本家政婦「飯糰頻道」爆紅 教人捏療癒海豹、貝多芬...如雕塑藝術



醬油柴犬



音樂家貝多芬



稻荷狐狸

圖/取自onigirigekijo個人IG



香鬆海豹



日本戰國名將織田信長



海苔貓熊

【本報綜合報導】飯糰變身Q版動物、偉人！台式飯糰外觀多數樸素，但日本一名家政婦Onigiri Theatre用「飯糰劇場」（おにぎり劇場）的名字經營推特帳號，她擅長揉捏米飯，再用各式的材料，例如：海苔、醬料、芝麻等等，製作出「音樂家系列」、「動物系列」、「日本戰國時代人物」等療癒造型飯糰，飯糰在她手下成爲令人驚豔的生動雕塑品，吸引各國網友關注。

Onigiri Theatre說，她在幾年前開始爲兒子製作卡通便當，每次遠足旅行都會準備精美的飯盒。2019年，因爲她一時興起參加「日本飯糰比賽」，從中發現發揮創意的樂趣，於是開始鑽研相關領域，並將製作過程用手機或相機記錄下來，上傳至YouTube與網友們分享。

拍照動作要快 放太久會塌掉

在她的巧手下，用白飯、紫菜和細絲昆布等材

料，就能做出逼真的卡通飯糰。當網友發現影片畫面看似黏土的東西，竟然是可以吃的飯糰，不僅有可愛動物小海豹、柴犬、貓咪，還有Q版日本戰國偉人，像是織田信長，立馬引起家政婦圈子的捏飯糰風潮。

Onigiri Theatre也把握當紅機會，順勢推出其他作品，包括卡通人物、裝飾品和妖魔鬼怪等等，讓人模仿。她表示，基本上眼睛能看見的東西，都可以成爲靈感來源。

她也提到，製作卡通飯糰其實很難，需要在有限的時間裡捏好形狀，然後拍出可愛照片。如果放太久會滲出水分，整體的形狀都會崩塌。但能夠把一顆又一顆乏味的米飯，變成擬真又好吃的造型飯糰，大家會因此而食指大動，讓她更有成就感。

她舉例，像是貓咪、小狗製作方法，黑色眼睛以及嘴巴、腳的線條，就用海苔切割黏貼，鼻子、耳朵的粉紅色部分，則混合番茄醬和蛋黃醬製

成。動物各種體型，則透過芝麻、醬油和鰹魚乾融合的醬汁，與白米混合表現出來，「不僅長得好看，味道也很棒」。

動畫角色登場 教網友一起做

onigirigekijo也在IG發布多個立體飯糰的療癒作品，製作出多個大家熟悉的人物角色，包括《鬼滅之刃》角色「伊之助」、音樂家「貝多芬」及《神隱少女》角色「無面男」等，並在推特、YouTube開設「おにぎり劇場」（飯糰劇場）頻道，公開一件件精美飯糰作品的製作過程，讓網友一起學習。

有外國媒體形容，日本家政婦Onigiri Theatre將飯糰升華成藝術境界，這些療癒作品用來辦展覽一點也不爲過。大部分網友則在她的網路平台底下留言，療癒飯糰作品看起來太可愛，根本捨不得吃。

人間福報

The Merit Times

創辦人 星雲大師
發行人 慧傳法師
創刊日：2000年4月1日
第7790號 每份訂價10元
讀者專線：0800-087-828
訂報服務：02-8787-4005



9 771607 978009

星雲大師
《隨堂開示錄》
青年勸勵 32
詳見9版
如何樹立
出家人的形象 5-3

貨幣匯價

幣別	買入	賣出
美元	27.51	28.18
歐元	31.69	33.03
港幣	3.434	3.638
日圓	0.2355	0.2483
人民幣	4.269	4.431

註：新台幣昨收27.912元 貶值0.1分
台灣銀行提供

亞洲股市

股市	收盤指數	漲	跌
台灣集中市場	16889.51	▲	1.69
台灣店頭市場	207.33	▲	0.34
東京日經	28708.58	▼	546.97
香港恆生	26017.53	▼	118.49

今日天氣

地區	氣溫°C	天氣
台北	20~21	陰有雨
桃園	19~21	陰有雨
新竹	20~22	陰有雨
台中	22~25	多雲時陰
南投	22~27	多雲
嘉義	22~28	晴時多雲
台南	22~28	多雲時晴
高雄	23~29	晴時多雲
花蓮	22~25	陰短暫雨
台東	23~27	陰天

世界天氣

地區	氣溫°C	地區	氣溫°C
東京	10~14	香港	19~24
曼谷	28~31	福州	16~18
雪梨	16~23	昆明	8~10
洛杉磯	14~20	武漢	13~19
紐約	16~21	上海	13~19
里約	18~25	南京	12~18
日內瓦	7~13	西安	11~15
倫敦	6~12	青島	11~18
羅馬	15~22	北京	8~17
約堡	15~21	瀋陽	3~15

食材永續+環保

台東慢食節 獲日優良設計金獎

【本報台東訊】有東方設計奧斯卡之稱的「日本優良設計獎」（Good Design Award）昨天公布今年度得獎名單，台東縣政府的「台東慢食節」獲百佳獎及優良設計金獎殊榮，預計11月2日線上頒獎。

台東縣政府昨表示，「日本優良設計獎」與德國紅點、iF設計獎齊名，是全球企業和團體爭相參賽的國際大獎，有「東方設計奧斯卡」美譽，評鑑的精神是「爲人們帶來更富足的生活」。

今年度有來自世界各地5835件作品參賽，由日本與國際各領域的8名評審從中選出1608個獲獎者。台東慢食節先被列爲獲獎作品中最優秀前100件的優良設計「百佳獎（Best 100）」，又再從中獲選成爲前20名，摘下「優良設計金獎（Gold Award）」殊榮。

台東縣政府表示，慢食運動起源於義大利，提倡從產地到餐桌的每個環節都要優質、純淨、公平，在全球風行30年，在台東已推廣達9年，從2012年由縱谷地區出發的「產地餐桌計畫」，到2015年登場的「時令餐桌節」，2017年起擴大舉辦、正式更名爲「台東慢食節」。

台東慢食節由真正生活在台東的店家、廚人、企畫團隊共同打造，至今已舉辦過12場，累積近3萬8000人次參加，串聯超過140間店家，會



↑「台東慢食節」精神是建立起對自身文化、土地的認同，更以自然素材落實永續與環保的概念。圖/取自發現台東慢食臉書

創造97.6%的顧客滿意度，從餐食、旅行到節慶，成爲台東城市品牌活動。

台東縣交通及觀光發展處長余明勳說，台東慢食節精神是建立起對自身文化、土地的認同，更以自然素材落實永續與環保的概念。「日本優良設計獎」頒獎典禮將於11月2日中午12時採線上視訊舉行，屆時台東縣政府團隊與慢食節店家將齊聚一堂，與全球同步連線，一起接受這份榮耀、讓世界看見台東慢實力。

