

熱衷學習 投身公益 方芳芳 美麗又富愛心

方芳芳十九歲入行，影歌視三棲，星路一帆風順，又嫁做貴婦，堪稱「人生勝利組」，現擔任「台灣優質生命協會理事長」。
文／羅怡如 圖片提供／方芳芳、台灣優質生命協會



擁有「最美麗女主持人」封號的方芳芳是八〇、九〇年代最火紅的女主持人，外型亮麗、字正腔圓，當時可是炙手可熱，卻在婚後淡出演藝圈，定居上海。二〇二〇年六月她接下台灣優質生命協會理事長，投身關懷長者的公益事業。

回饋演藝界 關懷資深藝人

談起從事慈善公益活動，方芳芳表示，從十九歲踏入這個圈子到現在，演藝工作是她唯一做過的行業，一直很想回饋這個圈子。剛好巴戈跟她談事情，順便問她願不願意接下理事長，除了弱

勢長者關懷之外，知道協會也照顧很多資深藝人，剛好這塊是她想做的，就這樣接下這個工作。

回想一開始跟著協會探訪弱勢獨居長者，方芳芳說：「我自己感觸很深，那天去探訪一位獨居老先生，沒想到是這樣的環境，看他家裡的環境，其實跟我



小時候是一樣的，我們是那個環境出來的，雖然沒有大富大貴，但至少豐衣足食，為何不能分享我們的福分，給予他們關懷呢？」她進一步指出，慈善應該有溫度，也可以高調些，像國外也有一些巨星秀公益活動，可以讓更多企業、名人對協會有更進一步的認識了解，對於活動推動、募款都會更有幫助。

受疫情影響，雙北有許多因為身體障礙不良於行的獨居長輩，因為不能出門採購民生用品，向志工求助，方芳芳與協會志工群們發起「獨老平安防疫箱」。她表示，弱勢長者基本生活需求非常急迫，除了她和協會的理監事藝人們號召大眾有錢出錢、有力出力，用最直接的方式幫助需要關懷的弱勢族群，也希望企業能伸出援手。她非常感謝永達社



福基金會一聽到這個消息，認捐一五〇箱防疫箱，讓獨居老人可以先溫飽防疫，這就是台灣社會雪中送炭的溫情。不同於以往以食物等生活物資為主，這次「獨老平安防疫箱，升級版」添加簡易醫療檢測器材，幫助長輩自主量測體況，希望把滿載的愛與希望送到他們手中，讓那些在社會上資源不足的弱勢族群們，也能得到維持身體健康的權利。

和諧美好的家庭關係

在親朋好友眼中，方芳芳就是位幸福人妻，與連鎖食品店總裁陳行青（丹尼爾）結縭一〇多年，稱得上是鶼鶼情深。方芳芳也分享與丈夫丹尼爾的相處秘訣，她開玩笑地提到自己口才沒有先生好，所以每次都說不過他，只好用寫



方芳芳與先生丹尼爾鶼鶼情深

的罵先生。她特別分享說，夫妻相處就是把想說的話在心中先想一遍，想過後再說，會有非常不一樣的收穫。

方芳芳的獨子COCO從美國南加大畢業，進入上海飯店業工作，在酒店擔任經理人培訓，密集訓練一年半。方芳芳表示，他一做覺得很喜歡，接觸人是最千變萬化的，對他來講是個很好的磨練，經常一上班就是十二小時，有時候在前台站整天，每天早出晚歸，她雖然看得心疼，但也欣慰兒子靠自己闖蕩。

當年正當紅的她為愛急流勇退回歸家庭，她認為自己只是在有了孩子以後，想要多陪孩子，才會選擇把重心放在家庭，現在孩子大了，則把重心放在慈善活動，覺得這些事情忙起來特別有動力，也像是一個責任，一定要做好。

運動維持美好身形

方芳芳的身材一直保養得很好，除了飲食以外，她表示自己私下愛打羽球和上皮拉提斯，疫情沒有這麼緊張的時候，她一個禮拜會打羽毛球二至三次，很喜歡激烈流汗的感覺，近期開始投入皮拉提斯，覺得應該要進行這樣的運動了，「因為我覺得我的筋骨太硬，我甚至還對老師說我是一身傲骨，要慢慢才能拉開啦！」

主持、演戲、歌唱、電影到舞台劇，每一次都是精湛的表現，方芳芳的秘訣是，將每一次都當成初登場。方芳芳表示，她不是科班出身，也沒受過正統訓練，就是從工作中慢慢摸索及向前輩請益，現在回想，這些前輩都是她的師父。尤其在主持方面，能和巴戈一起主持真是太幸運了，從講話提氣、聲帶控制，到主持如何鋪眼、笑點如何發揮……，巴戈從不藏私，尤其是，笑點到高潮後，要再圓回來，不要損人，這也是主持功力的厚



道藝術。

對於想進軍演藝圈的人，方芳芳指出，少子化再加上有經紀公司包裝，使得現在的演藝圈競爭相對大，從前或許是三分天注定、七分靠努力，現在運氣也很重要，除了萬全準備，天時地利人和都要俱足。

目標成立托老日照中心

方芳芳總能從生活中悟出一套人生哲學，她透露自己到香港、上海時最懷念台灣的刨冰，刨冰看來純樸，卻能藉由不同佐料搭配出千變萬化滋味，就如同人生多變及充滿可能性。方芳芳熱衷學習，她感慨過去工作滿檔，婚後則忙著照顧家庭，沒時間充實自己，「現在什麼都想學，什麼都有興趣，我也跟老公說『不要停止學習』。」有趣的是，方芳芳早年發行過兩張專輯，現在竟還學唱歌，此外，她也畫油畫，作品讓大家讚嘆不已。

對於未來，方芳芳表示，想做的事情很多，希望能設立托老日照中心，讓這些獨居老人也能安穩生活不會孤苦無依。除了出席公益活動，就是想多陪老公，老來伴。

對自己好、不停止學習，熱心公益、發揮愛心，方芳芳始終散發美麗氣質，知道自己要什麼，從內而外散發出自信自在的態度。



方芳芳

出道作品：上尉與我

代表作品：

玫瑰之夜

綜藝萬花筒

2015年方芳芳首次主演舞台劇《同學會》。
2016年7月方芳芳與徐乃麟、曾國城、庾宗康、康康、郭子乾主持戶外綜藝節目《沒玩沒了》。

獎項：

金鐘獎 1991年

最佳綜藝節目主持人獎——《就在今夜》

金鐘獎 1993年

最佳綜藝節目主持人獎——《玫瑰之夜》

現任：台灣優質生命協會理事長