



# 湖北避暑游 清凉地标留客 花式服务贴心

湖北日报全媒记者 王晶 王理略  
通讯员 鄂文旅 实习生 张梦琪

今年暑期，湖北多个热门避暑目的地凭借得天独厚的自然禀赋与细致入微的服务保障，成为游客避暑纳凉的优选地。从华中屋脊神农架到溶洞奇观腾龙洞，从九天仙山九宫山到杜鹃秘境龟峰山，这些耳熟能详的避暑地标，早已成为游客心中的“夏日牵挂”。数据显示，今年7月至8月神农架各景区接待游客超200万人次；超过25万人次在恩施建始避暑纳凉；麻城龟峰山游客接待量同比更是激增超466%……

传统避暑地不断推陈出新，多元玩法让避暑游不止于躲避高温，而全方位的服务保障，则让每一趟清凉之旅都更显安心与惬意。

## 锦绣山川成避暑胜地，老客新朋纷至沓来

“每年夏天都盼着来神农架，20度的风一吹，浑身的暑气都散了，今年特意带父母一起来。”武汉游客肖先生的话，道出了许多“回头客”对湖北避暑地的偏爱。

神农架、利川、武当山、九宫山、百里荒等景区均被列入湖北十大避暑目的地，中国气象局发布的全国16条避暑旅游路线中，湖北的多个目的地位列其中。湖北避暑目的地已形成鲜明品牌印记。

华中屋脊神农架，91.12%的森林覆盖率让这里成为天然空调房，夏季平均气温20摄氏度左右。“刚出神农架高铁站，就觉得比城里凉好几度，这‘天然空调’名不虚传！”陕西游客赵先生刚抵达，就被山间的清爽打动。

交通的改善更让这里成为易达的清凉，肖先生对比两年前的行程感慨：“以前从武汉过来要中转一整天，现在高铁加公交只要3个半小时，轻松多了。”客流的增长直接带动住宿火热，木鱼镇民宿老板张建军忙得脚不沾地：“8月份的房间6月初就订满了，游客想订房至少得提前一个月。”数据显示，7月1日至8月25日，神农架旅游景区累计接待游客214.5万人次，同比增长11.9%。

位于咸宁通山县的九宫山，以22摄氏度假左右的夏日平均气温和96.6%的森林覆盖率，成为天然大氧吧。“山下30多度，山上一下子凉了10多度，太舒服了！”江西游客黄女士刚到景区，就忍不住感叹温差带来的惬意。

不住感叹温差带来的惬意。

恩施片区的清凉同样让人恋恋不舍。建始花坪镇小西湖广场，每天早上和傍晚总能聚集大批前来避暑的客人；巴东绿葱坡镇凭借凉爽适宜的气温，让这个高山小镇吸引了超过25万人次的游客。连续3年到绿葱坡避暑的武汉游客张奶奶说：“这个地方来了就不想走，每年一到夏天我就想过来。”

黄冈麻城的龟峰山，是亲子避暑的热门之选。“从武汉过来，孩子在戏水营地摸鱼抓虾，特别适合带娃。”武汉游客王先生说。这里95%的森林覆盖率、23摄氏度的气温，加上丰富的亲子项目，吸引了武汉、黄冈及安徽、江苏等地游客。

## 好环境更有好体验，丰富活动留住长住客

为了让清凉体验更有新意，湖北各大传统避暑地纷纷挖掘特色，推出全新项目与活动，让“老地标”玩出“新花样”。

神农架在天然清凉的基础上，打造高山避暑夜经济。夜晚的大九湖坪坝古镇，凉风习习，各地游客汇聚于此；松柏镇后街的30余家烧烤摊，用“山珍+蜂蜜”的独特工艺烹调神农架味道，为期40天的消暑美食烧烤季，让游客在山风中大快朵颐。木鱼镇夜市的“特色寻宝之旅”、村民自编自演的民俗歌舞，更让游客在清凉中感受当地文化。

九宫山则将清凉与文化互动结合。今年暑期，“知音湖北 遇见非遗”活动让游客在山风中体验湖北非遗；石龙峡绿野仙踪沉浸式互动剧场开启奇幻探险；云中湖畔百姓大舞台上，文艺演出点燃夏夜热情。第三届“云中湖千人宴”更是亮点：近千名游客在海拔1230米的广场落座，品尝三干锅仔、农家扣肉等特色菜，观看青花瓷折扇舞、杂技《走钢丝》等节目。

利川腾龙洞以仙侠破圈，首屈仙侠节上，仙子、侠客带领游客沉浸式体验：仙子手持团扇、莲步轻移，武术表演刚劲有力，古筝声空灵悠扬。利川文旅推介官肖哥策马登场，更将气氛推向高潮，吸引大量年轻游客。年轻游客黄女士说：“像穿越到仙侠剧里，特别过瘾。”

龟峰山聚焦亲子与夜玩，6月投用的150余亩戏水营地，依托天然溪流打造，景区提前搭建凉棚、竹床、天幕，溪水深度刚好没过膝盖，孩童可安全打水仗、摸鱼抓虾，日均接待千人，带动周边农

家乐火爆。夜幕降临，“龟峰山村K大舞台”热闹开演，游客可合唱《映山红》，参与“飞夺泸定桥”“抢粮食”等沉浸式游戏，获胜者能获得麻城土鸡、大米等奖品。此外，旭日咖啡厅观日出、升级后的山顶缆车、落日小酒馆、星空电影等体验，让游客从早到晚都有乐趣。数据显示，龟峰山景区游客接待量同比激增466.19%，综合收入增长228.27%。

室内避暑也有新选择。武汉的WS热雪奇迹联手“菜狗”IP，推出菜狗逆袭训练营、奇迹雪球大战等玩法，去年受欢迎的“奇迹雪球大战”回归；武商集团还在十堰、仙桃、武汉等地开展“热雪狂欢·冰爽一夏”户外巡回打雪仗活动，打造全民参与的冰雪狂欢，仅今年7月，该滑雪场接待人数同比上涨20%。

## 贴心服务暖人心，清凉之旅更安心

为了让游客“来了不想走，走了还想来”，湖北各大避暑目的地从基础设施、服务站点、管理保障等方面发力，用暖心举措守护清凉体验。

今年，巴东绿葱坡镇新建超15公里自行车环线与智慧步道，串联景点；治理田家坪水库，新增徒步线路；配套商业综合体、游泳馆、停车场等设施，推进集镇房屋改造与特色村寨建设，让“凉”可感，“美”可见。服务保障上，免费开放政府、派出所等多个停车场，设置交通指引牌。此外，还组织民宿培训规范经营，多部门联合安全检查，全方位提升服务。

各大景区从细节入手优化体验。神农架通过“高铁+公交”缩短行程，新增300多家精品民宿，民宿老板们主动适应游客需求，如为老人准备防滑垫，为小孩准备玩具等。

腾龙洞远赴60余个城市推介，联合旅行社开发线路，紧扣节点推出活动；配备专业人员处理游客咨询与纠纷，保障游玩顺畅。

龟峰山在戏水营地提供“一站式服务”，游客无需自带装备，还联合农家乐推出“亲子套餐”，配备儿童餐具、母婴室，让带娃家庭更省心。

这份“清凉答卷”，不仅是湖北激活夏季旅游市场的有力实践，更成为其迈向世界级文化旅游目的地的重要一步。未来，随着自然禀赋的深度挖掘、文化内涵的持续赋能、服务体系的迭代升级，湖北必将以更开放的姿态、更丰富的体验、更优质的服务，吸引全球目光。



凉爽的天气让神农架迎来大批游客。（神农架文旅局供图）



反季滑雪成为避暑新玩法。武商梦时代WS热雪奇迹吸引大批游客滑雪避暑。（受访单位供图）

宜昌百里荒景区举办的帐篷露营季吸引大批游客。（景区供图）

## 湖北避暑度假旅游目的地实现跨越式发展的思考

□ 黄翔

湖北省避暑度假旅游资源丰富。湖北地处我国由第二级阶梯向第三级阶梯过渡地带，整体地形呈现三面高起、中间低平、向南敞开的态势。西部有秦岭、大巴山等山脉；北部有大洪山脉和桐柏山脉；东北部有大别山脉；东南部有幕阜山脉。众多山地海拔在1000米以上，森林覆盖率达到90%以上。这些地区由于海拔较高，植被茂盛，没有大城市的“热岛效应”，夏季气温较低，空气清新，是天然的氧吧。如神农架夏季平均气温20℃，利川市夏季平均气温22.2℃；武当山夏季平均气温24.9℃。良好的自然资源条件为湖北发展避暑度假旅游奠定了坚实基础。

湖北省山地避暑度假旅游目的地空间格局正在形成，已经形成了一批比较成熟的、有一定市场知名度、受游客欢迎的避暑度假旅游目的地，市场逐渐形成规模。如有“华夏凉都”美誉的神农架、武当武术的发源地和世界文化遗产地武当山、被誉为“中国凉爽之城”的凉城利川、咸丰坪坝营、建始花碛谷——小西湖、巴东野三关、巴东绿葱坡、五峰柴埠溪、宜昌百里荒、咸宁九宫山、罗田天堂寨、英山桃花冲等。

在市场形势较好的情形下，为寻求避暑度假目的地的可持续发展，避免一哄而上，更好地满足广大游客的需求，湖北避暑度假旅游目的地应未雨绸缪，实现系统性整体提升、阶段性跨越发展。在“量”的基础上，侧重“质”的提升与“级”的跨越，在产品、服务、设施设备等多维度上做好优化工作，充分发挥各地资源优势，针对不同市场客群，打造各具特色的避暑度假旅游品牌，构建湖北避暑度假旅游整体市场形象。

突破粗暴“卖风景”“卖空气”“卖床位”、简单组织活动、低价提供“升级版农家乐”的初级产品阶段，结合地域文化，推出能吸引游客较长时间（三五天甚至一个月）停留下来，深度体验、参与活动或培训，提供绿色新鲜特色美食，建设主题文化民宿，达到既休闲避暑度假，又能对未来工作、学习、生活有帮助，也能衔接的产品。产品供给可根据游客停留时间长短调整，消费不宜过高，实现“旅游+康养”“旅游+体育”“旅游+文化”“旅游+培训”等融合发展，做到物美价廉经营灵活；积极做好度假回程“后备箱”工程，将绿色农副产品、非遗产品、地理标志保护产品通过广大游客销往各地，起到增收富民、便民的旅游促进消费的作用。

（作者系华中师范大学旅游规划与景观设计研究院教授）

# 建始：清凉和乡愁打包在风土中



国外游客在建始县地心谷景区畅游。（建始县文旅局供图）

湖北日报全媒记者 王晶 王理略  
通讯员 鄂文旅 戴敏

当各地持续被高温笼罩时，恩施建始县长岭岗社区的游客正穿着薄外套在落叶松林里漫步。这里海拔1600米，盛夏日均温22摄氏度，成了长江中下游地区游客的“天然空调房”。2025年暑

期，建始县凭借得天独厚的清凉资源，通过“生态+康养+文化”的深度融合，让避暑经济焕发新活力。

“站在玻璃桥上看峡谷云海，手机拍照根本停不下来！”武汉游客刘女士在地心谷景区的玻璃悬索桥上，对着200米下的喀斯特峰谷连连拍照。作为国家4A级景区，地心谷的右白奇观、356米悬崖上的崖舍酒店，成了暑期网红打卡地。崖舍

酒店的星空房里，游客可躺着银河，清晨被山雾唤醒，“比空调房舒服百倍”成了高频评价。

从地心谷乘车1.5小时，便到了野三峡旅游区。乘船穿行清江，两岸峰林如雄狮、似仙女，千瀑峡的水雾扑面而来，武汉游客张先生一家在甲板上感叹：“这里的风都是凉的，比市区低15度。”

“每天晨练八段锦，傍晚学摆手舞，这趟避暑像度假又像疗养。”在花坪镇小西湖广场，暑期旅居于此的武汉游客肖女士舒展身体。作为省级旅游度假区，花坪镇暑期日均接待游客超万人，除了环湖步道、飞拉达攀岩，还联合武汉太极协会开展公益教学，让“运动康养”成了新标签。

建始高坪镇青花社区的民宿老板黄瑶今年新布置的“硒元素主题庭院”吸引了大批客人。“去年暑期客房供不应求，今年特地增加了富硒草药泡脚、硒膳烹饪体验，能满足更多客人的需求。”作为花碛谷核心区，这里的127家民宿已从“农家乐”升级为“康养旅居驿站”，中医理疗室、土家歌舞晚会成了标配。

除了康养，建始的文化也沁润游客心田。“货郎我把鼓摇醒，四姐我把手招来……”在长岭岗社区的“周周演”晚会上，土家民歌《黄四姐》的旋律响彻夜空。游客和村民围着篝火跳摆手舞，让前来避暑的游客夜晚也是激情满满。江西游客曾女士避暑之余更学织西兰卡普，“这趟旅行，不仅躲了暑热，还把非遗体验带回了家。”

建始官店镇的“红绿交融”更具特色。聚贤山

庄的老板蔡斌带着游客重走红军路，再回到民宿吃“土家三天不重样”的农家菜；新开业的山语·云涧民宿里，北京返乡创业者王杰打造的360度观云露台，让游客在云海日出中品茗茶、赏烧烤，“把清凉和乡愁都装进了体验里”。

长岭岗社区村民任泽菊的民宿刚开业就满房。今年暑期，该社区民宿数量从174家增至191家，床位数增加500余个，接待游客同比增长16.7%。另外，民宿带动了周边蔬菜种植、土家织锦销售，公路旁农家乐里的富硒土豆、高山腊肉成了必点菜品。

近年来，建始县围绕打造全国知名生态文旅康养目的地，在避暑游领域积累了丰富经验。建始县文旅局局长陈海滨介绍，通过推动高等级景区创建与康养小镇提质，不断强化避暑游核心吸引力。创新“避暑+”产品组合并推出精品线路，打造多元化避暑业态以满足不同需求。同时，升级配套设施与优化住宿体验，有效提升避暑游承载能力。通过构建标准化体系并规范市场秩序，增强避暑游竞争力与游客信任度。通过挖掘文化IP赋能并开展多元宣传与赛事活动，扩大避暑游品牌影响。

随着暑期渐近尾声，建始县的避暑热潮却余韵悠长。在这里，“凉资源”已成功转化为“热产业”，带动了一方经济发展，更丰富了人们的夏日生活体验。游客们带走了建始的清凉记忆，留下了对这片土地的赞誉。