

漳州“清凉地图”： 山水间的避暑新体验

七月的热浪翻腾，漳州的山水间却自有一方清凉结界。从千米高山的“森”呼吸到世遗土楼的古意荫凉，从云雾茶谷的静谧到碧海银滩的跃动，漳州各地正以其独特的生态禀赋和创新巧思，为八方游客解锁风格各异的避暑“高招”，激活“清凉经济”的蓬勃脉动。

生态秘境 构筑天然避暑屏障

七月酷暑，华安县马坑乡的贡鸭山村却是一片清凉天地。沿着村中的氧吧大道前行，清风拂面，带来满身惬意。来自厦门的游客王惠琪坐在氧吧大道的凉亭里，正与村民悠闲交谈：“早就听说贡鸭山村是个天然的空调房，我住了几天果然名不虚传。这里的温度比市区低近十度，晚上还要盖薄被才睡得着。”

这座海拔近千米的华安小山村，凭借着超95%的森林覆盖率和空气中平均超3万个/cm³的负氧离子含量，筑起了一道坚实的清凉屏障。“这里夏季气温极少突破30℃，空调都成了多余的摆设。这份得天独厚的清凉，让村子成为许多厦漳泉游客心中的‘避暑桃源’。每到夏天，村里到处是外地人。”贡鸭山村驻村第一书记李凡宏笑道。

在南靖，深藏于青山绿水间的土楼景区，森林覆盖率达78.35%，空气优良率100%。行走在鹅卵石铺就的小径，头顶的枝叶交织成浓密的“遮阳伞”。厚重的土墙冬暖夏凉，在夏日里将外部热浪牢牢隔绝，步入楼内，游客瞬间便能感受到那份沁人心脾的荫凉。今年六月，南靖土楼景区还成功入选中国气象局发布的“闽山海韵·瓷茶沁凉”避暑推荐线路。

在平和和高峰谷，层层叠叠的群峰与缭绕的云雾构成清凉底色。澄净天空下，绿林与茶园包裹着幽静的山谷，空气中负氧离子含量平均近2万个/cm³，游客只需片刻停留，便觉神清气爽。

面朝大海的东山，则提供了截然不



同的消夏方式。东山翔业帆船帆板训练基地坐落在风光旖旎的马銮湾畔，这里滩长沙白，浪静风清，是典型的滨海避暑胜地。去年夏天，该基地成功入选“滨海避暑消夏好去处”，凭借其专业的设施和独特的海洋魅力，吸引着来自全国乃至世界各地的帆船爱好者，在海浪与帆影间寻找夏日的激情与清凉。

栖居避暑 解锁夏日生活图鉴

得天独厚的清凉资源，如何转化为触手可及的避暑生活？在漳州各地，答案正生动地铺展开来。

“这是我在贡鸭山村度过的第十二个夏天，每年我都要在这里待上两三个月。”在村中散步的退休老教师蔡炳南告诉记者，“我每天就是散步、爬山、和老朋友喝茶聊天。这里自然环境好，村里服务也很贴心，像自己家一样温馨。”像蔡炳南这样深度融入贡鸭山村的“新村民”不少。为了方便管理，村里将这群特殊的“新村民”归为贡鸭山村的

“第五小组”。如今，“第五小组”已有150余人，其规模甚至超过了本村人口。“‘新村民’不仅享受清凉，还会参与村庄的环境卫生管理、土特产外销等共建事务，与整个村子共生共融。”李凡宏说。

在南靖土楼景区，避暑纳凉则多了些别样的诗意与野趣。位于云水谣景区的简庄民宿老板简辰杰告诉记者：“7月是景区和民宿的旺季。不少客人表示他们是为避暑而来。夏夜里，客人喜欢到民宿的露台纳凉观星。我也会建议他们去附近的山谷抓抓萤火虫，很有意思。”简辰杰还透露，民宿接待了不少从北方来的退休游客，一住就是十天半个月，在荫凉的土楼里，这些老人将避暑和休养身心自然结合起来。

夏日的东山翔业帆船帆板训练基地正是一派生机勃勃的景象。“注意风向！拉紧帆索！”在教练的专业指导下，夏令营的孩子们在小心地操控着帆板，体验水上运动的乐趣。“7月以来，基地每周能接待近400位游客，大部分都是夏令营研学团队，客流量比五月增长了20%左右。”基地负责人李利勇介绍道。基地特别增设的海洋文化科普、帆船知识课堂等研学内容，让逐浪的激情与海洋文化巧妙结合，为滨海

▲平和高峰谷，澄净的天空与群山、茶园构筑成清凉底色。

张煌 供图

◀华安贡鸭山村的“新村民”在村中的凉亭乘凉

漳州融媒记者 王怡婧 摄

的避暑体验增添了更多深度。

“高招”频出 激活清凉经济动能

热闹的避暑场景背后，这些避暑胜地更在思考，如何将这些慕名而来的游客，转化为常年常住的“回头客”，甚至扎根于此的“新村民”？为此，一系列清凉“高招”正在落地。

贡鸭山村的“新村民”共建模式是清凉“高招”的典范。2021年，村中的一期新村建设点建起了26栋自建房，一期新村成了“新村民”的主要租住地，如今已经全部租出。每年5至10月，这些“候鸟”便纷纷归来，长居数月。

为了服务好这些“新村民”，村里持续提升软硬件。近年来，村里升级了3公里长的氧吧大道，沿途增设了供人休憩的凉亭和运动健身设施。2022年，村里开辟了约5亩的共享菜园，里面还建了共享养鸡场，分块出租给“新村民”体验农耕，供给菜园。“村里还帮我们解决了快递配送的难题。早些年快递只能送到隔壁高安镇上，现在每天都能送到家门口，方便多了。”蔡炳南的感慨印证了服务的升级。如今，紧邻一期新

村的二期新村项目开工在即，已有许多游客前来咨询租房意向，贡鸭山村成了远近闻名的避暑胜地。

平和高峰谷景区推出了“清凉保障”的硬核承诺：即日起至2025年9月23日，游客入住高峰谷，若入住当日19:00至次日7:00温度超过26℃，景区即返给游客同等免费住宿体验券一张。这份源于对自身环境高度自信的承诺，成为其吸引游客、建立口碑的利器。

东山翔业基地则通过延伸产业链条来增强游客黏性。2023年，在持续做强帆船帆板运动及潜水、赶海、垂钓等水上项目的基础上，基地新增了研学板块，包含海洋文化科普、帆船文化科普、手工课堂等内容，并配套建设了40余间民宿。“这种‘运动体验+知识学习+舒适住宿’的复合业态可以满足不同客群的需求，丰富体验感，从而延长游客的停留时间，达到引客、留客的效果。”李利勇表示。

◎漳州融媒记者 王怡婧

通讯员 黄建和 魏树煌
张芯昕 欧东茵



我市选手在全国导游大赛省选拔赛中获佳绩

本报讯(漳州融媒记者 王怡婧)7月2日至4日，由省文化和旅游厅联合省总工会、团省委、省妇联共同主办的第六届全国导游大赛省选拔赛在福州落幕。全省10支代表队26名导游参赛，由我市推荐的3名导游分别斩获普通话组二等奖、三等奖和英语组三等奖。漳州市文化和旅游局荣膺大赛“最佳组织奖”。

在此次比赛中，我市选手梁怡、林晓帆、陈克妹以扎实的文旅知识、生动的语言表达和灵活的应变能力，在知识问答、主

题推介、景点讲解等三大环节的激烈角逐中脱颖而出，取得“人人获奖”的佳绩，这充分彰显了漳州文旅的强大凝聚力与组织力。

近年来，漳州市文化和旅游局高度重视行业人才培养，积极组织骨干导游和优秀青年导游参加各类导游业务提升培训班和讲解员导游比赛，并出台行业人才奖励措施，努力提高我市导游队伍的专业素养和综合服务水平，让更多游客通过专业讲解走进漳州、读懂漳州、爱上漳州。

龙海鹭凯云鹭客栈获评全国星级乡村民宿

本报讯(漳州融媒记者 王怡婧)近日，中国乡镇企业家协会乡村休闲分会开展的全国乡村民宿等级评定揭晓，龙海鹭凯生态庄园云鹭客栈成功入选全国四星级乡村民宿。

云鹭客栈位于龙海鹭凯生态庄园内，由云鹭客栈主楼、听溪楼、云鹭楼、南洋楼、云鹭汤屋、云

鹭山墅、家庭度假屋组成。客栈建筑以东南亚风格为特色，设有大床房、双人房、三人房、温泉汤屋、套房等多种房型。

依托鹭凯生态庄园成熟的运营环境，云鹭客栈配有云鹭温泉、曼雅餐厅、大众茶馆、香草园休闲吧、童年院子、射箭场、陶艺馆、手作坊、采摘区等。

漳州“高手在民间·斗阵来挑战”首场月赛举办

本报讯(漳州融媒记者 王怡婧)7月5日晚，由市文化和旅游局主办、市艺术馆承办的“高手在民间·斗阵来挑战”首场月赛在漳州古城北广场举行。

活动现场，九组民间艺人选手轮番登台，大展身手，为现场观众带来魔术、变脸、口技、走钢丝等精彩表演，赢得阵阵掌声。“今天现场观众特别热情。感谢活动给予我们这些民间艺人一个展示的舞台，希望有更多艺人积极参赛，让越来越多人了解、喜欢民间

传统文化。”赛后，获得本场月赛第一名艺友杂技组合队员陈进展欣喜地表示。

漳州“高手在民间·斗阵来挑战”开启每月招募活动，活动旨在挖掘民间才艺、发掘群众才艺潜能、搭建全民展示舞台，推动民间艺术焕发新活力，助推暑期文旅热度。自本月起至今年12月，活动将于每月举办一次月赛，每场月赛中的优胜者将晋级总决赛，主办方将为晋级选手提供演出平台，并给予经费支持。



五条非遗线路解码闽南文化基因

日前，2025年漳州市暑期文旅促消费活动在漳浦启动。活动现场发布了非遗舞蹈体验、非遗美食体验、非遗游艺体验、非遗工艺体验、非遗武术体验等5条非遗精品线路，诚邀广大市民游客奔赴漳州、品味非遗。

线路一：

舞动山海 非遗舞蹈的千年律动

高山族拉手舞(华安县)→傣舞(芗城南浦南古礁)→漳台大鼓凉伞舞→石亭高粱(芗城区)

在华安县的青山绿水间，国家级非遗高山族拉手舞正释放着原始的生命力。简单有力的动作、鲜明欢快的节奏，将人类原始狩猎的奔放与农耕的喜悦融入踏歌而行中。

步入芗城南浦南镇，时光仿佛凝固在傣舞的仪式中。威严的七品县官与灵动的书童“大神庭”由舞魁人肩扛而起。在铿锵锣鼓的节奏中，他们踏出夸张诙谐的舞步，逗得观众直乐。

岁城大地还回响

着漳台大鼓凉伞

舞的激昂乐章。

男扮武士，胸

挂巨鼓，敲击

之声如雷霆

震撼；女作小

旦，手执凉伞，

旋转跳跃似彩

蝶纷飞。震天的

鼓声诉说着战

斗的豪情，翩跹的伞

影象征着和平的庇佑，

刚柔并济间，重现了威继

光与百姓共开侵寇的磅礴画卷。

而仰望芗城区石亭的云端，石亭

高粱的惊鸿一跃令人屏息。高达2.4米的杉木跷杆上，

表演者稳如泰山、行走如风，甚至完成“碰拐”“背拐”等

高难度动作。

线路二：

味蕾寻根 非遗美食的匠心传承

漳州卤面制作技艺(芗城区)→闽南盐鸡传

统制作技艺(龙文区)→石码五香制作技艺(龙

海区)→石榴填鸭制作技艺(漳浦县)

漳州的滋味，深藏于街巷烟火与世代相传的手艺中。漳州卤面是非遗味觉之旅的首站。碱面筋道十足，那锅用料十足的卤汤更是灵魂所在。

骨，汁水丰盈，每一口都是极致鲜美。

龙海石码的五香卷则是街头巷尾的经典小吃。猪肉混合洋葱、五香粉、淀粉，再用豆腐衣裹成条状，油炸后外酥里嫩、醇香可口。趁热吃一口，唇齿间是漳州人坚守的“古早味”。

来到漳浦县，石榴填鸭以其独特风味压轴。相传这个技艺是由清代宰相蔡新引入故乡漳浦，百年传承。经人工填喂催肥的鸭子经填养、选鸭、宰杀、焯煮、抹料后，肉质清香紧实，肥而不腻，风味佳美。

线路三：
妙趣横生 非遗游艺的奇妙世界

东山海底反游艺(东山县)→捶丸(东山县)→龙海常春岩戏钹→高山族抛陀螺(华安县)

告别味蕾的盛宴，旅程的欢乐乐章在东山岛奏响。当锣鼓响彻海滨，东山

海底反游艺率先点燃欢乐。这是源于清末的踩街游艺，人们头戴水族道具，

伴着南音潮曲与丝竹锣鼓，造型夸张灵动，动作轻盈诙谐，生动演绎海岛丰富的海洋资源。

同在东山，古老优雅的捶丸静待体验。这项因南宋皇室南

迁传入漳的运动，由步打球演变而来，弱化对抗，讲究技巧与礼仪。堪

称“古代高尔夫”。

龙海区的常春岩戏钹则是一门源于佛门的杂技，“吐珠”“弄花”“虎翻墙”“赶单竹带钵”……名目繁多的招式融合抛接、旋转、平衡，惊险奇巧，尽显力与美的交融。

华安县的高山族抛陀螺(打干乐)为非遗游艺之旅画上了动感的句号。绳缠陀螺，奋力一甩，陀螺精准落入数米外的小盘中飞驰不息。丰年祭上，华安高山族的青年男女以此竞技，尽显高山族活力。

线路四：

匠心传世 非遗工艺的艺术瑰宝

漳州木版年画(芗城区)→漳州蔡福美传

统制鼓技艺(芗城区)→古琴制作技艺(长泰区)→漳州窑瓷器烧制技艺(龙海区)→漳浦剪纸(漳浦县)→剪瓷雕工艺(诏安县)

步入芗城区，墨香与木香交织。漳州木版年画始

于宋，盛于清，国家首批非物质文化遗产。梨木刻板，线条刚柔并济，用色对比鲜明，兼有北方年画之粗犷和南方年画之柔美。

岁城的蔡福美传统制鼓已传承两百余年。制鼓需精选百年松杉为鼓身材料，用上等水牛皮制作鼓膜，碎牛皮熬胶黏合，鼓身密不透风，鼓声纯正雄浑。

长泰区的龙人古琴文化村流淌着千年琴韵。古琴制作“七年斫一木”，百道工序精雕细琢。龙人古琴文化村融合传统技艺与现代材料学，创新研发的“龙人冰弦”，兼具丝弦古韵与钢弦稳定的优点。

龙海区的漳州窑瓷器烧制技艺揭开彩瓷奥秘。在湿胎上填绘刻画好的黄、绿、紫、黑、白色釉彩，低温烧成，色泽浓艳亮丽，纹饰洒脱，颇具匠心。

漳浦县的剪纸艺术自唐宋活跃至今。构图饱满匀称，线条简练连贯，以阳剪为主，阴剪为辅。

诏安县的剪瓷雕则让古建屋脊流光溢彩。剪裁彩色瓷片，通过黏、嵌、雕等工艺，结合绘画灰塑，在庙宇宗祠之上塑造出龙凤花鸟、神话人物。浮雕、浮雕、圆雕形式多样，色彩鲜艳如初，立体生动，是闽南地区的建筑艺术名片。

线路五：
武魂激荡 非遗武术的力量之美

太祖拳青龙阵(芗城区)→独脚鹤拳(芗城区)→洪拳(芗城区)→五祖鹤阳拳(龙海区)→宋江九州八卦阵(漳州台商投资区)

芗城区的演武场上，太祖拳青龙阵如巨龙腾飞，气势恢宏。二十一名武师手持铁棍，阵势变幻无穷，“蜈蚣展须”灵动伸展，“太阳阵”光芒四射，“梅花阵”暗藏玄机……气势澎湃，场面壮观，成为漳台文化同源有力的历史见证。

岁城的独脚鹤拳源自永春，清末时在漳州扎根繁衍并远播四海。从基础的“三战”到精妙的“白鹤歌夕枝”“五鹤戏珠手”，配套插沙、打沙包等硬功锤炼，这套拳法底蕴深厚。

刚猛沉实的洪拳在漳州已传承近两百年。它根基稳固，内功深厚，讲究硬弓硬马，发劲沉猛。技击时双手食指竖立，攻防一体，淋漓尽致地展现了拳法功夫的精髓。

在龙海，2023年列入区级非遗的五祖鹤阳拳正焕发活力。它是晚清宗师蔡玉明融汇五拳精华所创，演练时展现的勇猛彪悍之形，雄伟磅礴之势，极富“阳刚之美”，是闽南地区流传的优秀拳种之一。

漳州台商投资区的沙坂村，则是宋江九州八卦阵的发源地。这套阵法传承两百余年，阵型繁复玄妙，囊括36套空手拳法与18般器械的激烈对抗。

◎漳州融媒记者 王怡婧 通讯员 王莹莹