



2015年11月17日 周二

# 五养衢江 九龙归谷

## 衢江生态游欢迎您

六春湖

### “五养衢江 九龙归谷”

近年来，衢江旅游围绕区委提出的“一城一村一区一心”建设，全力打造“远可望、近可游、居可养”的，远离城市喧嚣、纯净、自然的“五养衢江 九龙归谷”。

#### 【水养】

五“养”之首领——水养。水是生命之源，来衢江，这里的水会让你无比滋润！衢江区南有乌溪江（国家湿地公园、国家水利风景区）、北有铜山源，境内大小河流无数，像血脉一样，23亿立方米国家一级、二级地表水，孕育着衢

源”，从平日饮食开始。大自然的眷顾，孕育了衢江区境内铁皮石斛、金线莲、金丝吊葫芦、灵芝等众多中药材。为更好地发挥药材功效，衢江区每年都举办“快乐农家”擂台赛，鼓励当地农家乐利用本土中药研发药膳，听说过“猪脚绣花针”“凤凰投胎”“天使诱惑”吗？对了，这些就是衢江区养人的药膳。目前，衢江区正在编制药膳谱，并在全区推广，满满地期待您来品尝！

此外，衢江区“杨继洲针灸”于2014年12月3日被国务院列入第四批

衢州市衢江区位于浙江西部，与福建、江西、安徽三省相邻，是“四省通衢”之地，区位优势旅游资源明显，是“浙闽赣皖”旅游金三角、华东旅游网络重要节点。

历史悠久。衢江区的前身是衢县，至今已有1800多年建县历史。2001年底撤县设区，改为衢州市衢江区。曾涌现出开衢首宦——郑平、唐初名杰——杨炯、铁面御史——赵抃、民族英雄——徐徽言、一代画师——江参、印学大师——吾丘衍、针灸大师——杨继洲、三衢名医——雷丰等一批杰出历史人物。

交通便捷。衢江区位于杭州2小时、上海4小时经济圈内，交通发达，公路、铁路、民航、水运交织成四通八达的交通网。320国道、23省道、杭金衢高速公路、杭新景高速公路、沪昆高铁穿境而过。

生态环境优良，旅游资源丰富。区内拥有紫薇山国家森林公园、乌溪江国家湿地公园、乌溪江国家水利公园和天脊龙门、药王山、九龙湖等多处国家级、省级风景名胜，新发现的节理石柱群总储量达5000万根，为世界罕见；森林资源丰富，森林覆盖率达72.9%。

近年来，衢江区总工会围绕区委、区政府的中心工作，大力推进“万名职工游农家”活动。他们多次陪同有关领导实地考察，经过近一个月对景点吃、住、行及价格的全面考察，最后确定了天脊龙门、药王山、关公山、九龙湖、太阳岛、卧龙山庄、浙西兰花村、仙人谷、东坪古道、孔家山寨、悦龙湾、明果山庄等多家旅游点和农家乐特色村为本次活动的定点接待单位。为规范好各农家乐的服务工作，衢江区总工会还在各农家乐景点成立了“农家乐联合工会”。目前，已有2.3万名巨化等大中型企业的职工参加了衢江生态游活动。来此疗休养的职工有较高的满意度。

山好，水好，空气好；交通便捷，服务设施配套。衢江区山山水水欢迎您来此疗休养！



衢江生态鱼



巨化职工在“农家乐”打太极拳

江大地上的一切生物。经过瑞士专业的水质监测公司SGS的检测，有29项指标均优于国家一级地表水。来衢江，春可听雨观瀑，夏可亲水游泳，秋可访云探瀑，冬可踏雪赏冰。

在环境污染日趋严重的今天，衢江区依旧保持这么好的水质，“养”你没问题。

#### 【气养】

五“养”之臂膀——气养。人活一口气，来衢江，这里的空气会让你的肺沉醉！衢江区森林资源丰富，南有紫薇山国家森林公园，北有千里岗原始次森林，境内平均森林覆盖率达72.9%，最高达98%以上，空气中负氧离子含量最高达1.5万/立方厘米，可谓名副其实“城市绿肺”“天然氧吧”。

周末闲暇时间，来衢江，吸吸氧，让自己的肺吐故纳新，精神倍爽！

#### 【食养】

五“养”之动力——食养。民以食为天，来衢江，这里的食物会让你干劲十足！衢江区一直致力于打造放心农产品，创建全国放心农产品示范县，目前，已成为衢州市唯一一家省级农产品质量安全放心示范县。境内有700多个家庭农场，目前已有45个家庭农场实现二维码追溯管理，放心看得见。

来衢江吧，农家菜肴，新鲜蔬果……放心美味让你精力充沛，成功在向 你招手！

#### 【药养】

五“养”之点睛——药养。“药食同

国家级非物质文化遗产，这是国家级非物质文化遗产传统医药类中唯一的针灸项目，也是衢州市首个传统医药类国家级非物质文化遗产。为纪念中华第一神针、明代针灸大师杨继洲，专题拍摄的微电影《神针》，荣获“2014微力无穷——美丽浙江城市形象微电影（视频）大赛”最佳故事奖。杨继洲的《针灸大成》堪称中国古代医学瑰宝，也是衢江“药养”的重要组成部分。

#### 【心养】

五“养”之终极——心养。“宁静致远”，“心无挂碍”，“平常心”，来衢江吧，让你的心灵得到彻底的净化！衢江区是南孔圣地“儒家精神”的发源地之一，也是衢州市“最美”精神的发源地，民间盛行东岳道教文化、莲花大乘佛教文化等等，是儒、释、道“三教合一”的圣地。衢江的好山、好水、好空气，能让你远离城市的喧嚣、浮躁，放松身心，达到人与自然的和谐融合。作为全国幸福指数排名第六的城市，生活节奏恰当适宜，衢江区实属放松心情的好去处。

话说，常保持心理平衡的人五脏丰厚，气血调和，阴阳平衡，所以能健康长寿。那么，来衢江吧，修身养性，参禅悟道，“养”心之秘境。

衢江区正努力挖掘和利用“五养”元素，依托优越的自然环境、深厚的人文底蕴，打造一个集休闲、田园、山水、生态等为一体的全国一流休闲疗养“归谷”！



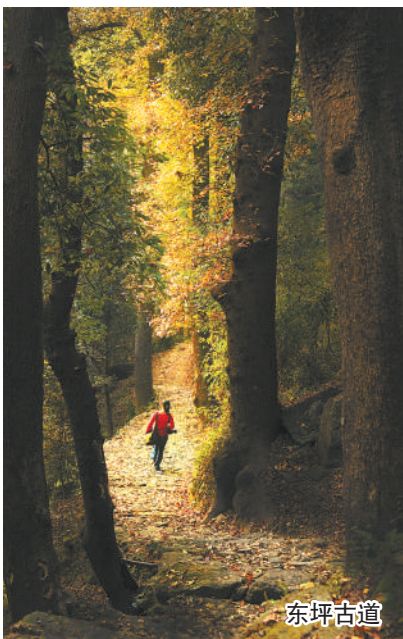
美丽乌溪江



卧龙山庄



茶坪、黄泥岭农家乐



东坪古道

### 景区景点推荐

#### 天脊龙门

天脊龙门景区以峡谷、奇峰、绝壁、飞瀑见著，是国家AAAA级景区、国家森林公园。景区内高山林立，峡谷纵横，海拔千米以上的山峰有54座，水门尖海拔1452.6米，为衢州市境内最高峰之一，相传白娘子与法海和尚斗法，水漫金山，淹没了浙江境内所有高山，唯独水门尖露出一翠峰。

从水门尖到龙门为一条长达25华里，相对高差近1000米的深谷川流，峡谷时阔时狭，忽陡忽平，形成了独特的险、雄、奇、秀、幽之胜。一条长达1800余米海拔1000米的飞龙在天栈道，盘旋起伏于崇山峻岭中，气势磅礴，堪称华东第一栈道，把诸多的精华景点串成一线，置身其上，无限风光尽收眼底，令人叹绝。沿路有长达108米，高逾100米的“浙西第一家桥”顺着栈道，登上高峰远眺，衢州的山水水，风景如诗如画。

#### 九龙湖

九龙湖风景区距市区16公里，距“围棋仙地”烂柯山5公里，与之遥相呼应，是乌溪江国家湿地公园的一部分，也是烂柯山—乌溪江省级风景名胜景区的一部分。景区拥有国家一级优质地表水近2亿立方米，有月亮岛、相思岛、卧龙山庄等众多景区。曾有“九龙湖上泛游船，绿水青山笼雾烟。凝望烂柯何必去，逍遥此地也如仙”诗句赞誉其美景。

九龙湖是黄坛口电站大坝截断乌溪江形成的人工湖，形成了高峡平湖的壮美奇观。黄坛口电站是中国水力发电的发祥地之一，培养出了新中国第一代水电建设人才，是“中国水电建设的摇篮”。

#### 浙西绿肺 天然氧吧——药王山

药王山景区，国家4A级景区、省级生态旅游园区，位于衢江区黄坛口乡茶坪村与黄泥岭村交界处，是紫薇山国家森林公园、烂柯山—乌溪江省级风景名胜景区的一部分，面积15平方公

里，森林覆盖率95%以上。相传，中国第一位药王——炎帝神农氏曾在药王山尝百草、洗药、捣药、炼丹，拯救黎民百姓，药王孙思邈曾隐居山中，因此得名药王山。区内地质形成于侏罗纪晚期或白垩纪，距今约1亿~1.5亿年前。境域在地质构造上属“巨龙顶火山推测喷发中心”，由火山碎屑岩、花岗岩、片麻岩构成，系燕山期火山岩。区内沟壑纵横，山谷呈典型的“V”字形，其地貌与黄山、三清山、同属火成岩奇峰地貌和局部丹霞地貌。是为峰峦叠距的深谷奇峰景观。

#### 天下第一洞——太真洞景区

相传，杨玉环曾在此听经学道，后被唐明皇封为“太真妃子”（杨太真），故而此洞名为太真洞。太真洞因“太真三绝”名扬天下：它洞中有洞，洞洞相连，共有三十六洞天，景致非常，一绝也；有仙田仙池，阡陌纵横，小桥流水，一望无边，二绝也；每逢早晚和子夜时分洞顶仙气缭绕，袅袅不绝，道家仙气扑面而来，此为三绝。洞内景致神奇，如梦如幻，妙不可言。

#### 红色千里岗探险景区

红色千里岗景区位于全国环

境优美乡、省级生态示范乡、革命老区根据地灰坪乡，有中共衢遂寿中心县委旧址、第二区委陈列室、红军战壕、红军标语等红色景点，有千里岗原始次森林和白塔洞、金鸡洞、洞春洞等原始溶洞等探险景区，有天坑、千年红豆杉、古树林、仙峰水库、吴氏祠堂等观光休闲景区。在这片热土上，革命先烈们曾经进行了艰苦卓绝的革命斗争，他们的英勇事迹，在革命斗争史上写下了光辉的一页。鬼斧神工的自然风景是千里岗清晰靓丽的霓裳，红色革命历史则是千里岗铮铮铁骨的魂魄。

#### 紫薇星谷景区

紫薇星谷由紫薇、黄泥岭、茶坪三个行政村组成，涉域建设面积约60平方公里，是紫薇山国家森林公园的主景区之一，距衢州市区25公里。景区环抱药王山景区，紧邻乌溪江国家水利风景区、国家湿地公园和天脊龙门景区。景区由一条21公里长的溪谷串珠而成，景区有大源尾古树林等四级旅游单体资源4处，天子背瀑布等三级旅游资源9处，二

级以上资源27处，海拔千米以上的山峰7处，这里有关公山、药王山、古树群、古民居、马尾瀑布、仙人居等，旅游资源丰富、禀赋优良，山险奇、林瀑壮观、溪谷幽长，有山、溪、河、瀑、湖、泉、洞、石等多种类型，且量大面广。景区自然景色清新怡人，植被丰盛，风景秀丽，环境优美，气候宜人，拥有大量的珍稀特种，有300年的红豆杉、白豆杉、枫树、500年的罗汉松、樟树、香果树等一批古树名木，森林覆盖率高达98%，是得天独厚的天然氧吧。



衢江旅游服务号微信二维码



衢江成立“农家乐联合工会”

### 乡村旅游推荐

#### 盛世莲花休闲农业观光园

盛世莲花休闲农业观光园位于衢州市东北部，目前园内有久久红玫瑰园、西莲玫瑰庄园、老爸果园、红艳草莓园、林氏西瓜园、1+1葡萄园、柑橘精品园、有机蔬菜园和优质稻育种园，已形成四季水果采摘特色产业基地，周边有铁面御史赵抃墓、莲华寺遗址、万安桥、大乘寺、王恩赐墓等众多景点，是一处集观光、休闲、科教旅游、农耕体验为一体的农业观光园。在这里不仅可以休闲采摘，欣赏亲水观光带的自然美景，也可以体验农耕文化，感受当地的风土人情，品味独特的田园生活。景区坚持现代农业与休闲观光、创新科技与农耕文化、现代生活与休闲养生融合发展，致力打造衢江区乡村旅游“金名片”。

景区由休闲采摘区、风情度假区、花样村庄农家乐、渔业精品区、农事体验区、芝溪亲水观光带等六大区块组成，景区内农业资源丰富、生态环境良好，四季瓜果飘香、蔬菜常绿，现有玫瑰花海、爱情公园、水上乐园、老爸果园、生态餐厅、科普教育、农耕体验等特色旅游项目。经过近年来的不懈努力，景区已形成集“吃住行游购娱”等多业态经营、一体化的全产业链旅游综合体系。

#### 绿春湖——桃源尖万亩度假花海

五月，当小山丘杜鹃花都已纷纷凋落谢幕的时候，衢州绿春湖——桃源尖岭上的十里高山杜鹃花则刚刚开始怒放，这里的杜鹃花开得不是漫山遍野，而是满山岗。

绿春湖又名绿葱湖，位于龙游县庙下乡境内，绿春湖海拔1390.5米，方圆7平方公里，山势雄伟壮观，周围峰峦叠嶂，终年绿草如茵，古人赞其：“满地绿葱供我采，一湖碧水任人看”风光旖旎。绿春湖不是湖而是山，森林覆盖率达96%，俯视而下就像是一片绿幽幽的湖泊。这里曾是火山活动地带，地质变化桑海沧田，形成特有的火山湿地。旧时，人们把绿春湖视为藏龙潜蛟的神地。绿春湖火山口——龙井，方圆百米杂草丛生，柔软的草地，每走一步就有相互震动之感，龙井深不可测。至今，还流传着许多难解之谜。

#### 大路畲族文化旅游村

大路，浙西一个美丽的小山村，位于衢州城东南28公里，生态呈原始

型，青山、秀水、古树、飞瀑、流云，让人流连忘返；民俗文化悠远，畲族风情独特，是江南的西双版纳，浙西的香格里拉。主要景点有：浙西小三峡、竹海园、九瀑十八潭、天然滑道——石洞坑、古代山寨、十里生态长廊、绿春湖火山湿地火山口——龙井、大路畲族村、牛上坪古村落。

寻觅大路神奇山水，感悟畲族风土人情。这里山秀、水清、人美。乡村百姓民风淳朴、山民崇尚自然，十分朴素，好客。大路畲族文化旅游村真诚欢迎、八方宾朋来旅游观光，投资兴业。

#### 东坪乡村旅游

东坪村，是衢北大山里的一个神奇的古村落，海拔518米，属千里岗山脉，有山崖巨石、千年古树群、唐朝古道，茂林修竹，青山秀水。据史料记载，武则天在位时，为防武后残害，一批宗室外迁。唐高宗第七子李烨，从长安远避福建古田长河麻田岭。唐中宗时从麻田岭迁转峡川东坪，东坪李姓为皇族后裔，系唐朝宗室后代子孙，村里尚有保存完好的《李氏宗谱》。东坪村以及“东坪古树群”、“东坪古道”至少有1300年的历史，称得上人杰地灵。连绵起伏的山峦和茂密的古树群将东坪村包裹得不留一丝缝隙。只有一条千年古道通往村里。古道两旁的千年古树群默默地诉说着岁月的变迁和历史的沧桑。千年古道、魅力东坪，欢迎您！

#### 悦龙湾景区

悦龙湾景区位于衢州市衢江区后溪镇樟口水库，总面积1600亩，界于衢州和江山的中路段，景区是集躬耕园、水上观光、文化中心、特色客房、餐饮会议、森林氧吧、养殖基地等为一体的休闲观光综合体。目前，正在创建国家AAA级旅游景区。

#### 岭洋渔村农家乐

岭洋渔村位于衢江区岭洋乡境内的乌溪江大坝，是一个三面临水依山而成的半岛村，是乌溪江国家湿地公园的中心观景点。这里有久负盛名的大坝鱼头，有世界地质奇观——节理石柱，有风光旖旎的湿地公园，有129米高的“华东第一高坝”。

衢江美食：糯米肠、杜泽糕饼（桂花饼）、葱花馒头、黄米粿、麻糍、三头一掌（兔头鸭头鱼头鸭掌）、农家十大碗、养生药膳。

#### 推荐线路一：健康养生休闲线

天脊龙门——省级农家乐特色村下里或（药王山——紫薇星谷）——九龙湖、黄坛口电厂——太阳岛

#### 推荐线路二：农耕农事体验线

盛世莲花景区——峡川东坪——杜泽老街——铜山源水库——千年古刹明果寺

#### 推荐线路三：历史文化风情线

全旺楼山后村——大洲东岳禅寺——绿春湖——省级民俗风情村洋坑——湖南镇破石四景——华东第一高坝——乌溪江国家湿地公园

