

首批浙江省职工疗休养基地特别报道·衢州篇

诗画衢州 疗养福地

衢州市位于浙江省西部、钱塘江源头、浙闽赣皖四省边际。衢州市于1994年被命名为国家历史文化名城。这里有江南地区保存最好的古代州级城池衢州府城、全国重点文物保护单位衢州府城墙，复建的天王塔院、文昌阁等历史文化古迹。衢州是圣人孔子后裔的世居地和第二故乡，素有“东南阙里、南孔圣地”的美誉。衢州还是围棋文化发源地。

衢州是一座生态山水美城。仙霞岭山脉、怀玉山脉、千里岗山脉将衢州三面合抱，常山江、江山江、乌溪江等9条江在城中汇聚一体。全市森林覆盖率71.5%，

出境水质保持Ⅱ类以上，连续6年夺得浙江省治水最高荣誉“大禹鼎”。衢州也是浙江的重要生态屏障、国家级生态示范区，2018年12月获联合国“国际花园城市”称号。

衢州是一座开放大气之城。南接福建南平，西连江西上饶、景德镇，北邻安徽黄山，东与省内金华、丽水、杭州三市相交，素有“四省通衢、五路总头”之称，是全省首个县县通高铁(动车)、高速公路的地级市。

衢州是中国优秀旅游城市、首个国家休闲区试点，共有根宫佛国文化旅游区、江郎山—廿八都旅游区2个

5A级景区和13个4A级景区；江郎山是浙江第一个世界自然遗产，钱江源国家公园是华东地区唯一的国家公园体制试点，龙游姜席堰与都江堰、灵渠等一同跻身世界灌溉工程遗产。

除了本版报道的疗休养基地，衢州市被评为“首批浙江省职工疗休养基地”的还有：江山大陈乡大陈村、龙游红木小镇、常山赏石小镇、开化根缘小镇。因版面所限，未一一介绍。这些地方，同样值得人们去品味。

总之，诗画衢州，是人们疗休养福地。

■本版供稿：毛朝阳

柯城七里乡桃源村

柯城区七里乡桃源村平均海拔650米，森林覆盖率98%，独特的“小气候”让夏季的温度比市区低5~10摄氏度。在这里，睡觉不需要空调，还要盖被子，素有“小东北”之称。

桃源村凭借独特的自然风光和水源优势，形成观龙潭瀑布、吃农家菜、住农家屋的休闲方式，深受上海、杭州游客喜爱。黄土岭自然村获得浙江省特色旅游村、浙江魅力新农村、浙江省农家乐休闲旅游“十佳特色村”等荣誉称号。桃源村获得中国乡村旅游模范村、中国年度休闲养生度假胜地等多项荣誉。

七里乡桃源村每年都举办具有特色的粽香文化节、乡村音乐会等丰富多彩的文化活动。夏天举办的桃源七里乡村音乐会，游客们纷纷参与上台互动等环节中来；打麻糍、七里晒冬等一系列活动，使游客既能领略当地自然风光，又能参与到体验活动中。

桃源村最为出名的有：黄土岭的龙潭瀑布、高山杜鹃谷。关于春日杜鹃的美丽，白居易曾赞道：“回看桃李都无色，映得芙蓉不是花。”这样的美景，只要到了七里乡的黄土岭村，就可尽收眼底。据说，喜欢杜鹃花的人，往往心性纯真无邪，若是与爱人一同欣



桃源村一景。

赏满山杜鹃盛开，有情人自然终成眷属了。

在桃源村欣赏了杜鹃花海，在乡间还可以看到壮观的狮子头瀑布。桃源村七里香溪伴村而过，河道两侧农家乐林立，是桃源七里景区规模最大的农家乐经营村。凉爽宜人的气候，郁郁葱葱

的植被，白墙黑瓦的农舍和潺潺不绝的流水，凸显着“小气候、原生态、农家屋、高山菜”的游玩特色。

桃源村能让你与小伙伴们体验到最静谧古朴的乡村生活，给你带来一年四季各不相同的甜蜜。诗一般的世外桃源，静谧悠远。

衢江峡川镇东坪村

东坪村，是衢北大山里的一个神奇的古村落。这里属千里岗山脉，有山崖巨石、千年古树群、唐朝古道，茂林修竹，青山秀水。该村先后荣获国家3A级景区、浙江省3A级景区村庄、省级旅游特色村、省级农家乐精品村、模范乡村旅游示范点等多项荣誉。

这里文化底蕴深厚，自然风光优美。东坪村以及“东坪古树群”“东坪古道”，至少有上千年的历史，称得上人杰地灵。东坪村一年四季风景如画，春天油菜花的金黄、夏天古树的翠绿、秋天枫叶柿子的鲜红、冬天瑞雪银白，让人流连忘返。东坪村以“古道、古树、古民居，红枫、红柿、红辣椒”闻名遐迩。一条青石板铺就的古道，蜿蜒直通山顶和村口。古道两旁是千年古树群，有红豆杉、香樟、桂花、檀树、红枫、银杏等100余种，树龄均在800年以上，堪称衢北一大奇观。古老的民居雕梁画栋、古色古香，令人赏心悦目。红枫、红柿、红辣椒可谓是红遍山村，“炫耀”着东坪的艳丽。

红柿是东坪的著名特产，曾作为贡品进献朝廷。东坪的柿子品种很多，有客柿、西瓜柿、牛奶柿、乌柿、汤瓶柿、六柿等，其中一棵长在水库边的柿树王，需三人才能合抱，这柿树王最



东坪村即景。

高产量达1000多公斤，可谓闻名衢州。

东坪农家乐以纯天然的高山蔬菜和简洁温馨的农家小院，为游客提供纯正地道的农家美食和干净舒适的住宿环境。东坪村有千年古道、千年古树群、李氏陈列馆、仙岩寺遗址、瑶池仙境

等景点，是旅游、休闲、度假、会议的最佳场所。

据说，唐高宗李治的第七个儿子李烨，从长安远避福建古田长河的麻团岭，后又从麻团岭迁至峡川东坪。于是修建了这条东坪古道，村民也称之为唐朝古道。

江山廿八都特色风情小镇

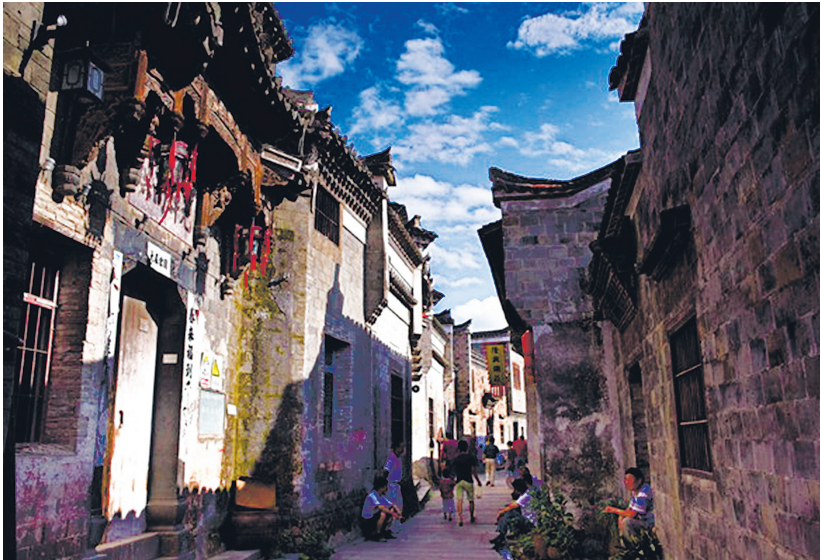
这是一个宜居、宜游、宜养的特色旅游风情小镇，先后荣获中国历史文化名镇、国家级生态镇、国家特色景观旅游名镇、国家5A级旅游景区、全国第三批美丽宜居小镇等。

廿八都古镇，是一处“古建筑博物馆”，浙式、徽式、赣式、西洋等各式建筑交相辉映。建筑以精湛木雕艺术和丰富的彩绘为特色，犹如一座艺术宝库，让人叹为观止。

小镇内有国家级非物质文化遗产木偶戏、廿八都山歌、廿八都古民居建筑艺术等多种省级非物质文化遗产，以及剪纸、手工竹编、廿八都豆腐传统制作工艺等衢州市非物质文化遗产。

坐落在廿八都深山里的长寿兴墩，绝对是一处不可多得的避暑养生、洗心养肺胜地。景区内外的百年红豆杉群、戴氏宗祠、八姐涌泉、桐坞古道、沙帽瀑布、竹海深林等十大自然和历史景观，更是你偏爱有加的打卡地。

地处廿八都境内的林丰村，南连福建北接江西，“脚踏三省”界碑立在该景区。其古道东接仙霞古道，南至枫岭关古道，西至福建二渡关古道，北至江西六石岩景区。廿八都大山深处的周村村，不仅是仙霞岭省级自然保护区，也是驴友们秘境丛林探险之地。



廿八都古镇一景。

在这里，遍布断层峡谷、飞瀑碧潭、溪涧九曲十八弯等各种独特的自然景观，也是浙江省生物多样性最丰富的地区之一。这里有黑鹿、白颈长尾雉、黄腹角雉等5种国家一级重点保护野生动物，国家二级重点保护野生动物有19种。

若是选择夏季疗养，那绝对不能错过这里的漂流体验。浮盖山漂流景区属于国家4A级旅游景区，紧邻廿八都古镇，是理想的皮筏漂流地，有“浙江第一漂”之称。

廿八都美食组合了浙西、赣东、闽北的饮食特点，形成了自己的独特风味。

常山东案乡梅树底村

常山县东案乡梅树底村自然风光旖旎秀丽，人文底蕴悠久深厚。梅树底村先后获得省级美丽乡村精品村、浙江省“森林村庄”、浙江省农家乐特色村、浙江省避暑气候胜地、浙江省休闲村庄、浙江省3A景区村等荣誉。

梅树底村的水很清。肉眼可及的澄澈是她纯净度最佳佐证，背包客只需带一个空瓶即可轻装上阵，最优质的山泉水就在他们途经的路上。娃娃鱼、猕猴等小家伙，偏爱在这里安家。方志敏红军队伍在此处留下的英雄气魄，是梅树底村最硬的底气。

这里的竹海风光，四季不同，游览观竹，四时皆宜。

到了夏天，炎炎烈日炙烤着大地，翠绿的叶片在阳光的照射下闪耀着，远远望去好像镶上了无数颗闪亮的宝石，耀眼夺目。各式各样的鸟儿在竹林中飞来飞去，欢快地歌唱着，使翠绿的竹林更加悦耳动人。闲暇时拿个板凳坐在竹林中，泡一壶茶，细细品鉴，一阵阵凉爽的风从身边吹过，引得竹林一阵晃荡，发出阵阵“沙沙”的响声。

位于梅树底景区的最高峰白菊尖，山高林密、气候宜人，常年云缠雾绕，非常适合茶树的种植与生长。深山



梅树底村秀丽风光。

中的百年茶树在时光的沉淀、苔藓等寄生类植物的伴生下，孕育的茶叶具有独特的韵味，这里的“高山云雾茶”更是茶中精品。

冲泡后，杯中的景观使人情趣横生。茶在杯中冲泡，芽芽挺立，蔚为奇观，香气清鲜。那种充盈在舌间、口腔

的饱满、隽永的感觉，如同品味人生的美好时光。是浮光掠影，是白驹过隙，是尘外的空灵，更是一茶一世界，一壶一浮生的顿悟。

枕风而眠，听雨而归，梅树底村带着岁月静好般的恬淡又不失烟火气，在古韵山川间寻觅乡村振兴新路径。

龙游沐尘畚族乡社里村

龙游县沐尘畚族乡地处龙南山区，是衢州市唯一的少数民族乡。这里东接大街乡，南邻遂昌县北界镇和应村乡，西与庙下乡相邻，北与溪口镇接壤。这里域内生态环境优美、文化底蕴深厚，名胜古迹颇多，是您假期出游、休养的好去处。

沐尘村历史文化积淀深厚，民族文化内涵丰富。来到这里，你会感到民风非常淳朴，邻里关系相当和睦。村内有沐尘塔、凝和阁、沐尘泉碑、郑家大院等文物古建筑遗存，畚族婚俗、民歌、舞蹈等少数民族文化传承至今。沐尘村空气清新，自然风光优美，村庄基础设施建设也越来越好。

这里的畚竹社里国家AAA景区，地处龙游县南部山区的社里村，是浙西地区唯一的少数民族乡——沐尘畚族乡的重点少数民族村。

社里村境内群山环抱，竹海绵绵，峰峦叠嶂。一排排民房，依山傍水，层层叠叠，加上与人类相生相息的石桥、石坎、石台阶、石护栏、鹅卵石步行道、水碓、田园翠竹，勾画出了一幅无与伦比的山水画卷。

这里坐拥浙西大竹海的自然风光，四面环山，茂林修竹，诗画梯田。这里森林覆盖率达65%以上，空气负



游人参与活动的场景。

氧离子浓度每立方厘米近万个，部分区域甚至高达33万~55万个，被誉为“天然大氧吧”。可以说，这是一处休闲养生、疗养度假的绝佳之地。在不经意间，你会明显感觉到，自己走进了一片清静、清爽、明朗的绝美境地。

龙游县沐尘乡双戴村距乡政府驻地西南16公里，地处丘陵山区，海拔408~1349米。双戴村域面积9.25平方公里，村里有良好的生态、历史、文化资源，有杨树山、金鸡石、阔叶林、瀑布、龙井、金鸡庵、芦坑生态自然村、戴笠祖先故居、红色革命基地等。

开化齐溪镇龙门村

龙门村地处钱塘江源头，村庄四面环山，海拔在300~950米之间，相对落差较大。村内只有龙门溪附近地势较缓，其余区块坡度均在50度以上。这里森林覆盖率达93.5%，每立方厘米负氧离子含量达3000个以上。因村内有9条小溪汇聚，且溪流两岸峭壁直立形似龙门，故取名“九溪龙门”，寓意“鲤鱼跳龙门”。2014年，这里被评为国家3A级旅游景区。目前，这里有农家乐57家，床位700余张，餐位3000余个，年接待游客40万人次以上，旅游收入超1500万元。

龙门村与千岛湖、黄山、三清山、婺源等著名景区，均在2小时交通圈内，离高速公路口6公里。这里有着深厚的历史、文化底蕴，主要包括太极文化、山水文化、礼仪文化、红色文化、民俗文化、美食文化、土楼文化、古建筑文化等，享有“九溪龙门太极村、江南土楼黄金屋”美誉。龙门村以九溪、森林、瀑布、茶园、竹林为核心资源，通过山体景观和水景开发，丰富了龙门村山地观赏价值。九溪十三桥的隐龙谷，三步一桥、五步一瀑，移步换景，如入仙境。

20余幢传统的土楼民居位于海拔700米处，为闽北建设风格，至今保留



龙门村民俗活动即景。

完整，也是休闲养生的好去处。“百年古宗祠”鸣凤堂和溥源堂，内部建筑雕梁画栋，刻画精美。特别是鸣凤堂，曾是红军北上抗日先遣队红十军团的指挥部，是方志敏战斗过的地方。

近年来，龙门村依托丰富的山地旅

游资源，大力发展乡村旅游业，荣获“中国特色村”“中国美丽乡村”“中国幸福村庄”“浙江省休闲农业与乡村示范点”“浙江省休闲旅游示范村”“浙江省3A景区村庄”“浙江省森林村庄”“浙江省省级农家乐特色村”等多项荣誉。