

避暑纳凉贵州行

“山地公园省”迈向康养高地

贵州日报天眼新闻记者 刘立超

中国气象局发布16条暑期避暑路线，其中“探云贵山水景观·享滇黔舒爽人生”线路成焦点；第七部《康养蓝皮书》揭晓全国康养20强市，遵义、六盘水双入选；携程数据显示，贵阳跻身暑期国内游TOP5城市，马蜂窝平台六盘水成避暑旅居首选地……这个夏天，贵州凭借夏季气候凉爽、自然风光优美、中草药资源丰富等优势正成为全国避暑康养热门目的地。

天然空调催生“候鸟经济”

贵州森林覆盖率达63.3%，9个中心城市环境空气质量平均优良天数比例达到98.6%，夏季平均气温23℃，是全球同纬度最凉爽的区域之一。

盛夏来临，遵义市赤水天鹅堡·天湖景区又迎来了上万名来自四川、重庆等地的“候鸟式”旅居游客。该景区内的天鹅堡森林康养基地于2017年就

被列为贵州首批省级森林康养试点基地，天湖湖森林康养基地也于2019年获评全国森林康养基地试点建设单位。

游客可以慢慢来，服务必须跑在前。能吸引回头客源于良好的生态环境和完善的康养软硬件服务。今年3月初，景区周边的村、社区与该景区协同合作，开展提升服务品质的行动，勾画新停车位、检查更新设施、家政培训等，尽力提高旅居游客满意度。5月以来，天鹅堡·天湖景区已迎来超万名避暑游客，预计7月至8月高峰期将达到5万人。

从单一避暑到全域康养

7月4日，在2025贵州中医药产业发展对接会中，贵州省旅游民宿协会发布“草木织梦·山水愈心”贵州省中医药康养旅居线路。

这是贵州首次系统性推出省级中

医药主题康养旅居线路体系，线路精准串联了贵州众多世界级自然景观、绚烂民族文化瑰宝，并有机融入苗医侗药、瑶浴古方、阴阳心学、红色文化、天文科技等，在民宿实景中呈现的“五感疗愈”体验，推广“民宿即康养目的地”的理念。

除了中医药康养体验外，贵州夏季凉爽的气候、适宜的海拔，也吸引不少运动爱好者前来“打卡”。今年是六盘水马拉松举办的第十届。十年来，赛事累计吸引了来自50多个国家和地区的23万余名跑者参与，形成“马拉松·避暑康养”黄金线路，让游客“跑中观景，跑中康养”。

构建康养产业标准化体系

为保障康养产业长效发展，贵州陆续颁布《贵州省养老服务条例》《贵州省大健康产业“十四五”发展规划》等文件，为贵州康养产业发展提供理论指导及政策支持。

以“康养胜地、人文兴义”为城市品牌定位的黔西南州曾被联合国国际老龄问题研究所（INIA）授予“世界康养示范城市”称号。

黔西南州已出台《关于加快康养产业发展的实施意见》《中医药产业发展规划（2023-2030）》等文件。《黔西南布依族苗族自治州国土空间总体规划（2021-2035年）》明确将该州定位为“国际山地运动康养度假旅游目的地”。

贵州财经大学现代康旅产业学院副院长王超认为，结合贵州各项优势，贵州康养旅游产业未来可通过构建标准化体系，开发康养资源、融合多元业态、塑造康养品牌和完善的支持等创新路径，实现生态保护、文化传承与产业升级的协同发展，助力贵州从“山地公园省”向“国际康养高地”转型。

8月7日，外地游客姚雪带着好友“二刷”翁布悬崖瀑布咖啡馆。窗外150米高的瀑布轰鸣而下，飞溅的水雾与阳光交织，一道七色彩虹桥若隐若现。“我说的没错吧，这里真的很出片。”她轻啜一口冰拿铁，与好友定格下欢笑瞬间。

这座隐匿于贵阳开阳县龙岗镇格林村的天然瀑布，被悬崖峭壁与葱翠林木环抱，站在瀑布旁，清冽空气裹挟着山间凉意扑面而来。今年7月，这个距贵阳市区1个半小时车程，还需徒步半小时山路才能到达的“山谷界”，因在瀑布前面品咖啡的独特体验火爆出圈，成为炙手可热的“村咖”打卡地——日均销量近600杯，峰值单日突破1000杯；超半数游客来自省外，更引得意大利、马来西亚、瑞典等地区外国游客专程前往打卡。

店长李复凯家在贵阳，曾在深圳某商圈运营休闲营地。“那里的景观都是人工制造的，没有真实感。”去年10月，他回到家乡，发现贵阳城里大大小小的咖啡馆星罗棋布、风格各异，“想在深山里弄咖啡，那一定要有爆点。”这一想法与贵州翁洞潭旅游发展有限公司不谋而合。经过考察，他们一眼相中悬挂在绝壁之上的这帘飞瀑，迅速完成市场调研与设计方案，并获得村委会及镇里全力支持。

团队在山间开辟游客步道，沿途设置应急救援医疗站，免费提供藿香正气水等防暑药品；修建木屋并栽植龟背竹等绿植；在近瀑网床区域布置色彩明艳的豆袋沙发，还特聘专业咖啡师把控饮品品质……这些匠心之举经网络传播后火爆出圈，收获千万级搜索量。眼下，即使需攀爬山路“气喘吁吁”，游客们仍争相前来体验。

“客流为格林村带来人气，注入了新活力。”开阳县龙岗镇党委委员、组织委员陈庆峰介绍，村民们在停车场周边自发形成50米长的特色集市，现炸洋芋、自家果蔬、冰粉绿豆汤等摊位生意红火；咖啡馆还吸纳了30名本地村民就业。

当前，李复凯和公司正谋划更多瀑布与咖啡新的“打开方式”。“我们已推出桨板体验、美容SPA等体验，很多游客来这里一玩就是一天。”李复凯透露，团队还计划开发瀑布等户外运动，升级疗愈护理类SPA服务，“或许热度会过去，但创意创新永远在路上。”

贵州日报天眼新闻记者 杨唯

一百五十米天然瀑布旁喝咖啡

海洋世界 清凉游

入夏以来，贵阳市多彩贵州城极地海洋世界变欢乐海洋，成为清凉“打卡地”，吸引了众多游客前来探索清凉秘境、感受海洋气息。图为8月7日，游客在观赏海豚表演。

贵州日报天眼新闻记者 杨涛 摄



835户人家开了582家民宿

贵州日报天眼新闻记者 邱胜 通讯员 王华秦

8月9日，海拔1300多米的遵义市桐梓县九坝镇山堡社区凉风习习，绿意葱茏。宜人的气候，引来源源不断的避暑“候鸟”，也带火了当地的民宿。从最初5户村民“试水”，到如今582家避暑旅馆星罗棋布，山堡社区用20年，在清凉山野间铺就了一条特色致富路，带动当地村民人均收入突破2万元。

“2005年，我们5个人揣着干粮跑到重庆、成都、长沙考察市场，宣传家乡的凉爽气候。”“巴蜀人家”旅馆的老板陆中建回忆，他是社区里第一批“吃螃蟹”的人，通过不断地宣

传，当时较为简朴的乡村旅馆，陆续迎来了重庆的避暑客。

看到陆中建5人尝到避暑旅游的甜头，乡亲们也有了开民宿的意愿：

一家、两家、十家……避暑旅馆如雨后春笋般涌现。

“2015年，我从农商行贷了40万元，把家里改成了民宿。”村民钱启文笑着说：“当年就挣回来10万元，现在车也开上了。”在不远处的“陋室居”民宿，老板马迪正乐呵呵地算账：“别看我家店名‘陋’，旺季30套避暑房一开张，12万元稳稳落袋。”

如今，山堡社区共835户，开民

宿的582家，年接待游客超5万人次，社区内9家超市、300多家餐饮副食店应运而生，也让当地群众在家门口找到了就业岗位。

庞大的避暑客流，在小山村延伸出避暑产业链：村民徐石刚发展30亩生态蔬菜园，养殖500羽跑山鸡，年收入20万元；县城卤肉师傅令狐荣平专程来社区摆摊，两个多月就挣了6万余元；社区超市里，收银机“滴滴”声此起彼伏，每天有7000多元的流水。

日益兴旺的避暑旅游产业，也让山村面貌一新。城乡公交每日13趟穿梭于县城与山堡之间，平均20分钟一班。重庆避暑客黄代富在山堡社区度过了18个夏天，他感叹：“路宽了，环境美了，水电通信样样都有保障。村民种养的生态菜、跑山猪、土鸡，吃得放心又健康，真是康养好地方。”

每年数万避暑客带来的不只是经济收入，还有新观念与活力文化。

成都客人税东福组织20余位文艺爱好者成立表演队，陆中建特意在“巴蜀人家”修建小舞台为其提供演出场所。每到夜晚，“巴蜀人家”民宿都会飘荡出悠扬的歌声，欣赏到翩翩的舞姿。

“从5户摸着石头过河到582家民宿集群发展，山堡社区实现了凉资源向热经济的转变，探索出乡村全面振兴的有效路径。”九坝镇党委书记赵德富说，随着几家大型旅游地产商进驻，九坝镇将会迎来新发展。

与成长。今年，社区已开展“职达安巢”招聘会、蝶骨巴台灯手作沙龙等30余场活动，覆盖青年人才超过2000人次。

今年以来，贵安新区持续发力，不断创新人才引进机制。目前已推出四批次“免费住”人才保障房，惠及上千名青年人才。而在8月6日，首批“补贴租”人才保障房正式上线，100套精装修房源以补贴后每月13元/平方米的价格面向新区人才开放申请，迅速引发关注，上线便迎来签约热潮。

“我们致力于打造‘零门槛、高补贴’的就业创业政策矩阵，构建‘职住一体、产城融合’的成长生态，同时推进‘数字化、全流程’的人才服务体系，持续提升人才发展环境，吸引越来越多人才来此就业创业。”贵安新区党工委组织人事部人才科负责人胡洪江表示。

等。”国家级非物质文化遗产代表性项目歌会（四十八寨歌节）州级代表性传承人王泽忠说。

在天柱县坌都镇三门塘歌场，每年歌节都会迎来湘黔边界的近百支山歌队伍，热闹非凡，吸引全国各地游客纷至沓来，一同感受四十八寨歌节的“月夜有歌节，处处闻歌声”。其中，玩山歌的歌词简练，一般四句七字颇受欢迎。比如，初到歌场时唱《进场歌》：“初进歌场打一望，人山人海闹洋洋。张也来看花世界，李也来看花朝阳。”王泽忠开嗓吟唱起来。

“古老歌谣成为凝聚人心的精神纽带。”王泽忠说，传统歌节在内容、形式与功能方面发生了显著转变，它从原本只限于村寨内部的节日活动，逐步演变成一个开放性的大型节会。这一转变使其能够更好地服务于当地经济发展和基层治理，不断展现出契合时代需求的新光彩。

贵安新区推出“免费住”“补贴租”人才保障房 为新就业青年置个“家”

贵州日报天眼新闻记者 金忠秀

促进高质量充分就业

8月6日清晨8点，章欣怡和往常一样，准时从贵安新区安巢·青年社区（云澜店）出发。步行十来分钟后，搭乘地铁，仅一站路便抵达上班地点，开启一天的工作。

作为贵安新区重点打造的人才安居项目之一，安巢·青年社区不仅提供拎包入住的舒适环境，更以床铺、衣柜、书桌、空调等基础设施一应俱全的配置，成为许多刚走出校园、初来贵安打

拼的青年人才人生旅途中的第一个“家”。对于像章欣怡这样的应届毕业生而言，这里不仅是落脚之地，更是梦想启航的起点。

“刚毕业那会儿，我还在为找工作和租房发愁。”章欣怡回忆道。在一次偶然浏览“贵安人才通”微信公众号时，她了解到新区推出的系列青年人才引进政策，其中“免费住”政策令她印象深刻。“我立刻提交了申请，顺利通过审核后，很快就入住了。”

汉语言文学专业毕业的她，如今在一家本地教育机构担任课程顾问，同时

负责撰写宣传文案和内部教案。“住在这里不仅节省了很大一笔生活开支，也让我能更专注地投入工作和自我提升。”章欣怡笑着说。

安巢·青年社区不仅是一个居住空间，更是一个集就业服务、成长支持、社交互动于一体的人才服务平台。社区管家谭生顺介绍：“我们不仅第一时间推送企业招聘信息和招聘会动态，还会协助青年人才分析岗位需求、提供求职建议。”

此外，社区定期组织各类主题沙龙和交流活动，促进青年人才之间的互动

四十八寨歌节：世界上最长的歌会

贵州日报天眼新闻记者 姜雨熙

姜雨熙

八寨歌节项目被列入第三批国家级非物质文化遗产代表性项目名录。

国家级非物质文化遗产代表性项目歌会（四十八寨歌节）州级代表性传承人王泽忠：

以歌会友 以歌化俗

不拘于时、不限于地，青年男女自发组织唱歌，人们随着四十八寨歌节聚集而来，踩歌堂、情歌对唱、众人齐舞、篝火晚会……活动形式多样。

“以前的山歌我们都是唱亲情、友情、爱情，现在我们结合生活场景的变化，对歌词进行改编和创作，唱美好生活、宣传家风家训、歌颂乡村振兴

等。”国家级非物质文化遗产代表性项目歌会（四十八寨歌节）州级代表性传承人王泽忠说。

在天柱县坌都镇三门塘歌场，每年歌节都会迎来湘黔边界的近百支山歌队伍，热闹非凡，吸引全国各地游客纷至沓来，一同感受四十八寨歌节的“月夜有歌节，处处闻歌声”。其中，玩山歌的歌词简练，一般四句七字颇受欢迎。比如，初到歌场时唱《进场歌》：“初进歌场打一望，人山人海闹洋洋。张也来看花世界，李也来看花朝阳。”王泽忠开嗓吟唱起来。

“古老歌谣成为凝聚人心的精神纽带。”王泽忠说，传统歌节在内容、形式与功能方面发生了显著转变，它从原本只限于村寨内部的节日活动，逐步演变成一个开放性的大型节会。这一转变使其能够更好地服务于当地经济发展和基层治理，不断展现出契合时代需求的新光彩。

“山地公园省”迈向康养高地

贵州日报天眼新闻记者 刘立超

刘立超

被列为贵州首批省级森林康养试点基地，天湖湖森林康养基地也于2019年获评全国森林康养基地试点建设单位。

游客可以慢慢来，服务必须跑在前。能吸引回头客源于良好的生态环境和完善的康养软硬件服务。今年3月初，景区周边的村、社区与该景区协同合作，开展提升服务品质的行动，勾画新停车位、检查更新设施、家政培训等，尽力提高旅居游客满意度。5月以来，天鹅堡·天湖景区已迎来超万名避暑游客，预计7月至8月高峰期将达到5万人。

从单一避暑到全域康养

7月4日，在2025贵州中医药产业发展对接会中，贵州省旅游民宿协会发布“草木织梦·山水愈心”贵州省中医药康养旅居线路。

这是贵州首次系统性推出省级中

（上接第一版）

随着韭菜坪进入盛花期，家门口车流量与日俱增，唐勇和唐兴亮坐不住了，主动找到唐伟商量：“游客总要吃饭，咱们不光开酒店，还要办餐馆。”

经过市场研判，三兄弟各自贷款100万元开办了3家酒店和3家餐馆，成为中营村第一批吃上旅游饭的村民。

刚开始的几年，随着韭菜花期一过，生意就冷清下来，“一年做一个月的生意，平时就外出打工还款。”

近几年，韭菜坪获评国家4A级景区，与同为4A级景区的阿西里西大草原相距也仅20余公里，漫山遍野的韭菜花让游客流连忘返，凉爽宜人的气候优势也逐渐被游客发掘。

中营村旅游旺季因气候优势延长，兄弟三人的生意也随之水涨船高。“去年我们净赚了100余万元，大家合计后又各自贷款100余万元用作装修升级。”唐伟指着门口停满的自驾车自信地说：“都是游客给我们的底气，两年就可以还完贷款，第三年就能盈利。”

“靠凉爽天气过上红火日子，一年更比一年滋润。”唐兴亮接过话茬。今年避暑季以来，3家酒店的48个房间供不应求，日均接待避暑游客100余人，每月发放工人工资10万元，预计比去年多赚50万元。



贵州能矿业集团作为开发锰资源系列产品的国企，主攻新能源电池材料生产，年产1.65万吨电解二氧化锰，产品畅销华东、华南地区，远销欧洲多国。图为8月5日，该集团生产车间工人在操作压滤机。

贵州日报天眼新闻记者 张丽 摄