



# 貴州

慢下來 住下去

邀港澳客品鑒

「旅居」

新生活

如果讓一位香港人或澳門人聊起貴州，腦海裏或許會浮現「荔波小七孔的水」「黃果樹瀑布的霧」或是「西江千戶苗寨的歌」。然而今天，貴州向世界遞出一張全新名片，不再是匆匆打卡的「旅遊目的地」，而是一處宜住宜養宜樂且能讓人「慢下來、住下去、養起來」的深度旅居勝地。今年盛夏，遍布黔中大地的「避暑旅居」新業態正在成為港澳遊客細細品味貴州慢生活的一扇窗。

文：黃鋒

## 四季清涼舒爽 天然空調房

對於常年生活在粵港澳都市熱浪中的遊客來說，貴州夏季的「清涼」二字，有着無法抗拒的吸引力。數據顯示，貴州省森林覆蓋率已超過63.3%，9個中心城市環境空氣質量平均優良天數比例達98%以上，主要河流出境斷面水質優良率達100%。全省平均海拔1100米，夏季平均氣溫僅23℃，負氧離子濃度最高可達每立方厘米18萬個。貴州因此被譽為天然的「大空調」與「綠色大氧吧」。

貴州省康養產業商會副會長曾付國將貴州與海南並稱為中國康養產業的「絕代雙驕」——海南是冬季溫暖港灣，主打避寒與濱海療愈；貴州則是「夏季清涼境」與「四季生態氧吧」，以避暑、森林康養和人文體驗為核心，吸引着川渝湘粵及粵港澳大灣區的避暑旅居人群。今年，這份清涼的吸引力正跨越千里，將目光投向港澳。

## 省級統籌布局 旅居產業全面起勢

今年4月，貴州省召開全省旅居產業發展推進會，正式印發《加快推進貴州旅居產業發展總體方案》，明確提出發展「清涼避暑旅居帶」「貴南陽光旅居帶」「康養療愈旅居帶」三大板塊，規劃到2027年全省培育打造10個縣域旅居目的地、50個旅居集群、100個特色旅居地產項目，到2030年成為全國一流的旅居目的地。今夏，貴州省文化和旅遊廳精心編製《貴州省旅居地圖》，推出城市旅居代表性項目26個、鄉村旅居代表性項目140多個，標注重點旅居點位70餘個、相關配套200餘個。遊客既可以選擇配套完善、精裝交付的城市旅居產品，暢享15分鐘旅居生活服務圈；也可以走進特色旅居村寨，沉浸式融入田園生活，枕着山水而眠、伴着星河入夢。

圍繞城鎮旅居、鄉村旅居、景區度假旅居、康養旅居、文化民俗旅居、體育運動旅居六大類型，貴州各地因地制宜。省裏正推動成立貴州省旅居協會，出台《貴州省旅居地服務運營指引》和基本規範，提升智能化服務水平，通過「一碼遊貴州」「黃小西AI智能體」等平台整合旅居服務功能，讓廣大旅居者順暢、便捷地開始貴州生活。

## 處處可棲居 多元旅居產品點綴黔中大地

放眼貴州全境，從黔中腹地到烏蒙高原，從苗鄉侗寨到赤水河畔，旅居產品如繁星般散布。在省會貴陽及周邊，開陽「晒養山居」依託富硒土壤與溫泉資源，讓遊客在20攝氏度的峽谷漂流後享受苗藥理療與富硒藥膳；花溪憩城小擺託的22座木屋院落與百年藥號「德昌祥」合作，將瑤族藥浴與中醫體驗融入日常；中鐵·溪山國際旅遊度假區則以112平方公里的山水畫卷串聯青巖古鎮，中齡大健康生命養護中心提供全生命周期健康管理。在「中國涼都」六盤水，19.7℃的夏季催生了城市旅居新業態，每年「六馬」和「火把季」期間，遊客住進水城古鎮或野玉海景區，在天然大氧吧中度過整個夏天。銅仁梵淨山腳下，雲舍村、寨沙侗寨等特色民宿集群已形成規模，遊客住進土家族、侗族村寨，每日可沿太平河晨跑或感受「天空之城」的雲瀑禪霧。

向東進入黔東南，村超、村BA、村歌、村T等「村字號」IP與旅居深度融合。遊客可以在榕江賽場邊的侗寨住下來，每天學唱侗族大歌、體驗蠟染製作；在雷山、台江等地，「風景裏的咖啡」如雷山茶咖、台江枇杷咖啡成為慢生活的註腳；劍河溫泉與從江瑤浴則將非遺康養變為日常。黔南州以荔波小七孔、平塘天眼為核心，打造景區度假型旅居，遊客住進樟江邊的精品民宿，白天探秘茂蘭原始森林，夜晚參加天文研學營；羅甸、長順等地依託暖冬氣候，正在形成夏季避暑、冬季避寒的全季旅居格局。黔西南州萬峰林下，布依族納灰村寨裏，遊客可以租下一棟改造過的老宅，推窗即是「萬峰成林」的壯闊畫卷，騎行田間、體驗八音坐唱；貞豐者相鎮三岔河國際露營基地每年夏天吸引全國各地的房車旅居者。

黔北遵義作為省城副中心，打造「醉美遵義27°深呼吸」旅居品牌。在桐梓、習水等地，興起了「川渝村」等旅居社區，不少遊客常住90天以上。桐梓十里雲湖小區構建三大管家服務體系，習水康養度假中心配套健康管理與遠程診療。景區旅居方面，綏陽雙河客棧、赤水匠廬、雅路古等全國甲級民宿讓遊客「住進」自然奇觀；赤水河谷27家星級特色酒莊則將酒香與旅居結合。安順作為全國唯一全域避暑旅遊目的地，21℃的夏季催生了2,000餘家民宿和上萬套旅居地產，遊客可在安順古城品味煙火市



遵義市委宣傳部供圖

集，夜遊黃果樹光影瀑布，或體驗飛拉達、洞穴漂流等清涼運動。畢節聯合新華指數研究院發布避暑旅居指數，夏季平均21℃、舒適天數100%。百里杜鵑814家精品民宿、阿西里西星空營地、平遠古鎮度假區等構成豐富選擇，遊客還可泡金湯級溫泉，體驗藥浴、針灸等非遺康養技藝。

從黔北到黔南，從黔東到黔西，貴州的旅居產品已實現全域覆蓋、四季可棲。無論是「候鳥式」避暑長住，還是康療休養、數字遊民式工作度假，都能在這裏找到心儀之所。

## 全方位服務護航 旅居無憂

貴州正逐步構建「醫、養、健、食、娛、住」六位一體的旅居融合體系。對於港澳旅居者最關心的醫療保障，貴州省已指導推出「貴銀旅居通」等金融產品，支持旅居項目建設。近期將發布《貴州省旅居地服務運營指引》和基本規範，成立貴州省旅居協會，推動行業規範運營。各地也在完善15分鐘旅居生活服務圈，整合醫療、文化、體育等公共服務資源。

在醫保異地結算方面，貴陽市開陽縣率先實現所有鄉鎮衛生院與統籌區外醫保系統異地結算，患有高血壓、糖尿病等慢性病的參保人異地就醫無須墊付報銷，目前已有23家定點醫療機構開通服務。遵義深化與成渝地區39項「跨省通辦」合作，旅居老人可直接結算醫保費用。安順推出康養補貼等暖心福利。大數據賦能的「一碼遊貴州」平台整合旅居服務功能，提供便捷預約、智能導覽。針對港澳遊客，各大旅行社開發出從4天純玩高鐵團到深度沿線遊的多元線路，朝發夕至的高鐵讓「早上喝早茶、下午遊黔山」成為現實。

## 旅居者故事 慢生活中的別樣精彩

從川渝到粵港澳，越來越多旅居者在貴州找到了「第二個家」。在遵義桐梓，重慶李阿姨連續三年夏天來此居住：「涼快十幾度，社區有健康管理中心，還能參加『村晚』，比在家還熱鬧。」在貴陽花溪，深圳退休醫生陳先生每周體驗瑤族藥浴：「空氣質量好得讓我高血壓都穩定了。」在畢節百里杜鵑，香港黃先生一家住進精品民宿，孩子們第一次看到滿天星，「興奮得不肯睡覺」。

在黔東南榕江，澳門球迷林先生本為村超而來，卻被侗族大歌和瑤浴吸引，「租了村民的房子住了一個月，每天學唱侗歌、學做蠟染」。在安順黃果樹，廣州「數字遊民」小周住在瀑布旁民宿遠程辦公：「網速快，風景好，工作效率反而更高。」在六盤水野玉海，香港退休教師吳先生夫婦租下一套公寓，每天清晨到民族文化廣場打太極，「19.7℃的夏天，簡直是為怕熱的香港人量身定做」。貴州還關注「數字遊民」群體，很多精品民宿配置遠程辦公系統，讓「一邊工作、一邊生活」成為可能。

## 「粵港澳」遇見「貴人」：山海相連的溫暖相聚

交通已不再是往來障礙。從香港西九龍站乘坐高鐵直達貴陽，朝發夕至；澳門遊客可經珠海便捷轉乘。貴州省政府將粵港澳列為重點客源市場，通過精準營銷，吸引更多港澳及大灣區遊客到貴州旅居15天以上，實現「短期觀光向長期居住、旅遊流量向旅居留量」的深度轉化。

貴州省文化和旅遊廳廳長楊向東在新聞發布會上誠摯邀請：「入黔旅遊消炎夏，避暑度假正當時。真誠歡迎廣大遊客來到貴州避暑度假，在『山地公園省』尋找『詩和遠方』。」各市州負責人也紛紛承諾，以優質服務讓每一位旅居客人都能住得安心、行得舒心、遊得

省心。

世界級景區的自然風光，全國獨有的涼爽濕潤空氣，可負擔的生活成本——貴州的真誠與美麗，正吸引着港澳乃至全球遊客來到這裏安居樂業。正如貴州省康養產業商會副會長曾付國所言，如今「新老人」群體已從追求長壽轉向追求高品質健康生活，貴州「公園省」的生態底色與多元民族文化，精準匹配了「深度體驗+健康療愈」的市場需求。

讓生活回到山水裏，讓繁華回歸到細水長流之中，這就是貴州正在繪就的旅居新畫卷。來貴州吧，做一回讓身心徹底放空的新貴州人！

貴陽花溪鎮山村。貴陽市委宣傳部供圖



遊客在貴州省荔波縣小七孔景區遊玩。肖偉攝



在安順享受愜意生活。潘軍翔攝

