



02
烟火
之悦

这个中秋、国庆假期，不妨把导航目的地改成一个县城。

中国旅游协会发布《2026年上半年旅游市场洞察报告》显示，今年上半年，县域旅游成为旅游市场重要增长极，“宝藏小城”热度持续攀升。线上平台数据显示，9月以来，“宝藏小城”相关产品搜索量月环比增长超60%，酒店预订已覆盖千余县城。

从大城市奔向小城镇，从“上车睡觉、下车拍照”转向住下来、慢下来，“奔县游”正在成为一种新的旅行选择。

■三湘都市报全媒体记者 曾冠霖

去星沙观重卡，去城步逛苗乡，去醴陵赏古瓷……

“双节”寻悠闲，来湖南“奔县”吧

寻找景区之外的旅行体验：“奔县”

“久在樊笼里，复得返自然。”陶渊明笔下的归田园居，或许正是当下“奔县游”走红的一个注脚。

过去，旅游目的地往往围绕“名山大川”“热门景区”展开，但当热门景点越来越拥挤，“一天打卡五六个景点”的赶路式旅行也让不少年轻游客开始疲惫。

县城的吸引力恰恰在于“不那么像景区”。

清晨，在街边吃一碗当地人常吃的米粉；午后沿着老街闲逛，看看骑楼、古建筑和市井生活；傍晚到江边吹风；晚上钻进夜市，吃一顿热气腾腾的地方菜。

游客购买的不再只是一张景区门票，而是一段属于自己的生活体验。这也是“奔县游”区别于传统旅游的重要变化。

湖南，恰恰有一批这样的“宝藏县城”。

离城市不远，有另一种打开方式

如果想来一场“不折腾”的“奔县之旅”，长沙县是一个很好的起点。

同程旅行发布的《2026暑期旅游消费盘点》显示，亲子研学、县域慢游市场热度高涨，长沙县位列暑期热门县域目的地榜首。

这里既有城市便利，又有山水田园；既能看工业制造，也能体验乡村生活，红色研学、生态休闲、工业旅游等多元业态，让“县城游”有了更多打开方式。

比如三一智联重卡产业园，就把工业生产线上变成了一堂“现场课”。

8000平方米企业展厅、45米企业文化长廊、数字化总装车间串联成完整参访路线。游客可以近距离观察重卡展品，走进生产区域，直观看到一块钢板如何变成一辆完整的重卡。

在开慧镇初恋茶馆，红色文化与茶空间结合；果园镇的小兵军乐园、梦想岛山野乐园等，则把森林探险、萌宠互动、山野溯溪等玩法带进乡村。

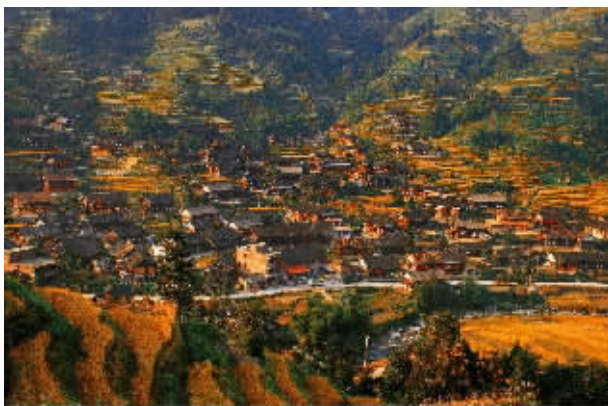
想安静一点，则可以去路口镇大山冲森林公园。林木、溪流、步道构成天然氧吧，适合避暑，也适合什么都不赶，慢慢走。

奔长沙县，奔的是“近郊生活+多元体验”。



长沙县松雅湖全景航拍。

文旅星沙供图



紫鹊界梯田全景图。

景区供图

去苗乡山野，寻找真正的松弛感

如果说长沙县适合“轻奔县”，那么城步苗族自治县，则更适合把时间拉长。

近日，迈点研究院发布《2026年7月中国县域和市辖区旅游传播报告》，城步跻身全国旅游传播力综合实力百强。

城步的底气，是一片难以复制的生态与民族文化。

这里拥有南山国家公园候选区、南山国家风景名胜区、两江峡谷国家森林公园、白云湖（十万古田）国家湿地公园、金童山国家级自然保护区等国字号生态名片。

南山草原是“中国第一牧场”，老山界承载长征记忆；城步吊龙、苗绣、油茶习俗等非遗，则构成另一条文化体验线。

奔城步，奔的是让旅行真正回到山水和生活本身。

一边看千年瓷，一边逛烟火街

县域旅游并不意味着只有山野。

在醴陵，工业文明、陶瓷文化与城市烟火，恰恰构成了一座小城独特的旅行气质。

醴陵素有“吴楚咽喉”“瓷城”“花炮之乡”之称，是世界釉下五彩瓷原产地，花炮祖师李畋故里，也是全国百强县市。

这个中秋、国庆假期，2026湖南（醴陵）国际陶瓷产业博览会持续至10月3日。

白天逛瓷博，晚上逛“一江两岸”。

青云桥、炒粉街、状元洲、渌江广场、醴陵门等串起城市烟火。吃一碗炒粉、逛一段老街，才是打开醴陵的另一种方式。

奔醴陵，既是奔一件瓷器，也是奔一座城市的烟火与历史。

找一块梯田，来一场“沉浸式旅行”

湖南的县域旅游，还有一种更具代表性的打开方式——新化。

新化县山水资源丰富，共有地文景观、水文景观、古迹遗址等8个类别、300余处上等级旅游资源。大熊猫国家森林公园、梅山龙宫等，早已是游客熟悉的目的地。

但真正让新化“出圈”的，还是紫鹊界梯田。

位于水车镇的紫鹊界梯田，秦汉时期已初步成型，至今已有2000多年历史。500余级梯田从山脚铺展至山顶，规模达8万余亩。

更重要的是，这片梯田正在从“看风景”变成“体验文化”。

梯田边开起咖啡馆，夜晚有灯光秀，滑雪公园、亲子采摘园等微业态不断落地。当地还在打造紫鹊界梯田元宇宙VR体验项目，预计今年10月对外开放。

数据显示，紫鹊界景区年均接待游客约80万人次，文旅综合年收入约3亿元，带动周边近3000人就业。

记者手记

“奔县”之后 更考验小城接流量的能力

从长沙县的工业研学，到城步的苗乡山野；从醴陵的千年瓷都，到新化的梯田农耕……湖南县域旅游的共同点并不是“都有一个网红景点”，而是每座小城都有自己的生活方式和文化底色。

“奔县游”走红，对县域既是机会，也是一场考验。

政策红利加速向县域下沉，游客也正在用脚投票。

但流量来了，并不意味着旅游就成功了。

真正能够留下游客的，从来不是“复制一个网红街”，而是不可替代的“地方性”：一碗只有这里才吃得到的米粉，一项传承数百年的手艺，一段当地人才知道的故事，一条能让人慢下来的河流……

