



“虾子起拱”“傩面派对”“凤凰飞天”“盘王祈福”……“食”出新，“玩”有趣 好戏连台！来湖南了，一定要好好“逛一圈”

随着“十一”黄金周拉开帷幕，湖南诸多知名景区纷纷推出系列主题活动，宛如一场“文化+旅游”的综合大秀：美食节、非遗展演、沉浸式体验、夜间演艺、互动市集……在山水间、古巷中、林海里，游客将体验一个“看得见山水、感得到文化”的假期。这几处代表性景区，国庆来湖南一定得“逛一圈”。 ■文/视频 三湘都市报全媒体见习记者 宋科铖

长沙：夜游、科普与古镇秀场“遍地开花”

身为湖南省省会，长沙在国庆假期期间其丰富的城市景区文化活动可谓“遍地开花”。

据了解，湖南博物院将在国庆·中秋假期延时开放至20:00，方便市民与游客夜间参观典藏文物、主题展览。

道林古镇将在10月1日至11月2日举办“盛世华诞·金秋同庆”主题活动，打造丰收节主题展演与民俗互动。

铜官窑古镇（长沙）在节日期间将推出大型演出与街区巡演，包括《黑石号特技秀》《全时段街景秀》《铜官水秀》等夜间演艺项目，还会有各类非遗表演（花鼓戏、皮影戏、口技、长沙弹词等）。

在这些城内景区间穿行，游客既可入夜游览博物馆、艺术馆，也可参与夜色下的主题秀、街头巡演、光影灯饰打卡，体验城市与文化融合的假日节奏。

张家界：非遗焕新，主题日接力

作为湖南旅游重镇与国际知名景区，张家界在国庆假期期间以“每日一主题”非物质文化遗产为骨干，融入体验与演出，力图打造出差异化、高品质的假日旅游体验。

据了解，10月1日至6日，张家界推出“每日一主题”文化展演活动，展示土家族、苗族传统手工、摆手舞、苗歌唢呐表演，穿插体验性项目，如传统纺织、竹编、民俗器具制作等。游客可以在峡谷、山川中边行走边打卡非遗场景。

七十二奇楼景区经典节目《奇楼掌灯》在此期间新增苗鼓与祭祀环节；每晚还将举行篝火晚会升级版“傩面派对”，融合火把舞、面具戏、灯火秀等元素。

此外，武陵源区的张家界国家森林公园在国庆前夕恢复向公众开放的鹞子寨景区，也对外宣布在5A景区体系下重新对游客开放。这一系列精心编排的主题活动，使张家界在传统自然景观之外，强化文化赋能与夜间体验，提升游客的参与感与沉浸感。

益阳：夜色文旅融合，“食”出新意

益阳市作为湖南文旅秋季消费季的重要承载区，其明清古巷将成为黄金周期间的“灯火下的文化舞台”。国庆期间，“巷味湖南”美食嘉年华、“味道湖南·益阳味道”麻辣烫特色美食季、“国潮雅集·中秋游园会”，以及“虾子起拱”民俗巡游等活动将在古巷内轮番上演。

其中，“虾子起拱”民俗巡游将以近30米长的巨型龙虾队为引导队形，走街串巷展示地方特色风俗；“凤凰飞天”月圆点灯秀将融合光影科技与传统文化，在古巷夜色中点亮浪漫时刻。

与此同时，益阳还将同步发放本地文旅消费券（含景区门票券、住宿券、餐饮消费券等），推动游客在巷内消费、停留与打卡深度融合。

郴州：水上诗意图，夜色交织

在郴州，东江湖景区将于10月1日至6日推出“东江花月夜”国庆系列活动。

活动内容包括“花上高杆不倒翁”“水上飞人火壶”“嫦娥奔月”“盘王祈福”等水上与光影结合的互动演出，使湖面、夜色与文化表演交相辉映。

游客在泛舟、观灯、听曲中，既能感受湖光倒影，也能参与节庆演艺。与此同时，湖畔美食、小型市集、民俗文化展等也将同步展开，为游客提供全日制文旅体验。

除了以上活动，湖南各市州景区还有更多精彩。今年国庆假期，湖南的山水与人文相互辉映，为节日更添烟火热闹。



9月30日，长沙市岳麓大道，两旁路灯杆悬挂起了鲜艳的国旗，营造出浓厚喜庆的节日氛围。

湖南日报全媒体记者 龚鹏博 摄

9月29日，东安县芦洪市镇冀美宫灯公司，工人在赶制订单宫灯。

蔡小平 刘彦婷 摄

135个重点景区周边交通压力上升 开车要留意这些易缓行路段



扫码看视频

国庆长假出行如何避峰？湖南省公安厅交通管理总队通过对近年国庆、中秋节假期全省道路交通流量、交通秩序等方面的情况进行梳理，结合今年假期天气预报、文旅活动、流量变化等趋势进行分析，发布国庆、中秋全省道路交通“两公布一提示”相关情况。

据预测，国庆、中秋节假期，探亲出行流、旅游观光流、货物运输流等多流交织，预测全省高速公路总流量将达3922万台次，日均490万台次。

假期车流将呈现“双高峰”特征：国庆首日迎来最高峰值约550.2万台次，10月6日（中秋节）出现第二高峰车流。中短途探亲游占比突出，小型客车占比93.5%，环长沙周边高速和“三纵四横”主干道车流密集，醴陵、炎陵、永州、衡阳、邵阳、怀化等市州境内高速车流压力较大。假期期间，该口岸预计出入境人员2.7万人次、航班150余架次，日均客流量约3400人次。客流高峰时段集中在每日上午10时至下午4时、晚上9时至次日凌晨1时，10月3日、10月4日、10月6日将迎来峰值，日均出入境人数或近4000人次。

主要缓行路段为：京港澳高速长沙、株洲、衡阳、郴州段，许广高速湘潭、衡阳、郴州段，沪昆高速湘潭-邵阳段，长张高速益阳、长沙段。

国道方面缓行较多的为：雨湖区G320国道、资兴市G357国道、宜章县G107国道、零陵区G207国道、湘乡市G320国道、资阳区G319国道。从通行辖区看，郴州辖区41次、湘潭辖区41次、益阳辖区27次、湘西辖区26次、永州辖区20次，共占比57.4%。从预警时段看，14至16时57次，占比21.1%；10至12时55次，占比20.4%。

省道方面缓行较多的有：北湖区S212省道、新化县S322省道、南岳县S333省道、新宁县S341省道、邵阳县S236省道。从通行辖区看，郴州辖区137次、娄底辖区78次、邵阳辖区63次、衡阳辖区19次，共占比83.9%。

旅游景点方面，预测假期旅游市场火爆，135个重点景区周边道路交通压力上升。预计张家界武陵源、南岳衡山、郴州莽山等50个重点景区，长沙渔人码头、黄兴路步行街等50个夜市，湘潭韶山、宁乡花明楼等25个红色旅游景区，湘西凤凰、望城靖港等10个特色古镇将迎来游客高峰，周边道路通行压力显著增大。

假期长途、乡村、自驾、组合、入境游交织，预测旅游市场整体火爆。橘子洲、岳麓山、韶山、衡山、武陵源、凤凰、矮寨德夯大峡谷、芙蓉镇、莽山、东江湖、高椅岭、岳阳楼、石牛寨、桃花源、常德野生动物世界将为热门旅游景区。因人流车流较大，周边道路易出现交通缓行。

预计长沙黄兴路步行街、国金中心、株洲钟鼓岭商业步行街、湘潭青年码头等50个夜间消费聚集区域将游人如织，周边道路随着人流车流增长，易发交通缓行。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 虞虹 通讯员 廖正洪

口岸出入境客流预计达4万人次 湖南边检发布国庆中秋假期通关提示



扫码看视频

三湘都市报9月30日讯

9月30日，记者从湖南边检总站获悉，随着2025年国庆、中秋假期临近，湖南空港口岸即将迎来出入境客流高峰。

假期期间，预计全省口岸出入境人员将达4万人次，出入境客运航班超250架次，两项数据较去年同期均增长6%。

据统计，截至9月27日，2025年湖南省全省口岸出入境客流已突破117万人次。

9月30日，湖南边检总站相关负责人表示，随着湖南促进入境旅游系列措施落地，叠加“双节”效应，口岸客流量增长趋势明显。为保障通关顺畅，总站已部署长沙、张家界边检站实施三项便民举措：

一是提前研判客流趋势，实时监测口岸流量，及时加开查验通道；二是优化现场勤务安排，动态调配警力，增派台外咨询、引导人员，维护通关秩序；三是强化与机场、航空公司及口岸联检单位的信息互通，形成通关保障合力。

针对假期出行，湖南边检同步发出四点提醒：一是提前通过“国家移民管理局”网站及微信公众号等官方渠道，了解目的地政策，检查证件材料；二是建议出境旅客提前2小时抵达机场，避免误机；三是在边检现场遵守指引，有序通过对应通道候检；四是遇问题可拨打12367服务平台电话，中国公民在境外遇紧急情况可联系驻外使领馆或通过“领事直通车”微信公众号求助。

■文/视频 全媒体记者 王智芳

通讯员 余洋 卢治豪



国庆假期
临近，张家界
口岸出入境客
流明显增加。
通讯员 供图

日租低至30元！这个假期“拍照搭子”一机难求



扫码看视频

“十一”黄金周将至，不少市民在规划出行清单时纷纷将“租相机”列入其中。9月30日，记者走访发现，长沙不少摄影器材门店热门机型预订量同比翻番，提前半月就已“一机难求”。这股以“租”代“买”的风潮，正悄然撬动一个新市场。

和往年相比，今年租赁经济的势头似乎更旺，订单也在成倍增长。

“今年国庆预订量比去年增长了至少30%—40%，目前机器基本都预订完了，有很多顾客会提前一个月或两个月就联系我们。”影鸿摄影器材行的负责人陈先生说。

陈先生坦言，不少客户都是租赁机器在“黄金周”拍摄使用，大疆Pocket 3和索尼A7M4是最热门的。一般小型机器如大疆Pocket 3，日租金在20—30元之间；大型机器如索尼A7M4，日租金在100—150元之间；押金根据设备价值而定，如大疆Pocket 3单机押金约3000元，索尼A7M4押金约1万元。

在长沙市开福区的相机之家摄影器材租赁店，设备的预订情况同样可观。“大疆Pock-

et 3早就被预订完了，现在只剩下索尼等专业相机还有档期。”该店工作人员介绍，“租期越长越优惠，比如佳能760一天租金90元，三天租金150元，节假日的租金会根据实际情况有少许上调。为保障双方权益，租赁相机需签订正规合同。至于免押金服务，需对用户的芝麻信用分、身份信息及工作证明等进行综合审核。”

国家市场监督管理总局发展研究中心编制的《循环经济背景下的消费租赁行业健康发展白皮书》数据显示，目前20岁至30岁年龄段的消费者有63.5%倾向租赁数码产品，21.5%的消费者有租数码产品的经历。这一数据从侧面印证了年轻群体正在逐步转向“租而非买”的消费模式。

“相机租赁市场火热的背后，是市场环境和消费理念的双重驱动。”业内人士表示，近年来，“轻资产”与“共享经济”理念逐渐被年轻群体接受。对于临时性和短期性需求而言，租赁比买更具性价比，消费者既能灵活选择机型和租期，又无需承担设备闲置和贬值的风险，这种“低投入、高体验”的模式，正契合年轻人追求高效、灵活的消费逻辑。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 卜岚
通讯员 胡钰林 肖昱昊

每克涨至1123元！假日又迎“黄金风暴” 现货黄金创46年来最大涨幅 提醒：“追涨”需理性



扫码看视频

三湘都市报9月30日讯 近日，国际金价持续攀升，屡创历史新高，这股强劲的“黄金风暴”也席卷了星城长沙。“去年国庆节金价涨了一波，当时价格是每克600多元，今天一看，我的天，金价已经突破1100元，真是‘喜迎国庆’。都怪我自己一直在观望，没有迅速下手。”近年来，各国央行也在增加黄金储备，以减少对美元的依赖。长期看，若货币持续宽松，黄金价格仍有可观上行空间。

“上个月900多元就可以买一克，这个月900多就已经买不到了，国庆节期间我们门店倒是有活动，可以每克减几十元。”在位于芙蓉中路的一处中国黄金专柜，柜台销售感慨地提及金价上涨迅速，“受国际形势影响，调（动）得很快。你过段时间来看，可能又不是这个价了，大概率还会上涨”。

在周大福（富兴时代店），店员表示线上线下金价均为1123元/克；为了迎接国庆假期，老凤祥（长沙·方圆荟店）则推出黄金直降100元/克的活动。

不过，三湘都市报记者注意到，在几家品牌门店，店员们推荐的主要是饰品金。一名消费者透露，“我姑家开金店的，金价疯涨一个月以来就三个客户，成交价不到5万，资金流通困难，往年9月份备金，10月份结婚都有近百万的进款，现在积压的都是饰品金。”

在本周，现货黄金突破3800美元/盎司，今年以来已经累计上涨近45%，已成为全球表现最强势的主流资产，不仅跑赢今年所有

其他主要资产类别，而且也创下了自1979年以来最大的年度涨幅。

业内人士指出，今年黄金的上涨受到多方面因素支撑，首先是美联储9月开启年内首次降息后，市场普遍预计其在接下来三个月内将进一步降息；此外，国际地缘政治风险持续升温推升避险需求，全球黄金ETF持续受到热捧，“恐慌情绪下的资产避风港”角色被再次强化。

马上迎接传统节日和婚庆旺季，消费者的购金需求变多，对普通消费者而言，无论是出于装饰抑或是送礼的刚需，还是资产配置，在当前的金价高点“追涨”都需要多一份理性，特别是在购买金饰时应更注重其工艺和佩戴价值，而非短期投资回报；而若以投资为目的，则需充分了解市场风险，避免盲目跟风。

■文/视频 全媒体记者 叶竹 通讯员 全乐