

无乡趣 不乡村

Rural Tourism
Ningbo

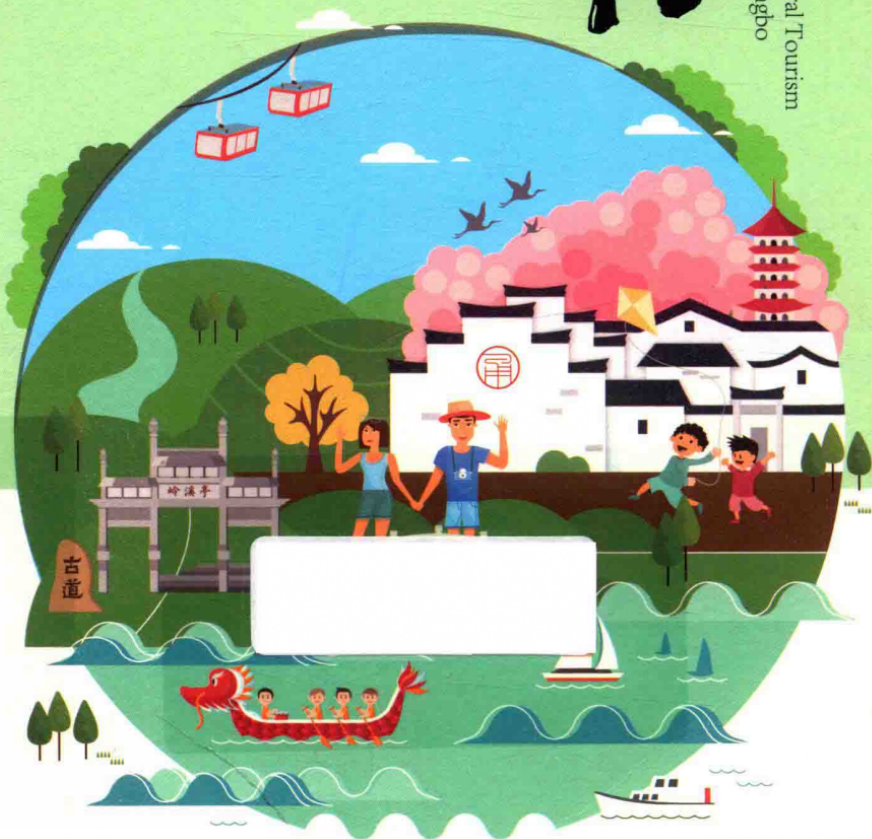
宁波乡村旅游攻略

宁波市旅游局

《阿拉旅游》杂志社 编著

52 个美丽乡镇，62 间民宿客栈，
39 条文化古道，带你寻遍宁波好去处。

39 个时令佳节，50 味地道风物，
39 个快乐农家，陪你享尽四季好风光。



宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

责任编辑：晏 洋 徐 飞

封面设计：徐 敏



在宁波，**遇见** 另一个自己

To discover your new self in Ningbo



+ 关注，更多资讯、福利



宁波出版社

上架建议：旅游文化类

ISBN 978-7-5526-2807-4



9 787552 628074 >

定价：50.00 元

宁波乡村旅游攻略

NINGBO XIANGCUN LÜYOU GONGLÜE

宁波市旅游局 编 著
《阿拉旅游》杂志社

无乡趣
不乡村

寧波

WUXIANGQU
BUXIANGCUN



宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

无乡趣 不乡村: 宁波乡村旅游攻略 / 宁波市旅游局, 《阿拉旅游》杂志社编著. -- 宁波: 宁波出版社, 2017.3

ISBN 978-7-5526-2807-4

I. ①无… II. ①宁… ②阿… III. ①乡村旅游-旅游业发展-研究-宁波 IV. ①F592.755.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第323621号

无乡趣 不乡村 —— 宁波乡村旅游攻略

宁波市旅游局 《阿拉旅游》杂志社 编著

出版发行: 宁波出版社

地址: 宁波市甬江大道1号宁波书城8号楼6楼

邮编: 315040

电话: 0574-87259609

责任编辑: 晏 洋 徐 飞

责任校对: 虞姬颖 何培瑶

封面设计: 徐 敏

装帧设计: 褚铁峰 陆晓岚

印 刷: 浙江新华数码印务有限公司

开 本: 880毫米×1230毫米 1/32

印 张: 7.75

字 数: 260千

版 次: 2017年3月第1版

印 次: 2017年3月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5526-2807-4

定 价: 50.00元

如发现印刷质量问题, 请与承印厂调换。电话: 0571-85063471

目录



乡风乡貌 · 美丽镇村

XIANGFENGXIANGMAO • MEILIZHENCUN

002~054



乡亲乡思 · 民宿客栈

XIANGQINXIANGSI • MINSUKEZHAN

056~106



乡野乡趣 · 文化古道

XIANGYEXIANGQU • WENHUAGUDAO

108~144



乡俗乡愁 · 农事节庆

XIANGSUXIANGCHOU • NONGSHIJIEQING

146~172



乡恋乡味 · 地道风物

XIANGLIANXIANGWEI • DIDAOFENGWU

174~202



乡土乡情 · 快乐农家

XIANGTUXIANGQING • KUAILIENONGJIA

204~242

乡风乡貌·美丽镇村





四明山镇

余姚

四明山镇位于余姚市最南端，与鄞、奉、嵊、虞四县市（区）相邻，因地处四明山脉之颠而得名，是一个物产富饶、风景秀丽的高山集镇。享有“夏天是凉风习习的莫干山，冬天是白雪皑皑的长白山”之美誉。特有的高山气候，使这里夏可避暑，冬可狩猎。美丽的风光，淳朴的民情，曾经留下了李白、孟郊、皮日休、陆龟蒙等诗人的纵情吟唱，为灿烂的唐朝诗坛留下了许多不朽的诗作，还成为明末清初大思想家黄宗羲先生著书立说的理想之所。

境内有仰天湖、四窗岩、白龙潭、鹁鸪岩等众多充满神奇色彩的美景胜地，与相距十余千米的溪口雪窦山风景区遥相呼应。如果利用本镇独特的高山气候和优美的自然景观，在开发生态旅游上有着广阔的前景。

TIPS

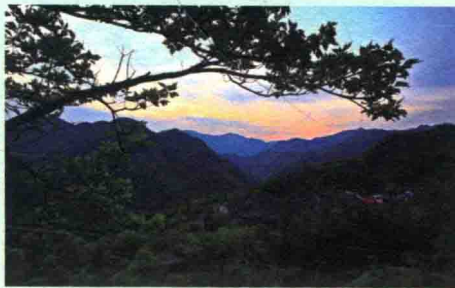
- 地址：余姚市
- 交通：到四明山镇有多条线路
东线：宁波横街镇—童家村—大胶村—大岚镇—四明山镇
南线：宁波—溪口镇—四明山镇
西线：速章镇—岭南乡白龙潭村—悬岩村—大山村—仰天湖—四明山镇
北线：余姚—梁弄镇—大岚镇—四明山镇
- 文化看点：四明山镇处在著名的人文旅游线——“唐诗之路”的中心，李白、孟郊、皮日休、陆龟蒙等40多位诗人曾在四明山上纵情吟唱。四明山镇境内古村、古桥、古树众多，仰天湖还留下了关于明朝国师刘伯温的神奇传说，“四窗岩”更是蒋介石应梦发迹之处。
- 热门推荐：境内有仰天湖、地质公园、森林公园、白龙潭、鹁鸪岩等众多充满神奇色彩的美景胜地，与相距十余千米的溪口雪窦山风景区遥相呼应。

柿林村

余姚

柿林村位于著名的丹山赤水风景名胜区内，原名“峙岭”，因山上柿树成林，因此改名为“柿林”。村子周围都是山，抬眼便豁然开朗，满坡翠竹林木，流泉叮咚，鸟语花香。不但山水秀丽，而且有原貌保存完好的山居，原始古朴，小巷深深，鸡犬相闻，偶尔有擦肩而过的村民或哼着小调或用熟悉又不熟悉的方言对话，甚是亲切。

村里村外，房前屋后，满布柿子树，果真村如其名。有的柿树参天合抱，树龄达三百年以上，最大的一棵单株产量一千多斤。爱热闹的朋友，可得赶着晚秋到来，届时整村内外，山坡上下，红柿吊挂枝头，如悬挂着无数的小红灯笼，加上林莽间红枫如火，绿树映衬，一派秋韵美景。



TIPS

- 地址：余姚市大岚镇
- 交通：杭甬高速—梁辉出口—梁弄—大岚—柿林村
- 热门推荐：柿林村位于四明山腹地，近年来涌现了许多优质客栈民宿，如“老柿林”等，还开设有咖啡馆、酒吧，深受宁波以及周边游客欢迎。
- 小贴士：“丹山赤水景区”跟柿林村连为一体，进村就是进入景区，需要50元门票。





中村村

余姚

古时，石潭龚氏因慕风水迁来定居时，发现中村正好是四县三镇的中心——距鄞县、奉化、余姚、上虞各 45 千米，距鄞江、梁弄、陆埠三镇各 20 千米，故以此得名。中村之美，刚刚好就是那点背山绕水的清秀。迎面是层层叠叠的苍翠青山，仿佛触手可及，村中央蜿蜒穿过一条清澈见底的晓鹿溪，将整个村落一分为二，形成隔岸相望之势。和正儿八经的中村比起来，晓鹿溪得名更富诗意：“孔祐隐居是山，有鹿中矢来投，祐养其创，愈而去。”溪上乃至整个中村最美的风景，非白云桥莫属。远远望去，高耸的石桥如长虹般横跨在晓鹿溪两岸，两边山峦挺立，充满了豪壮的气势。



TIPS

- 地址：余姚市鹿亭乡
- 交通：甬台温高速—姜山北枢纽—荷梁线—中村村
- 文化看点：现存民居建筑多为块石垒砌的传统乡土建筑，村内有省级文保单位白云桥和余姚市级文保单位仙圣庙戏台，是浙东地区清中晚期古村落文化的典型代表。
- 热门推荐：在节庆日，可以观赏到舞龙、纱船、抬阁等民俗风情表演以及购买竹木制品等风物特产。村庄外的大山都是原始森林，里面有野猪、野鹿等野生动物。





大山村

余姚

沿着崎岖的山路盘旋而上，景色越发迷人，且行且看，抵达云雾缭绕、海拔 700 多米高山顶上的四明山镇大山村的过程已很醉人。这个白云生处的村落，住着寥寥数十户人家，却坐拥着仰天湖的大好风光，简直羡煞旁人。

春天看山花烂漫，夏日避暑玩水，秋天赏红枫绚烂，冬季可以领略南方少有的冰雪盛景，加之近在咫尺的四明山省级地质公园的开放，如此优质的自然资源和秀美风景当然期望被更多人看到，于是大山村办起了高山上的“农家乐”，寓度假休闲于一体。游人纷至沓来，“拔湖笋、杀土鸡、品溪鱼、

听鸡鸣、住农家”，体验原生态的农家生活，品尝土色土香的特色地方风味。

TIPS

- 地址：余姚市四明山镇
- 交通：杭甬高速—余姚—浒溪线/S33—梁弄镇—S33—四明山镇—仰天湖
- 热门推荐：大山村 20 家农家乐中有 18 家农家乐（客栈），也可去“省级地质公园”罗城山游览一番。这里物产富饶，高山云雾白茶、猕猴桃、樱桃、羊尾笋等农林特产，让人回味无穷！



大俞村

余姚

大俞村是四明山腹地最早的古村落之一，至今已有八百多年历史。村子建在两山之间，山间一条宽 30 多米、全长 5000 米的大溪横贯古村全境，把村庄分隔成两半，直至流入奉化江、甬江。两岸翠竹掩径，钟灵毓秀。

走进大俞村，最吸引眼球的是整洁有序的石屋，这些石屋中年代最久远的已有 600 多年，是祖先居住过的地方。石屋冬暖夏凉，比钢筋水泥结构的房子住着更舒适。高山地貌为大俞村及周边地区的人们种植茶叶提供了优越的自然条件。当地的高山云雾茶色泽绿翠、外形细紧、汤色清澈明亮。值春茶采收季节，不少村民每天都会上山采高山云雾茶。走进茶园还能听到茶农随身携带的收音

机里传出阵阵悠扬的越剧曲调。

TIPS

- 地址：余姚市大岚镇
- 交通：机场路南延—甬临线—S36—S33—浒溪线—大俞村
- 热门推荐：俞村最为著名的景点，非四窗岩莫属。这里曾是传说中的刘阮遇仙处，给古村周边的山水带来了些许神秘色彩，而良好的生态环境，更使以四窗岩为核心的四明山有“天然氧吧”之称，成为国内外游客向往的旅游胜地。

鸣鹤古镇

慈溪

鸣鹤，历经千年，依山傍水，为慈溪最古老的集镇。在这里，精巧建筑铸就了千年烟雨楼阁，许多历史名人成就了永世芳名功德。如今，名儒商贾都已不复存在，但山湖翠色依旧，古寺禅音依旧，石巷古桥依旧，历经风雨1200多年。

穿行于长满青苔的石板路上，鸣鹤古镇弄堂的名称被依次地命名为一房弄，二房弄……直到五房弄，据说是因为从前鸣鹤古镇出了一个大官，而大官有五个儿子，家室庞大，所以大官就以房为单位，把每个儿子所在的区域从大到小命名下来，以达到区分的效果。每一房的建筑都很气派，而且房子造工讲究，大到屋顶房梁，小到铜锁门环，都经过了精心的装饰和雕琢。

TIPS

- 地点：慈溪市观海卫镇
- 交通：市区—G329—芦庵公路—五里—罗鸣公路—鸣鹤古镇
- 文化看点：鸣鹤古镇在明清以来就是中国国药业的发源地，有“国药人才集浙江，浙江有慈溪，慈溪首推鸣鹤场”之说。
- 热门推荐：清代豪宅银号，紧邻五磊山风景区，整个建筑面积约1855平方米，现已被改造成银号客栈，可以入内感受清代大户人家的江南时光。不远处是杜湖，越窑青瓷就是从这里起源。
- 小贴士：鸣鹤古镇内的国医馆常年有来自上海的专家坐诊，但需注意出诊时间。





方家河头村

慈溪

方家是河头大族，自方氏始祖章云从河南迁徙于此，子孙繁衍，声名鹊起。河头宗族史的笔触尤为绵长，在风起云涌的历史卷轴上整整书写了七百余年。到现在，所有的辉煌与衰败都已经尘归尘，土归土。日常气象里的方家河头村倚靠着群山，旧日风景依稀。路边多是苍古的老宅和参天大树，还有意外踊跃的活水。村口有藕池，村外有生儿泉，溪水贯穿全村，这里可谓处处见水，被水滋养。

方家河头村的古建筑规模颇大，几乎到了三步一洋房、五步一老宅的地步，光是大屋便有岭脚下大屋、鹤琴大屋、兰屿大屋等数座，似乎到哪都能闯进一段凝固在砖瓦上的悠长时光。

TIPS

- 地址：慈溪市龙山镇
- 交通：杭甬高速—沈海高速—杭州湾大桥南接线—慈掌线—灵范公路—方家河头村
- 文化看点：方家河头村的古建筑规模颇大，有岭脚下大屋、鹤琴大屋、兰屿大屋等数座。
- 热门推荐：方家河头村有很多健身步道，空气中氧气含量高，适宜爬山。距离达蓬山旅游度假区很近，如住宿达蓬山酒店，有免费班车接送。
- 小贴士：方家河头村至今仍居住着慈溪本地人，游玩时请注意不要扰民。

任佳溪村

慈溪

慈溪任佳溪村得天独厚，不仅坐拥风景秀丽的灵绪湖，还有灵龙宫、沙湖庙、洞山寺、宋塔等历史文化遗迹，古诗中“白云封古洞，明月照空山”说的正是这里。有 800 多年历史的任佳溪村依山傍湖，一溪相连，来到这里，城市的喧嚣顿时消失无踪，整个人也因此安静下来。

湖畔乌瓦红墙、龙尾龙首高高翘起的宏伟的庙宇就是灵龙宫。西面和南面环水，北边和西边有墙，与民居相隔，灵龙宫的庄严雄伟一定要进入其中才能体会得到。稀有柏木做柱，双重檐歇山顶，龙头吻脊，神殿上三龙王坐镇，威风凛凛。与灵龙宫一弄之隔的就是沙湖庙，其建筑群低矮而古雅，风韵尤佳。



TIPS

- 地址：慈溪市掌起镇
- 交通：杭甬高速—沈海高速—杭州湾大桥南接线—任佳溪村
- 文化看点：村里的名人很多，散见于各种县志：明洪武初年，以博学荐入京师的任存敬；洪武十八年（1385 年）的进士任琛；鯉池书院山长、举人任于宗；明代的勉一先师，还有诗人任绍曾、诸生任溶等。
- 热门推荐：任佳溪的古刹，有沙湖庙、灵龙宫、呼童庵、洞山寺、高山寺、广福庵、红梅寺、齐白庵、白石庙等寺、庙、庵共九座，多保存完好，或遗迹尚存，且和尚与尼姑皆有，另外还有一座历史颇为悠久的任氏宗祠。





古窑浦村

慈溪

古窑浦源自掌起镇的洪魏山下，向东北入海。相传，古时候，在今戴家村东与下叶村西各有一座瓷窑，古窑浦恰从两窑中间穿过。说来也奇怪，这两座窑的烟，不管是刮东南风还是西北风，总是缠绕在一起，人们认为这两座窑是一对恩爱夫妻。后人为记住这象征着恩爱夫妻的故事，遂把两窑中间的河道叫作古窑浦。

三月，桃花绚烂盛开，古窑浦村的桃园便迎来了最好的时候。登高远眺漫山遍野的桃花，宛如片片红云连着天际。桃花赏玩过后便是热热闹闹的采摘季，古窑浦水蜜桃早已名声在外，特别是具有150年种植历史的传统品种——玉露，尤为甜美可口。

TIPS

- 地点：慈溪市掌起镇
- 交通：杭甬高速—沈海高速—杭州湾大桥南接线—中横线—古窑浦村
- 文化看点：古窑浦村是抗战时期新四军浙东纵队海防大队驻地，是新四军浙东敌后抗日根据地的“海上门户”。2007年，古窑浦革命历史陈列馆和纪念碑开馆揭牌，成为宁波市爱国主义教育基地。
- 热门推荐：每年三月，古窑浦桃花齐崭崭盛开，可以前来闻花香、听花雨、拍花照。

洪魏村

慈溪

洪魏古村属于掌起镇，杜湖往东不远，沿山公路横筋线穿村而过，南靠翠屏山脉五磊山。洪魏村村落历史极为悠久，村内有大量的历史文化古迹，商周聚落遗址、战国石室墓及历经封建各朝至近代的古寺庙、古港埠、古窑址、古战场、古桥、古亭、古牌坊、古建筑等散布村落各处，是浙东地区保存较为完整的古村之一，极具保护和开发价值。

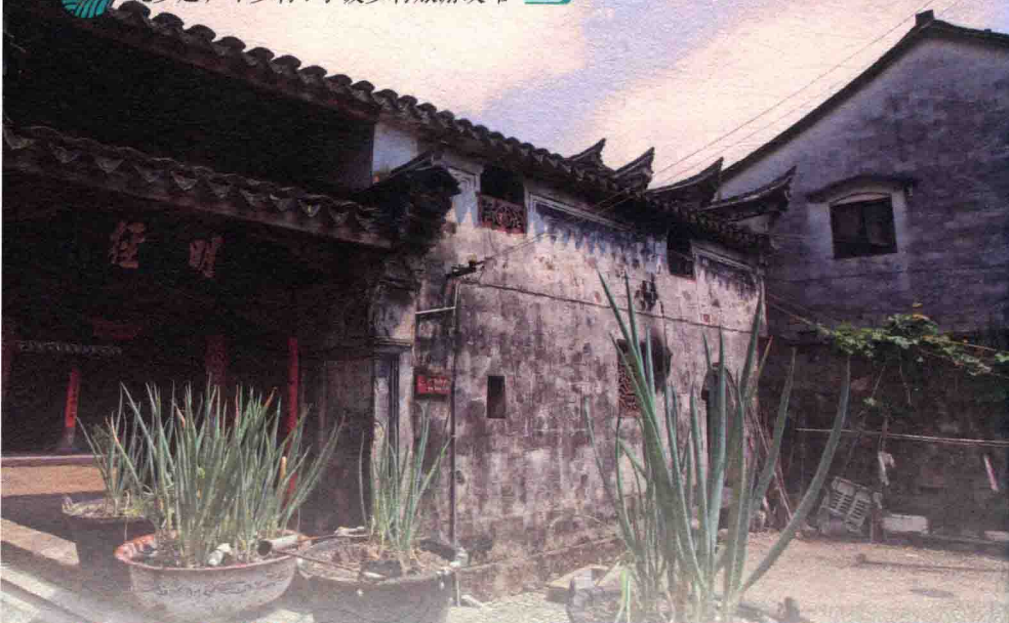
在这里，森林、溪涧、河流、古道、古树、古井等与村落平衡相处，古村、新村及生态别墅群各居其处，产业、商贸及农耕区落落分明。小桥流水、粉墙黛瓦、卵石古道、青藤老井等无不体现出这座人与自然和谐共处的生态古村的神韵。此外，集太极图、八卦水、龙文化、太师椅风水及荷叶地风水等众多风水文化之特征的洪魏村遗迹显著，是中国风水古村的典型代表村落。



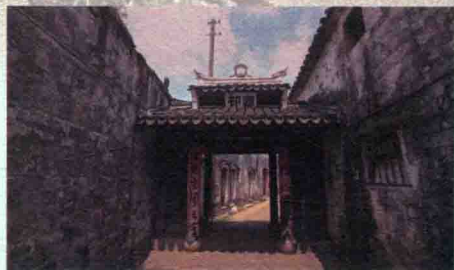
TIPS

- 地址：慈溪市掌起镇
- 交通：G329—匡堰大道—横筋线—洪魏村
- 文化看点：洪魏村是抗日战争时期浙东敌后根据地党政军主要驻地，也是明清以来宁波帮的主要发源地，国药业与成衣业均发脉于此。明清和民国时期诞生了不少各个领域的知名精英。
- 热门推荐：村内现存有大量历史文化古迹，商周聚落遗址、战国石室墓及历经封建各朝至近代的古寺庙、古港埠、古窑址、古战场、古桥、古亭、古牌坊、古建筑等散布于村落各处。





前童古镇



TIPS

- 地址：宁波市宁海县
- 交通：甬台温高速至宁海南出口—S34—前童古镇景区
- 文化看点：集采光、防火、防盗、装饰功能于一身的
前童石花窗，目前完好的有200多扇，全部是明清时代建屋时的原物，200多扇竟无一扇雷同，每一扇石花窗都透露着主人美好的愿望。
- 热门推荐：每年的正月十四至十六，前童古镇灯会是非常值得观看的。另外去前童一定要品尝有名的“前童三宝”。
- 小贴士：景区需要40元门票。

是谁说的那句“前童处处可入画”？的确，岁月的风尘洒落在那些爬着青藤、布满沧桑的院墙、门窗、石路、小桥和门前的潺潺流水中。全村保留完整的宅院、祠堂、牌坊、门楼、亭台等多式多样，村民们沿袭着的传统习俗，家中古老的家什，古人的字画、碑帖、匾额等，无一不彰显出前童浓厚的文化底蕴，自然如初。

而慧眼识珠的宁波籍油画大师、导演陈逸飞，就是在前童古镇，竭尽全力完成了洒满故乡情结、讲述从少年到中年的自传体电影《理发师》的。要说最能代表前童风味的美食，非“前童三宝”莫属。这鼎鼎有名的三宝便是老豆腐、空心豆腐和香干。老豆腐，白、嫩、滑、鲜、香；空心豆腐，色泽金黄、中空外结，脆而不碎；香干则是口感细腻香滑、清口香润、结实耐嚼，较之于普通豆腐、香干有一种更为浓厚的感觉。