

中国假日游
Holiday

专为国家法定假日量身定做

《中国假日游丛书》编辑部◎编著

全彩版

时令

休闲

乡村

时尚

经典

长线



HOLIDAY TRAVEL

上海

及周边

假日游

指南

华东地区●假日出游方案全攻略

周末●小长假●黄金周●年假 旅行必备

WHOLE 行程规划 各类 FASHION 玩处 达人踩线 CHECK

新休假制度

两日假 43个 计 86天

三日假 5个 计 15天

七日假 2个 计 14天

总计每年 50个假日 115天

假日就是离开家的日子

精选 39条周末和小长假线路

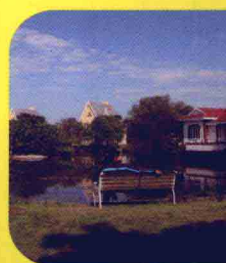
精选 9条长假线路

推荐近 300个假日去处

无论何时，无论想怎么度假

你总能找到一种

适合自己的假日游方案



旅游教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

上海及周边假日游指南 / 《中国假日游丛书》编辑部编
著. — 北京: 旅游教育出版社, 2010.4
(中国假日游丛书)
ISBN 978-7-5637-1940-2

I. ①上… II. ①中… III. ①旅游指南—上海市 IV.
①K928.951

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第001383号

中国假日游丛书
上海及周边假日游指南
《中国假日游丛书》编辑部 编著

丛书策划 责任编辑	刘 权 李荣强 李荣强
出版单位 地 址 邮 编 发行电话 本社网址 E-mail 印刷单位 经销单位 开 本 印 张 字 数 版 次 印 次 印 数 定 价	旅游教育出版社 北京市朝阳区定福庄南里1号 100024 (010) 65778403 65728372 65767462 (传真) www.tepcb.com tepx@163.com 北京蓝迪彩色印务有限公司 新华书店 787 × 960 1/16 14 259千字 2010年4月第1版 2010年4月第1次印刷 1-6000册 36.00元

(图书如有装订差错请与发行部联系)

中国假日游丛书



上海及周边 假日游指南

《中国假日游丛书》编辑部 编著



旅游教育出版社

· 北京 ·

上海旅行交通示意图



一位驴友告诉我，假日就是离开家的日子，关在屋子里能叫放假吗？或许您会说，我也想在假日出去玩啊，可是没有时间，囊中羞涩。

别为自己找借口了。第一，假日出去不仅是玩，还可以长见识、增阅历。第二，现在大部分人都有双休，没有时间只能说明你不会统筹，或者把旅游看得太复杂了（有时候顺道就旅游了）。第三，穷人有穷人的省钱诀窍，富人有富人的消费理念，有时候未必要花很多钱。

假日游如今已经成为许多人生活的一部分了。这要归功于新的休假制度。

在新的休假制度产生前，中短线和周末二日游只是部分富人的专利，并未引起平民百姓的重视。究其原因，一是因为把自己的旅游时间安排在黄金周和公司集体游中了，二是忙碌了一周后周末有些私事或者想休息一下。当五一黄金周被取消的时候，我们突然发现，三天也可以痛痛快快地玩一次，更重要的是，这样的一次短途旅游既不很累，也不很费钱，更不必跟团（短线自己好把握）。假日游就这样开始成为平民百姓的“家常菜”了。

旅游业一般把出游半径在 500 公里内，人均支出在 800 元以下的旅游项目，称为中短线。两天至三天行程的中短线旅游相比以前的旅游还有一个新的特点，就是休闲的成分增加了。相对于“上车睡觉、下车拍照”的旧式长线游，以休闲为主题词的中短线，避开拉练式的奔波和拥挤的景点，意味着人们的度假行为正在从观光型向休闲型转变。

新休假制度后我国职工每年的节假日为：两日假（43 个计 86 天）、三日假（5 个计 15 天）、七日假（2 个计 14 天），总计 50 个假日 115 天，此外还有部分公民的假日、带薪休假。

《中国假日游丛书》旨在为旅游者提供最多样化、最实用的旅行指导。丛书按旅游客源地中心城市（含北京、上海、广州等）来分册，每册包含时令游、休闲游、乡村游、时尚游、经典游、长线游六大版块，其中前五个版块适合二日游和三日游，最后一个版块适合长假游或休假游。每个版块均设置了丰富多样的线路，同时推荐了大量的同类景点，让读者有充分的选择余地。

当假日来临时，您还犹豫什么，不要用睡懒觉来放松，也不要让肥皂剧来消磨时间。走出去吧，旅行一定让您的假日更富有情趣，让您有更多的收获。

1

时令游 假日攻略

001 春节民俗之旅…………… 18

18 / 精选线路: 豫园商城→锦江乐园→松江古城→枫泾古镇
20 / 同类推荐: 上海城市历史发展陈列馆 / 龙华旅游城 / 东方绿洲 / 大观园 / 周庄古镇

002 清明寻祖之旅…………… 23

23 / 精选线路: 龙华烈士陵园→龙华寺→佘山兰笋节→婺源
25 / 同类推荐: 福寿园 / 滨海古园 / 奉贤庄行镇 / 金山蚕花节 / 神仙居 / 石潭村

003 五一踏青之旅…………… 27

27 / 精选线路: 上海→乌镇→五泄→东白山
29 / 同类推荐: 松江佘山 / 洞庭西山 / 东平森林公园 / 江郎山

004 端午文化之旅…………… 31

31 / 精选线路: 上海→嘉兴端午民俗文化节→杭州西溪→杭州植物园→知味观
33 / 同类推荐: 朱家角 / 杏花楼 / 新安江 / 仓前 / 白龙潭

005 暑假消夏之旅…………… 34

34 / 精选线路: 上海→东方绿洲→安吉竹海→太湖源→天目溪漂流
36 / 同类推荐: 碧海金沙 / 新世界水上乐园 / 万体馆真冰溜冰场 / 莫干山

006 中秋赏月之旅…………… 38

38 / 精选线路: 豫园→嘉兴连泗荡→南湖→杭州西湖→海宁观潮公园
40 / 同类推荐: 朱家角放生桥 / 崇明东平森林公园 / 浦东射击俱乐部 / 桂林公园 / 外滩 / 顾江北岸

007 国庆寻秋之旅…………… 42

42 / 精选线路: 大宁灵石公园→杭州西湖满陇桂雨→柳溪江→大明山红叶
44 / 同类推荐: 尧峰山 / 三山岛 / 诸葛亮八卦村 / 奉贤风筝节 / 上海桂花节

008 重阳登高之旅…………… 45

45 / 精选线路: 上海→天马山→锦溪→南浔古镇→桐乡石门菊花节
47 / 同类推荐: 金茂大厦 / 桂林公园 / 中山公园 / 共青森林公园 / 大明山

009 元旦娱乐之旅…………… 49

49 / 精选线路: 上海→无锡梅园→宝华山→南京汤山颐尚温泉→南京明文化村
52 / 同类推荐: 武夷唐风温泉度假村 / 杭州西湖赏雪 / 邓尉山 / 银七星室内滑雪场 / 天然温泉度假中心

2

休闲游 假日攻略

010 都市散步之旅…………… 56

56 / 精选线路: 兴业路→思南路→复兴中路→淮海中路→衡山路
58 / 同类推荐: 甜爱路 / 多伦路 / 福州路 / 绍兴路

011 上海弄堂之旅…………… 60

60 / 精选线路: 淮海坊→屋里厢石库门博物馆→茂名南路→孙中山故居→圣尼古拉斯大教堂
63 / 同类推荐: 安里 / 花园 / 涌泉坊 / 新康花园 / 尚贤坊

012 海滨海岛之旅…………… 64

64 / 精选线路: 上海→三甲港→芦潮港→嵎泗
66 / 同类推荐: 金山海滨浴场 / 崇明岛 / 碧海金沙水上乐园 / 长兴岛 / 横沙岛

013 游乐园之旅…………… 68

68 / 精选线路: 锦江乐园→七宝古镇→上海热带风暴水上乐园
71 / 同类推荐: 欧罗巴世界乐园 / 美国梦幻乐园 / 上海影视乐园 / 奉贤风筝场 / 希尔西海洋世界 / 上海野生动物园 / 松江青青旅游世界

014 博物馆之旅…………… 73

73 / 精选线路: 上海博物馆→上海城市规划展示馆→人民广场→上海科技馆→海洋水族馆
76 / 同类推荐: 上海大自然野生昆虫馆 / 上海自然博物馆 / 青浦博物馆 / 上海汽车博物馆 / 上海儿童博物馆

015 增知工业之旅…………… 77

77 / 精选线路: 宝钢股份公司→大众汽车→昆山三得利啤酒→昆山富华集团
79 / 同类推荐: 洋山港 / 明治制果食品工业(上海)有限公司 / 上海元祖梦果子有限公司 / 上海航生设备制造总厂 / 上海申美饮料食品有限公司

016 体验拓展训练之旅…………… 80

80 / 精选线路: 上海→太阳岛拓展训练基地
81 / 同类推荐: 青青世界拓展训练中心 / 凌空农艺大观园基地 / 滨海森林公园基地

017 购物淘宝之旅…………… 83

83 / 精选线路: 狐狸城→华亭路→瑞金二路→I.T旗舰店→上海书城
85 / 同类推荐: 青浦奥特莱斯 / 玫瑰坊商业街 / 复旦步行街 / 襄阳南路市场 / 港汇广场 / 亚新生活广场

018 发现市外美食之旅…………… 87

87 / 精选线路: 外滩→乍浦路美食街→衡山路→豫园老街→城隍庙→豫园时尚街
89 / 同类推荐: 黄河路美食街 / 天钥桥路餐饮街 / 仙霞路休闲小吃街 / 吴江路美食街 / 陆家嘴美食城 / 陶陶美食城 / 云南路美食街

3

乡村游 假日攻略

019 生态观光之旅..... 94

94 / 精选线路: 上海→东林寺→廊下生态园→金山海滩

96 / 同类推荐: 东滩候鸟自然保护区 / 东方绿洲 / 佘山森林公园 / 崇明西沙湿地公园

020 乡村民俗游之旅..... 98

99 / 精选线路: 上海→朱家角古镇→淀山湖→金泽古镇

100 / 同类推荐: 玉穗绿苑 / 崇明前卫村农家乐 / 崇明瀛东村农家乐 / 金山农民画村 / 松江五厍农业休闲观光园

021 农园采摘之旅..... 103

103 / 精选线路: 上海→青浦区赵屯→格林葡萄园→江南休博园

104 / 同类推荐: 长兴岛橘园 / 苏州西山采枇杷 / 仙都 / 余姚 / 萧山杜家村 / 苏州太湖绿光休闲农场 / 锦绣黄桃基地

022 四季赏花之旅..... 106

106 / 精选线路: 上海→南汇桃花节→滨海森林公园→中荷玫瑰园→上海鲜花港

108 / 同类推荐: 奉贤菜花节 / 古猗园赏牡丹 / 超山 / 鲁迅公园 / 上海植物园

023 垂钓休闲之旅..... 110

110 / 精选线路: 上海→西部渔村垂钓休闲中心→太阳岛旅游度假区

112 / 同类推荐: 前卫村垂钓中心 / 五好沟鱼塘休闲村 / 长风公园 / 绿色庄园钓鱼中心 / 滨海森林公园 / 佘山百鸟垂钓活动中心

024 农业观光之旅..... 114

115 / 精选线路: 上海→孙桥现代农业园区→都市菜园→奉贤申隆生态园

116 / 同类推荐: 银龙无公害蔬菜园 / 文蕾果园 / 宝山东方假日田园 / 嘉定马陆葡萄公园

4

时尚游 假日攻略

025 世博文化之旅..... 120

120 / 精选线路: 世博展示中心→新天地→8号桥→田子坊→卢浦大桥→南浦大桥

122 / 实用信息: 世博会基本信息 / 世博会交通信息 / 世博会门票销售 / 世博会场馆设置 / 世博中国馆 / 世博主题馆 / 世博中心 / 世博轴

026 夜上海疯狂之旅..... 124

124 / 精选线路: 南京东路→杜莎夫人蜡像馆→茂名南路酒吧街→环球金融中心→滨江大道→古典玫瑰园

126 / 同类推荐: 永华影城 / 和平影都 / 钱柜 / 上岛咖啡(南京西路店) / 啡缤(中山公园店)

027 独行侠之旅..... 128

128 / 精选线路: 上海→富春江→龙门镇→龙门山

131 / 同类推荐: 东台路古玩街 / 金鳌山 / 晓起 / 江岭 / 听枫园

028 艺术痴之旅..... 132

132 / 精选线路: 莫干山路→苏河艺术区→上海大剧院→百乐门大舞厅→东方艺术中心

134 / 同类推荐: 上海音乐厅 / 刘海粟美术馆 / 兰心大戏院 / 逸夫舞台 / 美琪大剧院

029 优活族享受之旅..... 136

136 / 精选线路: 上海→双溪→莫干山→太湖旅游度假区→乌镇

138 / 同类推荐: 西塘 / 宁海南溪温泉 / 千岛湖 / 婺源

030 狂野诱惑之旅..... 140

140 / 精选线路: 上海→临安→浙基田→南天凹→江南第一关→胡村→龙川

142 / 同类推荐: 上海体育场攀岩运动中心 / 恒毅室内攀岩馆 / 东平国家森林公园攀岩场 / 上海奥索卡攀岩中心 / 大明山 / 仙霞古道



5

经典游 假日攻略

031 佛教圣地之旅 146

146 / 精选线路: 上海→杭州湾大桥→普陀山→朱家尖岛
148 / 顺道推荐: 河姆渡遗址博物馆 / 天一阁 / 九峰山旅游区 / 洛迦山 / 岱山

032 湖光山色之旅 150

150 / 精选线路: 上海→天目山→浙西大峡谷→千岛湖
152 / 顺道推荐: 太阳岛 / 南湖 / 超山 / 山沟沟 / 玲珑山

033 杭州西湖之旅 154

154 / 精选线路: 上海→嘉兴→杭州西湖→宋城→清河坊→西溪湿地
158 / 顺道推荐: 绮园 / 杭州大地之春农业休闲观光区 / 龙井村 / 南宋官窑博物馆

034 苏州园林之旅 159

159 / 精选线路: 上海→拙政园→狮子林→虎丘→留园→沧浪亭→同里古镇
162 / 顺道推荐: 曹杨公园 / 青龙寺 / 阳澄湖度假村 / 木渎 / 苏州三山岛东风农家园

035 无锡民俗之旅 164

164 / 精选线路: 上海→无锡→华西村→南通
167 / 顺道推荐: 蓑真东渡苑 / 江阴长江大桥 / 徐霞客故居 / 东林书院 / 薛福成故居

036 历史名城之旅 168

168 / 精选线路: 上海→镇江→扬州→南京
171 / 顺道推荐: 蠡园 / 中华恐龙园 / 天宁禅寺 / 栖霞山 / 茅山风景区

037 寻觅英雄之旅 173

173 / 精选线路: 上海→沙家浜→黄桥古镇→茅山→南京
175 / 顺道推荐: 芦墟大渠荡生态公园 / 鼋头渚 / 中国苏绣博物馆 / 总统府 / 紫金山天文台 / 鸡鸣寺

038 名山避暑之旅 177

177 / 精选线路: 上海→梁皇山→锦绣黄岩→雁荡山
179 / 顺道推荐: 鸣鹤古镇 / 梁祝文化公园 / 南溪温泉 / 十里红妆博物馆 / 前童古镇

039 道教仙山之旅 181

181 / 精选线路: 上海→杭州→龙游→衢州→三清山
184 / 顺道推荐: 江郎山 / 桐君山 / 瑶琳仙境 / 大慈岩 / 三衢石林景区

6

长线游 假日攻略

040 海上花园之旅 188

188 / 精选线路: 上海→温州→太姥山→泉州→鼓浪屿→南靖土楼群
190 / 顺道推荐: 霍童古镇 / 鼓山风景区 / 十八重溪 / 清源山 / 开元寺

041 天下奇山之旅 192

192 / 精选线路: 上海→歙县→屯溪→宏村→黄山风景区
194 / 顺道推荐: 华庄生态产业园 / 浙川村 / 棠樾 / 潜口古村 / 西递 / 清凉峰

042 地质遗产之旅 196

196 / 精选线路: 上海→鹰潭龙虎山→南昌→长沙→张家界
198 / 顺道推荐: 上饶集中营旧址 / 龟峰 / 仙女湖 / 大京风景区 / 柳叶湖度假区

043 长江三峡之旅 200

200 / 精选线路: 上海→安庆→武汉→荆州→宜昌→三峡大坝
202 / 顺道推荐: 龙泉洞 / 齐山 / 天柱山 / 花亭湖 / 武汉东湖 / 三峡车溪民俗风景区

044 魅力齐鲁之旅 204

204 / 精选线路: 上海→淮安→徐州→曲阜→泰山
206 / 顺道推荐: 梁公林 / 论语碑苑 / 东平湖 / 徂徕山

045 童话世界之旅 207

207 / 精选线路: 上海飞往成都→都江堰→黄龙→九寨沟
209 / 顺道推荐: 千佛崖 / 剑门关 / 青城山 / 金沙遗址 / 永陵博物馆 / 松坪沟

046 朝觐圣地之旅 211

211 / 精选线路: 上海飞往成都→成都飞往林芝→巴松错→秀巴古堡→甘丹寺→拉萨
214 / 顺道推荐: 草原八塔 / 羊八井 / 青朴修行地 / 罗布林卡 / 昌珠寺

047 千年古都之旅 215

215 / 精选线路: 上海→信阳鸡公山→西安→临潼
218 / 顺道推荐: 酒洲塔 / 内乡县衙 / 薄山湖 / 华山

048 丝绸之路之旅 219

219 / 精选线路: 上海飞往兰州→武威→张掖→嘉峪关→敦煌
221 / 顺道推荐: 玉泉观 / 石佛沟 / 悬壁长城 / 魏晋壁画墓 / 西千佛洞



◎南汇桃花

上海的1年

上海的1月，是一年中最冷的一个月，平均气温 3°C 左右。时而会下一场雨，天气更令人难以忍受。1月最好的旅游方式是走进东方明珠，或金茂大厦的咖啡吧，一边喝咖啡，一边俯瞰上海景色，在暖暖的咖啡吧里度过。此外购物或许也是个不错的选择，各大商场小店争相打折优惠，不妨去淘点年货。

上海的2月，气温依然寒冷，中旬气温才开始回升。春节来临，你是选择在龙华寺撞响新年的钟声，还是在豫园享受舌尖上的舞蹈？当然，你也可以去博物馆谈谈金石，去科技馆感受时尚科技数码生活，还可以去衡山路吃巴西烤肉，可以去舒适堡跳操、洗桑拿……

上海的3月，春风和春雨开始吹拂滋润大地，风和日丽，春暖花开。明朗的阳光，使每个人都有个好心情，人们纷纷外出放风筝，草地上开始热闹起来，大街小巷的花开始绽放出最艳丽的颜色。

上海的4月，艳阳高照，上海郊区以及周边的水乡开始热闹起来了。清澈的水面上，满载着游人的小船轻轻划过；古色古香的茶馆里、狭窄的小石路上挤满了寻春的人。想品新茶，那就去闸北区宋园茶艺馆体验一下茶文化节吧。想看桃花，必然是去南汇，桃花节办了好多年了，年年好景人如潮。

上海的5月，太阳已不再可爱，开始放射出毒辣的光芒。外滩、城隍庙、豫园里开始热闹起来。外滩的美丽景色和万国建筑是人们晚饭后散步时观看的好景色。城隍庙里的美味小吃撩拨着每个人的胃口；豫园里的商品琳琅满目，令人一掷千金。

上海的6月，杨梅开始成熟。成群结队的人们欢天喜地地前往农家果园，挎上个篮子，采摘红彤彤的杨梅。寂静的果园也沉浸在人们的说笑声中。

上海的7月，天气炎热，蔚蓝的海边，人山人海。有的人躺在海滩上，吹着凉爽的海风，尽享海滨之城的愉悦；有的人在海水中游泳，与波浪嬉戏；还有的人骑着摩托艇，徜徉在宽阔的海洋里……

上海的8月，骄阳似火，晒得人都喘不过气来。静谧的山林成了人们追逐嬉戏的最佳场所。碧绿的竹林、气势磅礴的瀑布、深绿的潭水，带给人们丝丝凉意。你可以找棵大树，在吊床上伴着蝉鸣午睡，追忆美好的童趣。

上海的9月是所有月份中最温和的，有明媚的阳光，有柔和的秋风，还有摆脱酷暑后渴望

走出空调房的人们。在这样的季节里行走成为一种幸福，凉爽的夜晚让整座城市变得

异常妩媚，红男绿女盛装起舞，倾情演绎生活的故事。白天，你或许可以体验一下热闹的上海旅游节，欣赏美丽的植物园花展，香飘浦江的上海桂花节你一定不要错过。当然，在这个艺术越来越繁荣的都市，上海艺术博览会就你身边。

上海的10月，秋风渐起，上海的梧桐黄了，带着一种成熟的神情，经典而魅惑，与上海这个城市显得那么的相得益彰。长兴岛的柑橘熟了，那诱人的果子常常引得过江的船人满为患。

当你来到林荫的衡山路，或者浪漫的复兴路，踩在满地的梧桐落叶上，听着细碎的、破碎的、微小而细腻的声音，心底的秋意也渐浓了。这个季节里，爱美的姑娘们依然不肯放弃对美丽的坚持，街头裙袂飘飘，秋装落寞而寂寥……

上海的11月，寒风渐起，虽然阳光依然明媚，但寒意渐浓。每年此时举行中国上海国际艺术节，节日活动包括舞台艺术演出、文化艺术展览、群众文化活动和各类艺术品交易等。

上海的12月，一脸寒意的人们，欢呼雀跃着奔向各大温泉场馆。在热气腾腾的温泉里，泡去一身的疲劳，驱走寒冷。还有一拨另类的人，在冰冷的水中，进行冬泳比赛。

上海的1000年

上海历史悠久，上海西部在6000年前就已成陆。市区约在10世纪前叶才全部形成陆地。

公元前223年，秦灭楚后设会稽郡，治所在苏州。会稽郡辖繆县、由拳县和海盐县。繆县包括今嘉定、上海两县及青浦、松江两县大部 and 市区部分地区。今嘉定县境内还有一个以繆命名的繆城乡。秦始皇统一六国后，修筑了一条由咸阳经湖北、湖南而抵江苏、上海一带的宽阔驰道。据史载，驰道宽50步，每隔3丈植树一株。驰道通过今松江西北，“经青浦古塘桥，西通吴城”。公元前210年，秦始皇率丞相





李斯、少子胡亥等一批文臣武将南下巡游，曾通过松江西境和青浦南境的横山、小昆山、三泖地带，看到当地物产丰富，人群熙攘，人们划着船在水上交易。这说明上海那时还没有形成城市。

到了晋代，上海地区主要依靠渔、盐之利，经济已相当发达。南朝梁大同元年（535年），分割原海盐县地域置青浦县和前京县。唐时将昆山南境、嘉兴东境、海盐北境合并建华亭县，县治设在今松江县境内，天宝五年（746年），在今青浦东北的吴淞江南岸设置了青龙镇，直属华亭县。青龙镇原是三吴孙权建造的停泊战舰的场所。

中唐以后，上海与海内外的经济、文化联系进一步扩大。唐天宝十年（751年），从昆山、嘉兴、海盐三县划出部分地区设立华亭县，华亭县东北境内的华亭海，即现在上海市区的所在地。天宝年间，华亭县东北部的青龙集镇，海舶云集，烟火万家，时人比之杭州。

宋初，华亭县改属两浙路秀州（州治所在今嘉兴）。这时华亭县以东的海滩，已经成为重要盐场，“人烟浩穰，海舶辐辏”，商业日益发达。宋宣和元年（1119年），随着松江航道重新疏浚，青龙镇更见发展。据宋诗人梅尧臣在《青龙杂志》中记载，青龙镇有22桥、36坊，还有“三亭、七塔、十三寺，烟火万家”，时人誉称“小杭州”。青龙镇虽如此繁华，但当年作为华亭一个海口的上海，仍然是个荒凉的渔村。后来因为吴淞江下游的淤浅，曾经繁华一时的青龙镇，逐渐丧失了作为长江口良港的地位，而日趋萧条冷落，其地位遂为北宋熙宁年间（1068—1077年）兴起的上海所取代。

宋熙宁年间，贸易中心转移到华亭东北地区，这里形成居民点，由渔村变成初具规模的小镇。南宋咸淳三年（1267年），在此正式设立镇治，并派镇将驻守。因地处上海浦西侧，便称“上海镇”。元朝至元十四年（1277年），在上海镇设立市舶司，与广州、泉州、温州、杭州、庆元、澈浦合称全国七大市舶司。本埠市舶司的衙门设在后来的上海县署内，即今小东门方浜南路的光启路上。

元朝至元二十八年（1291年），正式建“上海县”，这是上海建城的开始。上海建县后，经济得到很大发展。

植棉业日趋兴盛，棉纺织业亦渐渐兴起。松江乌泥泾人黄道婆，从海南带回先进的纺织技术，并改革纺织工具，织品量多质优，促进了手工棉纺织业的发展。

到了明代，上海地区商肆酒楼林立，这时，上海已经成为远近闻名的“东南名邑”。明末清初，上海的行政区划又发生一些变化，逐步形成了今天上海的规模。

到1840年鸦片战争前夕，上海县东界川沙，南邻南汇，西接青浦，北连宝山。县城内有街巷63条，商店林立，鲜萃羽集，物品丰饶，被称为“江海之通津，东南之都会”。

1840年鸦片战争以后，英军入侵上海、南京等地，上海作为对外开放的通商口岸，正式开埠。1845年，英国用欺诈手段在上海设立租界。接着，美租界、法租界相继设立。以后英租界和美租界合并，成立公共租界。公共租界和法租界的面积达32.82平方公里。租界成为中国土地上的“国中之国”。开埠后的上海，成为外国殖民主义者在中国倾销商品、搜刮原料的主要口岸。外国资本控制了上海海关的关税行政大权，垄断了绝大部分金融外汇和进出口业务，攫取了中国沿海南北洋和长江航运权，先后在航运、银行、洋行、加工、印刷、制药、建筑、公用事业等领域开办了一批近代企业。同一时期，随着洋务运动的兴起，清政府陆续在上海创办了一批近代企业，如江南制造总局、轮船招商局、电报分局、机器织布局等。民族工商业也得到相当发展，其中棉纺织、面粉、缫丝、卷烟等行业发展尤为迅速。上海成为中国近代工业的重要基地。伴随着经济发展，上海一度成为远东的贸易中心、金融中心和航运中心。

1853年，上海“小刀会”响应太平天国革命，举行武装起义，反对帝国主义和清政府封建王朝，占领上海城，坚持斗争18个月。在1919年的“五四”运动中，上海工人、学生和各界人士举行全市性罢工、罢课、罢市斗争，充分显示了上海人民反帝反封建的爱国主义精神。1921年7月，中国共产党在上海召开第一次全国代表大会。1925年1月奉军进入上海，当时的北京政府将上海改为淞沪市。1927年3月29日上海临时特别市政府成立。1930年7月1日上海特别市改称上海市。

1949年5月28日上海市人民政府成立。



上海方圆 20 里

在整个 20 世纪的中国，上海几乎始终是一个代表着时尚和诱惑的城市：从 20 世纪三四十年代纸醉金迷的不夜城，到 50 年代飘着香风的南京路，再到改革开放后的中国流行文化之都，上海不但是繁华的现代化大都市，也是传统和历史积淀很深的历史文化名城。

一进入上海，你就必须面对连绵高耸的摩天大楼，它们无处不在，尤其是在陆家嘴。它们证明着上海的繁华，也给人带来视觉冲击和心理压迫。所以，不如索性登上上海的制高点——环球金融中心或东方明珠塔的观景台，居高临下地审视上海。

环球金融中心位于上海浦东新区陆家嘴金融贸易区黄金地段，与著名的外滩风景区隔江相望，总高度为 492 米，是目前世界第三、中国内地第一高楼。大厦地上 101 层，地下 3 层，总建筑面积约 38 万平方米。大厦底部是商场，7 楼至 77 楼为写字楼，78 ~ 93 楼是酒店，90 楼设有两台风阻尼器。大厦设有三个观景台，其中 94 楼为观光大厅，是一个约 700 平方米的展览场地及观景台，可举行不同类型的展览活动，97 楼为观光天桥，第 100 层（高达 472 米）是世界最高的观景台。

东方明珠塔高达 468 米，是亚洲第一、世界第三高塔。眺望塔身上两个巨大的球体，如红宝石闪亮耀眼。全塔 15 个大小不等球体，如明珠般从白云蓝天中串联而下，直达绿地，似“大珠小珠落玉盘”。仰望塔尖，直插云端，象征上海欣欣向荣，蒸蒸日上。东方明珠塔集观光、餐饮、购物、娱乐、住宿、广播电视发射于一体，是上海新的十大景观之一。在塔的第一楼，有东方明珠科幻城；在塔底中庭四周，有东方明珠万邦百货有限公司商场。设在塔上五个小球中的空中旅馆，有 20 套客房，特地接待来沪度蜜月旅游的客人。每到周末，广场上常举行文艺演出活动，免费让游人观赏。

从高处走下，进入上海深处的老弄堂。上海的旧弄堂一般是石库门建筑。石库门是大上海社会的一个缩影。在漫长的岁月里，上海的市民曾在此辛苦度日，革命者曾在此秘密活动，文人、学者、艺术家曾在此孕育他们的作品。旧时的石库门里还曾开设过工厂、银行、旅馆、货栈、报社、学校等，可谓是无所不包，无奇不有。石库门里的“亭子间”、“客堂间”、“厢房”、“天井”以及“二房东”、“白相人嫂嫂”、“七十二家房客”等与石库门有关的名词，成为老上海们温馨的回忆。在现代力量的推动下，石库门注入了新的活力。越来越多的人以

一个探寻者或怀旧者的姿态徜徉于上海的百年历史中。那些散落在街头巷尾的历史遗迹和老上海的各种温雅野史，便立刻成为这个城市最具生命力和最值得回味的文化宝藏。于是便有了新天地，有了“阿拉上海街”，有了一个名叫“1930”的酒吧……所有这一切都在向人们展示：上海的时尚就是怀旧，而怀旧的经典是石库门弄堂。

上海方圆 100 里

上海地处长江三角洲前缘，东濒东海，南临杭州湾，西接江苏、浙江两省，北界长江入海口，正当我国南北海岸线的中部，交通便利，腹地广阔，位置优越，是一个良好的江海港口。

淀山湖 淀山湖又称薛淀湖，湖水碧澄如镜，沿岸烟树迷茫，富有江南水乡风光。湖区面积 60 多平方公里，西接太湖，东连黄浦江，烟水迷蒙，碧波浩渺。景区内建有运用我国传统园林艺术再现的红楼胜景大观园，在这约 11 公顷的绿野上，仿古建筑成群，布局奇巧豪华，汇集了南北园林的特色。

在淀山湖的东畔，建有水运动场、游艇俱乐部、高尔夫球场、钓鱼俱乐部、游泳场、保龄球场、射击场等。在淀山湖的西畔，建有青少年野营基地。在淀山湖的南畔，建有国际水准的彩虹岛高级水上休闲度假区。淀山湖还拥有丰富的历史人文景观，有 6000 年前的崧泽古文化遗址和福泉山古文化遗址，这是上海迄今发现的人类最早的聚居地。有丰富的古建筑，如唐代的青龙寺、青龙塔、泖塔，宋代的普济桥、万安桥，明代的报国寺、放生桥和清代的曲水园、万寿塔。还有江南水乡名镇朱家角、金泽。

佘山 佘山分为西佘山和东佘山两个山头，两山之间有缆车相连，是上海近郊的旅游名胜。

佘山是上海绝无仅有的山林风景，以秀丽的风景、灿烂的文化、古老的地质、茂密的森林、挺秀的山峰和雄伟的建筑而闻名遐迩。青松公路（青浦到松江）横穿佘山，把佘山劈为东西两个对峙的山峰。西佘山海拔 98 米，以秀丽的自然风光和壮观雄伟的建筑驰名中外；东佘山则以茂林修竹、奇峰怪石、悬崖峭壁、竹径通幽、古迹依稀，而令人起怀古之情。每年春夏两季，正是佘

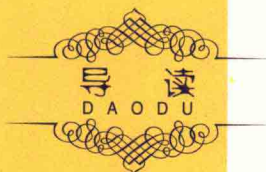
山展示迷人景色的美好时节。满山泻翠滴绿，烟景如画，令人似梦若幻，有身临人间仙境之感。山前山后绵延 10 多里的桃园，笼在 4 月的烟雾里，湮出一层水润润的红雾，与百鸟之音、鸡犬之声一起，编织成一幅古典典雅、动静交织的“桃源风景图”。

崇明岛 崇明岛形似春蚕，头西尾东，卧伏于长江入海口的金涛碧波之上。全岛地势平坦，土壤肥沃，林木茂盛，岸线绵长，物产富饶。明太祖朱元璋曾称为“东海瀛洲”。崇明有未经人工斧凿的天然风光，早在明、清两代，岛上就有“金鳌镜影”、“吉贝连云”、“玉宇机声”等瀛洲八景。如今，岛上风光更加旖旎，环岛大堤绿树成荫，位于县城东南角的瀛洲公园，气象万千。城桥镇的澹园，小巧玲珑。此外，岛上还有金鳌山、寿安寺、孔庙、唐一岑墓等古迹，有上海最大的人工森林——东平林场。目前崇明已经形成了东滩湿地、东部瀛东村的“渔家乐”、中南部文化旅游区、东平国家森林公园、中部前卫村的“农家乐”、西部绿港村的“西沙风情游”等旅游景观区。崇明北湖更是未来的发展休闲旅游的绝佳胜景，这里有海水般湛蓝的湖水，有广阔的滩涂，有两倍余杭州西湖的面积。这是一片极具巨大开发价值的处矣。

金山沙滩 城市沙滩是长三角最具有海派风格的城市海岸景观。围水面积达 1.5 平方公里。海水处理采用物理沉淀、生物降解、人工造浪、自然循环外，辅以陆上的雨水收集系统和水中的动、植物链，同时科学改造沙滩，打造金沙碧水的城市景观海岸线。极目碧海金沙，海风迎面而来，这其中的快意以前一直属于夏威夷而从未属于过上海。在这里举办的一系列盛事，如“世界沙滩排球赛”、“风·夏音乐季”等，已成为金山海岸线响亮的名片。

◎横沙岛





上海旅行必读

◎崇明岛



最佳观光季节

上海四季分明，夏季湿热，冬季寒冷，最冷1月平均气温3℃左右，最低气温可达-5℃，最热的7月平均气温27℃左右，7~8月最高气温可达37℃，极端最高气温曾达40.2℃。年降水量1100毫米，6月中旬至7月上旬，约有20天阴雨连绵的梅雨期，7~9月沿海常有台风侵袭，并伴有暴雨。旅游的最佳季节是春季和秋季。

踏青赏花 春天，春暖花开，万物复苏，游览当然是好季节。每年的2月中旬至3月下旬，江南梅花盛开，繁花似雪，暗香浮动，人在花间走，花潮迎人流，真是别有一番情趣。浙江省余杭县的超山，素有“十里梅海”之称，超山观梅远近闻名，自唐代以来一直吸引着来自全国各地的游客，超山北坡方圆数十里之内，遍布梅林，雪海香涛，蔚为壮观。江南著名的赏梅胜地——无锡梅园面向太湖，以梅饰山，依山饰梅，布局非常巧妙。每当早春二月，梅花竞相怒放，山翠梅艳，沁人心脾，园内还有洗心泉、天心台等胜景。南京梅花山坐落在钟山南明孝陵神道怀抱中，是游客踏青赏梅的胜地。这里共种植有梅花5000余株，达150余种。梅花山上有一株古梅，枝繁叶茂，所开花朵背面紫红，正面近白，色彩均匀，香气浓郁，堪为梅中珍品。在众多的名梅中，一株叫“半重瓣跳枝”的梅花树为梅山所独有。江苏吴县的邓尉山，山前山后梅树成林，梅花盛开时节，香雪十里，疑如积雪，故有“十里香雪”之誉。邓尉的“香雪海”名扬中外，以单瓣梅花为主，品种新颖繁多，红梅、白梅、绿梅、

墨梅各呈风采，香雪十里名不虚传。

赏枫叶 秋天，赏秋观红叶，一片片，一丛丛，极富有诗意感，追求浪漫者更是不能错过。苏州木渎古镇西北的天平山是著名的红叶观赏胜地，以红枫、青泉、怪石这三绝而闻名遐迩。其主要特异之处，在于绮丽的色彩。天平枫入秋经低温霜打之后，叶色逐渐由青变黄、转橙、呈红、泛紫，往往一棵树上五色并存，因而被人称为五彩枫。有的还呈现出浅绛、金黄、橘黄、橙黄、橙红等美丽色彩，令人感到“似烧非烟火，如花不待春”。半山腰枫林上方的望枫台是最佳观赏处。南京的栖霞山也是赏枫叶的好去处。霜降时节，满山红叶，铺天盖地，红似烈火，美不胜收，成为南京著名胜景之一。

东峰的太虚亭，是栖霞山观赏红叶最佳处，游至亭中小坐片刻，倚栏观赏那满山漫坡，如霞似锦的红叶奇景，别有一番情趣。金秋大明山最富魅力。奇峰幽谷、深山飞瀑、峰峦叠翠，层林尽染，遍山是以枫叶为主的观叶植物，经深秋云雾“洗礼”，织锦斑斓，绚丽多彩。走进金秋的大明山，娇艳似火，瑰丽似霞的红叶耀眼夺目、引人入胜，红得热烈，红得诱人，令人仿佛进入了“车行十里画屏上，身走四方红叶中”的梦幻童话世界。浙西上西村可说是独具江南特色的红叶加瀑布的胜景。从千岛湖出发，驱车70公里，便可到达美丽富饶的上西村，这里素有“世外桃源”之说，庞大的瀑布群，雄伟的石长龙，江南的大寨村构筑了上西村如诗如画的绝世风光。短短1.5公里的峡谷中大大小小的瀑布几十处，龙门瀑、一线瀑、龙喉瀑、夫妻瀑……数不胜数且各具特色，风光绮丽，其数量众多，堪称华东之最。

吃螃蟹 “秋高气爽、菊黄蟹肥。”每到秋季，大闸蟹变成美食家们的一个热点。在上海要吃到肥美的大闸蟹，驱车前往阳澄湖可谓首选，那里每年到了秋季都会吸引大批的吃蟹团前往，各类以“蟹”为特色的餐厅也是不计其数，吃完后再买些大闸蟹带回去给亲朋好友，让大家一起开心一下吧！

除了阳澄湖以外，在江浙一带比如杭州、嘉兴、苏州、无锡这些地方都能吃到不错的大闸蟹。当然在上海的很多餐厅都有各色肥美的蟹餐奉献，上海的蟹也是相当热闹。喜欢吃蟹的朋友千万不要错过这个品蟹的最佳时机啊！

最佳观光线路

素有“东方巴黎”之称上海是一个现代化，但又拥有传统文化特色的海派文化城市。上海拥有丰富的人文资源、迷人的城市风貌、繁华的商业街市、欢乐的节庆活动和脍炙人口的各邦菜肴。

外滩万国建筑 外滩的精华就在于这些被称为“万国建筑博览”的外滩建筑群。北起苏州河口的外白渡桥，南至金陵东路，全长约1500米。著名的中国银行大楼、和平饭店、海关大楼、汇丰银行大楼再现了昔日“远东华尔街”的风采，这些建筑虽不是出自同一位设计师，也并非建于同一时期，然而它们的建筑色调却基本统一，整体轮廓线处理惊人的协调。无论是极目远眺或是徜徉其间，都能感受到一种刚健雄浑、雍容华贵的气势。

陆家嘴 浦东是一个崭新的区域，除浦东机场外，陆家嘴几乎就是浦东的代表。无论是东方明珠电视塔、国际会议中心或者是金茂大厦的88层，你都有必要站到高处看一看上海，看一看浦西和浦东，看一看那条蜿蜒绵长的河流——黄浦江。而后你可以行走在陆家嘴空旷的世纪大道上，去探寻国际博览中心、东方艺术中心的内容，其中科技馆不容错过，这儿几乎是世界上最发达的科技馆之一。浦东的魅力除了高新科技之外，潮音、钦赐仰殿以及川沙古城墙也深深吸引着寻幽觅古的人。

豫园 豫园的园林、城隍庙的香火和小吃、藏宝楼的古玩、文庙里的书市……任何曾经忘记上海味道的人都会到这里来寻找。这里有的不仅是老城厢的生活，更是另一种浓缩在上海骨子里的精髓。豫园每年都举办花会、元宵灯会以及书画展，是上海人的公共游玩场所。这里商贩云集，一些江湖卖艺者，诸如相面测字、卖梨膏糖、拉洋片等也入园活动。连接豫园和城隍庙的湖心亭茶楼，也是豫园以及城隍庙古老生活的记忆。来到这里，一定要喝一杯茶品一块点心。

新天地 老城厢的石库门、新天地的夜生活、美丽的西式避暑、圣尼古拉斯大教堂以及数不清的名人故居是新天地区域的主题。高大的法国梧桐、一幢幢让人眼花缭乱的各式别墅再加上一个鲜花盛开般的圣尼古拉斯教堂，这就是思南路的美景。孙中山和宋庆龄在上



上海的文化 and 风光

海的最好一处故居、曾作为中共地下活动的周公馆都在思南路上。再穿过两三条街道，去看看瑞金二路上的瑞金宾馆、陕西南路上的马勒别墅，那是上海风花雪月的地方。新天地的北部广场是当今上海最具有规模的奢靡场地，主题餐厅、时装店、画廊、咖啡馆、酒吧随处可见。

弘基广场 虹桥路上的弘基广场是一条新兴的美食街，具体来说是随着港汇广场的开张、营业而逐渐热闹起来的。这里的餐厅西化味道浓厚，洋餐厅特别是洋快餐颇多。沪上正流行的茶餐厅、各色面馆、咖啡馆、烤肉、比萨等比比皆是。这里的餐馆多而集中，新辟的虹桥路两旁两层楼的店面中除了餐厅，竟几乎没有其他杂色，加之餐饮内容花样繁多。走到这里就有如走进餐饮世界的小联合国：新马泰的咖喱风味面、巴西的烧烤、意大利的通心粉、日本的生鱼片等应有尽有。各家店面的装饰也多是休闲格调，座位与座位之间不似老式中餐厅的拥挤，即便餐厅也给人以“吧”的感觉，加之绕梁而飘的轻松音乐，别具一种情调。概括这条街的特色，能寻出的最恰当词汇也就是时尚了，且是属于西方的时尚。

朱家角 千年古镇“朱家角”西滨淀山湖，“长街三里，店铺千家”，1991年被国务院命名为“中国历史文化古镇”。镇内小桥流水，诗意盎然。建于明万历年间（1573—1619年）的放生桥是上海地区最大的一座五孔联拱石桥，全长70.8米，宽5.8米，结构精巧，形状美观，堪称珠里（朱家角）十景之首。

“夜上海，夜上海，你是个不夜城。华灯起，车声晌，歌舞升平……”周璇一曲《夜上海》在半个多世纪后依然时时被人们忆起。十里洋场的纸醉金迷，从民国初开始，上海就赢得了“东方巴黎”的美名。

上海，从历史中走来的时尚，至今面目犹存的是建筑。

外滩建筑 1840年第一次鸦片战争以后，紧锁的国门被殖民者的洋炮轰开了，上海也被迫辟为商埠。从那时起，各式各样的西洋式建筑随着殖民者的“抢滩”而纷纷耸立。1845年该地段被辟为英租界，以后外国的洋行、银行等相继在此建立。各银行或财团为显示自己的实力，开始大兴土木，兴建豪华大厦，使这里成为上海近现代各国风格优秀建筑最集中的地段，所以又有“万国建筑博览”之美誉。这些具有欧洲文艺复兴时期风格的建筑，虽然不是出自同一个设计师之手，也不是建造于一个年代，但它们的建筑格调是那么的和谐统一，宛然天成。从金陵东路外滩到外白渡桥长仅1.5公里的弧线上，高低错落，鳞次栉比地矗立着52幢风格各异的建筑，有英式、法式、古希腊式，等等。当年许多外国银行、总会、领事馆等云集于此，有“东方华尔街”之称，形成旧上海半殖民地半封建社会的一个历史缩影，也是当时西方时尚的代表。

花园别墅 在上海的徐汇、卢湾、静安等区内，一些幽静的马路两旁，都是庭院深深的花园洋房。高高的围墙内，宽阔的草坪后，绿荫环绕下的是风格各异的宅第，有法式、西班牙式、德式、文艺复兴式、英国乡村别墅式等，色彩柔和，造型别致。这些洋房都引进了当时各国流行的建筑风格，会聚了世界各国的建筑精华，呈现不同时期的建筑艺术风格。它们静静地矗立着，或于绿树丛中露出一角，优雅静谧，或映衬于如茵的草坪之中，豪华气派。岁月流逝，有的已是残旧斑驳，苔痕点点，却更增添了几分沧桑与神秘，令人感慨万分。每幢房屋都已是老上海历史的一个片断，蕴藏着一个又一个关于人世、命运的悲喜故事，已成为具有独特的人文特色和深厚文化底蕴的历史遗产。

上海，从历史中走来时尚，依稀可见的是小资情调。



20世纪30年代，随着“东方巴黎”地位的确立，上海成为中国最时尚、最具魅力的都会，也是世界的“冒险家乐园”。住在花园洋房和石库门，到百乐门舞厅跳交谊舞，听留声机里传出的周璇的歌声，去看大光明电影院里的好莱坞最新电影，喝可口可乐和法国白兰地……中西交会的生活，造就了一批上海名媛和名媛生活。

她们一边学习着先进的西方文化，一边改变着自己的外表，不断追求着美貌与智慧并存的蜕变；她们崇尚女性独立，受教育和自由的生活方式；她们喜欢阅读的是《这个时代需要哪一种女性》《不嫁主义》《怎样玩玩男子》等即便是放在今天都新潮的观点；她们关注来自欧美最前沿的明星装扮，像玛丽·壁克馥的定妆照，琼·克劳馥的性感晚礼服，南锡·卡洛的摇摆迷你裙；她们关注自己的身体，热衷让自己更健康 and 美丽……至今，人们一提起上海人，小资情调就会与之一起浮现。

文人与上海 虹口区四川北路是上海开埠后最早建成的几条大马路之一，它的分支马路——呈“L”状、长550米的多伦路则曾经是中国近代文学的重要据点。在20世纪30年代，鲁迅、矛盾、郭沫若、夏衍、叶圣陶、丁玲等30多位文化名人住在这里，包括巴金的《灭亡》、丁玲的《梦珂》、矛盾的《幻灭》都诞生在这里，这里几乎成为名副其实的“文化新村”。现在这些名人的故居都成了著名的旅游景点。

时尚与上海 在外旧内新的“上海新天地”，到处体现着现代人所能享受到的舒适，自动电梯、中央空调、宽带互联网一应俱全。人们可以通过网络迅速查询商店的商品价格和餐饮菜单，还能查询影院上演的电影，并可以预订座位，通过网上浏览，观赏新天地露天广场

◎上海花园别墅



及餐馆内的文化表演。在这里充分体现着海上都市的海派文化与现代文明。

电影与上海 在中国的电影史上，除了长春以外，就不得不提到上海，那里曾经拥有中国最豪华的电影院——奥登，最具影响力的电影人——阮玲玉，当然还有一批电影的拥趸。在上海，电影上映的时间和西方完全是同步的（如果不是比欧洲更快的话），观众可以在第一时间看到好莱坞最新的大片。在电影的影响下，上海人，尤其是上海女人，服装和发型随电影明星的变化而变化。