

湖南旅游指南

湖南省旅游局 编

湖南出版社



湖南旅游指南

湖南省旅游局 編

湖南出版社

[湘] 新登字001 号

责任编辑：唐长庚

装帧设计：陈 新

湖南旅游指南

湖南省旅游局 编

湖南出版社出版、发行

(长沙市河西银盆南路 67 号)

湖南省新华书店经销 长沙市东方印刷厂印刷

1995 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

开本：787×1092 1/32 印张：6.25

字数：127000 印数：1—3500

ISBN7-5438-1118-9

Z·42 定价：5.90 元

《湖南旅游指南》编委会

主 任	张济民			
副主任	张正祥	朱恒宪	肖 勇	袁新华
编 委	(以姓氏笔画为序)			
	王舜良	朱德令	张国家	张振信
	吴贵峰	何万源	邹春秋	邹国恒
	温庆福	董亦兵		
主 编	王舜良	何万源	董亦兵	

序

《湖南旅游指南》的出版发行，是一件很有意义的事情。

湖南是个自然风光十分优美的地方。西部武陵源，集大自然的“险、奇、秀、幽、野”于一体，嵯峨挺拔，异彩纷呈。巍巍南岳衡山，横亘于湖南中部，逶迤800余里，气势磅礴，山上云雾缭绕，林木蔚郁，寺、庙、庵、观遍布。北部洞庭湖，“衔远山，吞长江，浩浩荡荡，横无际涯”。湖中君山小岛，四面环水，湖畔岳阳名楼，巍然耸立，登临其上，洞庭万千气象，尽收眼底。此外，常德桃花源、永顺猛洞河、宁远九疑山、郴州莽仙岭，或静谧幽深，或古朴威猛，或峭峻巍峨，或典雅清秀，无一不是人们观光旅游，寻幽探胜，猎奇拾趣，度假消闲的好去处。

湖南还是一个历史文化非常灿烂的省份。据史料记载和考古发现，早在公元前5000多年，湖南就有人类活动，有文字记载的历史达3000多年。现省境内有省级以上重点保护文物180多处，其中古遗址、古墓葬29处，古建筑和历史纪念建筑物51

处，石刻17处，革命历史文物与纪念地60余处。像长沙的马王堆西汉古墓、岳麓书院、天心阁古城墙，韶山的毛泽东故居、南岳的南岳大庙、祝圣寺、南台寺，衡阳的船山故居、禹王古碑、炎陵县的炎帝陵，宁远的舜帝陵，永州的柳子庙及荔子碑，祁阳的浯溪摩崖石刻，岳阳的岳阳楼、屈子祠、慈氏塔等，都是驰名海内外的人文景观和游览胜地。

湖南又是一个民族风情极为浓郁的地方。全省有50个少数民族，人口达200多万。聚居于湘西、湘中南地区的土家族、苗族、瑶族、侗族、白族等少数民族，均保留着自己独特的传统文化和风俗习惯。那里的民族民间节庆活动，民族民间文化艺术及风味食品、手工艺艺术品等，对游客都有着强烈的吸引力。

优美的自然风光，灿烂的历史文化，浓郁的民族风情，赋予了湖南旅游以无限的生命力和广阔的发展前景。湖南旅游事业，尽管起步晚，但由于有省委、省政府的正确领导和高度重视，以及各相关行业的大力支持，热情扶助，旅游系统广大员工艰苦奋斗与积极努力，取得了较快的发展速度和令人瞩目的成绩。在资源开发方面，全省以京广、枝柳两条铁路为依托，经过认

真规划和建设，初步开辟了长沙、湘潭韶山、武陵源、岳阳洞庭湖、衡阳南岳、桃花源、郴州、猛洞河、永州浯溪、吉首凤凰、九疑山、株洲炎帝陵桃源洞、邵阳、崀山、益阳沅江桃江、娄底溆江的十五大旅游区，形成了“东一线”、“西一片”和“中一带”的格局。“东一线”和“中一带”的旅游区，包括长沙、韶山、岳阳、南岳、郴州、永州、浯溪、炎陵、邵阳等，以人文景观与历史名胜为特征，“西一片”的旅游区，包括武陵源、猛洞河、吉首、凤凰等，将优美的自然风光与浓厚的民族风情于一炉，由此构成了湖南旅游资源的鲜明个性，从而使湖南旅游在全国具有越来越重要的位置。在基础设施方面，“七五”和“八五”期间，全省投资10亿多元人民币，对宾馆、饭店及其他服务设施进行了扩建和改造，在很短时间内，就形成了相当规模的接待能力，保证了来湘旅游者“吃、住、行、游、购、娱”的需要。在市场开发方面，经过多年的不懈宣传，湖南旅游在海内外的知名度越来越高，客源市场出现多层次、多渠道发展的趋向。目前，湖南接待的入境旅游者，已不是过去单一的港、澳、台同胞和日本人，而是来自美国、德国、英国、法国、澳大利亚、加拿

大、意大利、俄罗斯、新加坡、泰国、马来西亚、韩国等 10 多个国家和地区的客人。1986 年至 1995 年，全省接待的入境旅游者人数和外汇收入，均保持 20% 以上的年增长速度，居全国前列。

为了适应湖南旅游业新的发展需要，同时，也为了满足全省旅游业界人士及广大旅游者的要求，省旅游局组织编写《湖南旅游指南》一书，由湖南出版社正式出版。本书的诸位编委，都有多年的旅游实际工作经验，对湖南旅游的发展脉络比较清楚，对湖南旅游各方面的情况了解比较全面，因此经过他们精心编辑，使本书的内容十分丰富，各项资料翔实，编排也很新颖，文字表述准确、流畅，可读性强。

这本《湖南旅游指南》，既是旅客的向导，又可作全省旅游业界员工培训教材之用。总之，希望它能够给广大旅客和旅游从业人员，带来方便。

张济民

目 录

序	(1)
---------	-----

湖南省概况	(1)
-------------	-----

十五大旅游区	(5)
--------------	-----

长沙旅游区	(5)
-------------	-----

湘潭韶山旅游区	(10)
---------------	------

岳阳洞庭湖旅游区	(14)
----------------	------

衡阳南岳旅游区	(18)
---------------	------

株洲炎帝陵桃源洞旅游区	(23)
----------------------	------

郴州旅游区	(27)
-------------	------

永州浯溪旅游区	(32)
---------------	------

九嶷山旅游区	(36)
--------------	------

武陵源旅游区	(41)
--------------	------

猛洞河旅游区	(47)
--------------	------

吉首凤凰旅游区	(51)
---------------	------

桃花源旅游区	(56)
--------------	------

邵阳崀山旅游区	(59)
---------------	------

益阳沅江桃江旅游区	(63)
-----------------	------

娄底湄江旅游区 (67)

旅游交通 (70)

航空旅游交通 (72)

客运及订票服务(72)——主要
民用机场(72)——乘坐中国民
航班机旅客须知(73)

铁路旅游交通 (76)

主要铁路线路(76)——主要火
车站(78)——铁路旅行常识
(78)

公路旅游交通 (80)

国家公路在湖南省境内情况
(80)——公路客运主要营运路
线(81)——省内主要汽车站
(84)

民间民族风情 (86)

主要少数民族 (86)

土家族(86)——苗族(89)——
侗族(92)——瑶族(95)——白
族(97)

民间民族节日 (100)

土家族、苗族、侗族春节趣谈
(100)——三月三(103)——
清明节(105)——四月八

(107)——端午节(110)苗族“赶秋节”(112)——瑶年·苗年·侗年·白年(114)

民间民族艺术……………(117)

湘剧(117)——花鼓戏(119)——湘昆(122)——祁阳(123)——巴陵戏(124)——沅西阳戏(125)——湖南山歌(127)——哭嫁歌(128)——盘王歌(129)——摆手舞(130)——芦笙舞(131)——长鼓舞(132)——毛古斯舞(134)——土家族打溜子(135)——衡山布龙和纸龙(136)

名优土特产品……………(138)

自然物产……………(138)

水产品类(138)——家畜禽类(142)——瓜果干菜类(144)

风味名吃……………(151)

湘菜类(151)——佐料类(155)——副食品类(156)——小吃类(158)——酒菜(160)——茶类(161)

工艺产品……………(163)

陶瓷类(165) 雕刻类
(165)——织绣编织类
(166)——民族工艺品类
(168)——琥珀蜡花类(169)

旅游服务机构和服务设施

..... (171)

旅游协调小组和各级旅游局

..... (171)

旅行社..... (173)

旅游宾馆饭店..... (179)

后记..... (187)

湖南省概况

湖南省位于长江中游南部，居东经108度至114度、北纬28度至30度之间。因地处中国第二大淡水湖—洞庭湖之南，故称湖南，又因境内最大的河流湘江贯通南北，亦简称“湘”。古时湘江流域多植芙蓉（即木莲），唐代诗人谭用之《秋宿湘江遇雨》诗中有“秋风万里芙蓉国，暮雨千家薜荔村”之句，所以湖南又有“芙蓉国”的美称。

湖南东西南三面环山，峰峦起伏，最高的雪峰山主峰，海拔1900多米。中部地区丘陵连绵，多盆地。北部为洞庭湖平原，沃野千里，海拔多在50米以下。境内河网密布，湘、资、沅、澧4条水系汇入洞庭湖，汛期季节，湖面达3900多平方公里，昔称“八百里洞庭”。

湖南古属楚地，秦设长沙郡、黔中郡。汉初又设桂阳、武陵、零陵三郡和长沙国，东汉时改长沙国为长沙郡。唐、宋时分属山南东道、江南西道、黔中道和湖南路、湖北路。元、明两代为湖南行省属地，清康

熙三年（公元 1644 年）设湖南省至今。现全省设长沙、株洲、湘潭、衡阳、郴州、邵阳、益阳、岳阳、常德、张家界 10 个省辖市和娄底、零陵、怀化 3 个地区行政公署与湘西土家族苗族自治州，共 125 个县、县级市和区，总面积 21 万平方公里，总人口 6500 余万。

湖南不仅历史悠久，幅员辽阔，而且物产资源丰富，种类繁多，有“鱼米之乡”、“有色金属之乡”、“非金属矿之乡”的美称。全省土地面积 3 亿多亩。粮食作物以水稻为主，洞庭湖区为主要产粮区和中国重要商品粮基地，历史上有“湖广熟，天下足”之美誉。经济作物主要有棉花、苧麻、黄麻、茶叶、菜油、柑桔、烤烟、甘蔗、蚕桑等，其中苧麻产量居全国之冠，茶叶和柑桔分别名列第二、第三位。黄花菜，湘莲、生姜、香菇、冬笋、干辣椒、猕猴桃等为本省著名土特产品。畜牧以猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅等为主。水产主要是鱼类，以青、草、鳊、鲤、鲢居多，龟、鳖、黄鳝、泥鳅、田螺的产量也很可观。矿产资源，以有色金属为最著名。全省的矿产，不论种类还是储量，均是全国较多的省份之一。现中国发现的 140 多个矿种中，湖南具有 111 种。有色金属矿藏，在全国占有极为重要的地位，其中锑的储量居世界首位，钨、铋的储量名列中国榜首，铅、锌、锰、锡、钼等的储量也十分丰富。非金属矿如莹石、重晶石、长石、海泡石等，储量均居全国第一位，石灰石、硅石、白云石、石墨石、硫铁矿、磷矿及高岭土等 30 多个非金属矿种，在全省 50% 的县市均可找到。湖南的煤炭储量也很多，位居长江以南 4 省、区榜首。

经过 46 年的建设，湖南工业门类比较齐全，科技教育文

化事业比较发达。全省工业以机械、食品、化工、冶金、纺织、能源、建材 7 大产业部门为主，主要产品有汽车、拖拉机、机床、冶金机械、钢材、生铁、电视机、电冰箱、电子计算机、自行车、摩托车、水泥、化肥、化纤、农药、纸张、棉纱、服装、苧麻制品、卷烟、白酒、绒呢、陶瓷、水泵、电机、羽绒、皮革、电缆等。全省高等院校 50 余所，政府部门所属科研机构近 200 个，全民所有制单位拥有各类专业技术人员近 100 万人，一批科技成果达到国内、国际先进水平，其中杂交水稻、银河亿次计算机、试管婴儿等居世界领先地位。

湖南多自然风光，现已开发了十五大旅游区。西北部的武陵源，包括张家界、天子山、索溪峪三大景区，集大自然奇、秀、险、幽于一体，具有原始生态风貌。南岳衡山，素称“五岳独秀”，是中国江南有名的佛教禅林和避暑胜地，又是南方唯一观赏雪景的地方。长沙岳麓山和桔子洲，山水相映，风光明媚。岳阳洞庭湖，水天一色，气象万千。湖中君山，时隐时现，充满神奇色彩。还有西部的猛洞河、凤凰古城、德夯苗寨，南部的九嶷山、苏仙岭，都引人入胜。湖南省境内，历代文物古迹甚多，有长沙马王堆汉墓出土的西汉女尸和大量文物，有江南三大名楼之一的岳阳楼，有宋代四大书院之一的岳麓书院，有许多规模宏大的古刹道观，还有炎帝陵、桃花源、屈子祠、柳子庙、芙蓉楼、浯溪碑林等著名古迹。湖南又是毛泽东、刘少奇等伟大人物的故乡，是中国革命发祥地之一，有 50 多处重要的纪念地并保存了许多近现代革命史迹。

湖南交通方便，铁路有京广线贯通南北，把省内的郴州、衡阳、南岳、长沙、岳阳连成一线；湘黔、湘桂线分别通往

贵州、广西。长沪线连接南昌、杭州、上海；公路全省已形成网络，各旅游城市和风景区均通汽车；水路省内湘、资、沅、澧 4 水均汇入洞庭湖，入长江；民航长沙黄花机场已经建成通航，可起降大型波音飞机，湘西张家界机场也已通航。

湖南气候属大陆性中亚热带季风湿润气候区，冬寒期短，无霜期长，日照充足，雨量充沛，四季分明。春夏之交，南北冷暖气流交替，湿润多雨，3、4 月份，经常细雨绵绵。夏季有低纬度海洋暖湿气团盘踞，气候炎热，多东南风。秋季天高云淡，气候温和少雨，日照时间较长。冬季受西伯利亚寒流影响，多西北风，屡见冰雪，年平均气温 16 至 18 摄氏度，年降水量在 1200 至 1700 毫米之间，年日照 1300 至 1900 小时。4 月至 11 月都宜于旅游，最佳旅游季节为秋季。

十五大旅游区

湖南是中国旅游资源最丰富的省份之一，南有郴州、衡山，中有古城长沙，北有浩瀚洞庭，西有武陵源、猛洞河、吉首、凤凰，其中不少奇山名川、风景名胜堪称世界之最，为各地游人所仰慕。

近10多年来，湖南省积极加强对旅游资源的开发和利用，目前，已初步形成了15个自然景观、人文景观与民族风情兼备且各具特色的旅游区，对外开放各类景观景点1360多处，吸引了数以百万计的中外游人。

长沙旅游区

长沙，位于湖南省中部，湘江下游。辖长沙、望城、浏阳、宁乡4县和东、南、西、北、郊5个区，总面积12500平方公里，总人口350万，其中城区面积352平方公里，人口110万。主要风景游览区有岳麓山、桔子洲、天心阁、烈士公园、月亮岛，主要名胜古迹和中国革命纪念地有马王堆汉