

带着孩子去旅游

她品亲子课题组 主编
飞思数字创意出版中心 监制

最自在

亲子 福建 自助游

100个妈妈力荐的游玩景点大索引



亲子

多种玩法任你选!

孩子巩固收获!

福建只有1个，
却有**56**种玩法



-  随书赠送Everkid儿童户外优惠券
-  悠闲厦门，踏寻轻松妙曼的自在之旅
-  5城向北逍遥游，步入仙都的浪漫秘境
-  闽西土楼群，领略活色生香的客家生活



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>



带着孩子去旅游

她品亲子课题组 主编
飞思数字创意出版中心 监制

最自在

亲子 福建 自助游



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介:

位于东南沿海的福建,与台湾海峡隔海相望,这里不仅有最迷人的武夷仙境、最奇特的水上丹霞、最神奇的客家土楼、最动人的惠女风采,还有最曼妙的生活和最悠闲的时光。带着孩子行走在福建的每一寸土地上,都能感受到当地人民最自在而恣意的生活,从而产生无限向往之情。本书用浓墨重彩的篇章为你勾勒了最佳亲子旅游路线,让你和孩子轻松踏上专属于福建的自在之旅。

本书适合爱生活、爱旅行,崇尚读万卷书,行万里路的家长朋友们。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

最自在:亲子福建自助游/她品亲子课题组主编.-北京:电子工业出版社,2013.7

(带着孩子去旅游)

ISBN 978-7-121-20123-3

I. ①最… II. ①她… III. ①旅游指南-福建省 IV. ①K928.957

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第068178号

监 制:飞思数字创意出版中心

责任编辑:何郑燕

特约编辑:赵树刚

文字作者:阮 燕

图片作者:她品文化

版式设计:刘 娟 熊雅洁

印 刷:北京利丰雅高长城印刷有限公司

装 订:北京利丰雅高长城印刷有限公司

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编:100036

开 本:720×1000 1/16 印张:12 字数:268.8千字

印 次:2013年7月第1次印刷

定 价:39.80元

广告经营许可证号:京海工商广字第0258号

本书其他参与编创的人员有陈登梅、胡芬、黄熙婷、刘娟、吕进、马绛红、牛雯、宋明静、周勇、熊雅洁、李利霞、童亚琴、魏孟图、李凤莲、杨林静。

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254888。

质量投诉请发邮件至zits@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线:(010)88258888。

100位本地家长 最爱带孩子去玩的地方 大推选



厦门大学
p12

厦门大学依山傍海，徜徉其间，你不仅能领略芙蓉湖的秀美风姿，还能欣赏那些独具一格的嘉庚式建筑。当你携手孩子漫步厦大，时不时会看到步履匆忙的厦大学子，望着他们那朝气蓬勃的笑脸，你的心情似乎也随之明媚起来。出厦大的白城校门即来到风光无限的白城沙滩，在这里跟孩子一起或追波逐浪，或玩堆沙子游戏，都不失为乐事一桩！

- 嘉庚式建筑群· 人类博物馆
- 白城沙滩

位于东南沿海的福建，与台湾海峡隔海相望，不仅有迷人的武夷仙境、奇特的水上丹霞、神奇的客家土楼、动人的惠女风采，还有最曼妙的生活和最悠闲的时光。行走在福建的每一寸土地上，都能感受到最恣意的逍遥与快乐。现在就带着孩子踏上这难得的自在之旅吧！

特别推荐

鼓浪屿
p26



在鼓浪屿这座小小的岛屿上，分布着许多韵味独特的古建筑，所以鼓浪屿还有个好听的名字，即“万国建筑博物馆”。在寻访那些老房子的过程中，你会发现它们就好像是一本本厚重的书，随便你翻到哪一页，都会看到一个离奇的故事，写满了人生中的悲欢离合。当然，在参观古迹之余，孩子们还能在博物馆中感受那美妙的琴音带来的无限遐想。

- 领事馆旧址· 名人故居· 钢琴博物馆
- 风琴博物馆

特别推荐



特别推荐

南平
p136

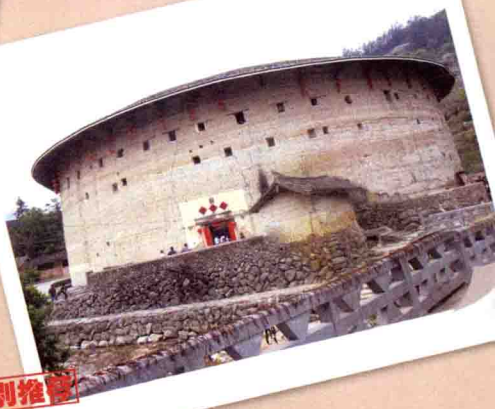


南平，是一处山清水秀、风景绝佳之地，素有“绿色金库”之称。带孩子来这里游玩，不仅可以饱览武夷山的险峻风光，还能从携手登山中体验到亲子乐趣；如果看腻了山峦叠石，不妨乘坐竹筏顺着九曲溪漂流而下，然后再去逛逛有着“中国最著名的理学古街”称号的五夫镇，相信这样的行程一定会让你和孩子乐不思蜀！

· 武夷山天游峰 · 九曲溪 · 五夫镇 · 下梅村
· 茫荡山



闽西土楼群
p166



特别推荐

福建闽西地区多土楼，那里分布着形态不同、各有千秋的土楼。这些砖木结构、或方或圆的绝妙建筑群，俨然一个小型社会，将族人们会聚于此。不管是洪坑土楼，还是南靖土楼，它们都像是一颗颗璀璨的珍珠散落在闽西的灵山秀水之间。随之而来的民风民俗以及客家生活，犹如一幅幅画卷生动地展现在眼前，让孩子大开眼界！

· 洪坑土楼群 · 南溪土楼群 · 初溪土楼群 · 南靖土楼群



蟳埔渔村 p84

你见过用海蛎壳修建的海蛎屋吗？在蟳埔渔村，你就能看到这些奇妙的建筑，据说屋内不仅冬暖夏凉，而且非常适宜人类居住。这里还有一群海的女儿，她们头戴“簪花围”、耳佩“丁香钩”、身穿“大裾衫”，时常挑着上百斤的海产品，走10余里的路程，去市场上贩卖。若家长从她们手中买来海鲜，那必定是鲜美异常的，孩子也定能大饱口福！

三坊七巷 p98



福州的三坊七巷中，曾走出过许多推动中国近代史发展的英豪俊杰。或许，你和孩子以前只在书本中见到过他们的名字或事迹，而今，当你们徜徉于三坊七巷的小道间，去寻访那些或破败萧条、或被修缮一新的故居，从中可以更直观地了解那些名人，隐隐中似乎还能听到他们唱酬的声音……正是由于这些坊巷文化，才使得福州这座城市变得更有韵味！



赤壁景区 p114

游完福州，很多背包族会选择去周边的赤壁景区观光一番。因为那里有着数不胜数的奇山异石和百花争妍的旖旎风光。在阳光明媚的晴朗早晨，家长不仅可以带着孩子去登山赏瀑布，还可以近距离地喂养野生猕猴。如果走累了，那就去温泉区泡泡，洗掉一身的疲乏；或者去赤壁的溪谷来次惊险的生态漂流，也别有一番趣味呢！



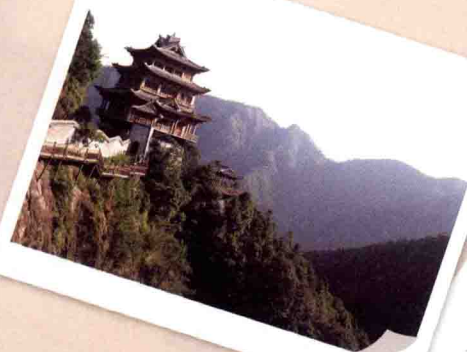
太姥山 p124



如果说宁德还有一处“世外桃源”，那就非太姥山莫属了。这里不仅拥有众多的奇峰、山川、怪石、溪流，和孩子徜徉山水之间，真是快哉、乐哉！赏遍了山色，不妨再去九鲤溪瀑参加惊险的户外活动，相信一定会让你和孩子大呼过瘾。现在就马上远离都市里快节奏的平凡生活，带上孩子来感受这新奇之旅吧！



九龙漈 p130



九龙漈瀑布群因为有着连续九级不同的落差使得总落差高达300多米，而被誉为“福建第一的瀑布群”。在这奇绝深潭旁泛舟观瀑，你和孩子会看见那飞流直下的涧水犹如千军万马，其壮观程度丝毫不逊色于黄果树瀑布，周围还处处可见山花烂漫的宜人风光。这一幅幅美景交织如画，真让人流连忘返！

泰宁地质公园 p150



沿着泉州一路向北，便来到风景独特的三明市，这里的泰宁地质公园以颇具特色的丹霞地貌及花岗岩、火山岩等多种地质遗迹而闻名遐迩，孩子在此不仅能欣赏到沟壑纵横的峡谷地貌，还能在“丹霞洞穴博物馆”领略到“水上丹霞”的壮观景象。游完了地质公园，再去泰宁古城逛一圈，感受一下当地独有的民俗风情吧！





Part ①

悠闲厦门,

轻松开启妙曼的自在之旅



→ 厦门大学, 依山傍海处领略名校风华 | 12

一代侨领督造的人文胜地 | 12

嘉庚式建筑群, 那片红墙绿瓦的诱惑 | 15

人类博物馆, 聆听瑰宝背后的故事 | 18

白城沙滩, 寻找返璞归真的天堂 | 20

食住玩购百宝箱 | 22



→ 鼓浪屿, 厮守在琴岛的灿烂阳光下 | 26

感受万国建筑遗世独立的沧桑 | 26

拜访往事书里的名人故居 | 29

在博物馆里回味琴岛遗韵 | 35

食住玩购百宝箱 | 38

→ 集美小镇, 瞻仰爱国侨领风姿 | 42

集美学村, 极富民族特色的“和平村” | 42

陈嘉庚故居, “中西合璧”显魅力 | 45

归来堂, 为了不曾被忘却的纪念 | 46

鳌园, 汇集闽南的石刻文化 | 48

食住玩购百宝箱 | 50

→ 鹭岛老城区, 体味原汁原味的别样生活 | 52

中山路, 细数历史走廊的“点睛”之景 | 52

游走八市, 品味舌尖上的幸福日子 | 55

食住玩购百宝箱 | 58





→ 寺庙遗风，用一炷香的时间去缅怀 | 60

南普陀寺，最虔诚的祈福之地 | 60

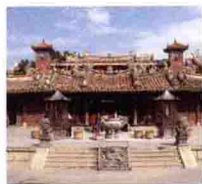
天界寺，刻在仙岩上的钟声 | 63

食住玩购百宝箱 | 65

🌐 厦门周边大链接 | 68

同安影视城，与北京故宫比肩的仿古基地 | 68

五峰，在梦中古堡邂逅最美乡村 | 71



Part 2

5城向北逍遥游，

泉州—福州—宁德—南平—三明

→ 泉州，海上丝绸之路的起点 | 74

徜徉古街区，找寻老泉州的踪迹 | 74

漫步涂门街，体验宗教文化 | 80

蟳埔渔村，海蛎壳构筑的梦境 | 84

去文庙广场和剧院，听南音看梨园戏 | 86

清源山顶，品茶论道 | 88

南少林，南派武术的发源地 | 90

蔡氏古民居群，闽南建筑的精华 | 92

食住玩购百宝箱 | 95



- 福州，藏在三坊七巷的慢生活 | 98
 - 访三坊七巷，寻名士风流 | 98
 - 登鼓山，品一杯清香的茉莉花茶 | 107
 - 品读马尾历史，见证它的辉煌与败落 | 109
 - 赤壁生态风景区，野趣盎然的避暑天堂 | 114
 - 平潭海坛岛，令人叹为观止的千礁岛县 | 117
 - 食住玩购百宝箱 | 121
- 宁德，徜徉于仙都的浪漫秘境 | 124
 - 太姥山，海上仙都任你遨游 | 124
 - 去白水洋感受清凉的“十里水上长街” | 128
 - 九龙漈瀑布群，中国最长的阶梯式瀑布 | 130
 - 鲤鱼溪——人间奇缘，世外桃源 | 131
 - 食住玩购百宝箱 | 133
- 南平，尊享武夷山水的醉心之旅 | 136
 - 登武夷山天游峰，在晨光中冥想 | 136
 - 竹筏水中游，九曲溪上走 | 138
 - 赴五夫镇，踏访中国最著名的理学古街 | 140
 - 下梅村，晋商茶叶传奇的起点 | 142
 - 茫荡山——千峰竞秀，堪比庐山 | 144
 - 食住玩购百宝箱 | 147
- 三明，风光独特的“绿色宝库” | 150
 - 泰宁世界地质公园，感受山与湖的完美缠绕 | 150
 - 格氏栲，探索自然保护区的奥秘 | 155
 - 桃源洞，“天光一线”的独特风景 | 156
 - 瑞云山，观彩云缭绕奇景 | 158
 - 食住玩购百宝箱 | 159
- ⑤ 5城周边大链接 | 161
 - 品味霍童古镇的古典之美 | 161
 - 登大嵛山岛，看海上天湖 | 163





Part ③

转道闽西土楼群，

领略活色生香的客家生活



→ 洪坑土楼群，闽南民系的经典聚居之所 | 166

振成楼，富丽堂皇的“土楼王子” | 166

福裕楼，府第式土楼的杰出代表 | 169

如升楼，小巧玲珑的“袖珍土楼” | 170

→ 在南溪，远眺土楼长城 | 172

振幅楼，南溪畔最耀眼的明珠 | 172

衍香楼，卷气书香的“大夫第” | 174

环极楼，人与自然的巧妙之成 | 176

→ 赴初溪，赏中国最炫土楼群 | 178

集庆楼，最完整的客家民俗博物馆 | 178

善庆楼，别具一格的反围龙式楼 | 180

→ 南靖土楼群，最美的东方“古城堡” | 182

田螺坑，“四菜一汤”的别样面貌 | 182

河坑土楼，走进“七星伴月”的自然村 | 184

徜徉于塔下村的江南风光 | 186

云水谣，体验闽西古道的悠长浪漫 | 187

食住玩购百宝箱 | 191

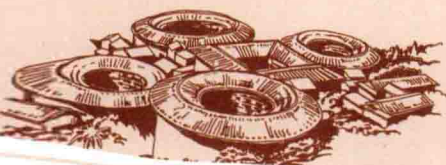


带着孩子去旅游

她品亲子课题组 主编
飞思数字创意出版中心 监制

最自在

亲子 福建 自助游



电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内容简介:

位于东南沿海的福建,与台湾海峡隔海相望,这里不仅有最迷人的武夷仙境、最奇特的水上丹霞、最神奇的客家土楼、最动人的惠女风采,还有最曼妙的生活和最悠闲的时光。带着孩子行走在福建的每一寸土地上,都能感受到当地人民最自在而恣意的生活,从而产生无限向往之情。本书用浓墨重彩的篇章为你勾勒了最佳亲子旅游路线,让你和孩子轻松踏上专属于福建的自在之旅。

本书适合爱生活、爱旅行,崇尚读万卷书,行万里路的家长朋友们。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

最自在:亲子福建自助游/她品亲子课题组主编.-北京:电子工业出版社,2013.7
(带着孩子去旅游)

ISBN 978-7-121-20123-3

I. ①最… II. ①她… III. ①旅游指南-福建省 IV. ①K928.957

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第068178号

监 制:飞思数字创意出版中心

责任编辑:何郑燕

特约编辑:赵树刚

文字作者:阮 燕

图片作者:她品文化

版式设计:刘 娟 熊雅洁

印 刷:北京利丰雅高长城印刷有限公司

装 订:北京利丰雅高长城印刷有限公司

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编:100036

开 本:720×1000 1/16 印张:12 字数:268.8千字

印 次:2013年7月第1次印刷

定 价:39.80元

广告经营许可证号:京海工商广字第0258号

本书其他参与编创的人员有陈登梅、胡芬、黄熙婷、刘娟、吕进、马绛红、牛雯、宋明静、周勇、熊雅洁、李利霞、童亚琴、魏孟囡、李凤莲、杨林静。

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线:(010)88258888。

100位本地家长 最爱带孩子去玩的地方 大推选



厦门大学
p12

厦门大学依山傍海，徜徉其间，你不仅能领略芙蓉湖的秀美风姿，还能欣赏那些独具一格的嘉庚式建筑。当你携手孩子漫步厦大，时不时地会看到步履匆忙的厦大学子，望着他们那朝气蓬勃的笑脸，你的心情似乎也随之明媚起来。出厦大的白城校门即来到风光无限的白城沙滩，在这里跟孩子一起或追波逐浪，或玩堆沙子游戏，都不失为乐事一桩！

- 嘉庚式建筑群 · 人类博物馆
- 白城沙滩



位于东南沿海的福建，与台湾海峡隔海相望，不仅有迷人的武夷仙境、奇特的水上丹霞、神奇的客家土楼、动人的惠女风采，还有最曼妙的生活和最悠闲的时光。行走在福建的每一寸土地上，都能感受到最恣意的逍遥与快乐。现在就带着孩子踏上这难得的自在之旅吧！

特别推荐

鼓浪屿
p26



在鼓浪屿这座小小的岛屿上，分布着许多韵味独特的古建筑，所以鼓浪屿还有个好听的名字，即“万国建筑博物馆”。在寻访那些老房子的过程中，你会发现它们就好像是一本本厚重的书，随便你翻到哪一页，都会看到一个离奇的故事，写满了人生中的悲欢离合。当然，在参观古迹之余，孩子们还能在博物馆中感受那美妙的琴音带来的无限遐想。

- 领事馆旧址 · 名人故居 · 钢琴博物馆
- 风琴博物馆

特别推荐

南平
p136



南平，是一处山清水秀、风景绝佳之地，素有“绿色金库”之称。带孩子来这里游玩，不仅可以饱览武夷山的险峻风光，还能从携手登山中体验到亲子乐趣；如果看腻了山峦叠石，不妨乘坐竹筏顺着九曲溪漂流而下，然后再去逛逛有着“中国最著名的理学古街”称号的五夫镇，相信这样的行程一定会让你和孩子乐不思蜀！

· 武夷山天游峰 · 九曲溪 · 五夫镇 · 下梅村
· 茫荡山



闽西土楼群
p166



特别推荐

福建闽西地区多土楼，那里分布着形态不同、各有千秋的土楼。这些砖木结构、或方或圆的绝妙建筑群，俨然一个小型社会，将族人们会聚于此。不管是洪坑土楼，还是南靖土楼，它们都像是一颗颗璀璨的珍珠散落在闽西的灵山秀水之间。随之而来的民风民俗以及客家生活，犹如一幅幅画卷生动地展现在眼前，让孩子大开眼界！

· 洪坑土楼群 · 南溪土楼群 · 初溪土楼群 · 南靖土楼群



蟳埔渔村 p84

你见过用海蛎壳修建的海蛎屋吗？在蟳埔渔村，你就能见到这些奇妙的建筑，据说屋内不仅冬暖夏凉，而且非常适宜人类居住。这里还有一群海的女儿，她们头戴“簪花围”、耳佩“丁香钩”、身穿“大裾衫”，时常挑着上百斤的海产品，走10余里的路程，去市场上贩卖。若家长从她们手中买来海鲜，那必定是鲜美异常的，孩子也定能大饱口福！

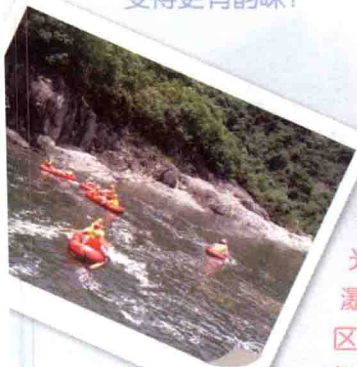
三坊七巷 p98

福州的三坊七巷中，曾走出过许多推动中国近代史发展的英豪俊杰。或许，你和孩子以前只在书本中见到过他们的名字或事迹，而今，当你们徜徉于三坊七巷的小道间，去寻访那些或破败萧条、或被修缮一新的故居，从中可以更直观地了解那些名人，隐隐中似乎还能听到他们唱酬的声音……正是由于这些坊巷文化，才使得福州这座城市变得更有韵味！



赤壁景区 p114

游完福州，很多背包族会选择去周边的赤壁景区观光一番。因为那里有着数不胜数的奇山异石和百花争妍的旖旎风光。在阳光明媚的晴朗早晨，家长不仅可以带着孩子去登山赏瀑布，还可以近距离地喂养野生猕猴。如果走累了，那就去温泉区泡泡，洗掉一身的疲惫；或者去赤壁的溪谷来次惊险的生态漂流，也别有一番趣味呢！



太姥山 p124

如果说宁德还有一处“世外桃源”，那就非太姥山莫属了。这里不仅拥有众多的奇峰、山川、怪石、溪流，和孩子徜徉山水之间，真是快哉、乐哉！赏遍了山色，不妨再去九鲤溪瀑参加惊险的户外活动，相信一定会让你和孩子大呼过瘾。现在就马上远离都市里快节奏的平凡生活，带上孩子来感受这新奇之旅吧！



九龙漈 p130

九龙漈瀑布群因为有着连续九级不同的落差使得总落差高达300多米，而被誉为“福建第一的瀑布群”。在这奇绝深潭旁泛舟观瀑，你和孩子会看见那飞流直下的涧水犹如千军万马，其壮观程度丝毫不逊色于黄果树瀑布，周围还处处可见山花烂漫的宜人风光。这一幅幅美景交织如画，真让人流连忘返！



泰宁地质公园 p150

沿着泉州一路向北，便来到风景独特的三明市，这里的泰宁地质公园以颇具特色的丹霞地貌及花岗岩、火山岩等多种地质遗迹而闻名遐迩，孩子在此不仅能欣赏到沟壑纵横的峡谷地貌，还能在“丹霞洞穴博物馆”领略到“水上丹霞”的壮观景象。游完了地质公园，再去泰宁古城逛一圈，感受一下当地独有的民俗风情吧！

