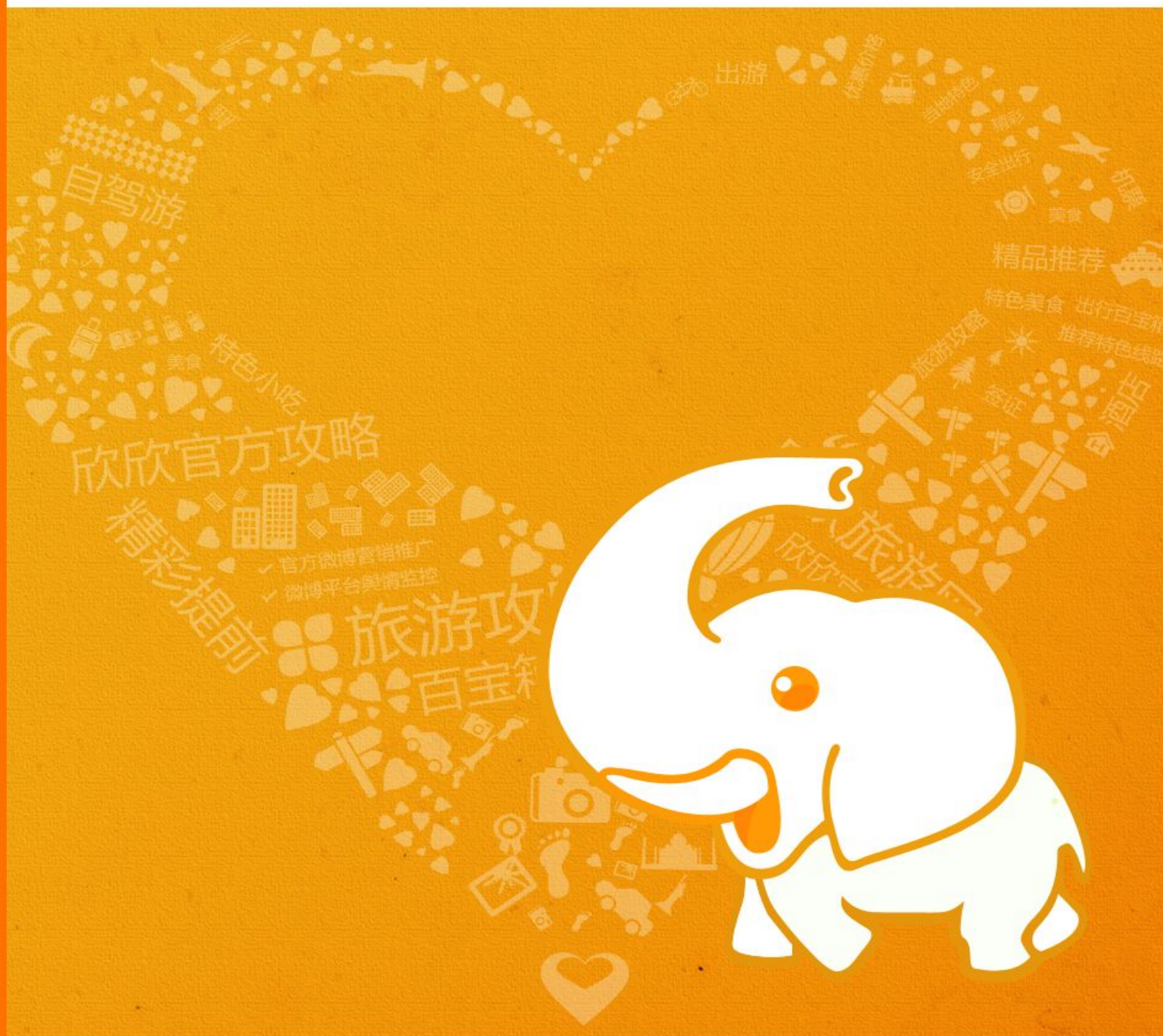


欣欣旅游官方攻略

<http://www.cncn.com/article/>

崇明岛



精彩抢鲜看



东平国家森林公园

园内森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱，集森林观光、休闲度假、参与性娱乐等多功能为一体，是人们“回归大自然”的最佳胜地。



崇明老毛蟹

崇明老毛蟹，原名“中华绒螯蟹”。崇明老毛蟹独具风味，它个小、壳薄，肉质细嫩而有香味，雌性蟹黄足，雄性蟹脂多，驰名海内外。



芦稷

芦稷在上海话中称“甜芦粟”，是一种洁净水果型植物。它形如芦苇，状如高粱，高及丈余，与甘蔗一样是“活饮料”。

旅行地导览

适合人群：白领 情侣 学生

时间：一天

花费：300 元

旅游最佳时间：

5月-11月。崇明岛属于热带海洋性季风气候，四季分明，每年的5月至11月，崇明岛是一片绿意盎然，繁华盛放，争相斗艳，绝对是崇明岛旅游最佳时间。

本地人忠告

西沙湿地是崇明岛国家地质公园一部分，但不收门票，免费开放，下午四点半关门。像五一这样的节假日人也不是很多，可以拍到很多不错的风景照，如果是去室外取景拍婚纱照，西沙湿地绝对超棒。

欣欣百宝箱



品质线路



优惠门票



特价酒店



打折机票

目录

P2：崇明岛必做的事

P3：探访崇明岛

P5：线路推荐

P7：交通

P9：景点介绍

P15：住宿

P16：美食

P17：购物

P18：娱乐

P19：文化活动

P19：旅游贴士

鸣谢：

本攻略部分图片来源于网络，如果版权拥有者或者作者发现自己作品被使用，请及时向欣欣旅游网提出通知，欣欣旅游网将及时移除相关内容或者添加作者的版权信息。

在此，本攻略特别鸣谢网友：[jusia](#)、[yoyo1508](#)、

[树熊](#)、[寒蝉鸣泣](#)

必做的事

东平公园，悠闲骑车

东平森林公园内林竹茂盛、花果飘香，在鸟语花香之地，租辆自行车，享受森林的绿色和氧气。

东平森林公园位于崇明岛的中北部，距县城（南门港）12公里，总面积为5400亩，是目前华东地区已形成的最大的平原人工森林。园内森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱、野趣浓郁，以“幽、静、秀、野”为特色，集森林观光、会议、旅游、休闲度假、参与性娱乐等多功能为一体，是人们“回归大自然”的最佳胜地。主要旅游服务设施有造型别致的“蟹”房式多功能休闲游客中心、500平方米的水上游乐园、具有崇明特色风味菜肴的森林酒家、野外帐篷、森林吊床、2万平方米的沙滩游泳场、青少年野营基地。特色项目有草上飞、森林滑草、岩上芭蕾、攀岩、森林高尔夫练球场、网球场、沙滩排球场、森林滑索、彩弹射击、天旋地转、森林骑马、快乐林卡丁车、野外烧烤、森林日光浴、森林童话园以及增强团队协作精神的森林定向活动等



东平国家森林公园

东滩湿地，观候鸟齐飞

东滩水洁土净，肥沃的土地孕育了一望无际的芦苇荡，群鸟飞舞、天鹅游曳。

东滩湿地公园坐落在全球候鸟亚太迁徙路线上重要的驿站和栖息地上，公园经历十年的湿地生态修复，目前已观察录得150多种鸟类，国家二级以上保护鸟类达到16种。优良的生态环境使公园已成为东滩范围内鸟类最为密集的地区之一，也是亚太地区所不可多得的观鸟圣地之一。公园内的候鸟大多栖息在湖边，游客们可以沿着步道观察候鸟。园方还准备了《观鸟手册》，游客可以自行参照观鸟手册寻找候鸟踪迹，燕雀类在林间鸣啼不断，清脆的叫声犹如余音绕梁般悦耳动听；雁鸭类则多在水面上悠哉游哉的休憩觅食，它们多喜欢群体活动，成百上千只长相可爱的各类雁鸭一同起飞时，场面极为壮观。



东滩湿地公园

尝崇明老毛蟹

崇明岛是大闸蟹的故乡。当地的老毛蟹是响当当的特色美食，来此一饱口福才能不枉崇明之行。

崇明老毛蟹，原名中华绒螯蟹，因其两只大螯上有绒如毛，故崇明人称之为“老毛蟹”。世界上共有300多种螃蟹，可供食用的大约20多种，而最负盛名的要数我国的中华绒螯蟹。中华绒螯蟹中最有声誉的是白洋淀的胜芳蟹、阳澄湖的清水蟹和崇明的老毛蟹。唯崇明老毛蟹独具风味，它个小、壳薄，肉质细蜜而有香味，雌性蟹黄足，雄性蟹脂多。驰名海内外。



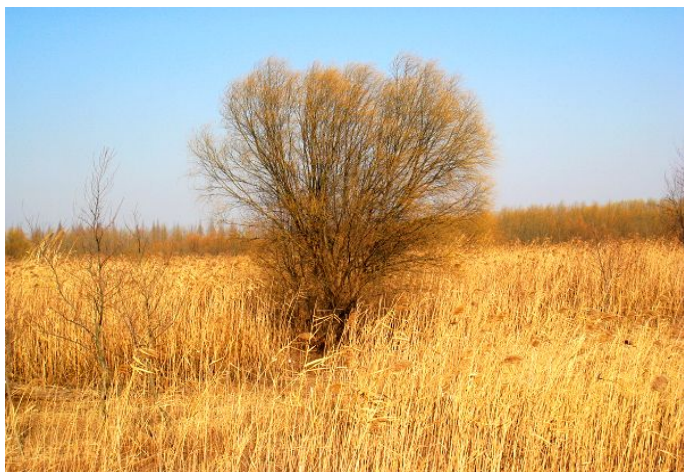
崇明老毛蟹

[返回目录](#)

探访崇明岛

概况

崇明岛地处长江口，是中国第三大岛，被誉为“长江门户、东海瀛洲”，是世界上最大的河口冲积岛，世界上最大的沙岛。全岛地势平坦，土地肥沃，林木茂盛，物产富饶，是有名的鱼米之乡。崇明岛水洁风清，到处都有未经人工斧凿的天然风光。绿树成荫的200多公里环岛大堤，犹如一条绿色巨龙，盘伏在长江口上。清晨，登上大堤东端，欣赏东海日出，不减泰岱奇观；傍晚，立于大堤西侧，饱览长河落日，耳听归舟晚唱，令人心旷神怡。明太祖朱元璋曾称之为“东海瀛洲”。



图片来源：欣欣会员—[jusia](#)

蟹岛

崇明岛上，尤其在近海边的泥滩上，到处是小蟹，几乎黑压压的布满滩面。游人行走滩面，小蟹们受到惊吓，纷纷逃入滩上无粉的洞穴，速度之快，令人惊叹！可以说，即使你以最快的速度俯身抓拾，也难碰到它们半点。当然，滩面上蟹穴满地，用“千疮百孔”形容之，绝不为过。所以，崇明岛又有“蟹岛”之美名。加上崇明方言，把“啥”字亦念成“蟹”字之音，听来亦颇为别致。尤其是当地渔民百姓用土产蟹来款待你时，且又要客气地说：“没啥哈（“蟹蟹”），吃点蟹吧！”初到沉得十分有趣，即使以后回顾，亦会感到此番经历又是何处可觅呢！

环岛绿色长城

海滩芦苇成林，可称其为“环岛绿色长城”了。由于芦苇适宜于滩地生长，且长势甚猛，在崇明岛北岸及东南岸团结沙一带，我们曾看到宽达数公里的芦苇带。人行其中，似觉无边无际，可能当年沙家浜的芦苇荡之规模亦不过此。芦苇之初用，不仅可护岸促淤，而且可作造纸之原料。



图片来源：欣欣会员—[jusia](#)

生态崇明 都市氧吧

崇明岛作为上海的土地储备，保留着本身的自然生态风貌，是上海都市白领感受自然、体验生态的休闲度假胜地，岛上著名景点：东平国家森林公园，东滩湿地公园，西沙湿地，东滩鸟类国家级自然保护区，南门沿江观光大堤，崇明学宫，金鳌山，瀛洲公园，寿安寺，明珠湖公园，前卫生态村，怡沁园生态度假村。



图片来源：欣欣会员—[jusia](#)

岛身形状变化无常

崇明岛岛身形状变化无常，始终处于迅速的演变过程中。不像基岩岛屿，千百年来基本上维持着相对稳定的状态，崇明岛却自始至终演变不断。现在还在酝酿着堵塞北支等工程。

[返回目录](#)

崇明县旅游景点

CHONG MING XIAN LV YOU JING DIAN



崇明岛东滩生态景观带

跃进农场

高日乡

绿华码头

西沙湿地

西来农庄

明珠湖

绿华农场

三星镇

庙镇

高家庄园

港南镇

东平国家森林公园

根宝足球基地

建设镇

长江农场

前卫村

北滩

北堡港码头

富民农场

港南镇

港东农场

东滩

江苏 浏河

浏河码头

南门码头

江堤景观带

学宫

金鳌山公园

游河码头

保安寺

新河镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

堡镇

佳丽度假村

上海结网马家港码头

长兴岛

横沙码头

横沙岛

上海天使海滩度假村

长江

右洲江码头

宝杨码头

吴淞码头

上海市区

线路推荐

上海-崇明岛一日游

行程亮点：在崇明岛西沙湿地，漫步长约 2 公里的木质栈道，如同穿行徜徉在被芦苇和丛林覆盖的童话世界中。当慵懒的夕阳倾洒，点点红光大地，让人心旷神怡。在华东地区最大的人造平原森林——东平国家森林公园，感受森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱、野趣浓郁。

线路设计：上海 → 崇明岛 → 西沙湿地 → 东平森林公园 → 上海

从上海外环线或中环线翔殷路驶向浦东五洲大道，随后通过上海长江隧桥抵达崇明陈海公路，随后依据不同地址抵达各个景区。

第一站：西沙湿地，总面积为 4500 亩的西沙湿地，是上海目前唯一具有自然潮汐现象和成片滩涂林地的自然湿地，这里的“西沙日落”堪称西沙一景。

第二站：东平国家森林公园，东平国家森林公园位于崇明岛的中北部，总面积为 5400 亩，是华东地区最大的人造平原森林。其前身是东平林场，也正是因为这一点，使得园内森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱、野趣浓郁。

农家休闲游

行程亮点：花两天时间畅游崇明，享受远离尘嚣的野趣。

线路设计：

Day1：长江大堤 → 瀛洲公园 → 东平国家森林公园 → 崇明前卫生态村

Day2：崇明湿地 → 明珠湖

欣欣线路推荐



上海崇明岛一日游

欣欣价：98 起

[立即预定](#)



上海一日游

欣欣价：130 起

[立即预定](#)



上海都市、苏州园林二日游

欣欣价：288 起

[立即预定](#)

[>>更多线路推荐](#)



交通 外部交通

轮渡

目前，上海共有三个码头可以摆渡到崇明岛。长江隧桥开通后，从上海去崇明岛的渡轮已经大幅减少，班次也不固定。目前，上海去崇明岛可以从吴淞码头、宝杨码头、石洞口码头这三个码头登船。

吴淞码头

很少有高速轮，以客轮为主，摆渡轮比较陈旧，属于老码头了。

宝杨码头

较为繁忙的一个码头，高速轮集中地，船次比较多，散客不驾车的话，建议从这码头走。

目前最早一班轮船为早上 6:30，最晚一班为晚上 19:30。

石洞口码头

主要以车摆渡为主，游客自驾游崇明岛的话，这边会比较便捷。

崇明景点主要集中在上沙，距南门港码头比较近。

欣欣小贴士：游客下码头后，周边会有不少拉客的黄牛，会把一些没有主见的游客被带到乱七八糟的酒店宾馆入住下来，这个请大家小心谨慎！

自驾

上海出发：浦西市区--A20-翔殷路外环隧道--五洲大道--浦东机场方向进入（此处请开慢点，有块很小的牌子指示长江隧桥方向，不过往浦东机场方向开就是了）--往前方开就是长江隧桥收费口，路标很清楚的--到陈海公路左转--到蟠龙公路右转--到北沿公路左转--到达东平国家森林公园。

杭州出发：沪杭高速—从莘庄出口下—外环线—石洞口码头—北沿公路 - 东平国家森林公园。

南京出发：沪宁高速—转宁启高速—红阳港渡口—启龙乡渡口—北沿公路 - 东平国家森林公园。

公交

申崇 1 线 陈家镇（长江大桥）-汶水路共和新路

线路信息：汶水路共和新路 05:55-21:00 陈家镇（长江大桥）

05:55-21:00 票价：12 元 崇明巴士

申崇 2 线 陈家镇（长江大桥）-上海科技馆（锦绣路环锦路）

线路信息：上海科技馆 05:55-21:00 陈家镇（长江大桥）

05:55-21:00 票价：12 元 崇明巴士

申崇 3 线 西门汽车站-汶水路共和新路

线路信息：西门汽车站 05:55-21:00 汶水路共和新路 05:55-21:00

票价：20 元 崇明巴士

申崇 3 线区间 堡镇汽车站-汶水路共和新路

线路信息：堡镇 05:55-21:00 汶水路共和新路 05:55-21:00

票价：17 元 崇明巴士

申崇 4 线 长兴岛枢纽站-上海科技馆（锦绣路环锦路）

线路信息：上海科技馆 05:55-21:00 长兴岛枢纽站 05:55-21:00

票价：9 元 崇明巴士

申崇 5 线 长兴岛枢纽站-吴淞公交客运站

线路信息：吴淞公交客运站 06:00-20:00 长兴岛枢纽站

06:00-21:00 票价：8 元 宝山巴士

申崇 5 线班车 长兴对江渡口-吴淞公交客运站

线路信息：吴淞发车：06:20 07:50 11:35 13:40 15:20

16:50，长兴对江渡口发车：07:55 09:25 13:10 15:30

16:55 18:25 票价：10 元 宝山巴士

申崇 6 线 南门汽车站-巨峰路地铁站

线路信息：巨峰路地铁站 06:00-21:00 南门 06:00-21:00 票价：

18 元 浦交金高

内部交通

[>>更多公交信息查询](#)

公交车

崇明岛目前有三大公交终点站：南门汽车站、堡镇汽车站和陈家镇枢纽站。这三处公交线路最多。还有一个新河汽车站，不过基本已经不用了。只保留一部车叫新江专线，去长江农场。南门汽车站就在南门码头附近，在这可以乘坐到达各个景点的公交，景点之间没有公交。堡镇和陈家镇汽车站都没有直达景区的公交线。

崇明岛公交票价则按距离实行分段收费，从 5 元-9 元不等。

出租车

下岛后有很多橙色沪 C 出租车。起步价 10 元，2.4 元/公里，但是整个崇明岛只有城桥镇和堡镇两个地方出租车多一些，所以自助游的朋友们并不会像自驾游那么方便。当然，岛上还有黑车，节假日会更多。

欣欣小贴士：如果是找出租车，一定要跟司机讲好吃饭时间的计价方式。

[返回目录](#)



崇明岛旅游点地图



景点

东平森林公园

东平森林公园位于崇明岛的中北部，距县城（南门港）12公里，总面积为5400亩，是目前华东地区已形成的最大的平原人工森林，上海著名旅游胜地，国家4A级旅游景区，全国农业旅游示范点。

园内森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱、野趣浓郁，以“幽、静、秀、野”为特色，集森林观光、会议、旅游、休闲度假、参与性娱乐等多功能为一体，是人们“回归大自然”的最佳胜地。主要旅游服务设施有造型别致的“蟹”房式多功能休闲游客中心、500平方米的水上游乐园、具有崇明特色风味菜肴的森林酒家、野外帐篷、森林吊床、2万平方米的沙滩游泳场、青少年野营基地。特色项目有草上飞、森林滑草、岩上芭蕾、攀岩、森林高尔夫练球场、网球场、

沙滩排球场、森林滑索、彩弹射击、天旋地转、森林骑马、快乐林卡丁车、野外烧烤、森林日光浴、森林童话园以及增强团队协作精神的森林定向活动等。园内有多家森林度假村为您提供幽雅的环境、优质的服务，使您享受到家的感受。更有徐根宝足球基地等着您与名人近距离接触，参观中国足球明日之星的日常训练生活。

公园内还开辟了桂花园、梅花园、樱花园、枫园、月季园等园中园，徜徉其中，犹如进入世外桃源，令人流连忘返。

门票 70元/人

公交

- 1、申崇一路，地铁一号线汶水路汽车总站，陈家镇坐南裕线到南门换南东或者南江线到森林公园
- 2、北宝专线 随航班定始发时间，北站宝昌路—宝杨路码头 东平国家森林公园
- 3、51路 鸿兴路—吴淞码头—宝杨码头
- 4、728路 共和新路长江西路—宝杨路汽车站
- 5、508路 浦东高桥（港城路地铁站）—宝杨路汽车站
- 6、160路(原541路) 凉城新村—宝杨路汽车站
- 7、522路，浦东兰陵路—吴淞公交客运站

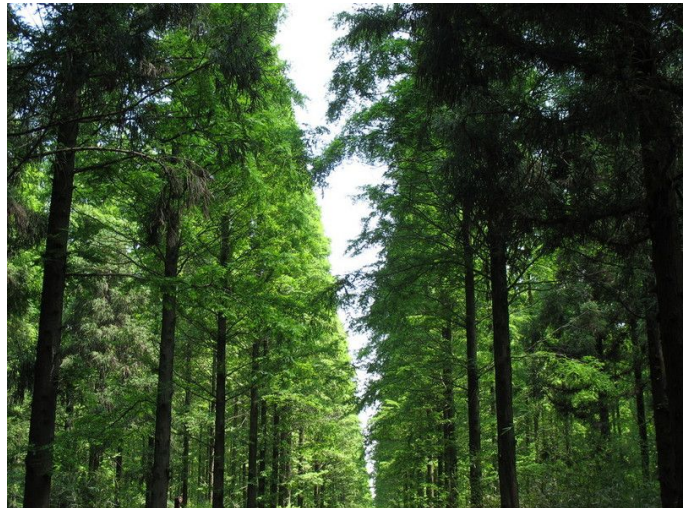
地铁

1、地铁一号线汶水路汽车总站，申崇三线到崇明南门汽车站，换南东或者南江线到森林公园。

地铁一号线富锦路站换宝山14路——石洞口码头。

自驾

出南门码头，沿南门路左拐至东门路，右拐至一江山路，再左拐至港东公路，一直向前到北沿公路右拐，前行即是。



推荐景点

荷兰风车

荷兰风车临湖（水杉湖），背园（原野乐园），面对大草坪，周围环境优雅，闹中取静，在蓝天、白云、绿树、翔鸽的映衬下，有一种掩饰不住的美，欧陆风情，赫然眼前。

攀岩

攀岩场位于公园的北侧，这里岩墙高耸，地势开阔，二条国际标准的赛道全国屈指可数，全国第六届攀岩锦标赛也曾假座这里举办。

如果你想实现挑战自我的梦想，不妨到这里来试试。

大门岗

气势雄伟的大门岗由上海园林设计院设计，线条与结构突出显示了以杉树为中心的森林优美的自然景观，而由彭冲委员长题写的“东平国家森林公园”的题字更为整个建筑增色不少。

阳光浴场

阳光下，草地平展，绿树静立，木屋在那坡的顶端，四周全是弥漫着草的芳香，在这样的环境里，随便找一片草地躺下，接受阳光的沐浴，啜一口服务人员送上的浓浓的咖啡，不啻是人间天堂的享受。

沙滩浴场

浴场地处公园西北，环境清幽，景致怡人，20000 平方米的泳池犹如失落在丛林中的一块翡翠，在阳光下闪着鳞鳞波光。浴场同时有烧烤、沙滩排球、风筝放飞、野营等活动项目，快乐心情尽可在此放飞。

彩弹射击

森林公园的彩弹射击是一种模拟军事实弹演习，射击场内壕沟深、树木错落，交战双方身穿迷彩服，手握彩弹枪，在树林中追击捕杀。各位，想不想在这和平年代感受一下“枪林弹雨”和“硝烟弥漫”的战争氛围。

原野乐园

森林童话园是孩子们的天堂，同时也是大人们追忆童年、重温童年生活的一个好去处。在攀爬凌空的一瞬间，您是否会发现自己又年轻了许多。森林童话园的建设以粗、野、原始为特点，充分利用林中出产的原木为建筑用料，不加雕凿修造而成，充分体现了自然与人融洽完美的意境。

滑索

滑索是一项非常刺激的娱乐项目，相对年轻人来说是很有吸引力的。滑索直线距离 160 米，至高处离地面 16.5 米，中间经过草坪、小河到达终点。人们可以从高处凭借两根钢索迅速滑下，体验高空飞翔、低掠水面的急驰感觉。

滑草

滑草俗称“草上飞”，它起源于德国，从滑雪演化而来，是无雪季节和热带地区体验滑雪运动的替代品。他的装备包括履带式滑草器、雪杖、护膝、滑雪鞋、安全帽等。东平滑草场是上海地区唯一的一家滑草场，占地面积 10000 多平方米，坡高 10 多米，草地平展，是一种深受城市青年喜欢的新型休闲运动项目。

高尔夫

森林高尔夫练习场：全场东西长 270 码，南北宽 100 米，面积为 3 万多平方米，30 个打席位；是目前华东地区最大的平原人工森林高尔夫练习场，也是上海最大规模的公园内森林高尔夫练习场，即崇明岛首家。

骑马场

骑马场跑道近 500 米长，虽然比较原始，却更能体会到野的乐趣。马场内有专业人员为游客提供服务，确保游客安全，无论您是否会骑马，您都可以找到适于自己的马。慢的如在林中漫步，快的如奔雷闪电，您可以根据自己的需要选择。如果您兴致好，还可以租一两匹马，骑着或牵着，在林中漫步，体验一般人体会不到的乐趣。

卡丁车

卡丁车作为一项新兴运动，在我国方兴未，有关比赛也时有耳闻，由于它速度快，比之于一般赛车更具刺激性和挑战性，所以深受青年人喜欢。

动物林

动物林是动物的天堂，林中的十几种动物基本都处于圈养状态，游客可以用草喂养它们，与孔雀合影与小鹿嬉戏，感受人与动物和谐融洽的氛围。

瀛洲公园

瀛洲公园位于崇明县城东南首，崇明学宫对面，占地 4.39 万平方米。瀛洲公园以植物造景为主，适当配置园林建筑。园中央辟有面积约 4700 平方米的星湖及湖中的星岛，主环路环湖而筑，沿湖建有观鱼揽胜、临波亭、破浪桥等建筑。园南沿长江边有沁风亭、云蔚涵碧廊诸景。公园主要景点有黑松山、沧海亭、临波亭、观鱼揽胜、幽香亭、破浪桥、大假山、瀑布等。

瀛洲公园内树种繁多，共有树木 119 种，3938 株。且都独立式混合成园（林）。如占地 1000 平方米的桂花园，每当金秋十月则满园飘香。

东滩湿地公园

崇明东滩自然保护区位于低位冲积岛屿——崇明岛东端的崇明东滩，面积 32,600 公顷。在长江泥沙的淤积作用下，形成了大片淡水到微咸水的沼泽地、潮沟和潮间带滩涂。区内有众多的农田、鱼塘、蟹塘和芦苇塘，沼生植被繁茂，底栖动物丰富，是亚太地区春秋季节候鸟迁徙极好的停歇地和驿站，也是候鸟的重要越冬地。园内风景秀丽，空气清新，水质洁净，各项环境指标都达到国家一二类（级）水平。

公园内丰富的影剧院、会议室、餐厅、茶室、咖吧、农产品超市、科普展馆和科研实验室等场馆设施，可为广大企业客户提供包括游园、休闲、餐饮、会务、企业活动日、员工素质拓展和科普学习等在内的诸多服务项目。在建立湿地保护与合理利用的国际性生态示范区的同时，这一积极探索自然保护与经济开发双赢之可持续发展模式，提供了集自然保护、科学研究、科普教育、生态旅游、休闲度假之平台，创造面向世界、面向未来的健康的生活方式，为人们物质与潜在的精神需求缺口找到一种绝妙的平衡。

门票：80 元

交通：在上海体育馆旅游集散中心乘旅游 5 号线，到达宝杨码头，然后搭乘快船到崇明县南门码头换乘南东线或南江线到目的地或乘出租车目的地，车费 35 元左右。在共和新路 985 号乘坐申崇旅游专线，可直接抵达目的地，头班车上午 6 点 45 分发车。

上海火车站出北广场，搭乘轨道三号线到长江南路站，出 1 号口换乘 51 路（宝昌路-宝杨码头）到宝杨码头，然后搭乘快船到崇明县南门码头，换乘南东线或南江线到东平或乘出租车到目的地，车费 35 元左右。

西沙湿地

崇明的西沙湿地总面积为 4500 亩，是上海目前唯一具有自然潮汐现象和成片滩涂林地的自然湿地。西沙湿地通过生态引鸟、植物多样性配置、水处理净化等工程，在原有湿地的基础上，修复建成一个集科普教育、科学研究、休闲观光等为一体的多功能湿地生态示范区。西沙湿地与东滩湿地不同，周而复始的潮汐现象，是西沙湿地赖以生存的重要条件。潮水一涨一落的时间平均为 12 小时 24 分钟。因为潮汐，这里形成了丰富的地形地貌，湿地中港汊纵横，具有湖泊、泥滩、内河、芦苇丛、沼泽等不同的湿地形态。另外，潮汐的涨落还孕育了湿地里多样性的动物，比如迁徙到来的候鸟和随着潮汐而来的沙蟹。

为了让游客更接近大自然，西沙湿地管理方在湿地里建起一条 2 公里长的木栈桥，游客们可通过栈桥徜徉于芦苇和丛林之中。有个叫“观鸟平台”的地方，可以看到远处的长江，有当地的老人说，可以走到那里看日落。

欣欣小贴士

- 禁止在潮沟和水塘里游泳、垂钓或捕捞；
- 禁止吸烟、焚烧或燃放爆竹烟花；
- 禁止攀折树木，践踏芦苇；
- 禁止在栈道上追逐嬉闹；小孩进入木栈道必须由成人带领；
- 禁止走下栈道进入滩涂；
- 禁止乱扔果皮纸屑；
- 禁止破坏大堤的防汛设施。



图片来源：欣欣会员—jusia

明珠湖

明珠湖是崇明最大的天然淡水湖泊，原是长江南支的一条支流，上个世纪七十年代经人工筑堤围造而成，现存有二个进出水闸门，以保持与长江的亲缘关系。湖中鱼类资源丰富，路亚的对象鱼种如翘嘴、七星鲈等数量多、个体大且野性十足，更以拥有众多的据说能吃掉鸭子的超级鳊鱼而名扬中外。

明珠湖以其所独有的“天然湖泊、茂密森林”而使公园更加流光溢彩。园林与湖泊交相辉映，相得益彰。环湖而建的水源涵养林达 2500 亩，在这片林中种植了香樟、广玉兰等 50 多种近 80 万株名贵树木，还特意保留了林中大量野花野草和自然植被，加之四周茂盛的树林、密布的河网，吸引了许多银鸥、苍鹭、白鹭等七八十种鸟类来此栖息，明珠湖还是崇明的鸬鹚的保护地，环湖林间小道幽幽无尽头，漫步于林荫幽径，虫鸣鸟语，蝴蝶翩翩，欧鸟翔集，让你品位森林海洋的气息，感受大自然之神奇。



明珠湖

明珠湖娱乐项目

扶摇直上

明珠湖内有一个叫“扶摇直上”的景观，当你人临湖上，一望无际的水面，湿润清新的感觉扑面而来，仿佛置身于绿的海洋，水的世界，让人好生惬意，真是自然风景与人文艺术合作的绝作。在明珠湖里还有一座长长的只能紧密并排走两人的小桥，被誉为情人桥，只要在这座桥上走过的情侣会恩爱一生的。当然这只是一个美好的祝愿，爱情就象是温室的花朵，是需要我们用心来呵护的。当我们漫步桥上，可以看到在林间小道上骑着双人车的恋人，在草坪上懒懒晒着太阳的人们，还可以幽闲的看两岸闲花野草。冷不丁，湖面上极速掠过的快艇，把你的眼睛和耳朵叫醒，足可以让你兴奋好一阵子。美景会让你留连忘返、感慨万千，真的是“人在画中游、情寄绿水间”。

水上极速

明珠湖景区内设有水上极速，现已建成水上码头 3 座，购置摩托艇 2 艘，快艇 3 艘，游艇 1 艘，电瓶船 10 艘，任由游客体验水上运动的刺激。听风在耳边呼啸、感受扑面而来明珠湖水上玩的湖水，那将会是一种完全不同的享受。公园内已建成亲水长廊 50 米，供游客休闲观赏湖面景色。

儿童乐园

明珠湖景区内的儿童乐园可以让儿童体验游玩的乐趣，在这里还可以寻觅童年的种种回忆。树林婆娑，绿色的水面，秋千，滑梯，孩子们的追逐嬉闹声，可以安静的把它当作风景来欣赏，也可将自己融入到这生机勃勃的画面中去，成为其中的一景，在这里会感觉到心中有说不出的纯真及暖意，仿佛又回到了无忧无虑的童年。拓展中心让游客们锻炼胆量、创造思维。

垂钓

明珠湖景区内设有垂钓区域，已建成三个垂钓平台供游客任意垂钓，或站或坐体味“独钓一江秋”的闲情逸致。一根鱼竿、闻着草香、耳边是虫鸣鸟语、做一回世外桃源之人！

崇明学宫

崇明学宫始建于元泰定四年（公元1327年），续建于明天启二年（1622年），为上海市级文物保护单位。学宫内现有东西牌坊、棂门、泮池、登云桥、东西官厅、戟门、名宦祠、乡贤祠、忠义孝悌祠、大居殿、东西两庑、尊经阁、崇圣祠等明清建筑群，气势恢宏，规模壮观，徜徉其间，令人流连忘返。目前，古建筑明伦堂、仪门等修复完毕。

崇明县博物馆内现有“崇明岛史与古船”、“崇明民俗”两个基本陈列，其主题鲜明，脉络清晰，内容翔实，展品丰富。

沿江观光大堤

崇明南门港江堤上绿树成荫，可观赏南岸远景和长江涨潮退潮，风景独特、秀丽。利用这一地理优势，借助沿江水利防汛工程，崇明县于2000年建设完成了沿江观光大堤工程。

沿江观光大堤外，滔滔长江水一泻千里、气势磅礴；上海钢城——宝钢隔江相望，夜间灯光明亮，五彩缤纷。码头上，进出崇明岛的人群、车流熙熙攘攘、川流不息，成为崇明岛一道独特的风景线。

崇明前卫村

崇明前卫生态村是全国文明村。崇明前卫村距南门港23公里，紧临东平国家森林公园。

这里水洁、土净、空气新鲜，花果绕村争香斗艳，景点观光千姿百态，树木成林鸟语花香，漫步绿荫碧水之间，专门打造的“桃花源”生活。

前卫生态村紧有农户284户，富有田园诗意，已被列入“全球生态村500佳之一”，以生态、休闲、度假开发的“农家乐”旅游项目。游客到前卫村，入住农家，农家大多前有树，后有河，旁边有菜园；酷暑院内凉风习习。

在前卫村，你可游览灏洲古村，村口有水车，游客可一试身手，村内参观农家纺纱织布；鸳鸯楼观民俗风情，看古时的婚堂及“抛球择婿”节目；去鱼塘垂钓；或在游客自种园，体验男耕女织的乐趣。

瀛东村



瀛东村位于崇明岛最东端，长江与东海交汇处，是崇明岛第一个迎来日出的村庄，来过这里的人们很难想象，十几年前这里竟是“潮来一片白茫茫，潮退遍地芦苇荡”的荒凉之地。

崇明岛瀛东村，全村52户规划齐整的农民别墅，特有的鱼塘碧波与绿树鲜花瀛东村相映的美景，洁净的水土空气，丰富有趣的垂钓捕蟹等活动项目以及“朝上海堤观日出，夕下芦苇捉螃蟹”，晚宿宁静、祥和、舒适、安全的农家魅力，令都市游客流连忘返。

瀛东渔家乐

瀛东渔家乐门票20元，游乐项目多为水上活动，你可以坐上渔民捕鱼用的船绕东湖一周，怡然自得；也可以和三五好友一起奋力玩脚踏船，其乐融融。据说混水摸鱼是最受游人喜爱的一项活动，脱掉鞋子，挽起裤子，踩进及膝盖的水中徒手抓鱼，这种亲临水下的玩法，才叫过瘾；玩累了，坐进水上棋牌室喝茶聊天，打牌休憩。

在瀛东渔港，当地的渔家宴正等着你去品尝。这里的膳食以农家菜和海鲜为主，鲫鱼鲈鱼、花生扁豆、红薯芋艿……各个新鲜得不消说。还有特色荞麦圆子，那是过节的味道。地瓜粥南瓜粥，就是将地瓜或者南瓜切片煮烂，再拌进糯米一起煮，吃多了油腻的小菜之后来上一碗，香甜可口，心满意足。这里的住宿也不贵，一天玩不够的话，你还可以在农家小住一晚上，让您的农家游味更醇。农家一个晚上80-90元，宾馆每晚150元，小别墅每晚280元。

欣欣小贴士

瀛东村天文观测条件较好，建议天文爱好者前往。

崇明岛地质公园

崇明岛国家地质公园面积约 1200 平方公里。崇明岛国家地质公园雄踞于万里长江的入海口，南与嘉定、宝山隔江相望，北与江苏海门、启东一衣带水，犹如蕴含于长江巨龙口中一颗熠熠生辉的明珠。

崇明岛国家地质公园为世界第一大典型的河口冲积岛，崇明岛国家地质公园内至今保存了大量的地质遗迹和滩涂地貌景观。

完整的大河口三角洲地层系统记录着 260 万年来海平面的变化；古老的沙堤、留存的历代海塘、避潮墩见证着地质公园的海陆变迁；神奇优美的潮沟、波痕、陡坎展现着复杂的潮汐运动、大河分流、盐水入侵以及塑造大河口地貌的典型动力……

崇明岛国家地质公园独特环境还孕育了独特的芦苇湿地植被，保留了重要的全球珍稀候鸟种群迁徙和“活化石”——中华鲟等特有的珍稀生态物种。

唐一岑墓

唐一岑，广西临桂县人。明嘉清三十二年（公元 1553 年）以举人荐任崇明县令，忠爱为政。时值县治新迁，土城刚筑就遭倭寇犯境，唐率军民奋起抵抗，击退来敌。

澹园

澹园是崇明唯一仿古园林佳景，有宝岛明珠微型公园之称。园外封闭围墙，飞檐群瓦，朱汀金猷铜环。东西两侧的丰乐楼，重檐八角，一派古风。

金鳌山公园

公园内有金鳌山，是崇明的名胜。宋代赵彦卫在《东巡记》中有“海上本有金鳌山和栅浦相对，山上有祥符塔院”的描述。金鳌山山体由人工垒土而成，筑于宋代。为当时的航海标志，此山山体早已坍塌。

寿安寺



寿安寺始建于宋朝淳祐二年，即公元 1252 年，距今已有 700 多年历史，是崇明岛历史最悠久、历经朝代最多的古刹。寿安寺最初由僧人模和侑建造，名为“富安寺”。元朝廷祐五年，朝廷赐寺额“永福寿安寺”。

广福寺

广福寺建于清咸丰年间，前身为“武圣殿”，原址汲浜镇北。1921 年，了道大师驻锡于此，更为现名，专宏净土。1946 年，广福寺南迁中兴镇，其弟子叶承大师，继承住持，教宗天台，行归净土。

寒山寺

崇明寒山寺与苏州寒山寺除了在寺名和供奉上相同外，相传它们的钟声有“瀛洲东门寒山寺，夜半钟声迎客船”和“姑苏城外寒山寺，夜半钟声到客船”争相媲美的诗句。

徐根宝足球基地

足球明星的摇篮走向世界的希望，徐根宝足球基地位于崇明东平国家森林公园南首，由著名国家级足球教练徐根宝发起组建，总占地面积 70 余亩。

崇明岛住宿

崇明岛的住宿分为度假型宾馆和农家乐两种：农家乐多集中在前卫村、绿港村、西来农庄等。崇明岛农家乐较为集中的前卫村一般可提供的住宿房型分为2类：一类是无独立卫生间的多人间，一类是有独立卫生间的双人标间。一般都比较干净卫生，价格在80-150元左右。五一、十一等节假日价格可能会略高。国庆期间，农家乐住房紧张，最好提前预定。如果是崇明岛一日游，当天往返，则可以选择上海的酒店下榻。

上海龙群度假村



简介：上海龙群度假村位于崇明东平国家森林公园南侧秀林路218号，是集度假休闲、会务宴请、派对友聚、休闲娱乐等功能为一体的综合型度假村。

顾客点评：环境还可以，估计我们去得不是旺季，入住得人很少。酒店餐饮一般，需有待改善。

欣欣价：270元起

>>立即预定

顾客点评：房间还可以，位置也不错，饭店的菜一般...[更多](#)

上海北湖湾度假村



简介：上海北湖湾度假村位于崇明县，酒店内环境优雅、设施齐全，提供多种房型供您选择，是您休闲度假、拓展娱乐、健康养生、会议接待的好去处。

顾客点评：酒店里面的湿度比较大，觉得床是湿湿的，不过环境还可以。

欣欣价：168元起

>>立即预定

顾客点评：看起来应该是以前的农场职工住房改造的，房子非常干净...[更多](#)

上海瀛东度假村



简介：度假村位于崇明岛东端前沿，地处江海交汇处的长江口，东邻东海，南靠长江，北连东滩湿地，距离上海长江隧桥仅6公里，是崇明岛离上海市区最近的综合性酒店。

顾客点评：老感觉还可以，农家乐能到这样还算可以，服务有待加强。

欣欣价：158元起

>>立即预定

顾客点评：以前就去过，现在设计规划的很好，很适合度假...[更多](#)

>>更多酒店预订信息

崇明岛美食

崇明岛当地乡土特色的一道农家美食让初游者大开眼界大饱口福。秋冬两季有崇明大闸蟹，鲜美无比，价格便宜很多。吃崇明大闸蟹按斤吃比较爽。冬天推荐崇明白山羊肉，不膻，滋补，味道好。有冒充崇明白山羊肉的，要找个明眼人挑一挑。土鸡，农民自己家里养的鸡啊，无论白斩鸡，炖鸡汤，味道好极了。各种时令蔬菜，有名的是崇明黄金瓜，通常拌海蜇吃，崇明白扁豆（洋扁豆）。其余的不清楚，反正当地的蔬菜都挺好的。新鲜无污染。

崇明目前美食集中的地方还是崇明县政府所在地城桥镇，这里的饭店有本土特色菜为主的也有外来的大众美食，想吃崇明特色菜的游客一定要看准了再下手，最好是多个人一起这样可以将特色菜一网打尽。此外东平森林公园里也有宾馆和湖景饭店供应美味的当地特色菜肴，前卫村农家乐和高家庄园也是品尝农家土菜的好地方。

崇明老毛蟹

崇明老毛蟹，原名中华绒螯蟹，因其两只大螯上有绒如毛，故崇明人称之为“老毛蟹”。世界上共有 300 多种螃蟹，可供食用的大约 20 多种，而最负盛名的要数我国的中华绒螯蟹。中华绒螯蟹中最有声誉的是白洋淀的胜芳蟹、阳澄湖的清水蟹和崇明的老毛蟹。唯崇明老毛蟹独具风味，它个小、壳薄，肉质细蜜而有香味，雌性蟹黄足，雄性蟹脂多。驰名海内外。



图片来源：欣欣会员—yoyo1508

崇明白山羊

崇明白山羊闻名于大江南北。地道的崇明白山羊小耳朵，毛短个体重在 30 公斤左右。不论是红烧，还是白水煮后干切或伴以山药，芋艿煮汤，均鲜美无比。崇明白山羊肉暖中补虚，开胃健力，羊肝养肝明目，羊草包（即羊胃）健脾。羊角入药，平肝息风，可镇痛镇痉。羊血豆腐汤不但味美，且清肠胃。



清蒸刀鱼

“清明前鱼骨软如绵，清明后鱼骨硬似铁”，说的是位列“长江三鲜”之首的刀鱼（另两鲜为鲥鱼、河豚），其肉嫩味鲜，有“天下第一鲜”的美誉。长江刀鱼，学名长颌鲢，又称刀鲢。其身长而侧扁，腹银色而多脂，因形似一把尖刀而得名。

崇明凤尾鱼

凤尾鱼是一种回游性小型鱼类，平时多栖息于外海，每年春末夏初则成群由海入江，在中下游的淡水入口处作产卵回游。产期为 4~8 月，长江中下游清明前的凤尾鱼品质最好。凤尾鱼体型较小，体长且侧扁，向后渐细，颇象一把刀。药理研究发现，鲚鱼所含之锌，能使血中抗感染淋巴细胞增加，临床也证实鲚鱼有益于人体对化疗的耐受力。

崇明岛购物

崇明千年沿袭下来至上世纪中叶，形成的“四大特产”在民间广为流传的是：老毛蟹、金瓜、芦稷和水仙花。其中，除了水仙花外，都是美味的食品。后来，不少有识之士认为，水仙花可以作为崇明岛的岛花，定名特产无可疑义，她是观赏型的。在饮食角度看，“崇明老白酒”可以和“老毛蟹”等同为“老字号”特产。

芦稷

芦稷在上海话中称“甜芦粟”，是一种洁净水果型植物。它形如芦苇，状如高粱，高及丈余，与甘蔗一样是“活饮料”。崇明农户家家种植芦稷，春种夏收、夏种秋收，有早中晚三批。暑日芦稷上市，直至冬前“霜降”为止，水灵灵的崇明芦稷在农家是随时到地中取用待客的上好新鲜佳品。崇明芦稷还可以秋收后挖土填藏，形成更甜更松的“醉芦稷”，冬春季节供应市场。如此好的纯天然食品，被人青睐，自成特色。



老白酒

崇明老白酒，是以糯米作为原料，经淋饭后拌药精心酿造而成。酒味甜润，呈乳白色，又有米酒、水酒、甜白酒之称。崇明老白酒酒度适中（12—13度），好上口，有回味，香味醇厚后劲足。崇明老白酒有不同的多种韵味，“菜花黄”、“十月白”等尤为上乘。崇明老白酒常引得初到崇明的品尝者酩酊，也远涉重洋陶醉外国朋友

崇明水仙花

崇明水仙花已有近百年的栽培历史。以其浓郁芳香著称于国内外花卉市场，可与英国玫瑰齐名。“崇明水仙”中最名贵品种有：白玉水仙、琉璃水仙、喇叭水仙、球头水仙和亚香水仙。每年春节，能工巧匠们创作出的水仙盆景雕刻艺术，且能依照人们的愿望，在预定的期间里开放，给节日、寿诞、婚喜、迎宾、庆典增添了不少光彩。



图片来源：欣欣会员—树熊

崇明岛娱乐

观鸟、看日出 崇明岛旅游观鸟的最佳地点无疑就是东滩候鸟保护区。到东滩观鸟，最佳的时机就是早晨，因为东海日出是崇明的一大自然胜景，崇明东滩地处东海最前沿。早晨既能观鸟又能观日出，真是一举两得。

看星 崇明岛上的光污染较少，在江堤边正对南方可以清晰地看见天空的星月，十分浪漫。



图片来源：欣欣会员—[jusia](#)

农家乐 崇明岛上的前卫村、瀛东村都有不少农家院。可以吃吃农家饭，享受农家乐的感觉。在瀛东村可以看到五六十年代农户所住的古式古香的房屋，当时的生产生活用具，如石臼、冲米、布机等，以及保存完好的脚踏水车、牛车等等。还可以看到羊群在山坡上悠闲自在地吃草，候鸟在海边戏嬉漫步，感受大自然赋予的一幅幅动态的山水画。这里的游乐项目多为水上活动，你可以坐上渔民捕鱼用的船绕东湖一周，怡然自得；也可以和三五好友一起奋力玩脚踏船，其乐融融；据说混水摸鱼是最受游人喜爱的一项活动，脱掉鞋子，挽起裤子，踩进及膝盖的水中徒手抓鱼，这种亲临水下的玩法，才叫过瘾；玩累了，坐进水上棋牌室喝茶聊天，打牌休憩。

价格指南

滑沙船 10 元/圈 脚踏船 10 元/小时 摩托艇 20 元/圈 水上棋牌室 20 元/半天

混水摸鱼 10 元/小时 乘牛车 10 元/圈 垂钓 10 元/半天 烧烤 10 元/人

东平公园，悠闲骑车

东平森林公园内林竹茂盛、花果飘香，在鸟语花香之地，租辆自行车，享受森林的绿色和氧气。

园内森林繁茂、湖水澄碧、百鸟鸣唱、野趣浓郁，以“幽、静、秀、野”为特色，集森林观光、会议、旅游、休闲度假、参与性娱乐等多功能为一体，是人们“回归大自然”的最佳胜地。

主要旅游服务设施有造型别致的“蟹”房式多功能休闲游客中心、500 平方米的水上游乐园、具有崇明特色风味菜肴的森林酒家、野外帐篷、森林吊床、2 万平方米的沙滩游泳场、青少年野营基地。

特色项目有草上飞、森林滑草、岩上芭蕾、攀岩、森林高尔夫练球场、网球场、沙滩排球场、森林滑索、彩弹射击、天旋地转、森林骑马、快乐林卡丁车、野外烧烤、森林日光浴、森林童话园以及增强团队协作精神的森林定向活动等。

园内有几家森林度假村为您提供幽雅的环境、优质的服务，使您享受到家的感受。更有徐根宝足球基地等着您与名人近距离接触，参观中国足球明日之星的日常训练生活。

文化活动

薰衣草节

崇明岛薰衣草节地点设在号称中国最美丽的花园，上海崇明岛上的香草种植园紫海鹭缘内。崇明岛紫海鹭缘种植区总面积近 12 万平方，其中种植了近 36500 株薰衣草，代表爱你 100 的含义，也是目前上海唯一——一个种植纯正法国普罗旺薰衣草品种的种植园。



图片来源：欣欣会员—寒蝉鸣泣

森林旅游节

崇明森林旅游节是上海旅游节的重要组成部分，自 1998 年开始举办，每年一届，时间为 9 月中旬至 10 月上旬。该活动主打海岛特有的湿地、森林、田园风光、人文景观等旅游主题，展示崇明生态旅游的魅力。旅游节期间，当地还会组织美食节、森林交响音乐会、芦稷节、米酒节、丰收节等各色系列活动，吸引久居城市的游客前往参观游览。

柑桔节

绿华镇位于崇明岛西南部的西沙地区，每年金秋十月，这里的万余亩桔林果实累累，绿树丛中弥漫着诱人的桔香。一年一度的柑橘节在桔园内举行，游客在尽情享受赏桔、采桔、品桔乐趣的同时，可以体验到更多富有农家风情的主题活动。

老毛蟹节

崇明老毛蟹因其个小、壳薄，肉质细密、风味独特，深受人们的喜爱，驰名海内外，被国家质量监督检验检疫总局评为地理标志保护产品。自 2008 年起举办的老毛蟹节，为人们休闲度假增添了尽情享受置身自然的新乐趣，也为游客提供了一个品味绿色餐饮、度假休闲的好去处。游客可以参加浑水摸蟹、千人钓蟹、万人品蟹活动。

旅游贴士

- 1、每年的 8 月底至 9 月中上旬的崇明岛，是台风的多发季节，经常会出现突如其来的狂风暴雨。这两个时节到崇明岛旅游的旅客，一定要记得随带雨具。
- 2、节假日前往崇明岛旅游的旅客，要提前预定房间，特别是想住农家乐的旅客。因为按照经验来说，节假日期间的房源会很紧张。
- 3、秋冬两季，是去崇明岛吃大闸蟹的最好时节，价格便宜，味道鲜美。在崇明岛，会有人买假冒的崇明白山羊肉，旅客要到有信用度的店铺购买。
- 4、到东滩旅游，要穿越一个湿地，不通车，前往的旅客要准备好防晒霜、太阳镜、雨伞等。

攻略制作者

本攻略由欣欣旅游网打造，并将定期更新，最新版本请关注欣欣旅游网崇明岛攻略！如有批评建议，

请至[我有建议留言](#)

周边攻略推荐



查看更多旅游攻略信息请至[欣欣旅游网旅游攻略](#)。