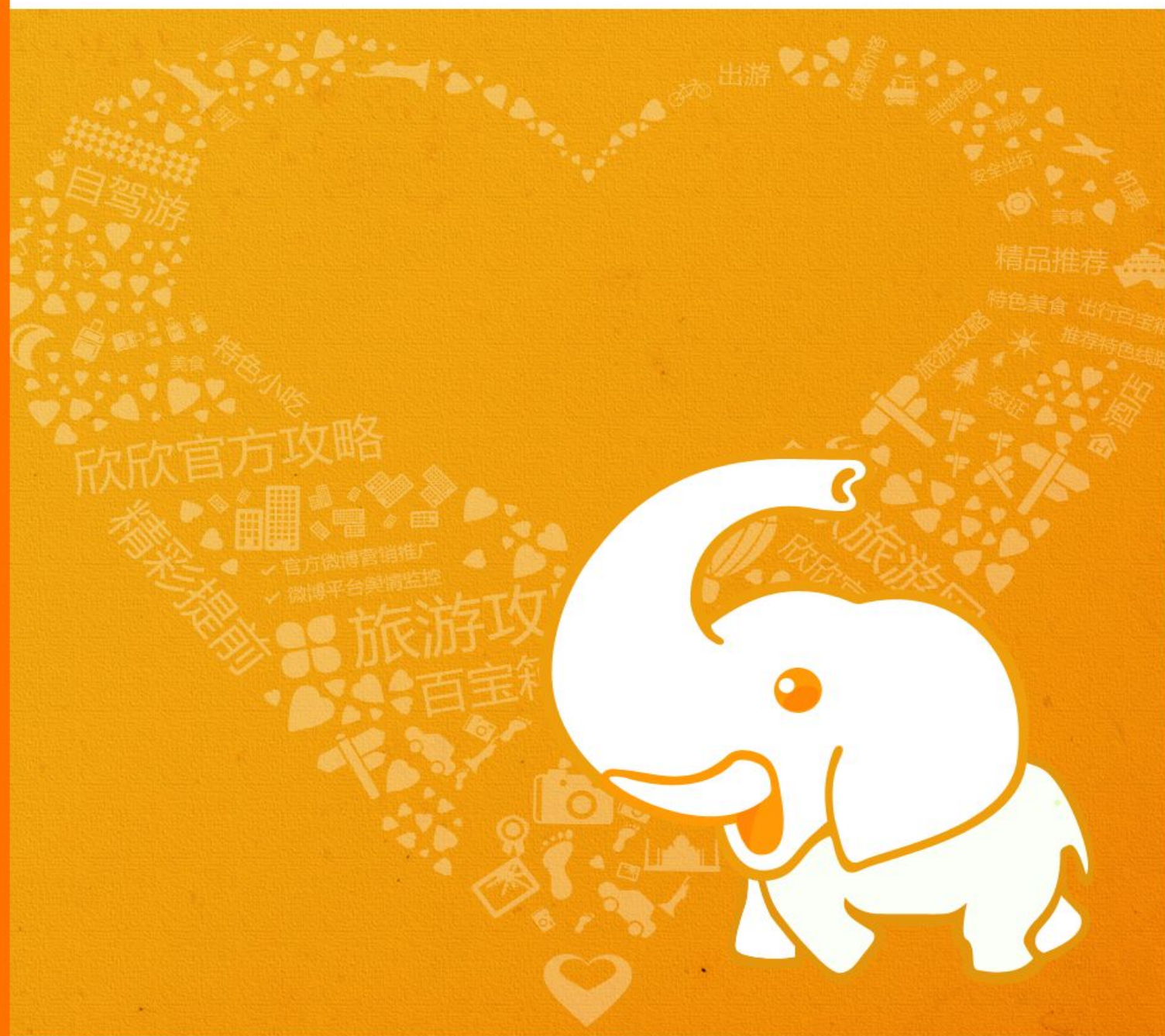


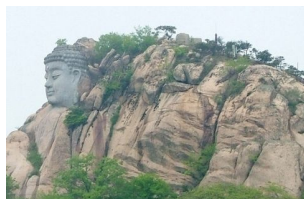
欣欣旅游官方攻略

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

日照



精华抢先看



五莲山

五莲山风景名胜区奇石林立、景致奇异，各有千秋。万木葱郁，清丽峻茂，燕鹊环谷，山泉绕溪，匹练飞瀑，种种胜境，绘出一幅清新、雅致、秀美、险绝的画卷。



皮皮虾

皮皮虾营养丰富，且其肉质松软，易消化，对身体虚弱以及病后需要调养的人是极好的食物；含有丰富的镁；虾的通乳作用较强，并且富含磷、钙、对小儿、孕妇尤有补益功效。



乌鱼蛋

乌鱼蛋是只有在日照才有的海珍品，十分珍贵，是由金乌贼的缠卵腺而加工做出来的，颜色乳白，形状像卵一样大小，经过师傅的精雕细琢就有了各种形状了，有的像花瓣、有的薄如纸片。

提前早知道

适合人群：所有人

适合天数：1—2天

花费预算：400—600元

最佳旅游时间：夏季最佳。夏天是赶海的好时节，可以在日照吃海鲜、游泳，享受日光浴。

本地人忠告

如果不是夏季去海边游玩，还是挺冷的，建议多穿点衣服防寒。
吃海鲜的时候，喝点白酒和米醋。

游泳要注意安全 一定要到正规浴场游泳，不会游泳的人要使用救生设备，比如泳圈、救生衣等。

欣欣百宝箱



品质线路



优惠门票



特价酒店



打折机票

目录

P2：在日照必做的事

P3：日照景点分布图

P5：日照概况

P7：线路推荐

P8：欣欣线路推荐

P8：交通攻略（到达日照）

P9：当地交通

P10：景点介绍

P13：周边景点

P15：住宿推荐

P19：日照美食攻略

P21：日照特产

P23：日照节庆活动

P24：日照贴士

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：[日照春天旅行社](#)、[bjbte](#)、

[zhangxiaoyan](#)、[凯悦渔家](#)、[dingqf](#)、[日照晨星旅](#)

[行社](#)、[日照海丰渔家](#)、[175201728](#)、[日照丽华](#)

[渔家](#)、[miyukie](#)

必做的事

赶海——体验一回渔家生

松软软的海滩呀，金黄黄的沙，赶海的小姑娘光着小脚丫。珊瑚礁上捡起了一枚海螺，抓住了水洼里一只对虾。找呀找呀找呀找呀找……挖呀挖呀挖呀挖呀挖……海边的人们，要根据潮涨潮落的规律，赶在潮落的时机，到海岸的滩涂和礁石上打捞或采集海产品，称为赶海。

赶海是出海打鱼的人对岸边妇幼猎海方式的一种戏称，是海边的人们特有的一种生活方式，一般退潮都是在中午过后，人们随着海水的退潮，来到岛周围礁盘上、沙滩上、拾贝壳、捡海螺……对于许多内地的旅游者也是一项兴趣极浓的活动。



图片来源：欣欣会员—日照春天旅行社

赶海的人多不是为了玩耍，而重在获取海鲜。准备的工具有两件；一是盛收获物的簋子，一件是有多种用途的简单工具，可以出其不意的打下牢牢地附在礁石上的牡蛎，也可以从从容容地挖出藏在沙子里的花蛤儿、玉螺。至于其他小圆螺，香螺，笔螺，舍了家伙用手就可以了。旅游者赶海一般使用的小水桶、小锹、小铲子、小耙子、小水桶、塑料袋和雨靴等物品。

万平口——听海观涛走一遭

“旅游来日照，必到万平口”，已成为各地游客的共识。沙岸线长4公里，滩宽、浪稳、沙细为主要特色。万平口风景区是日照市黄金海岸线上新兴的旅游胜地，位于新市区内，总面积4.6平方公

里，年平均气温12.6摄氏度，冬无严寒，夏无酷暑。地理位置优越，交通便利，北依日照海滨国家森林公园、山海天旅游度假区，西靠日照新市区植物园、樱花园，南接日照港。游客可乘坐1路、5路、6路、沿海旅游专线车或旅游出租车到达景区。

“日照风光任您游，观海听涛万平口”，游客可在园内拾贝园、垂钓园内，已养殖了大量的杂色蛤和名贵鱼类，您可以去赶海、垂钓，享受那份回归自然的乐趣。

亦可观海上日出，乘快艇游览海上风光，进行海水浴、沙滩排球、海上垂钓等娱乐项目。区内有亚洲第二大泻湖。优越的地理位置、便捷的交通、宜人的气候是中外游客夏季休闲、度假、避暑、疗养的胜地。



图片来源：欣欣会员—bjbte

看世帆，赏灯塔

安步当车，便可轻松串起万平口、帆赛基地以及灯塔景区。这是一座免费开放的滨海公园，礁石沙滩在此交相辉映，建于1985年的日照灯塔，原名石臼灯塔，在亮灯时分，显得如梦似幻。

远眺在建的五星级酒店，形同赛艇扬帆，与探向黄海、前挡沙后挡浪的两条栈桥，遥相对视。

最值得一提的夜晚景观，是随着潮涨潮落变换颜色的潮汐塔，即便在夜里，游人也可以一目了然当前的潮位情况。

晚上看灯塔夜景才会领略到灯塔魅力所在。到处都是亮闪闪的彩灯，照耀着蔚蓝色的大海，流光溢彩，让人感觉如梦似幻。

景点分布图



日照景点分布图



日照概况

日照是一座充满魅力的海滨生态城市。日照有蓝天、碧海、金沙滩的自然风光，60多公里的金色沙滩水清、沙细、滩平，可以与夏威夷相媲美。

这里的大气质量、海水质量、淡水质量均保持国家一级标准，以良好的生态环境闻名于世，是休闲度假旅游的胜地。

日照是一座正在崛起的沿海港口城市。这里是新亚欧大陆桥东方桥头堡，是鲁南地区唯一的出海口和中国中西部地区的重要出海口。

拥有日照、岚山两个国家一类对外开放的深水大港，港口货物吞吐量居全国前十位，客箱班轮直通韩国。拥有三条铁路、两条高速公路，海陆交通四通八达。

日照市一座充满活力的时尚城市。现在已有7所知名大学落户日照，在校大学生达到7万人。

日照是享誉四方的“中国水上运动之都”，拥有“亚洲第一、世界领先”的水上运动基地，是中国惟一能承办所有水上运动项目比赛的城市，也是开展水上运动旅游、康体健身休闲旅游的最佳城市之一。运动、健康、活力、时尚成为日照城市形象的重要元素。

日照是一座新兴的旅游城市。这里是山东黄金海岸游和山水圣人游两条旅游线的交汇点，旅游资源非常丰富。有近百公里的沿海风景带，还有风景秀丽的五莲山、浮来山和树龄近4000年的“天下第一银杏树”。

日照是中国规模最大的民俗休闲旅游目的地。这里是太阳文化、龙山文化的重要发祥地，也是中国三大农民画乡之一。这里是西周时期姜尚、南北朝时期著名文学评论家刘勰和著名物理学家、诺贝尔奖获得者丁肇中等名人志士的故乡。

古城新貌

读日照，读出的是古韵古香的绵延悠久；读日照，读出的是蓬勃发展的流光溢彩；读日照，读出的是古城新貌的时代巨变。触摸这个新兴城市，感受它骨骼里古老文化的脉络，体会它无处不在的

时代风采。这就是日照，一个集人文精华与时代气息相结合的城市。

说它是古城，因为这里是“大汶口文化”，“龙山文化”的重要发祥地；有早于甲骨文一千五百多年的原始陶文；有距今已有五千年历史的日照黑陶；在这里孕育了成就周公霸业的姜太公，在这里锻造了鸿篇巨制《文心雕龙》，在这里成就了“巨儒宿学，北面人宗”的焦贛。

说它是新貌，因为这里是东方桥头堡，有着亿吨综合大港，临港产业基地的美誉，有着“蓝天碧海金沙滩”的度假去处，有着水上运动之都的靓丽名片，有着联合国最佳人居奖的嘉叹。

兼容并蓄、和而不同。蓝色机遇下的日照，正在向着“蓝色 幸福 平安 生态 文明”的目标战略式前行，在向着“美丽金沙滩，东方太阳城”的称号昂首迈进。



太阳文化

日照之名，始于元佑。祖曰：天台山有河上公丈人题字云：“云自天出天然奇石天下无，日照台前后胜景台上有”，“日照”之名盖出于此，谓之“海上日出，曙光先照”之地是也。

在日照市东港区涛雒镇的天台山上至今仍保留有太阳神石、太阳神陵、大羿陵、日晷等与太阳崇拜息息相关的遗迹。在莒县凌河挖掘出的“日火山”、“日火”陶文以及陶器上所出现的大量太阳纹，都体现出了日照地区的东夷先民有着太阳崇拜的传统。

在日照还有一个叫太阳节传统民俗节日，每逢农历六月十九，农民们就会把新收的麦子做成太阳形状的饼来供奉太阳，感谢太阳给大地带来了阳光，使农民获得了丰收。

后来据说这饼越做越大，其中厚的就叫锅饼，薄的就成为了今天的山东大煎饼；诸多的太阳文化也成就了日照的别称——“太阳城”。

碧海之韵

提起日照的海，脑海里浮现的是一抹静静的碧蓝，清新如午后四点的奶茶。难忘那清爽的潮湿的带着淡淡的海腥味的海风拂过脸颊，难忘那凉凉的柔滑的海水混着细质的轻沙流过脚丫，那份柔情一如日照山海天绵延至万平口的金沙滩，宁和悠远。

关于日照，一直有个蔚蓝色的梦想，如今，这个梦想正沿着蓝色脉络穿越时空，拉开一座滨海新城的生活序幕。

在这里，“蓝天、碧海、金沙滩”构成了日照独特的生态环境，绵延 64 公里的金沙滩，浪缓滩阔、沙质细润、海水洁净，被誉为“中国沿海仅存未被污染的黄金海岸”，诺贝尔奖获得者丁肇中先生更称这里的沙滩“夏威夷所不及”。



图片来源：欣欣会员—凯悦渔家

水墨山海

这里，因文而雅，因古而韵，因山而名，因林而兴，因海而叹，古、林、山、海在这里兼容并蓄，共同谱写港城的海曲。

这里，有着蓝天碧海金沙滩；有着林竹耸立，移步换景的森林公园；有着“魅力日照赛江南，别有胜境竹洞天”；有着风光旖旎，桃花烂漫的风情园；有着融“采茶、炒茶、品茶”于一体的江北第一茶博园。

这里层峦叠嶂，可凭栏望远，有着“奇、秀、险、怪、幽、奥、旷”的五莲，有着“奇如黄山，秀如泰山，险如华山”的九仙；有着“峭壁端严，屹然一邑屏障”的河山；有着“浮山八景”，有着“石石有故事，洞洞有传说”的龙门崮

这里，锣鼓喧天，听曲艺杂谈。听高亢的岚山号子，韵感十足的满江红，体验海水的雄浑波澜；看诙谐幽默的趺跌，皮影戏，领略民俗文化的久远；这里儒风海韵，翰墨飘香。

走近日照，或可层峦叠嶂间登高望远，或可曲径通幽间品茶趣谈，或可畅游沙滩，平沙一线，或可山花烂漫，游风情园，竹林间，山海天，在这里，你我相连……

线路推荐

日照一日游：山海天度假区—>万平口

早上赴山海天度假区，这里集蓝天、碧水、青山、绿树和金色沙滩于一体，景色美而且空气好，游客可在海滨沙滩自由活动。然后去万平口，“旅游来日照，必到万平口”，已成为各地游客的共识，景区内生态公园、泻湖、灯塔等景点，游客们可以细细品味，慢慢闲逛。

餐饮：可以在万平口附近的大排档解决吃饭问题。另外，建议自备一些零食水果，以备不时之需。

大海之旅二日游

第一天：日照—>万平口

从火车站出来，乘旅游专线或打车到万平口，路程不远，价格不贵。到达之后在附近找个酒店、宾馆放下行李，去万平口海滨风景区。万平口海滨风景区以优美宜人的自然环境、湿润清新的空气、宽阔洁净的沙滩、清澈透明的海水和明媚灿烂的阳光著称于世，游客们在此可以进行沙滩浴、海水浴、日光浴、沙滩浴、沙滩排球等运动。

玩够之后可以去临近的世帆赛基地，灯塔参观，只距离万平口广场只有几分钟的车程，建议徒步走过去，还可以一路欣赏海景。

坐北沿海旅游专线来到著名的海滨国家森林公园。这里的空气质量更佳，日照最好的第四海水浴场也在这里，整个下午都可以在这里玩水嬉戏，尽享欢乐，从森林公园出来不远处就是任家台。

餐饮：可以在万平口附近的大排档或者回入住的酒店解决吃饭问题。另外，建议自备一些零食水果，以备不时之需。

住宿：万平口有很多提供住宿的宾馆酒店，价格适中，可以根据需要作选择。

欣欣小贴士：海边的小饭店价格普遍偏高，点菜前要看好菜单、问好价格，不要被宰。

第二天：青岛—>栈桥—>鲁迅公园—>第一海水浴场—>八大关—>五四广场—>奥帆中心

滨海栈道将众多知名景点连接在一起，形成了一条城市风景线。栈桥在火车站附近，交通方便。沿着海边向东，穿过街道，一条顺势建成的小路蜿蜒至海边，这便是鲁迅公园。再往前走是第一海水浴场，沿着海边前行，不觉中进入八大关景区，这里是最能体现青岛“红瓦绿树、碧海蓝天”特点的风景区。从八大关可以直接通向海边，前面不远处就是青岛的标志性建筑五四广场，奥帆中心就在它的附近。

餐饮：这条路线沿途有不少小吃店，走累了可以找家店进去坐坐，店里一般都有海鲜和炒菜。

住宿：住在青岛市区，这里宾馆酒店很多，不必担心。

深度体验三日游

第一天：游览灯塔风景区，巖滩上看海鸥戏浪，礁石上观奇秀风光；远眺中国第二大煤炭专用输出港-日照港；参观奥林匹克水上运动公园；游览日照市接待中外游客的城市客厅-万平口海滨生态广场；参观日照海战馆，了解一段鲜为人知的历史；登潮汐塔，纵览日照海滨风景。

第二天：晨观海上日出；游览日照海滨国家森林公园，回归自然，拥抱大海，尽情享受沙滩浴、海水浴、日光浴，可参加双人骑自行车、沙滩车、马车、空中飞伞等众多游乐项目；午餐后前往江北第一毛竹园--竹洞天风景区，了解更多关于竹子的知识，体验赏竹玩竹的趣味，欣赏少数民族歌舞，体验少数民族风情，学跳竹竿舞；御青茶博园采茶、品茶，欣赏茶艺表演；海产品超市自由购买当地土特海产。晚上欣赏大型旅游歌舞《日出先照》，品味日照三千年历史。

第三天：沿亚欧风情大道观光，金沙滩海水浴场踏浪嬉戏，乘快艇登桃花岛；李家台赶海拾贝，享受回归自然，拥抱大海的乐趣；午餐后结束行程。

欣欣线路推荐



自驾游



自由行



日照出发：自驾游到日照 万平口+海战馆+阳光海岸+桃花岛二日游

门市价：190 元

欣欣价：128 元 [>>立即预定](#)

日照出发：日照海滨沙滩篝火晚会/场(包场) 日照好玩的地方

门市价：560 元

欣欣价：480 元 [>>立即预定](#)

日照出发：【魅力日照】要想来看海 日青两日游

门市价：389 元

欣欣价：380 元 [>>立即预定](#)

[>>更多线路推荐](#)

交通攻略

到达日照

飞机

[>>更多打折机票信息](#)

日照没有飞机场，但是日照至青岛流亭国际机场有对开的专线巴士。一日八个班次，票价每人 80 元左右。

该线路日照始发点是日照航空服务公司，市区接乘站点分别是日照迎宾馆和山孚大酒店，青岛机场发车点为青岛流亭国际机场候机楼前停车场。

运行起讫地点：

日照始发点：日照市黄海二路航空售票中心（订票服务电话：8880888）

市区接乘点：山孚大酒店（日照海曲中路 86 号，电话：0633-8220988 转 8888、8866、8777）日照迎宾馆（烟台路 208 号，0633-8788888）

青岛机场发车点：青岛流亭国际机场候机楼前停车场（服务电话：6360037）

青岛发车时间为：10:00，11:00，12:30，16:00，18:00，22:30

日照发车时间为：4:40，6:10，8:10，11:40，13:10 和 15:40，全程运行时间 2 到 2 个半小时。

运行路线：日照航空服务公司—日照迎宾馆—山孚大酒店—日照北高速入口—同三高速—王台—胶州湾高速—双埠—青岛流亭国际机场。

火车

[>>更多火车时刻信息](#)

日照目前只有开通到济南，北京，郑州、新乡和牡丹江 5 个城市的列车。市区乘坐 1 路，3 路，8 路和 12 路车可以到达火车站（位于黄海二路）。

火车站咨询电话：0633-95105175

客车

>>更多汽车时刻信息

日照市区不大，几乎每条公交线路都有到汽车站，交通十分方便。

日照汽车东站（日照市黄海二路15号）主要是发往岚山、青岛、烟台、北京、上海等方向的汽车。

日照汽车总站（日照南路21号）主要是一些发往山东省内各个城市的班车。

岚山汽车站（岚山圣岚路王家庄子村）岚山区汽车站。

石臼汽车站（石臼黄海一路石臼影院广场）主要是周边的一些短途客运。

五莲汽车站（五莲县沿河路48号）。

轮船

日照港是综合性大港，有日照港国际客运码头，位于日照市海滨五路南首，市内坐12路公交可到。目前只有发往韩国平泽的客船，二、四、六的早上10:30发船，从平泽到日照是三、五、日发船。

提醒游客朋友们，海上运输受天气影响较大，出行前要关注天气预报。



图片来源：欣欣会员—凯悦渔家

当地交通

公交

>>更多公交信息查询

公交车一般首末时间6:10-19:00，一般价格1元，买票方式是投币。

欣欣小贴士：

- ① 日照公交车一般是投币，请注意准备零钱。
- ② 可以刷交通卡。普通卡9折，学生卡5折。办理记名卡需提供相关的有效证件方可办理，不记名卡不需提供任何有效证件都能办理，不提供挂失，公交IC卡（新卡）销售价格为15元/张。办理退换卡业务时乘客必须携带IC卡及购卡时出具的身份证和售卡单到客户服务中心办理。退卡时卡押金可按使用月数扣除折旧（IC卡押金每月折旧1元）后将剩余的押金如数退还；如果使用时间超过30个月，不再退还卡片押金，余额概不退还。
- ③ 堵车情况：日照交通状况很好，一般不会堵车。

出租车

市内出租车起步价为6元3公里。3公里至7公里1.5元/公里。回空里程为7公里，回空价格在运营价格基础上加收50%。

出租车监督投诉电话：0633-8779177

人力三轮车

日照随处都有人力三轮车，视距离远近价钱不一，如果不急于赶路，可以在这个海滨小城坐坐三轮车，也是一件很惬意的事情。小心有的三轮车夫会推荐你去某些小旅店住宿，建议去之前先订好比较安全的住宿地方，不要上当受骗。

景点介绍

日照海滨森林公园



图片来源：欣欣会员—[bjbte](#)

日照海滨国家森林公园位于山东省日照市北沿海路北首，她东濒黄海，北临青岛，西接两（城）石（臼）公路，南连沿海公路，地理位置优越，基础设施配套。

2002年，经国家林业局批复，“鲁南海滨国家森林公园”正式改为“日照海滨国家森林公园”。现公园总面积12000亩，森林覆盖率75.8%。树种结构以日本黑松为主，是日照市沿海防护林的重要组成部分。

背依森林，面向大海，由姜太公纪念馆、姜太公钓鱼中心、太公文化广场组成，太公园是为纪念我国商周时期著名的政治家、军事家、谋略家——姜太公而建设的国内规模最大、档次品位最高的文化景观之一。

日照海滨国家森林公园建筑总体吸收了自唐朝以来历代古建筑之长，形成了我国唯一的独特古建筑风格，殿堂彩绘兼容南北古今的特点，以北方色调厚重结合南方风格及工艺，并将商周时期流行的兽纹、鸟纹等图案结合现代丽粉彩绘融为一体，独具特色，在我国古建筑彩绘中独一无二。

门票：旺季 60 元

淡季 40 元

开放时间：全天

地址：山东省日照市北沿海路北首

交通：坐（北沿海路旅游专线）公交车到日照海滨国家森林公园下即可。

灯塔旅游风景区

日照灯塔风景区因区内设有灯塔。日照灯塔海滨风景区、世界帆船锦标赛基地、水上运动基地相连；南边是中国第二大煤炭输出码头日照港。

景区于2005年5月向游客开放。其规划设计方案采用的是美国EDSA公司中标方案，深圳北林苑景观与规划设计有限公司进行了景观设计，日照市建委承担对其进行了整体改造。景区总面积约50万平方米，共分海滨休闲、宾馆度假服务和特色商业三大功能区。

海滨休闲区由灯塔广场、观石广场、观涛广场组成。沿海地段以灯塔、自然礁石群为主题，整合了护岸、木栈道、硬质铺装等带状景观，并将大面积的绿化和水、石、亭等点状、带状景观有机组合，加之夜晚繁星般的灯火和白色张拉膜的映衬，使此地无不显示日月同辉的景观，形成了独具特色的集人文、自然于一体的休闲旅游环境，每年吸引着数百万的游客前来消暑度假，观光游览。

交通：市内公交车1路5路灯塔广场站，坐1路公交可以直接进入灯塔景区。从万平口去灯塔景区可以坐5路公交（来回都坐5路就可以了），途经世帆赛基地，也可以在万平口坐观光车（来回20元），以及世帆赛基地，可以要求下来拍照，但停留时间不长。所以对身体好的人，时间多的人，不建议坐观光车，建议坐公交就可以了。



图片来源：欣欣会员—[dingqf](#)

日照世帆赛基地



图片来源：欣欣会员—日照晨星旅行社

日照市世帆赛基地风景区位于日照市万平口海域，总占地面积1.2平方公里，其中陆地面积65公顷，水域面积41公顷，是为承办2005年欧洲级、2006国际470级世界帆船锦标赛而建设的基地设施。

西岸的三座建筑是帆赛基地最主要的建筑。位于北部的是帆船俱乐部，自由蜿蜒的平面与游轮般的形体，使其成为东西湖面上的点睛之笔；中部的水上控制中心构成简洁有力，形体饱满，它的设计理念源自风帆的意象，充满着运动的张力；位于南端的船库丈量室，则通过张拉膜结构围合成一个半圆的空间，为大型集会提供了良好的场地。

日照世帆赛基地设施完备，功能齐全，拥有大型豪华客船、高速快艇、橡皮艇、摩托艇等不同档次的先进设施，是海上观光、休闲度假、休闲运动、婚礼庆典、婚纱摄影、海上垂钓、商务会议及举办大型龙舟赛的最佳场所。

地址：日照市东港区绿洲南路世帆赛基地

开放时间：09:00—17:00

门票：免费，如果要坐游艇海上游玩48元/人。

公交：5路，7路可以直达，票价1.5元。

自驾游路线：

①日照市区→海曲东路→绿洲南路→世帆赛基地

②日照市区迎宾路→北京路→黄海三路→绿洲南路→世帆赛基地

桃花岛风情园

桃花岛俗名：“逃活栏”，位于黄海之滨，太公山下，是日照市内的一个主要旅游景点，该岛隶属于日照市东港区秦楼街道桃花岛村以东海域上，距岸千余米，面积0.5平方公里，是本市海域唯一的岛域。

海域碧波荡漾，特产丰富。岛上奇石耸立，风光秀美、神水泉、祭礼台、香炉石等自然景观与现代建筑码头、亭阁融为一体，使人留连忘返。

桃花岛四周是岩石构造，渐近岛心是绵延数百米的海沙，岛中心有一甜水小泉，岛上各种植物茂盛，繁殖着药用的土元（俗称土鳖），并生长着一种近似桃树的灌木乔木。

地址：日照市东港区秦楼街道桃花岛村以东海域上。

交通：从日照市乘旅游车前往景区。从汽车站到景区约19.1公里。

日照海洋馆

日照海洋馆日照海洋馆最精彩的部分是海底隧道，长度168米，是亚洲最长的仿海底亚克力观光隧道，它是由拱形亚克力玻璃建成的环形封闭空间，里面放养着几百种、上万种海洋生物。在这儿是欣赏海洋生物的最佳场所。

隧道地面为自动步行道，游客朋友们可以驻足参观，抬头仰望各种鱼类，透过立体透明的隧道，呈现于眼前的是奇异的海底景观——珊瑚群、海藻、礁岩和游弋于碧蓝海水中的几百种万余条来自中国海域和太平洋海域的珍稀鱼类。

置身于其间能够让您如同身在海洋深处，全方位、多角度地观赏神秘的海底世界和珍奇异彩，光怪陆离的海洋生物，充分感受和体验大海的深邃与博大。在人鲨共舞表演区，十几条大鲨鱼将同潜水员表演惊险刺激的舞蹈。

地址：山东省日照市东港区

开放时间：7:00-18:00

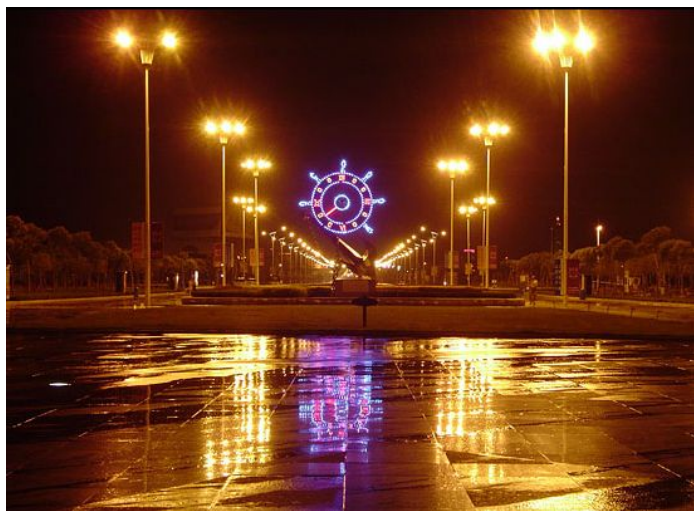
交通：可乘10路、双层观光巴士、北沿海旅游观光专线到达海洋馆，根据车子不同，票价1.5-3.5元。

万平口

万平口风景区内的泻湖，是天然的避风港，历代都是商船停泊之地，有“万艘船只平安抵达口岸”之意，因此取名万平口，同时也寓意万事平安，一生平安。泻湖曾是一片平静美丽的内海，现已被当地渔民改造成养鱼池。

风景区内的生态公园是景区的中心区域，景区突出生态和海洋的主题，融入了人与自然和谐共处的理念，是日照“海滨生态市、东方太阳城”的重要标志。日照的第二海水浴场在这里，但是沙质较粗。浪较大，不适合游泳。

日照著名的灯塔景区也位于其中，整个灯塔广场以灯塔为核心，旁边是面向大海的绿草坡地，灯塔就好像是从自然环境中破土而出的“定海神针”，加上海洋、礁石、沙滩、雕塑的相互映衬，一副生机勃勃的画卷展现在了我们的眼前。



图片来源：欣欣会员—日照海丰渔家

【生态公园】

生态公园是景区的中心区域，景区突出生态和海洋的主题，融入了人与自然和谐共处的理念，集广场、绿地、餐饮、购物、停车、娱乐、洗浴为一体，是日照“海滨生态市、东方太阳城”的重要标志，也是日照市对外开放的重要窗口和市民休闲、娱乐的城市客厅。

【泻湖】

亚洲第二大泻湖，拥有美丽的泻湖大桥，2005、2006年欧洲级、470级世界帆船锦标赛和2007年全国首届水上运动会曾经在

这里举行。

【灯塔】

灯塔景区分为广场、海滨休闲区、公寓区和居住区4个部分，总面积约46.48万平方米。以灯塔为核心，整个灯塔广场以灯塔为核心，旁边是面向大海的绿草坡地，灯塔就好像是从自然环境中破土而出的“定海神针”，加上海洋、礁石、沙滩、雕塑的相互映衬。

门票：免费

开放时间：7:30—17:30

地址：山东省日照市东港区

交通：可以乘坐1路，5路，6路车，8路，32路车和北沿海旅游专线到万平口风景区下车。

赶海园

刘家湾赶海园位于日照南沿海路中段，距日照市区12公里，总规划面积5.15平方公里，拥有5.4公里长的黄金海岸线。落潮时有1.3万亩潮间带，滩平沙细，面积广阔。

园区突出了海洋文化，反映了地方民俗风情，适应了现代人返朴归真、回归自然的心理追求，是认知大海、感知大海、体验渔家生活的最佳去处。被誉为“亚洲最大金沙滩、中国第一赶海园”。

门票：全价票：50元；学生票：25元；

1.3米-1.5米的儿童：25元；

70岁以上老人和1.3米以下儿童免门票。

开放时间：全天

地址：日照市南沿海路中段刘家湾赶海园

电话：0633-2957009、0633-2957006

交通：做1路或3路车到汽车总站，然后做日照到岚山的车，到涛雒下车。

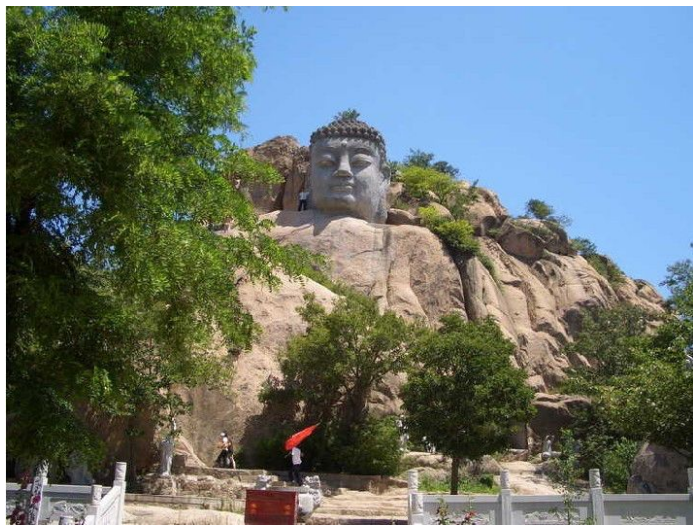


图片来源：欣欣会员—bibte

周边景点

五莲山

五莲山风景名胜区，总面积 68 平方公里，由五莲山、九仙山两大风景区组成，位于鲁东南沿海，东邻避暑胜地青岛，南接海滨城市日照，西接“亚洲银杏王”驻地莒县，北靠世界风筝都潍坊，素有“台湾花莲，山东五莲”，“山西五台、山东五莲”之美誉。



图片来源：欣欣会员—[175201728](#)

五莲山风景名胜区奇石林立、景致奇异，各有千秋。域内万木葱郁，清丽峻茂，燕鹊环谷，山泉绕溪，匹练飞瀑，种种胜境，构绘出一幅清新、雅致、秀美、险绝的画卷，从而使宋代文豪苏轼也盛赞“奇秀不减雁荡”。

门票：60 元。

开放时间：7:00—17:00

电话：0633-5231708

交通：到五莲游客集散中心。

① 日照新市区、开发区和火车站：可于上海路东段和北京路全路段，乘坐市北开发区客运公交线。票价 3 元/人。

② 日照港、海滨景区、大学城：可于上海路东段、海滨二路、海曲东路万平口景区路段、海滨景区碧海路南段和大学城区聊城路东段、烟台路北段、山海路中段，乘坐山海旅游观光。票价 3 元/人。

③ 日照老城区、长途汽车站：可于日照市客运南站（长途汽车站路北对过），乘坐日照到户部客运班线。票价 8 元/人。

④ 五莲县城：可于五莲县客运站，乘五莲—石臼客运班线、五莲-潮河客运巴士专线。两线票价分别为 7 元/人和 4 元/人。

⑤ 青岛、黄岛、胶南等城市：可乘直通五莲县客运班线，直接到达五莲游客集散中心。票价分别为：青岛 35 元/人，黄岛 25 元/人，胶南 20 元/人。

竹洞天

日照竹洞天风景区位于日照城区西端，总面积 1000 多亩，其中毛竹面积 200 多亩，其他竹子面积 400 多亩，水域面积 400 多亩，是南竹北移的成功典范。

景区绿化面积在 80% 以上，自然生长着毛竹、淡竹、斑竹、月竹、紫竹、钢竹、金镶玉竹等 100 多个竹子品种。设有专门的供游客观赏的竹子品种展示区，竹子产品琳琅满目。

这里既是一个天然氧吧，又是一个天然的竹子博物馆。景区是山东省电视台外景拍摄基地，被国家旅游局评为“全国农业旅游示范点”，被国际旅行商协会评为“中国最具吸引力的地方”，2008 年被评为“国家 AAA 级景区”。

地址：老城区西郊

交通：游客从市区可转一趟车到长途汽车站然后转 15 车到达，路程还算方便。



图片来源：欣欣会员—[175201728](#)

浮来山

浮来山又名浮丘。位于日照市莒县城西，距县城8公里，莒县、沂南、沂水三县交界处，海拔298.9米，处莒西平原尽头。浮来山有三峰，北为“佛来峰”，西为“浮来峰”，南为“飞来峰”，三峰鼎峙而又拱围相连，唯东面略微开敞。

在秀奇玲珑的浮来山上，有商周老树、晋代古刹、隋唐庙庵，古藤绕树、松柏参天、美禽栖枝、奇鸟鸣林，令人心旷神怡。浮来山风景区内有八观、十二景、三泉与四园。修竹奇木，居谷繁茂，怪石嶙峋，溪流潺潺。

千年古刹定林寺是山东省现存最古老的寺院之一，为刘勰故居所在地，始建于南北朝时期，距今已有1500年的历史。寺内三教堂供奉儒、释、道三教，是山东省现存唯一一座三教寺。

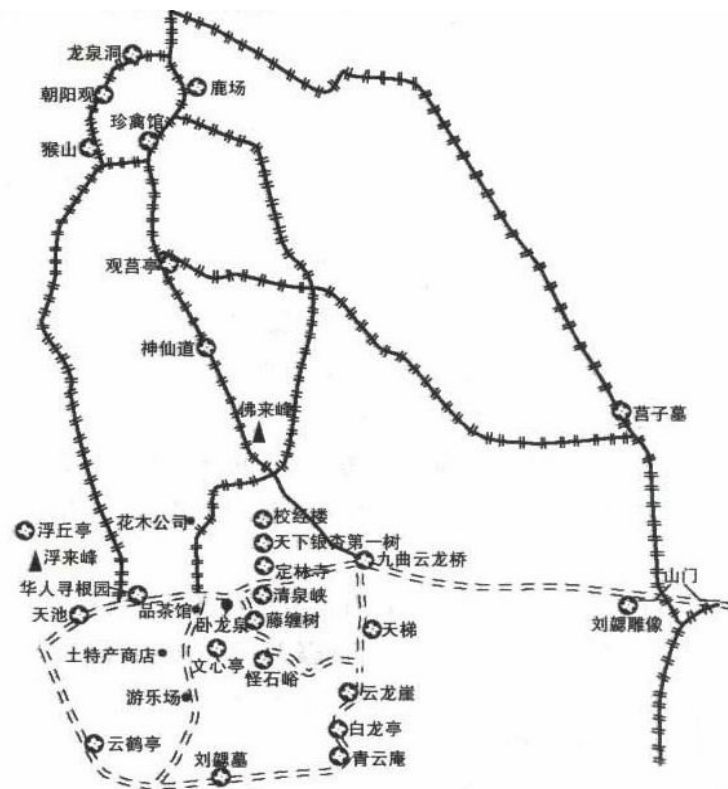
全寺分前、中、后三进院落，有五殿二堂，两庑一宫三院。主体建筑，飞檐螭首，雕梁画栋，既轩敞典雅，又古朴大方，是典型的北国古建筑风韵。

门票：50元

开放时间：8:30-18:00

地址：山东省日照市莒县浮来山镇

交通：日照汽车总站（10-20分钟/班）和东站（30分钟/班）均有发往莒县的专线班车，票价10到20元不等。莒县县城乘1路公交车



车到浮来山风景区，下车即是。

河山

河山位于日照市区北十公里处，以“众河之源”得名，海拔628米，高度为日照东部群峰之首，大有拔地凌霄之势，巍巍耸立，诚谓“峭壁端严，屹然一邑屏障”。

河山山势峥嵘，气势雄伟，遍布古迹，处处胜景，使游人大有登泰山之感。

代表日照现代形象的巨书“日照”两字刻于河山悬崖之上。“日”字长20米，宽17.5米；“照”字长25米，宽25.5米。它是汉字摩崖石刻的世界之最，载入世界吉尼斯大全，给河山增添了一大景观。

河山怪石嶙峋，峰侧断崖似刀削斧劈。

沿南麓崎岖小径可攀登向上，一路风光，目不暇接。首先看到的是后时家官庄村民和石匠共同于民国七年立的“开山碑”。

碑文：“以此碑为界，碑界以下不准开石，如有犯者，重加处罚。”由此可见，维持原貌，保护生态环境，在河山早就引起重视并立有戒约。

前人立碑为规，至今丝毫未犯，这样有效的乡规民约的确令人钦佩。

自驾：

- ① 同三高速和日东高速出口—沿204国道—河山镇—西行3公里—河山风景区
- ② 新市区—北京路—河山镇—西行3公里—河山风景区
- ③ 北沿海路（碧海路）—山海路—北京路北—河山镇—西行3公里—河山风景区
- ④ 北沿海路—森林公园中—河山镇—西行3公里—河山风景区

住宿推荐



日照海悦度假酒店

简介：日照海悦度假酒店系日照国家森林公园内唯一一家有独立海滨度假别墅的酒店。酒店地处国家森林公园内，交通便利，环境优美，以其先进的设施、齐备的功能和个性化的服务著称。本酒店先后通过了 ISO9001 和 ISO14000 质量环境管理体系认证，依靠科学的管理保证了高水平的服务，在社会各界中树立了良好的声誉，是宾客商务旅游，自驾旅游，休闲度假的理想住所！

顾客点评：很好，很方便，离海边很近，日照的沙滩很好很干净，旁边吴家台村的渔家海鲜很不错，也不贵，适合休闲，每天可以睡到自然醒。

顾客点评：非常不错，环境优雅，离海滩很近，最好的海滩。晚上很静，可以在海滩边散步，好美！下次还住这里！

>>> [更多](#)

欣欣价：88 元起 [>>立即预定](#)



日照爱琴海度假酒店

简介：日照爱琴海度假酒店座落于日照鲁南国家森林公园，交通便利，环境优美，以其先进的设施、齐备的功能和个性化的服务著称。本酒店先后通过了 ISO9001 和 ISO14000 质量环境管理体系认证，依靠科学的管理保证了高水平的服务，在社会各界中树立了良好的声誉，是宾客商务旅游，自驾旅游，休闲度假的理想住所！

顾客点评：酒店环境还不错，在公园里面，服务态度也很好，只是进门要买公园门票，不过就这个价位已经可以了，全家住的很开心！

顾客点评：这个价位的已经算不错了，离海边挺近的，住的是综合楼，有种在别墅区的感觉。

>>> [更多](#)

欣欣价：88 元起 [>>立即预定](#)



日照富林宾馆

简介：紧邻海岸，出门即是沙滩，坐在宾馆房间内即可欣赏碧波万顷、潮起潮落，真正与大海零距离接触！宾馆拥有中高档客房 18 间，大部分是海景房。房间类型有标准双人间，有适合情侣出游的大床房，有适合全家出游的标准三人间，也有为商务人士准备的商务套间，可满足各界人士旅游度假的需要！

顾客点评：离海最近的宾馆里最便宜的房间，虽然设施陈旧，但是地理位置优越，出行游玩都方便，带着孩子很合适，老板服务热情，森林公园门口接送！

顾客点评：这个酒店很不错，老板很热情，一出宾馆门就是海边很方便的。

>>> [更多](#)

欣欣价：100 元起 [>>立即预定](#)



日照碧海宾馆

简介：靠近海滩，海水浴场有天然细软的沙滩，南邻日照市中心，风景优美，交通便利。宾馆拥有客房共 130 间，包括双人标准间、家庭间、三人间等，房间舒适、整洁，配备免费无线上网，为宾客提供各种便利。

顾客点评：宾馆离还很近，孩子玩的很好，酒店卫生干净，和价钱对等，森林公园里房子比外面贵，但玩很方便哈，下次还去哦。

顾客点评：出门不远就是大海，很方便，位置非常好，门口也有很多好吃的，不过价格不便宜。假期入住和平常差的比较多。

>>> [更多](#)

欣欣价：120 元起 [>>立即预定](#)



锦江之星 (日照海滨五路店)

简介：锦江之星日照火车站店坐落于空气清新，环境宜人的日照市海滨五路北首，火车站广场南约 100 米，周围交通十分便捷，商务活动繁华。酒店店拥有为商务人士设身打造的商务房和标准房。商务房内书写功能宽敞，整个房间显示着人性化和专业化的设计，使宾客如置身于家的清新高雅。同时酒店全部的装修和家具都经过严格的环保检测，为宾客的健康住宿提供了保证。

顾客点评：酒店很方便，卫生干净，服务很好！下次来日照还会光顾。

顾客点评：位置不错，无论是去友谊商场，银座，还是灯塔，海边，都很方便！服务也不错，房间也还算干净，推荐！可以去！

>>> [更多](#)

欣欣价：144 元起 >> [立即预定](#)



如家快捷酒店 (日照黄海二路店)

简介：如家快捷酒店日照黄海二路店是如家酒店连锁店之一。酒店拥有布置温馨的标准房、商务大床房、大床房等各类房型 80 间。客房内提供免费宽带上网、24 小时热水淋浴、空调、电视、电话、有标准的席梦思床具及配套家具。

顾客点评：很温馨，很安静，前台服务小姐态度很好。总之挺满意的！

顾客点评：环境挺不错的，很干净，床也很大，价格实惠下次还来~

>>> [更多](#)

欣欣价：143 元起 >> [立即预定](#)



日照大酒店

简介：日照大酒店地处黄海二路与海滨五路的交汇处，日照火车站南侧，步行可至日照汽车东站，交通便利。酒店拥有各类客房，房间温馨舒适，每间客房均设有 24 小时热水、宽带上网等，设施完善。

顾客点评：强力推荐！房间宽敞，卫生不错。特别值得一提是自助早餐，品种多质量好，很好吃。

顾客点评：房间装修看着很新，干净整齐，面积不小，热水很好，住着很舒服。

>>> [更多](#)

欣欣价：98 元起 >> [立即预定](#)



日照嘉华宾馆

简介：地理位置优越，周边有海纳商城、汽车东站、火车站、日照广播电视大学、东兴商务城。宾馆可提供复印、打字、传真、电话缴费、EMS 快件收发、拨打国内、国际长途电话、银联卡结算，大厅备有中国、山东、日照地图、日照火车、汽车、飞机时刻表，是商务、休闲理想下榻之选。

顾客点评：还可以老板很热情，很干净，离火车站不算远，附近交通很方便。

顾客点评：第三次入住了！服务很好，老板很热情的，很安静，步行到火车站也就 10 几分钟，很愉快的一次旅行!!!!。

>>> [更多](#)

欣欣价：90 元起 >> [立即预定](#)



日照山孚大酒店

简介：日照山孚大酒店系山孚集团与新加坡合资兴建的涉外酒店。酒店位于东港区海曲中路与艳阳路的交汇处，紧邻海曲公园，地理位置优越，交通便捷。酒店拥有客房共 100 间，房间配套设施齐全，所有房间均配有免费宽带网络。酒店设有百味坊餐厅，宽敞明亮，能够同时容纳 100 余人就餐，并有 16 个风格各异的包间，是接待宴会、团体招待的理想场所。

顾客点评：中规中矩，比较满意。另外，坐机场大巴方便。我看行！

顾客点评：酒店服务很好，前台帅哥一进门会送上一杯花茶，并帮忙按电梯。晚上外面很安静，不觉得吵，都蛮好的，下次还会来！

>>>[更多](#)

欣欣价：180 元起 [>>立即预定](#)



日照德泰大酒店

简介：酒店位于日照市东港、石臼两区交汇的黄金地段昭阳路 18 号，距日照市政府 4 公里，距东港区政府 2 公里，距利群日照购物广场 1 公里，距日照长途汽车站 3 公里，距日照火车站 2 公里，距万平口国家风景区 5 公里，距青岛机场 160 公里虚拟空港快速直达。

顾客点评：虽然早餐简单了点，但这价格值了。还有小礼物在房间，惊喜啊！

顾客点评：酒店不错，环境很好，离海边比较近，去王日照小城的各个位置，交通都比较方便。

>>>[更多](#)

欣欣价：190 元起 [>>立即预定](#)



锦江之星（日照海曲公园店）

简介：锦江之星（日照海曲公园店）坐落于空气新鲜，环境宜人的日照市东港区海曲中路，邻近日照市标志性公共绿地海曲公园，周围交通十分便捷，商务活动繁华。酒店店拥有为商务人士设身打造的商务房和标准房及适合家庭居住的三人房。房间特显人性化和专业化的设计，使宾客置身于家的清新高雅。

顾客点评：交通方便，对面是海曲公园，环境好，房间宽敞...附近有利群等超市，购物就餐方便。

顾客点评：同事几次入住了，位置方便，干净整洁。下次应该还会选择这里。

>>>[更多](#)

欣欣价：134 元起 [>>立即预定](#)



日照乐途商务酒店

简介：公司借鉴在欧美完善成熟的经济型酒店模式，为客人提供“洁净、快捷、舒适、经济”的酒店产品，倡导“适度生活、轻松自然”的旅行生活理念，全力打造全新概念的经济型连锁酒店品牌。酒店设有多种不同档次类型的客房——欧式风格、简约时尚；IP 直拨电话、高速宽带上网、有线电视；舒适大床、精致床品；独立空调、统一供暖设备、24 小时热水服务。

顾客点评：位置位于中心，服务还不错，服务人员能够细心介绍相关的景点线路。

顾客点评：环境安静，酒店的设备还好，较新。网络速度快，卫浴设备新。

>>>[更多](#)

欣欣价：128 元起 [>>立即预定](#)



日照宏伟国际酒店

简介：酒店有卫星数字电视、中央空调、程控电话、Internet 一应俱全 夏季采用中央空凋制冷，冬季采用的恒温地暖给您一份暖意融融的舒适感受。融汇中、西经典风格的中餐厅共有 VIP 接待包厢 12 间，可同时容纳 150 位宾客就餐；集传统与时尚相结合的粤菜、鲁菜及地方特色的饕餮盛宴，是您政务、商务宴请的最佳选择。

顾客点评：尽管硬件设施不是最好的，但服务绝对是日照最好的酒店，一旦住过你会再入住的！

顾客点评：日照服务最好的酒店了，每次来都住这里。早餐吃的很舒服，大堂有欢迎水果和茶水。

>>> [更多](#)

欣欣价：328 元起 >> [立即预定](#)



日照广电大酒店

简介：一家集餐饮、住宿、商务、康乐、购物于一体的现代化多功能商务酒店，建筑面积 18000 平方米，拥有豪华套房、标准房、景观客房 100 余套，客房内配备有中央空调、高档家具、视频点播数字电视、国际、国内直播电话、客用冰箱、保险箱、客房饮用水系统、高速互联网接入服务等配套设施，是商旅人士下榻的理想之选。

顾客点评：酒店不错，设施略显陈旧，早餐很丰盛，性价比较高。

顾客点评：酒店不错，不光房间很多，并且早餐质量很好，这是我住过同价位酒店早餐最好的了。

>>> [更多](#)

欣欣价：258 元起 >> [立即预定](#)



日照嘉豪商务酒店

简介：坐落于日照市政治文化中心-新市区，是集客房、餐饮、娱乐、商住、会议于一体的三星级酒店，拥有豪华大床、豪华标准房、豪华套房、豪华宴会厅、中型宴会厅、大型零点餐厅、大中小型会议室。酒店地理位置优越，是宾客休闲、度假、购物理想下榻之选。

顾客点评：环境很好，很安静，酒店服务感觉很温馨，早餐品种挺多，不过肉类较少，但是标准在那里不能要求太多啦！总起来说，住的很舒服，离海边也不远，感觉很好！

顾客点评：酒店非常好，房间宽敞舒适，干净整洁。服务员态度特好，非常热情。价位合理。强烈推荐!!!

>>> [更多](#)

欣欣价：160 元起 >> [立即预定](#)



如家快捷酒店（日照济南路万平口店）

简介：如家酒店连锁——美国纳斯达克上市企业、中国经济型连锁酒店领袖品牌，酒店遍布全国。凭借标准化、干净、温馨、舒适、贴心的酒店住宿产品，如家为海内外八方来客提供着安心、便捷的旅行住宿服务。

顾客点评：环境挺不错的、挺干净、挺整洁的。前台服务态度很好

顾客点评：酒店不错，离万平口很近，第二次入住了，早餐也不错，下次来日照还会选择这里。

>>> [更多](#)

欣欣价：103 元起 >>

[立即预定](#)

美食攻略

来到日照，一番游山玩水、酣畅淋漓后，免不了会饥肠辘辘。这时候日照的特色大餐就要“粉墨登场”了。在海边吹着海风，吃着海鲜，看着戏耍的人群，听着涛声阵阵，也是别有一番风味。

日照煎饼

日照煎饼为日照民间主要食品，主以小麦面粉、红薯面粉、小米面、玉米面为原料，绞成浓糊状，上热并摊烙而成，饼薄如纸，色调微黄，质细香甜，柔软可口。

乌鱼蛋汤

乌鱼蛋为日照独有的海珍品，历史悠久，驰名海内外，曾为历代皇帝的御膳佳品。其色乳白，状如卵，经厨师之手，可加工成状若花瓣、薄如纸片的高级食品。

其营养丰富，味道鲜美，有冬食去寒、夏食解热之功效。

小豆腐

日照人喜欢吃小豆腐，又名馓渣、炖磨。在当地素有“竿头叶炒三遍，鱼肉也不换”之说。

做法极简单，将黄豆磨成“豆泊儿”，另取小白菜叶、萝卜缨子之类的烂菜叶子或苦菜子、七七菜等时令蔬菜切成细碎末，与“豆泊儿”一起上锅边煮边翻。

合味蛰头

用海蛰头、白菜叶、干椒、香菜梗、盐、味精等做原料，用西瓜刻成西瓜盅座，蛰头清水泡去咸味后，切块、白菜叶撕成块，锅上火下白菜叶煸软，加烫过蛰头快速爆装盘，放瓜盅座上即成。吃起来感觉到蛰头爽脆、白菜鲜嫩。

文心蒸包

文心蒸包是用五花猪肉配时令蔬菜，加甜面酱、五香粉、高汤、花生油、盐、味精蒸制的面点，具有皮薄、馅多、味美等特点。

水晶蒸饺

由澄粉、生粉、猪大油、盐、沸水调制成坯，包入三鲜馅，蒸制而成的面点，具有晶莹透亮、光滑味美等特点。

涛雒羊肉面条

涛雒羊肉面具有独特的地方风味。面粉由人工石磨研成标准“七五”面，每百斤面粉加碱粉 0.5 斤、食盐 0.5 斤、水 30 斤，搅拌均匀用手揉制，次数越多，面色越白，弹力愈大。

然后，用擀面杖手工擀碾放皮，擀至麦皮薄如纸透明发亮，然后用刀切成四棱形。

海参泡饭

将海参用耗油、鲜汤烧制，配以油菜心、米饭制成的营养丰富，色泽搭配美观的一道高档菜肴。

对虾

对虾是日照市著名海珍产品，它体长侧扁，肉质肥厚细嫩，味道鲜美，营养丰富，为高级宴席上不可缺少的佳品。对虾除鲜食外，还可加工成无头对虾、虾仁等，均为海味上品。



野味

日照人还吃松毛虫蛹、蝉的幼虫、蝎子、蚂蚱等昆虫及苦菜子、七七菜、阴青菜、灰灰菜、扫帚菜等野菜，这都是因为过去这个地方太穷，所以什么都能吃。过去吃这些怕丢人都偷偷的吃，可现在已经堂而皇之的成为餐桌上最常见的美味佳肴了。

清蒸海蟹

清蒸海蟹肉多，脂膏肥满，味鲜美，营养丰富。每百克蟹内含蛋白质 14 克、脂肪 2.6 克。鲜食以蒸食为主，还可盐渍加工“枪蟹”、蟹酱，蟹卵经漂洗晒干即成为“蟹籽”，均是海味品中之上品。

清蒸海蟹是最普通的海鲜菜品，一般的渔家都有提供，也可以到市区的海鲜酒楼品尝。



图片来源：欣欣会员—日照丽华渔家

烤鱿鱼

鱿鱼，也称枪乌贼、柔鱼，营养价值很高，是名贵的海产品。它和墨鱼、章鱼等软体腕足类海产品在营养功用方面基本相同，都是富含蛋白质、钙、磷、铁等，并含有十分丰富的诸如硒、碘、锰、铜等微量元素的食物。

日照的烤鱿鱼很多，可以在路边找家小店尝尝，也可以去市内的海鲜酒楼吃。

西施舌

西施舌为日照海域产珍贵海蛤，外壳形态俊秀，斧足形扁似舌，洁白如玉，被誉为“西施舌”，蛤壳内经体丰满，肉质鲜嫩，味道鲜美，清洁别致，营养极为丰富。

值得一提的是，西施舌只在日照有，朋友们可以去尝尝这个别的地方吃不到的美食。

美食好去处

羊肉馆

比较集中在山东路，一碗地道的羊肉汤价格很实惠味道很正

宗，里面的羊杂并不是平时羊汤里那么大块，而是细细切了，有的还灌了肠衣切开，味很好。

推荐莒县的羊肉有两家：任记和世起。

八大碗

三浴附近，日照市最老的一家鱼馆，利用海鱼炖的鱼汤是一绝。

想体验海景餐厅的感觉可以去山海路东头的水芙蓉酒店，就建在海边的悬崖上，三面环海，视野开阔，碧浪万顷，尽收眼底；如遇汛期大涨，气势壮观。酒店还有专用码头和游艇。

大众牛头馆

太原路和天津路交叉口向北，味道很好，特别是牛唇和牛舌，混着拼一盘，再来盘牛渣卷煎饼，拌个莴笋，来盘大骨头（15 元/份），清汤不要钱，当水喝。

岚洋渔村

位于日照开发区临沂路和天津路交接处路西南 150 米，渔村有各种时令海鲜，价格很实惠。

日照港通韩国，所以韩国吃食在日照也不少。

韩国料理最好吃的就是石臼市场上的“夫妻店”价格便宜，而且是开放式厨房，可以边看边等，夫妻店旁边就有几个韩国食品的店。

欣欣小贴士：

- ① 虾、皮皮虾等相当大部分是养殖的，反而没有那些不活的好吃，关键是不能冻，冻过的就水了，味道大打折扣。还有大小，并不是越大越好，比如海蛎子，小的是野生的，大的是养殖的。
- ② 到海边一定会吃海鲜，吃海鲜的时候最后配上大蒜、醋、白酒，因为海鲜属于阴性食物，多吃容易引起消化系统的不适，例如腹泻、呕吐。
- ③ 体质弱的人可能会过敏，要有所预防。

日照特产

乌鱼蛋

乌鱼蛋为日照独有的海珍品，历史悠久，驰名海内外，相传为封建帝王御膳佳品。乌鱼蛋，系由日照特产金乌贼的缠卵腺加工而成，其色乳白，状如卵，经厨师之手，可加工成状若花瓣、薄如纸片的高级食品。

据清朝康熙五十四的《日照县志》载，“乌贼鱼口中有蛋，属海中八珍之一。”至清末，乌鱼蛋一直列为贡品。乌鱼蛋之所以名贵，系因其营养丰富、味道鲜美，有冬食去寒夏食解热之功效，且富含人体必需的多种微量元素。

银杏

其叶、果、皮具有很高的药用和食用价值，从叶片中提取的黄酮甙和萜内酯，对治疗心脑血管疾病有特殊功效，并有延缓衰老、抗病毒、抗癌作用，其开发药品、食品、保健品、化妆品等，已风靡世界市场。“天下银杏第一树”就生长在浮来山镇境内。

日照花生

日照花生特点为粒大饱满，香甜可口，油而不腻的优良品质，深受国内外欢迎。日照花生种植历史悠久，生产经验丰富，日照为国家花生商品出口基地，年加工花生制品十万余吨，如花生酱，精炼花生油，乳白花生等优质产品。

日照绿茶

日照茶树越冬期比南方长 1-2 个月，昼夜温差大，利于内含物的积累，经专家鉴定，儿茶素、氨基酸的含量分别高于南方茶同类产品 13.7%和 5.3%。

独特的气候和地理条件使日照生产的绿茶汤色黄绿明亮，栗香

浓郁，回味甘醇，含有丰富的维生素、矿物质和对人体有益的微量元素，享有“江北第一茶”之美誉。

中国农业科学院研究所专家对日照绿茶的评价是：叶片厚、香气高、滋味浓、耐冲泡。常饮日照绿茶能达到预防脑、心血管疾病，提神健胃，降压利尿、消食醒酒、防癌抗癌、减肥美容、延年益寿等功效。

熏陶

黑陶是中国古代文明的象征，在日照已有四千五百多年的历史，日照两城、东海峪出土的龙山文化器具“高柄镂孔蛋壳陶杯”更是珍贵文物，其制作工艺之精、陶壁之薄、轻、黑、亮，堪称世界一绝。被国内外考古、历史、文物专家们公认为代表了龙山文化的最高水平，被国家定为国宝收藏。

五莲樱桃

五莲县松柏乡樱桃在桃李尚未绽蕊的阳春三月便已成熟，因而被誉为“江北春果第一枝”，“人间鲜果”。樱桃入药疗效亦佳。中医认为，樱桃性味甘、温，入脾、肝经，有发汗透疹，祛风除湿，消肿止痛之功效。

《名医别录》言其“主调中，益脾气”。《滇南本草》言其“浸酒服之，治瘫痪，四肢不仁，风湿腰腿疼痛”。《本草纲目》言其“调中益脾气，令人好颜色，止泄精”。

也因此，樱桃入药适用于麻疹初起，疹出不畅，风湿腰腿疼痛，四肢麻木不仁，关节屈伸不利，肢体瘫痪及水火烫伤、虫蛇咬伤等病的防治。



图片来源：欣欣会员—miyukie

扇贝

扇贝的种类很多，中国海记录到 44 种，比较常见的有我国北方的栉孔扇贝和南方的华贵栉孔扇贝广东沿海的日本日月贝，闭壳肌的干品称为“带子”。

扇贝的贝壳色彩多样，肋纹整齐美观，是制做贝雕工艺品的良好材料。

到海边工作、旅行或休养的人们，都很喜欢搜集一些扇贝的贝壳作为送给朋友的纪念品。

扇贝和贻贝、珍珠贝一样，也是用足丝附着在浅海岩石或沙质海底生活的，一般右边的壳在下、左边的壳在上平铺于海底。

平时不大活动，但当感到环境不适宜时，能够主动地把足丝脱落，做较小范围的游泳。

尤其是幼小的扇贝，用贝壳迅速开合排水，游泳很快，这在双壳类中是比较特殊的。

扇贝一般在海水退潮的时候露不出来，所以捕捞它就比较费事了。

在我国沿海，捕捞扇贝主要在北方，而且只有山东省石岛稍北的东楮岛和渤海的长山岛两个地方最有名。

莒县绿芦笋

芦笋生长过程中，笋尖露出地面，经光合作用后呈现绿色，被称为绿芦笋；若加盖土壤不受阳光照射，就保持白色，称为白芦笋。

“绿芦笋经过光合作用叶绿素丰富，维生素的含量也比较高，吃起来脆而可口，并且营养价值较高。

特别是维生素、钙、铁的含量远高于白芦笋。”刘军表示，绿芦笋确实有降血压、软化血管等功效，绿芦笋中含有可膳食纤维，其中的木质素能够促进肠胃的蠕动。

购物好去处

主要购物场所

日照主要的大型购物场所：利群购物中心、日照百货大楼、新玛特购物中心和银座购物商城。

工艺品购买地

在万平口、海滨国家森林公园，都有卖各种工艺品的小商贩。可以买一，两件价廉物美的纪念品带回家，或者送给亲戚朋友，都是不错的选择。

安东卫海货城

来日照就要吃海鲜，如果还想带回家那就要买干货了。推荐去全国最大的海产品交易中心 - 安东卫海货城，安东卫海货城位于岚山开发区安东卫街道。安东卫海货城是全国最大的海产品交易中心，比较适合进行量大的采购。如果是自驾来日照的话，可以去这里采购一些海产品。

交通：可以乘坐 1 路公交车到日照长途汽车站，然后转去岚山方向的车。

石臼市场

日照人气最旺的购海鲜地点—石臼市场。石臼市场位于滨海二路，靠近万平口的灯塔。石臼海鲜市场的海鲜很便宜，本地人基本上都来此买，游客也可以买了，然后拿到海边众多的渔家进行加工处理，海撮一顿。既经济又实惠，需要注意的是每天上午 10 点前来买的海鲜才新鲜。

交通：可以乘坐 1 路、5 路、12 路公交车到建行大厦站下，下车南行就可到了。

欣欣小贴士：

购买珍珠区分真假可用两个传统的方法鉴别

① 牙咬，真珍珠声音发脆，但不会有凹陷压痕，也不会有表层脱落。假的一咬肯定有痕迹，甚至把表面都咬坏了。

② 用利器刮一下，刮下粉后摸一下刮痕，能复原的是珍珠，不能还原的是假珠。这东西价格差异较大，能不能买到好货而且便宜也要看个人运气了。

节庆活动

当地节庆

林海风情旅游节

时间：5月1日到10月7号

地点：海滨国家森林公园

在海滨国家森林公园举办的旅游节将会贯穿整个日照旅游的旺季。旅游节上，游客们可以观赏多个民族的艺术团进行的歌舞表演、杂技，国际沙雕展，品尝海鲜美食宴、欣赏滑稽的动物表演，内容十分丰富，期待游客的参与。

浮来山福寿文化节

时间：10月2日到10月4日

地点：莒县浮来山

浮来山福寿文化节会有大型的开幕式，经常请来明星，还可以吃到莒县当地特色小吃，比如莒州贴包、银杏银耳汤等。这里是有目前国内最古老的一棵银杏树、世界之最檀根王，可到这里进行祈福。

北方竹文化旅游节

时间：4月中下旬到5月3日

地点：竹洞天风景区

北方竹文化节会在竹洞天风景区举行。在此期间不仅可以看到罕见的北方竹林，还可以欣赏到大型文艺演出、收藏品展览、摄影大赛、民间艺人现场竹器编演、新引进的竹子品种、展示竹工艺品，茶艺、茶道表演等活动。

渔民节

每年的农历六月十三日是山东省日照市沿海渔村的渔民节，也是传统的龙王节。每到这一天日照市沿海渔村都会杀猪宰羊举办各种各样的仪式来祭拜龙王，感恩大海，祈求吉祥。日照龙王节是渔民祭海形式的集中体现，表达了渔民对大海的浓厚情感和敬畏之心，祈求龙王保佑渔民出海平安，归来鱼虾满舱。

万亩野生杜鹃花旅游节

五莲山杜鹃花色各异，因品系不同，开花的时间也各不相同，自阴历三月份，紫色的“蓝锦”品系，就争相开放。“五一”时节，可见漫山遍野簇簇鲜花，流光溢彩，馨香袭人，与山光石景相映衬，宛如天然画卷。

娱乐活动

喜欢运动的朋友们可以去沙滩上玩一下沙滩排球，因为这里的海水澄清蔚蓝、金沙细腻，特别适合这项运动。还有双人自行车、骑马、捡海贝，让你在沙滩上尽情撒欢；水上快艇、摩托艇、冲浪、帆船让你尽情追逐海上的速度与激情；观日升月落，听潮涨潮汐，体会海的博大，简直就是给身心做了一次免费的SPA。

赶海

光着脚丫子，踩在软软的海滩上，看着金黄色的沙子，寻找着海世界中各种“小朋友”-海螺、对虾和螃蟹等。根据潮涨潮落的规律，玩转整个海滩。

赶海推荐地 刘家湾赶海园

玩沙

日照海边的沙子特别适合做成沙雕，不管你是专业沙雕爱好者还是只有塑料小铲的普通游客，在这里有取之不尽的沙子可以满足沙雕爱好者的创作欲望。

玩沙推荐地 第二海水浴场、第三海水浴场、海滨森林公园

赏日照农民绘画

日照和上海金山、陕西户县，并称中国“三大农民画乡”。日照农民画是一种由农民表现自我生活、表达自己思想感情与审美情趣，并具民族、民间艺术特色的乡土绘画，也可说它是古朴的民间绘画注入了当代农民的现代意识而形成的独特绘画形式。它既保持着民族、民间的艺术风格，又具有鲜明的地方性和时代性。

在色彩上，吸收了木版年画和民间刺绣的用色特点，厚重而不混浊；对比强烈而不刺眼；色彩单纯而不显单调，给人以色彩丰富、明快、艳丽的感觉，在表现形式上吸取了剪纸和汉画石刻的特点，构图饱满、丰富，画面满而不塞、多而不乱，不讲透视、不重比例，使画面洋溢着浓郁的乡土气息和真挚的情感。

日照贴士

出行提醒：

如果不是夏季去日照海边游玩时，还是会有点冷的，建议多穿点衣服防寒。5月上旬-10月上旬，阳光的紫外线很强，容易晒伤皮肤，建议涂抹好防晒霜再出门。

交通提示：

旅游车

① 旅游旺季日照会开通旅游区的旅游车，1元可到第二、第三海水浴场和山海天旅游度假区，每15分钟/班。

② 5路、6路市内公交车途经第二、第三海水浴场。

③ 从碧波大酒店站发往第四海水浴场的小公共汽车票价2元，客满即走。

桃花岛游船

桃花岛游客满15人以上才出海，包船200元，大船有160-170个座位，游船游40分钟，航班时间不定，人数到齐就开船，并有鱼赠送（数量看捕鱼情况而定的）。

安全事项

① 在洗海水浴的时候，最好不要出防鲨网，倒不是说有鲨鱼，而是海内容易有暗流，不知情的容易发生危险，游泳时建议不要离开岸边超过100米。

② 不要吃不干净的食物，吃海鲜的时候，喝点白酒和米醋，以起到杀菌消毒的作用。吃海鲜后，一小时内不要食用冷饮、西瓜等食品。不要马上去游泳，游泳后也不要立即食用冷饮、西瓜、海鲜等食品。

常用电话：

日照市电话区号：0633

铁路问事处：8346712

航空售票处：8335747 8226453 8235747

民航售票问事处：8333688

日照汽车总站问事处：8221003

日照汽车东站问事处：8334880

出租车监督投诉电话：8221636-2216

游泳提示：

1、不要在非游泳区游泳。

2、海水水温比人体体温低，因此，下水前必须做准备活动，以免导致身体不适感。

3、酒后一定不要游泳。大海是无情的，一旦身体出点状况，那就悔之晚矣。

4、在很毒的太阳下不要游泳。严重的是人在烈日暴晒下会导致中暑昏迷，不要以为在海水里泡着就不会出现这样的情况，照样会出现的。

5、高潮后就将退潮，请尽量不要在退潮时游泳，以免退潮时往回游时体力消耗过大发生意外。

6、一个人不要游到很远处。万一遇到点特殊情况时，没有照应，甚至连呼救的能力都没有。

7、不要长时间曝晒游泳：长时间曝晒会产生晒斑，或引起急性皮炎，亦称日光灼伤。

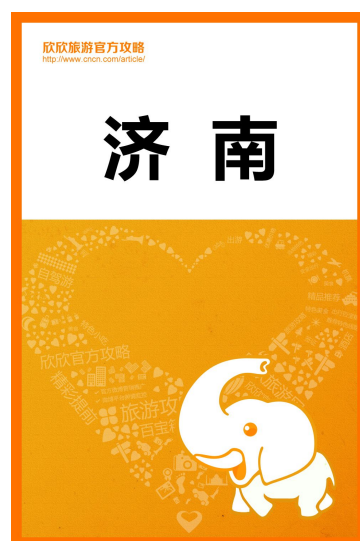
8、不要游时过久：皮肤对寒冷刺激一般有三个反应期。第一期：入水后，受冷的刺激，皮肤血管收缩，肤色呈苍白。第二期：在水中停留一定时间后，体表血流扩张，皮肤由苍白转呈浅红色，肤体由冷转暖。第三期：停留过久，体温热散大于热发，皮肤出现鸡皮疙瘩和寒颤现象。这是夏游的禁忌期，应及时出水。游泳持续时间一般不应超过1.5—2小时。

9、忌游泳后马上进食：游泳后宜休息片刻再进食，否则会突然增加胃肠的负担，久之容易引起胃肠道疾病。

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[欣欣旅游网日照攻略](#)！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](#)。