

妈妈去哪儿玩

自驾一小时 乐翻一整天

湖边秋色，快收藏长沙周边这些亲子游乐场

今日女报/凤网记者 冯晓雅 实习生 陈雪炎

最近一段时间，是长沙难得的秋高气爽天气。

20摄氏度左右的气温，阳光和煦，树叶婆娑，秋风温柔，舒适的天气适合“遛娃”。这不，会玩的长沙人新近开发了城市周边一小时左右车程的“遛娃”赏秋打卡方法。一起来看看吧！

看“海”/沙滩上“长”满崽

坐标：岳麓区坪塘街道鹤洲岛

车程：从长沙市区出发约1小时

关键词：露营、烧烤、玩沙、戏水、放风筝

“鹅鹅鹅，曲项向天歌。孩子听说我们要去鹤洲岛，一路上开心地跟我背诵起《咏鹅》。”这个周末，“90后”新手妈妈赵小姐，决定和先生一起带5岁的女儿去看“海”。

“朋友圈的伙伴们都笑称这里是‘小济州岛’，尤其适合遛娃，周末得空，我和孩子他爸跟几个要好的朋友商量，一起带娃来这里玩耍。”赵小姐笑着解释，“有沙滩，有晚风有层层波涛拍打水岸的声音，可不就是看‘海’嘛！”

从地图上看，鹤洲岛像一片树叶一样，飘荡在湘江中央，与兴马洲、巴溪洲互为芳邻。它浅藏在长沙市与湘潭市的交界处，沿着潇湘路一路奔去，直到禾洲大桥映入眼帘，桥的尽头就是目的地。尽管远离城区，小岛却自成一片小天地。当地的传说有很多，最出名的便是在春秋时期，谋士范蠡携妻儿，经洞庭越荆楚至此，见眼前百鹅戏水的场面，遂名之“鹤洲”。

“这些年，坪塘社区全力将鹤洲岛打造成野外露营旅游地。我便回家和儿子一起在岛上开起了这家茶餐厅。”岛上茶餐厅的老板老周是退伍老兵，提到鹤洲岛近些年的发展，他黝黑的脸上挂着微笑。目前，岛上仍有500余名原住民，栖居江边，都练出了一手“做鱼”的绝活。这里成了食客们争相打卡的美丽乡村、孩子们的乐园。

小岛被秋阳暖照着，一条道直通码头，江水拍打着礁石激起层层波涛，不远处的轮船拉着汽笛缓缓驶过。放眼望去，几百米的沙滩上挤满了玩耍的孩子们，他们或是拿着小桶和铲子挖沙，或是沿着沙滩奔跑跳跃，而一旁的草坪上，苍耳变成了孩子们玩耍的道具，不远处放风筝的孩子们正开心地比赛看谁放得高。被网友称为“新晋网红”“遛娃胜地”的鹤洲岛，把“自然”和“自由”两个关键词展现得淋漓尽致。

而最受妈妈们喜爱的亲子活动，莫过于江边露营了。

从长沙市天心区赶来的张小姐一家，早早占据了码头的有利位置，大家分工合作，架好自带的帐篷后，孩子们去沙滩堆“城堡”，张小姐和先生便撑开天幕，摆好桌椅，准备江边野炊。

“宝贝，跟妈妈牵牵手，来看镜头……”江边不时传来新手爸妈们的声音。在帐篷旁用作装饰的气球，从车里传来的音乐，草坪上放飞的风筝，以及烧烤架上传来的香味，都似乎在宣告年轻人带娃的不同之处——除了带孩子们玩耍，他们也不愿意放弃自己对旅行的品质追求。

而不想自己扎帐篷的人们，则可以选择鹤洲岛的露营基地实现露营的目的。晚上6点，基地广场响起音乐，帐篷亮起星星点点，孩子们的嬉笑声阵阵传来。

提醒 >>

1. 岛上停车位很多，半小时以内免费，超过半小时收费15元，停一天收费25元。
2. 岛上面积不大但五脏俱全，小超市、饭店、烧烤地、农家乐、诊所、KTV、游乐场、茶室等应有尽有，还有洗浴处、简易厕所、充电处等。
3. 岛上的餐馆较少，想用餐，可提前预订。
4. 江边上风沙比较大，有车辆经过时更大，建议带上口罩或防风用具。
5. 建议自驾出行，不然回家很难打车。



撑开天幕、摆好桌椅，年轻人带娃的精致露营就开始了。

吃蟹/孩子们的秋日最爱

坐标：岳阳市湘阴县鹤龙湖镇

车程：从长沙市区出发约1.5小时

关键词：吃蟹、散步、赏景、研学

鹤龙湖镇虽属岳阳，但因“吃蟹”而出名，成了不少长沙家长旅行清单里的“遛娃宝地”。

“一到秋天，孩子就闹着吃螃蟹，今年的螃蟹成熟较晚，个头也不大，正愁着呢，同事就‘安利’我去鹤龙湖镇。”在长沙工作的陈女士笑着说，“想着既然也要带娃，何不干脆在周末来一趟吃蟹遛娃之旅呢？”

2010年，鹤龙湖蟹获中国中部国际农博会金奖，当地开发的湖湘口味蟹被评为中华特色名菜。

进入鹤龙湖蟹虾小镇，各色“吃蟹主题”大排档琳琅满目，除了装修风格大同小异，店外清一色的玻璃缸也全都盛满了膘肥体壮的“蟹老板”。清蒸或是香辣，各种口味任君选择，150多克重的母蟹已近拳头大小，端上桌蟹香扑鼻，才刚掰开蟹腿，已经流得一手黄油，吸溜两下，口唇生香。

陈女士回忆：“带孩子们去螃蟹养殖基地近距离观察螃蟹的生长环境和生活习性，了解螃蟹的十八次蜕壳历程，他们听得津津有味，比上课还认真。”

赶来这里吃蟹旅游的亲子家庭不少，店内都是大快朵颐的景象，街上则挤满了“收获满满”的家庭。“吃了打包带走，回家再给孩子和老人加餐。”陈女士笑着说。

事实上，以蟹虾作为主导产业，鹤龙湖镇文旅产业发展得风生水起，变成了附近小有名气的研学亲子游打卡地。在该镇新河村垂钓基地内，孩子们可以捉泥鳅、钓鱼虾，近距离触摸大自然；在苧麻农旅基地，孩子们可感受苧麻大丰收的壮观景象，亲手体验岳州窑陶泥；还可在鹤龙湖畔撑起帐篷，来一场亲子露营……

目前，该镇年接待省内外来游客超70万人次。

提醒 >>

1. 生腌螃蟹可能会有寄生虫感染。
2. 可以打包带给亲朋好友分享，但别吃隔夜蟹。
3. 秋冬天气转凉，湖畔风大，需带好保暖装备。



秋风起，蟹正肥。

TIPS

还有这些“遛娃”宝地

巴溪洲

地址：岳麓区巴溪大道附近

车程：从长沙市区出发约1小时

停车：收费10元/辆，不限时间

初识巴溪洲，犹如一片世外桃源，丰富的植被景观是它的特色，岛内除了主路外，还有许多林间小道，很适合来一场亲子户外骑行。

岛上的小狐狸营地，搭满了帐篷和天幕，无论你是否拥有露营装备，这里专业的设备和服务都可以满足你的需要。在2.5万平方米的大草坪上，可以带孩子去萌宠乐园近距离接触羊驼、梅花鹿，可以背靠湘江看夕阳缓缓下山，周末晚上还可以看乐队live演出。待夜幕降临，在营地支起一团热火，烧烤食物的香气伴随着傍晚的江风，抬头还能看见星星点点，这是专属于秋季的惬意。

因为距离城区不远，这里还可以点到外卖。

西围子

地址：望城区团头湖西岸

车程：从长沙市区出发约1小时

停车：纯野外、无监管、不收费

西围子，一个景色和名字一样美的地方。在这里，有大片鲜美的芳草地、成排的水杉、吃草的牛、翻飞的白鹭，以及让人沉醉的落日与晚霞。带孩子在树荫下露营、浅滩处戏水，伴着落日余晖感受大自然的魔力，这是专属于西围子的快乐。

要提醒的是，这里不是专业露营地，大家要注意安全，同时这里没有公共厕所，需要自带环保移动洗手间或者去附近的农户家，并请大家带上大号垃圾袋，做到无痕露营。

白沙河草甸

地址：开福区南家垅

车程：从长沙市区四方坪出发约30分钟

停车：免费

不出长沙就能遇见大草原般的生态“秘境”，便是白沙河草甸。这里的十月被秋天泼上橙黄橘绿的混合色彩，大片自然生长的草地，有悠闲的牛群，有清澈的溪水，不少家庭来此钓鱼、捕虾、放风筝。傍晚时刻的白沙河，夕阳点染两丛绿林一曲清水，别有一番野趣。

特别提醒大家注意安全，尤其是这里晚上没有路灯。



好吃好玩的蟹虾小镇深受小朋友喜爱。