
古剑山阳桥观景台。通讯员　孙治波　摄


綦岸盐运文化博物馆。记者　王京华　摄


綦江国家地质公园老瀛山景区。通讯员　孙治波　摄


王良同志纪念馆。记者　王京华　摄

到綦江　赏好景

●线路一　红色研学之旅

秋假正是带孩子上一堂行走的思政课的好时候。在綦万高速的沿途，就有王良故里——永城。走进王良故居，给孩子讲讲烈士年少立志、建功沙场的故事，依然能感受到壮烈的烈士遗风。紧邻故居的王良同志纪念馆，通过文物、图片和立体展陈，全方位、多角度、立体式展示了王良同志的光辉一生和丰功伟绩，让孩子看得懂、记得住。

来到綦江城区，中共綦江支部旧址（邹进贤故居）值得带着孩子去看一看。走进旧址，了解中共綦江支部成立的历史背景、发展历程等红色历史，在先辈们曾经工作生活过的院落里，触摸一段鲜活的本地党史。

随后再到中央主力红军长征在重庆的过境地石壕走一走，探访红军桥、红一军团司令部旧址、石壕红军烈士墓，让孩子在山川旧迹之间，切身感受革命岁月留下的痕迹，把课本里的长征故事走成脚下的路。

●线路二　休闲古镇之旅

这条线路既能动手创作，又能探古寻幽，最适合好奇心旺盛的孩子。走进綦江农民版画院，感受版画独特的艺术魅力，孩子还可以体验刻版、拓印，把一幅小小的綦江版画带回家。顺道游览綦江博物馆，地质文化、恐龙文化、红色文化、僚人文化等丰富多元的綦江特色文化依次铺开，让孩子全方位了解这座城市。

游览以古生物化石为主题的綦江国家地质公园老瀛山景区，沿着恐龙曾经走过的足迹漫步百丈悬崖，一边找化石、一边识岩层，开启一段属于童年的恐龙考古之旅。綦江老瀛山景区从即日起至11月30日，全国范围内全日制普通中小学生和陪同家长（限1人）免首道门票。

想领略綦江的人文历史，东溪古镇是最好的选择。这里不仅有太平桥边的“古道西风瘦马”，也有一处处的“小桥流水人家”。牵着手走盐马古道，听老街坊讲古镇往事；沿河步入街道，微风拂过吊脚楼，看青石板上的光影一步步慢下来，让孩子在烟火气里读懂什么是岁月有痕。

●线路三　度假康养之旅

这条线路山水开阔、节奏松弛，适合一家人慢慢玩、深度放松。古剑山自然风光奇绝，人文景观丰富，走到这里仿佛置身原始秘境，闯进层林尽染的世界。沿途可至千年古刹净音寺，听檐角风铃，陪孩子在山林间深呼吸；随后登临阳桥桥头，极目远眺，赤壁丹霞蔚为壮观，古剑云海气象万千，让孩子在登高远望中开阔眼界。

开车行驶在“九曲回环”的网红公路横山九道拐，蜿蜒而上，便可到达千米高山小镇横山。在云端山顶看云卷云舒，认一认山间草木，感受空灵开阔的心境。

素有重庆凉都美誉的高庙坝，森林植被繁茂，负氧离子充足，是亲子亲近自然的好去处。听林间鸟鸣，悠然坐于高山草甸，嗅着泥土和草木的清香；一家人一起攀登狮子山、牯牛背，探秘高青大峡谷，漫步星空露营公园，打卡纸片岩、泡泡屋，吃住在乡村，游乐在田园，把治愈系的风景和孩子的欢声笑语一起收入行囊。

网红公路“九道拐”。资料图片

到綦江　微度假

秋假五天去哪？

秋假如约而至，綦江天朗气清，色彩缤纷，正是带娃出门撒欢的好时节。不妨到綦江，赴一场山野与古镇之约，让孩子在斑斓层林里奔跑，在老街历史中探索，在红色故事里研学。三条特色游玩路线，藏着多样趣味，等你解锁。赏景之余，更有地道风味相伴，街巷烟火飘香，各色美食轮番登场。一边览初冬盛景，一边品舌尖美味，美景与佳肴双双在线，陪全家度过一段充实治愈、好耍又好吃的亲子微度假时光。

綦江米粉


綦江北渡鱼


东溪刘氏黑鸭


赶水草蒌萝卜宴


安稳羊肉


永新肥肠

在綦江　享美食

●綦江米粉

綦江人的清晨，由一碗米粉唤醒。选用高山大米手工制成薄韧透亮的扁粉，骨汤慢熬打底，臊子鲜香入味。扶欢、赶水两大流派风味各有特色，米香醇厚、爽滑适口。秋假遛娃，先来嗦一碗热乎米粉，开启元气满满的一天。

●綦江北渡鱼

綦江经典江湖名菜，入选“渝味360碗”头碗菜，讲究活鱼现烹，经典“一鱼四吃”，麻辣、酸菜、番茄、鱼头抄手兼顾老少口味。热油激香，鱼肉细嫩滑嫩，麻辣鲜香不燥。秋假一家人围坐一锅，热气腾腾，鲜香味浓，是不容错过的綦江招牌滋味。

●东溪刘氏黑鸭

藏在东溪古镇的区级非遗美食，老卤慢浸、香料入味，色泽油亮。肉质紧实、细嫩化渣，入口微甜带香，回味悠长，不腻不齁。逛完古镇顺手带上一份，适合孩子尝鲜，也是秋假旅途里随手可享的解馋小食、伴手好礼。

●赶水草蒌萝卜

赶水草蒌萝卜是国家地理标志产品，圆滚滚、白皮嫩肉，汁水充盈、清甜化渣，素有“草根人参”的美名。生吃脆甜，炖汤温润。秋假到田间打卡，带孩子认识特色农产，尝一口原生清甜，感受乡土本味。

●安稳羊肉

初冬寒凉起，最适合来一锅安稳黑山羊肉。本地山地黑山羊，肉质紧实膻味轻，红汤醇厚、清汤鲜润，还有粉蒸羊肉、烤羊排等多样吃法。一锅暖汤下肚，浑身暖意融融，秋假亲子聚餐，暖胃又舒心。

●永新肥肠

永新老街肥肠，入选“渝味360碗”。鲜肥肠搭配长田山楠竹笋文火慢烧，卤香浓郁、软糯Q弹，火候恰到好处，麻辣入味、下饭一绝。逛老街寻老店，一口鲜香肥肠，解锁地道接地气的綦江烟火味。

记者　何叶　胡雪妮　谢鹏飞　简小军　整理

到綦江客户端
綦江日报数字报
綦江发布公众号
千里快评
綦畴教育
文明綦江
勒是綦江
胖妹盘土货