

蚂蜂窝旅游攻略 中国系列  
www.mafengwo.cn

# 崇明岛



上海后花园



## 目录 Catalogue

- 02 崇明岛速览
- 03 亮点 / 景点
- 08 住宿
- 09 餐饮
- 10 购物 / 线路推荐
- 11 外部交通
- 12 内部交通 / 旅行路上

## 崇明岛速览 Introducing CHONGMINGDAO

崇明岛东同江苏省启东隔水相邻，东南濒东海，西南与浦东新区、宝山区和江苏省太仓市隔江相望，北同江苏省海门市一水之隔。

崇明岛处长江口，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。崇明岛成陆已有 1300 多年历史，现有面积为 1041.21 平方公里，海拔 3.5 米~ 4.5 米。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。

### 崇明岛三种特别景致

海边泥滩小蟹成群 海滩芦苇成林、岛身形状变化无常。



卜卜头 东平国家森林公园湿地

### 最佳旅行时间 5 月至 11 月

崇明岛属于热带海洋性季风气候，四季分明，气候温和且湿润，使人感觉十分舒适。这时候，崇明岛一片绿意盎然，风光秀丽，空气清新，树木花朵，繁华盛放，争相斗艳。

虽然 6 月到 7 月期间，有梅雨天气，7 到 8 月的天气是十分的酷热。但是对到崇明岛旅游来说并无大碍。

### 春秋两季去崇明玩什么

崇明岛东滩鸟类繁多，春秋两季是观鸟、看油菜花的好时间。秋季还可以吃海鲜。

### 夏季去崇明玩什么

避暑、观星、赏薰衣草、烧烤、休闲。

### 致谢

封面提供: 苹果 44 袋

图文提供: 卜卜头 ashi shi\_cheng gwen 阿帅阿大 shining qiqi Huang Hero 萌萌 丫头 猫小烧 - 喵 漫步者 我爱烟雨如画 baby 舞夜阳光

©北京蚂蜂窝网络科技有限公司 (mafengwo.cn) 独立拥有或与本站注册用户共同拥有本站内容版权和其他相关知识产权; 未经本公司明确书面许可, 任何人不得复制或在本公司所属服务器上制作镜像或以其他方式使用本站内容。





## 亮点 Highlights

### ★ 这次不是“暴走”是放肆地“骑行”

这里聚集了一切你能想象到或者无法想象到的田园风光、人间美好。关键是，无论是道路，还是气候都很适合骑行。

### ★ 看日出，看星星 顺便再看看花花草草

崇明的鸟非看不可，但却只在春秋两季才有，而星星太阳这些，只需要起一个大早，或者找块空地，整片天空都是我们的。

### ★ 燃烧吧 FB 的小火苗

老白酒，羊肉，白米虾，毛蟹……我们很诚实地说，来崇明 FB 才是我们的正事。同样是烧烤、农家乐、唧唧歪歪、打打闹闹，也得找个好地儿不是。

## 景点 Sights

### 崇明岛景点分布

崇明岛东南部：东滩湿地——瀛东村渔家乐——江南村

崇明中北部：东平国家森林公园——前卫村——北湖——根宝足球基地——紫海鹭缘浪漫庄园——高家庄园

崇明岛中南部：学宫——江堤景观带——金鳌山公园——寿安寺

崇明岛西南部：西沙湿地——明珠湖——绿港村农家乐——西来农庄——世界河口沙洲水文化展示馆

崇明岛的景点分布呈块状分布，既分散也先对集中。岛两端景点距离很远，出行前建议安排好行程，以免耽误时间。

### 01 东滩湿地

崇明东滩恰好位于亚太地区候鸟南北迁徙的必经路径上，是过境候鸟停歇、补充能量的驿站。每年在崇明东滩过境中转和迁徙越冬的水鸟数量可达数百万只。同时，崇明东滩又是白头鹤和小天鹅等珍稀水禽的重要越冬地。

离开城市的喧嚣，踏上软软的土地，心中就已然惊叹不已。湿地上到处是水草和芦苇，湿气袅袅，好像地面上飘起了天上的云雾。在这里，目之所及，只有蓝蓝的天，白白的云，红红的太阳，嫩嫩的草，宽宽的芦苇荡……除此之外，据说这里也是崇明岛日出最美的地方。

有兴趣的话可以叫辆出租车，开到那个“一条石路伸到海里去”的地方，不少婚纱摄影工作室就在这里取景。那里，一边是农田，另一边就是堤坝。石路两边是很高的芦苇。渐渐地，芦苇消失了，大海近在眼前。

### 东滩观鸟看点

日出观鸟：到东海观鸟，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，真是一举二得。

### 餐饮

东滩观鸟后可回到陈家镇，找一家朴素而洁净的饭馆。要上一盘大闸蟹，几样海鲜，大快朵颐一番。陈家镇是崇明最大蟹市，也是中国最大的蟹市，上海的蟹大部分来自陈家镇。这里稀有的海鲜较多，而且价格比别处都便宜。

地址：崇明岛东端，东旺路，长江入海口处

费用：周末 80 元，周一至周五 45 元

开放时间：6:00—18:00

### 到达交通

来程：南堡线——堡前线——出租车前往；去程：东滩湿地公园专线，东滩出来后坐车到崇明的陈家镇枢纽站，直接有到上海浦东科技馆的崇崇二线，中间不停，直接到。

自驾：浦东——上海长江隧桥——陈海公路——北陈公路——前裕公路——前哨公路——东旺路——崇明东滩湿地（路标指示两个左转，实际上绕了一圈），去程大概耗时 1 个半小时。过路费单程 50 元

附近可去：瀛东村渔家乐

电话：021-59471413, 021-59472291



ashi 东滩湿地的清晨

### 02 瀛东村渔家乐

瀛东生态村是崇明岛最早迎来旭日东升的地方。在这里，你可以自己钓鱼、采摘、或与渔民一起劳作，尽享渔家乐趣。之后，还可以去渔具博物馆转一转。

钓鱼钓到坐不住的时候，建议你可以往“山”上跑了。那就是东湖之畔的一座泥山。山上茂林修竹，优良的栖息环境引来鸥、鹭等候鸟前来光顾。或者你还可以在“渔家乐宾馆”的顶端观鸟阁借助望远镜，就可远眺东滩、东海，眺望长江落日、帆影渔火等诸般胜景。

地址：崇明岛东端，陈家镇瀛东村

费用：20 元 / 人。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；钓蟹 10 元 / 半天；捉蚂蚱 5 元 / 小时

开放时间：全天

### 到达交通

陈家镇公交换乘站 堡前线——陈家镇 陈白线——瀛东生态村（或出租车）



自驾：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——黄奚公路——瀛陈公路——瀛东生态村

附近可去：东滩湿地

电话：021-59436276



瀛东村

农家住宿：农家一个晚上 80-90 元，宾馆每晚 150 元，小别墅每晚 280 元。

### 03 东平国家森林公园

这里是目前华东地区最大的平原人造森林。

公园内林木繁茂、湖水澄碧、环境优美、野趣浓郁，以幽、静、秀、野为特色，还有各种娱乐设施，森林公园北侧是农家乐可以去捕鱼、摸虾品尝崇明土菜，晚上住在那里的小木屋里别有一番风味。

地址：崇明岛的中北部，距南门港码头（县城）12 公里，北沿公路（建设路蟠龙路间）。

费用：70 元。1.4 米以上儿童全票，1.3-1.4 儿童半票，现役军人、残疾人、离休干部、70 岁以上老人凭证免费。

开放时间：8:00 - 16:30

#### 到达交通

南门汽车站坐南东，南江线

自驾：自驾游线路（车客渡）：石洞口码头——南门码头——南门路——东门路——一江山路——鼓浪屿路——港东公路——北沿公路——东平国家森林公园

自驾游线路（隧桥）：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——蟠龙公路——北沿公路——东平国家森林公园

电话：021-59338028, 021-59338266

### 04 前卫村

前卫村中树木成林，鸟语花香，漫步绿荫碧水之间，疑是桃花源中行，令人感到“人与自然”的一派和谐。

进入前卫村，水车、碾米机、纺织机、独轮车、轿子、古村婚房等，令人眼前一亮。如果有兴趣尝试过去的生活技能，大可在纺织机、碾米机上一展身手。吃农家饭、住农家屋、学农家活、享农家乐。玩累了，坐在农家院子里，烫上一壶崇明老白酒，点上两个地道的农家菜，慢慢地与朋友对酌，这样的农家日子，真是赛过小神仙。

地址：中部北侧，距南门港 20 公里，紧临东平国家森林公园

费用：前卫生态村门票 60 元，三民文化村门票 48 元，前卫、三民联票 90 元。含六个景点：野生动物园幼驯养基地、村史馆，世界木化奇石馆，生态休闲广场，生态循环示范区等）

开放时间：夏天 7:30—17:30，冬天 8:00—16:30

#### 到达交通

自驾游线路（车客渡）：石洞口码头——南门码头——南门路——东门路——一江山路——鼓浪屿路——港东公路——东风公路——林风公路——前卫生态村

自驾游线路（隧桥）：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——蟠龙公路——北沿公路——林风公路——前卫生态村

网址：<http://www.qwcly.com>



shi\_cheng 瀛农古风园

前卫村农家乐：前卫村有 61 户农家乐招待，楼下是餐厅，楼上是干净的客房。价格从 80-200 不等。

推荐农家乐：老宋农舍、前卫村琴乐饭店、古瀛饭庄、庭鹤农家菜馆、蛮灵阁农家乐、锦洪农家乐、渔翁小舍、海滨渔村

#### 东平公园 & 前卫村烧烤攻略

东平国家森林公园与前卫生态村的旅游“串烧”，是旅游达人的最新组合。一处养眼，一处养心，相映成趣。

东平森林公园内烧烤——17:00 停止出售烧烤食物和用具，但烧烤场地 24 小时开放，公园不限制自带食物。位于公园深处，一次性烤盘 30 元 / 个，外面 1 元一串的羊肉串，那里卖 3 元，所以建议自带。公园附近比较偏僻，可在南门港附近超市购买。

### 04 根宝足球基地

著名足球教练徐根宝发起组建的上海根宝足球基地基地四周森林环抱，环境优美。基地内共有三个标准足球场，一个室内足球馆，标准足球场内种植着四季常青的草坪，场地装备有看台。同时，基地拥有一座占地 7000 平方米、设施齐全的现代化足球馆。

地址：崇明东平国家森林公园南侧。

费用：周末 80 元，周一至周五 45 元

开放时间：6:00—18:00





### 到达交通

宝杨路码头——南门港——南东线或南江线——足球基地

自驾游线路(车客渡): 石洞口码头——南门码头——南門路——东门路——育麟桥路——鼓浪屿路——港东公路——北沿公路——足球基地

自驾游线路(隧桥): 上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——蟠龙公路——北沿公路——足球基地

电话: 021-59337030

### 05 北湖

北湖地处崇明岛东北部, 目前还尚未开发, 但这里环境优美, 资源丰富, 湖面宽阔。北湖的面积有两个杭州西湖那么大, 鸟的种类繁多, 是候鸟的后花园。

环视湖的四周, 景趣各异。东边黄泥滩涂, 群鸟欢愉; 南边水天相接, 渔舟荡漾; 西边芦苇含翠, 一望无际; 北边正在施工的崇启大桥工地上, 塔吊叠立, 机声隆隆, 一派繁忙景象; 近看湖水, 倒影碧波, 层叠隐现, 颇富诗情画意。

地址: 崇明北沿公路 1288 号

费用: 免费

开放时间: 全天



gwen 北湖, 真的好美啊

### 到达交通

1、自驾游: 长江隧桥→陈海公路堡镇方向行驶→前竖公路右转→北沿公路到底右转→直行五十米左转→到达

2、公交线路: ①申崇 3 号线(区间): 轨道 1 号线汶水路站 4 号出口→申崇三线(区间)→堡镇汽车站→堡进专线→崇明前进农场锁厂; ②申崇 6 号线 B 线: 浦东巨峰路→崇明堡镇汽车站→堡胜专线→崇明前进农场锁厂下车。③申崇农场专线(北湖湾直达车): 轨道交通 3 号线赤峰路地铁站→崇明北沿公路前竖公路口下车 附近住宿: 北湖度假村

### 06 高家庄园



卜卜头 高家庄园里

高家庄园既可以住宿, 还有多项农家乐的体验活动和游玩项目, 垂钓、采摘园、渔人码头、孔雀观赏园、网球场、鸟文化展示馆、民俗风情园、精雕木刻式仿古烧烤城一个不少。重要的是, 风景确实不错。

地址: 港东公路 999 号富民村

费用: 60 元 / 人, 电瓶车 30 元 / 人, 高家庄内住宿 320 元起

开放时间: 8: 00-17: 30

### 到达交通

南门汽车站乘南江线、南跃线至高家庄园车站





自驾游线路(车客渡): 石洞口码头——南门码头——南门路——东门路——江山路——鼓浪屿路——港东公路——高家庄园乡村俱乐部

自驾游线路(隧桥): 上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——港东公路——高家庄园乡村俱乐部

电话:021-59678888,021-59670888

### 07 崇明学宫

现存的崇明学宫系明代时期的古建筑群,保留有棂星门、泮池、戟门、崇圣祠、尊经阁和东西官厅,也是崇明博物馆所在地。

地址:崇明县城桥镇鳌山路696号

费用:10元/人,不过可以讲价,少买几张

开放时间:8:30—16:30(星期一馆休)

#### 到达交通

交通线路:从市区乘车至宝杨路码头或石洞口码头,乘船至崇明南门码头,出码头向东500米即到。

自驾游线路(车客渡): 石洞口码头——南门码头——南门路——崇明学宫

自驾游线路(隧桥): 上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——鼓浪屿路——江山路——东门路——鳌山路——崇明学宫



崇明学宫

### 08 紫海鹭缘浪漫庄园

崇明有这么一个满眼都是薰衣草的地方,超大超僻静。据说每年六月薰衣草花开时节,漫山遍野的紫色让人心情豁然开朗,丘比特雕像、爱神维纳斯、许愿树、风车等点缀其中,充满了唯美浪漫的气息。还能亲密接触传说中的神兽草泥马,各种游玩项目很受欢迎,是个郊游的好去处。

地址:崇明县城东侧2.5公里处,鳌山路东首

费用:平日价20元

开放时间:8:30—16:30

#### 到达交通

南东专线 南江专线 南同专线

自驾游线路:五角场翔殷路隧道-五洲大道-长江隧桥-陈海公路-蟠龙公路右转到底。

电话:021-69693204



阿帅阿大 紫海鹭缘薰衣草浪漫庄园

### 09 金鳌山公园

金鳌山公园是崇明岛上唯一的古典园林公园,与海上名刹——寿安寺毗邻。崇明本无山,金鳌山系人工所筑。宋、元时为航海之标识。康熙七年重筑,峰上建藏(佛家藏经处),山前凿池,山后植紫竹林。

如今,金鳌山已是一个绿树成荫、鸟语花香、环境幽雅、空气清新的古典园林公园,是人们游览、摄影、休憩的胜地。

地址:崇明县城东侧2.5公里处,鳌山路东首

费用:5元/人

开放时间:8:30—16:30

#### 到达交通

交通线路:南门港码头向东2.5公里,步行或出租车前往

自驾游线路(车客渡): 石洞口码头——南门码头——鳌山路——金鳌山公园

自驾游线路(隧桥): 上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——鼓浪屿路——鳌山路——金鳌山公园

电话:021-69693204



金鳌山公园

### 10 寿安寺

崇明寿安寺位于上海市崇明县城东五里金鳌山南端，为崇明岛四大古刹之一。始建于宋朝。

寺内的大雄宝殿、念佛堂、千佛阁、忏堂、沧海阁、天王殿、玉莲池、紫竹林、清远堂、丰乐亭、月圃胜等建筑金瓯、浮光溢彩、画栋彩柱、雕门透窗、金碧辉煌、相互辉映、两株五百年树龄的银杏树、直径盈尺绿荫覆地，构成一处庞大的寺庙建筑群，与金鳌山相依，既有深山古刹之神韵，又有平川名寺之风华的寺庙风光。

地址：崇明县涛声路 1188 号（近南门）

费用：25 元 / 人

开放时间：8:30—16:30

#### 到达交通

无直达公交，需出租前往

自驾游线路（车客渡）：参照金鳌山公园路线，公园边



寿安寺

### 11 西沙湿地

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。西沙湿地映余阳，蜿蜒栈桥游龙徜。偌大的湿地上长满了芦苇，并夹杂着多种植被群落，放眼望去，茫茫的一片绿色海浪，美得令人震撼。

漫步于从大门口一直通到长江边、近 2 千多米长的木栈道，是一件相当

惬意的事。走在曲折、蜿蜒的栈桥上，会发现其中美妙的景致仿佛成了立体画，流动的诗，令人有移步换景之感。

西沙湿地的落日晚霞很美，在滩涂的映衬下，显得与众不同。

地址：崇明县绿华镇堡湖路（近三华公路）

费用：免费

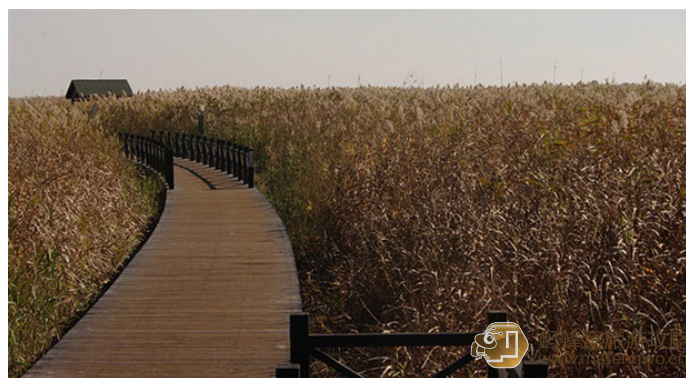
开放时间：8:30—16:00（逢五月初一、初二、初三、十六、十七、十八闭园，因受潮汛影响。公园在大潮时期都会闭园）

#### 到达交通

南门汽车站乘西沙湿地旅游专车或乘南牛线、南建专线到绿华镇站下转绿华线到西沙湿地站下

自驾：上海外环线（或中环线翔殷路隧道）——浦东五洲大道——上海长江隧桥——崇明陈海公路——三华公路至景区

附近可去：明珠湖，门票 45 元



shining 西沙湿地

### 12 明珠湖

明珠湖湖水清澈，环境幽雅，自然风光秀美。可与杭州西湖媲美。是崇明最大的天然淡水湖泊

湖边林木葱笼，视野开阔。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。即使只是坐在明珠湖边发呆，也是一种享受。

地址：崇明县绿华镇河口东首

费用：45 元

开放时间：8:00—17:00

#### 到达交通

交通线路：南建线、南牛线

自驾游线路（车客渡）：石洞口码头——南门码头——南门路——东门路——利民路——陈海公路——三华公路——新建公路——明珠湖公园

自驾游线路（隧桥）：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——三华公路——明珠湖公园

附近可去：西沙湿地、桃源水乡、桔园、西沙明邸、西来农庄

电话：021-39633631





明珠湖

### 13 西来农庄

这里绿染平原，风清气洁，依林傍水，成片的柑桔园布满绿色，高大的杉树林围成风景带。绿树丛中花团锦簇，一座古色古香的中式建筑掩映其中，显得文静典雅。农庄内拥有西来湖、玫瑰花园、促织园、古建筑等游览景点，是垂钓、蟋蟀竞技、蟋蟀文化传播、品桔、赏桔、休闲旅游的好去处。

地址：崇明县绿华镇绿港村

费用：免费

开放时间：8:00—17:00

#### 到达交通

交通路线：南建线、南牛线

自驾游线路（车客渡）：石洞口码头——南门码头——南門路——三沙洪路——陈海公路——三华公路——新建公路——西来农庄

自驾游线路（隧桥）：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——三华公路——新建公路——西来农庄

附近可去：西沙湿地、桃源水乡、明珠湖、崇西景观水闸及河口沙洲水文化展示馆

电话：021-29359228, 021-59353399



西来农庄

### 14 世界河口沙洲水文化展示馆

展示馆分为高流明投影体验厅、河口文化图片展厅、世界河口文化多媒体展厅、崇明洲岛发源展示厅、自助电脑查询厅、水文化展示厅等六个展厅，通过图文、影像、声控、模拟等方式展示世界河口沙洲的形成与地质地貌变化，重现长三角的演变过程与地貌景观。

在此能欣赏到典型的潮滩地貌，观看到多样性的植被和鸟类生态景观，领略到浓郁的围垦文化。展示馆还设有38米高的观光平台，游客登高远眺，浩淼的长江和崇明西部全貌一览无遗。

地址：崇明岛西南部崇西水闸北侧

费用：免费

开放时间：8:00—17:00

#### 到达交通

南建线至新建水闸

自驾游线路（车客渡）：石洞口码头——南门码头——南門路——东门路——利民路——陈海公路——三华公路——新建公路——绿港生态村

自驾游线路（隧桥）：上海浦东——上海长江隧桥——陈海公路——三华公路——新建公路——绿港生态村

附近可去：明珠湖公园、西沙湿地、崇西水闸、桃源水乡

## 住宿 Sleep

崇明住宿分为度假村、普通宾馆和农家乐。

崇明南門附近，陈桥镇的八一路是整个崇明县城最繁华的地方，周边餐饮、购物都很方便，如果想图热闹的话可以住在这里。这里主要是一经济的宾馆为主，有莫泰168、锦江之星和一些商务型宾馆。价格在200元左右。

最能体现崇明特色的要算分布在各个地方的农家乐，在这里，你不仅可以尝到最地道的崇明美食，还解决了住宿。推荐住在前卫村的农家，挺干净的，而且不贵，通常都在100~150，去森林公园、东滩湿地都不远，坐车就能直达就去。

度假村算是崇明岛上消费最高的地方了。但是度假村内，环境都还不错，服务和设施都要比宾馆和农家乐好出一大截。一般靠近陈海公路沿线和景区周围。有些甚至在景区内。平均价格在500~600元。

#### 度假村 / 高档酒店

##### 怡沁园度假村

崇明岛上数一数二的度假村。桦树林、人工湖、林间栈道一个不少，活像一个小森林。

地址：近郊崇明县北沿公路2089号（近东平国家森林公园）

费用：500元起

电话：021-59338800





**qiqihuang** LG 说森林公园附近有个电信集团的度假村(怡沁园度假村)里面的风景不亚于森林公园,所以我们驱车直入,没想到真的很让人开心,因为里面空气清新,一大片水杉就是森林,关键在于里面没有人,安静地让人舒畅!好好地吸入氧气,让自己的肺朗润起来~~~~

### 鸿华度假酒店

园林式酒店,面积挺大,环境幽雅,布置得很温馨,配备都很齐全。

地址:近郊崇明县陈海公路 4897 号(近宏海公路)

费用:500 元起

电话:021-59679888

### 高家庄园

本身在高家庄园景区内,如果是住宿,不需要门票,房间很有特色,在蒙古包里。

地址:近郊港东公路 999 号富民村

费用:320 元起

电话:021-59670788



**上上头** 高家庄园里蒙古包里卧室的样子

### 经济型酒店 / 宾馆

#### 莫泰 168 (崇明八一路店)

地址:城桥镇八一路 338 号

费用:95~225 元

电话:021-59627871

#### 格林豪泰酒店(南门店)

地址:城桥镇三沙洪路 97 号(近北门路)

费用:220 元起

电话:021-59611111

#### 荣正商务酒店

地址:上海市崇明县前哨农场东旺路

到达交通:陈前线区间、陈前线前哨农场下

电话:021-59417171

**Gwen** 条件不错,价钱也还算公道,经过一番讲价之后 140 元标准间。

### 农家乐

#### 金平农家乐

地址:前卫村 552 号

电话:021-59649149

#### 琴乐农家乐

地址:前卫村 322 号

电话:13120677439

#### 老宋农舍

地址:前卫生态村 537 号

电话:15000293658

#### 绿岛草堂农家乐

地址:前卫生态村 520 号

电话:021-59649366

**Hero 萌萌** 可能之前下雨的缘故,都没人耶,包场的感觉真好。晚饭也在绿岛草堂吃~老板是天津人,北方汉子,很热情的接待了我们。超级无敌大床房,2\*2 米的床躺三人也不觉得挤。

## 餐饮 Eat

来崇明岛旅游,除了田园风光、新鲜空气外,充满当地乡土特色的一道道农家美食也足以让初游者大开眼界大饱口福。

秋冬两季有崇明大闸蟹,没有阳澄湖大闸蟹大,但是同样鲜美。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。还有比这个更好的羊肉?拿出来 PK。备注:有冒充崇明白山羊肉的,要找明眼人挑一挑。

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。

### 崇明美食集中地

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。

### 城区内推荐餐馆

#### 黄炳桥羊肉馆

地址:崇明县城桥镇团城公路 7218 号(东三江口)



到达交通：崇明长江大桥—陈海公路（南门方向）—建设公路左转—团城公路右拐—过两个红灯后开400米左右即到  
电话：（可以提前定位）：021-59690708

**丫头** 到了吃晚饭的点，直奔早就定好的黄炳桥羊肉馆，他旁边还有一个叫东江羊肉馆。当地人和我们说两家人家都不错的，但相比可能还是黄炳桥更好吃一些。

### 一只菜

地址：崇明县城桥东门路119号（近新崇南路）  
电话：021-69699198

## 购物 Shopping

崇名的四大特产是有“老毛蟹、金瓜、芦稷和水仙花”。而崇明米酒、崇明蟹、崇明糕被誉为崇明三宝。

除此之外，还有一批“新品牌”的特产，如崇明鳊鲈、崇明刀鱼、凤尾鱼、银鱼、河豚、崇明白山羊、崇明大白菜、白扁豆、崇明山药、崇明香酥芋、崇明香芋、崇明甜包瓜、崇明甜玉米、大红袍赤豆等等。

这些都是非常值得带给家人尝尝的美味土产。如果因为游玩而没有时间找地方购买，南门码头里有个小超市可以“救急”。



**丫头** 我这次在崇明买的东西了，来张全家福吧

## 线路推荐 Tours

### 崇明自驾 & 骑行线路

#### 崇明最优两日自驾游

A线：东滩国际湿地+东平国家森林公园+明珠湖+西沙湿地（水文化展示馆）+寿安寺（金鳌山）

D1：人民广场出发—南北高架—中环—翔殷路隧道—五洲大道—上海长

江隧桥—陈海公路—北陈公路—前裕公路—前哨公路—东旺路—崇明东滩国际湿地—东旺路—前哨公路—前裕公路—北陈公路—陈海公路—蟠龙公路—北沿公路—东平国家森林公园，宿农家或宾馆。D2：东平国家森林公园—北沿公路—港东公路—陈海公路—三华公路—明珠湖—西沙湿地—水文化展示馆—三华公路—陈海公路—利民路—东门路—鳌山路—金鳌山、寿安寺、购崇明土特产品—东门路—江山路—鼓浪屿路—陈海公路—上海长江隧桥—返回市区。

B线：瀛东生态村+前卫生态村+根宝足球基地+东平国家森林公园+高家庄园乡村俱乐部

D1：人民广场出发—南北高架—中环—翔殷路隧道—五洲大道—上海长江隧桥—陈海公路—北陈公路—瀛陈公路—瀛东生态村—瀛陈公路—北陈公路—陈海公路—蟠龙公路—北沿公路—林风公路—前卫生态村，宿农家或宾馆。D2：林风公路—北沿公路—根宝足球基地—东平国家森林公园—北沿公路—港东公路—高家庄园乡村俱乐部—陈海公路—上海长江隧桥—返回市区。

### 二日骑行攻略（重量级）

（本骑行攻略整理自 [ashi](#) 的崇明岛骑行攻略）

D1（上海新湖明珠城）光复西路—东新路—延长西路—共和新路—蕙川路—盛石路—石洞口码头—11点南门码头方向的车客渡—到达崇明县城—南门路—鳌山路—鼓浪屿路—团城公路—堡镇北路—富堡路—陈海公路—北陈公路—北沿公路—裕北南路—东旺西路—前哨农场）耗时：07:10-17:50，船时70分钟，到崇明时间为12:10

D2（崇明沿江大堤—东滩湿地保护区—新河码头—石洞口码头—上海）耗时：05:30-16:30

#### ashi 的骑行小贴士：

上坡的时候尽量用脚尖踩踏，平路时要调整脚掌的位置，不能一直用脚掌的一个位置踩踏，刚开始骑不久胯部和大腿内侧会疼，此时要一个小时就休息一次，做一些蹲起运动，之后就膝盖疼了，膝盖要在休息的时候绷直一会然后慢慢完全，重复几次就好些。其他部位不会有不适感觉。

应该准备的装备还有：百变围巾数条（路上有时候有灰尘，冬天骑行要保护呼吸道），如果是长途的，一定要有帐篷和睡袋，手电，内外备胎，气筒，补胎装备，火机，必要的时候带上防身用的便携伸缩棒。头盔，速干衣，袜子内衣数条。一些必备药物（感冒的，拉肚子的，风油精）。

### 二日骑行攻略（轻量级）

（本攻略整理自 [猫小挠~喵](#) 的崇明岛骑行攻略）

Day1 城桥镇—西沙湿地 30km 骑行时间 2H

Day2 西沙湿地—森林公园 55km 耗时 3H 森林公园—城桥镇捷安特 20km 耗时 1H

### 三日骑行攻略

（本攻略整理自 [漫步者](#) 的崇明岛骑行攻略）

D1 周浦医院出发，经川周公路—创业路—康桥东路—军民公





路——申江路——顾高速公路，到达上海环城高速的收费口，也就是跨海大桥的入口。之后搭车（大卡车，30RMB）到陈家镇——堡镇休息。共62KM。

D2 从堡镇港出发，一路沿海边向东，最后返回陈家镇。共43KM。

D3 从陈家镇出发，搭车会上海。遇到了一个给力的师傅，收了我20RMB，从陈家镇把我带到杨高南路，省了我不少的力气啊。大概20KM。

### 崇明自助游线路

#### 崇明一日自然游

##### 线路特色

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。

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。

#### 崇明二日自助游

##### 线路安排：

D1：崇明前卫村——西沙湿地——观日落

D2：东平国家森林公园

D1 上午宝杨路或者石洞口码头坐船到崇明，中午抵达崇明，下榻崇明前卫村农家乐然后品尝崇明当地特色农家饭菜。下午参观美丽的西沙湿地，总面积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，可以抓蟹，观看美丽的太阳落山美景。晚餐过后，酒店内自由活动

D2 上午八点起床农家乐安排享用早餐，八点半参观前卫生态村。中午农家乐吃农家饭，下午1:00驱车前往东平国家森林公园旅游休闲度假区下午4-5点坐船，返回上海您温馨的家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。

#### 崇明三日绿岛游

D1 建议乘上午10:00宝杨路码头高速船或乘09:30石洞口码头船（自备车）至崇明南门，游明珠湖公园、西沙湿地公园，宿农家或宾馆。

D2 游国家4A级旅游风景区--东平国家森林公园、前卫生态村、高家庄园乡村俱乐部，宿农家或宾馆。

D3 游瀛东村渔家乐、东滩候鸟保护区、南江风韵、购崇明土特产品……

## 外部交通 Getting there

### 公路

目前有以下公交车可直达上海崇明。分别是：

#### 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：12.00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：12.00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：20.00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：17.00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：9:00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：8.00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：6:20；7:50；11:35；13:40；15:20；16:50，长兴对江渡口发车：7:55；9:25；13:10；15:30；16:55；18:25 票价：10.00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 6:00 ~ 21:00 南门 6:00 ~ 21:00 票价：18.00元 浦交金高

#### 申崇六线B【堡镇汽车站 - 巨峰路地铁站】

线路信息：巨峰路地铁站 6:00-19:00 南门 6:00-19:00 票价：15.00元 浦交金高

除申崇三线停靠西门汽车站 - 长兴岛服务区 - 汶水路共和新路3站外，其余线路均直达，中途不停。全程空调车，实行单一票价。

### 轮渡

自从长江隧桥开通后，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、宝杨码头和石洞口码头这三个码头登船。

崇明岛内一共有南门、新河、堡镇三个轮渡码头，一般人摆渡都选择南门或堡镇的码头。特别是南门码头，附近就是崇明岛的镇中心。到景区的车也都是在南门码头。



## 一、宝杨码头

较为繁忙的一个码头，客渡有普通客轮和高速客轮两种，船次比较多，散客不驾车的话，建议从这个码头走。

### 1、宝杨——南门

高速客渡：06:30~17:00 每30分钟一班，有船对开，高速票价18元，二层23元，船程45分钟左右。普通客渡：06:30~17:00 每30分钟一班，有船对开，约90分钟到达票价分16元/18元两种（18元的船舱比较宽敞明亮，视野宽阔。如果上船前只买到16元的船票，上船后只要补3元就可以去18元的船舱了。）

### 2、宝杨——堡镇

06:40~16:40 每1小时一班，有船对开，票价16元

到达交通：宝杨支路18号，三号线宝杨路站下来转宝山9路到底，728，65。

电话：021-69693666

## 二、石洞口码头

是三个码头中，唯一有车摆渡的渡口，游客自驾或者有摩托、自行车这些交通工具的话，石洞口码头是唯一的选择。

### 石洞口——南门

高速客渡 06:40~16:40 每1小时一班，车客渡 06:00~18:00 每1小时一班，有船对开，车客渡每人12元，高速客渡每人18元。高速客渡不能带自行车。

### 石洞口——新河

06:45,09:30,11:30,12:30,14:30,15:30,16:30,18:00 有船对开，票价10元

到达交通：宝山区盛石路，宝山10路、宝山14路

电话：021-56153937

## 三、吴淞码头

很少有高速轮，以客轮为主，摆渡轮比较陈旧，船次也很少，一天两班，想属于老码头了。

### 1、吴淞码头——南门

常规客船 8:10; 14:55; 高速船 7:20;

### 2、吴淞码头——新河

常规客船 8:10 (周日)，高速船 8:20; 12:30;

到达交通：宝山区淞浦路114号(淞浦路吴淞东路)，116b; 116; 508; 719; 728; 849; 952; 宝山8路; 永罗线、淞安专线

电话：021-56575500,021-59681411

## 自驾

如果是自驾车，那就方便多了，上海方向可以走长江隧桥上岛，苏州方向走沪陕高速公路岛上。进入陈海公路后，就抵达崇明县了。

上海方向：上海外环线(或中环线翔殷路隧道)——浦东五洲大道——上海长江隧道、隧桥——崇明陈海公路，过桥费单程50元

苏州方向：西环高架路——沪宁高速——G2——G42——真北路转入真北路立交桥——中环路——翔殷路隧道——五洲大道——G1501——G40——朝城桥镇(南门)方向(此线路由[我爱烟雨如画](#)提供)

## 自行车贴士：

当然，在崇明，有很多骑行的驴友。最近几年，骑行成为游览崇明的热门方式，驴友们可以根据自身情况，在上海自行车租赁点带车上岛，或在岛上就近出租。

**baby** 这样说：下了南门就是崇明岛，南门出口有很多三轮车和出租车，还有单车出租（但是建议不要租单车，如果你选择原路返回的可以。）

**gwen** 这样说：一出南门码头出口，右手边有一家一米单车的租赁点，很贵，一辆捷安特的城市车，押金300，一天75元，两天够买一辆烂点的脚踏车了。

## 内部交通 Getting around

### 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最密集。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，去长江农场的。

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出租车在等着你，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，所以是自助游的驴友们并不会像自驾游那么方便。

当然，岛上还有有黑车，节假日时会更多一些。如果图方便的话，可以考虑包黑车，黑车的价格大概2元/公里，比正规出租车便宜，看距离的远近100~300不等。

## 舞夜阳光特别提醒：

如果是找出租车，一定要跟师傅讲好吃饭时间的计价方式。我们周六这天是司机师傅主动提出来免费等我们然后继续做下面的生意，所以按了暂停，但却在我们吃饭的时候自己又重新开始计价了（比我们下车时多了20元），所以搞得我们很不痛快。

## 旅行路上 Travel on the road

崇明岛，到底有几个模样，油菜花、薰衣草、湿地、芦苇、田园，大海。还有骑着单车的人儿。在这片方寸小岛上，汇集了一切美好的东西，仿佛梦中的童话世界，当略带咸腥的海风温柔地拂过发丝，水杉从身边经过时，“面朝大海、春暖花开”的画面从未如此清晰的浮现在脑海中……





### 《左手倒影，右手年华（经典珍藏版）》

《左手倒影，右手年华（经典珍藏版）》是郭敬明的第二本书，一本有关校园与青春的散文集，是寻觅他的青春轨迹里不可错失的一环。

作者用肆意挥洒、收放自如的文字筑成一条道路，让读者进入他清澈的内心生活，阅读一个敏感的少年的心路历程——对人生、社会、信念、情感和理想等诸多层面的深刻思考和价值界定，有痛楚，有迷惘，也有希望，显示出作者极富天分的才情、丰富的知识面和富有感染力的智性思考，投射出一种沉重的大责任感和纯净的童年精神。

文字时而轻盈，时而沉重，营造出一种令人伤感的狂放和凄美、让人心痛的诗意和孤独感以及引人深思的哲学情怀。

在书里，你亦能看到崇明岛的身影，那是个很安静很干净的地方，仿佛作者心中梦幻的国度……

您可以在这里添加一些其他重要信息



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>

