

# 处处美景 步步入画

文图 记者李寅 张建波 通讯员王宇 牟凡



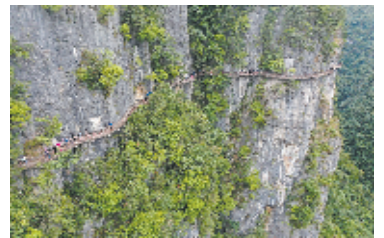
青山险峰如仙境



伍家台茶园如梯



民族服饰惹人眼



神奇地心谷栈道



连连忘返网红桥

“钟灵毓秀仙居地，处处画廊处处歌”。9月20日至23日，恩施土家族苗族自治州举行以“氧生福地 晒游仙境”为主题的百家媒体看恩施大型采访推介活动。来自新华社湖北分社、人民网、天津日报、湖北日报、湖北电视台、十堰日报等全国百家媒体的100多名记者齐聚恩施实地采访，全方位推介恩施全域旅游。

拥有400万人口的恩施州，辖恩施、利川2市和建始、巴东、宣恩、咸丰、来凤、鹤峰6县，生活着土家族、苗族、侗族等多个少数民族，现有世界文化遗产——唐崖土司城址一座。恩施森林覆盖率70%，享有“鄂西林海”、“天然氧吧”、“最适宜人类居住的地区”等美誉。

恩施山川秀美，溪流潺潺，自然景观和人文景观交相辉映。这里是联合国教科文组织评选的世界25首优秀民歌之一《龙船调》的故乡，这里曾被评为“中国最美仙境”，被《中国国家地理》杂志评选为“中国最美的地方”。

恩施空气清新宜人，年空气优良天数达300天以上，境内每立方米负氧离子达2万个以上，被评为全国最适合“洗肺”的七大目的地之一，堪称天然氧吧和康养胜地。

恩施拥有目前世界唯一探明的独立硒矿床，被世界人与动物微量元素学术委员会评定为“世界硒都”。硒是人体不可缺少的一种微量元素，有“生命的火种”之称。生态、有机和富硒食材加上恩施州独特的烹制方法，形成了恩施独特的美食文化。

恩施地理区位独特，自然资源天赋异禀，喀斯特地貌分布广泛，境内山峦起伏，沟壑纵横，奇山异水相融，林海山川呼应。神秘的北纬30度穿境而过，造就了恩施惊世大峡谷、灵秀神农架、震撼腾龙洞、神奇地心谷、恢宏土司城、奇妙狮子关、古朴鱼木寨、巍然仙佛寺、仙山贡水、五台云雾等一大批独特的旅游资源和人文景观。有2个国家5A级景区，18个国家4A级景区和一批特色旅游景点。近年来，恩施州大力发展文旅产业，积极探索全域旅游，形成了“景区发展带动、乡村旅游拉动、特色民俗助推、文旅融合引领、养生度假助力”五大旅游发展模式，全域旅游改变了恩施，助推了恩施高质量发展。

本次大型采风活动由恩施州委宣传部主办，恩施日报社、州文化和旅游局承办，来自全国各地的记者先后来到恩施城区、建始县、利川市、宣恩县等地，参观游览女儿城、土司城、地心谷、腾龙洞、狮子关等景区，品尝土家腊肉、合渣、土豆等特色美食，实地体验恩施生态文化旅游魅力，通过报纸、电视、视频直播、客户端、微信微博、抖音等全媒体，全方位推介恩施生态文化旅游资源、产业优势和旅游业重振复苏成效。



清江水入腾龙洞



土家民歌引客来