



和顺县南天池村

灵石县石膏山景区

昔阳西南沟古村民宿

中国北方国际写生基地老井驿站

泽城写生驿站

随景悠然入诗行

记者 王爱媛

「怡然晋中·甜美城市」之休闲度假美食之旅

藏在三晋腹地的晋中，是一座兼容古今、藏味万千的温柔小城。这里既有千年沉淀的古建风雅、鲜活热闹的都市潮玩，更有地道醇厚、烟火十足的地方风味。古韵、田园与美食完美相融，不必远赴他乡，无需仓促赶路，一场立足城区、辐射近郊的休闲度假美食之旅，便能解锁“怡然晋中·甜美城市”的独特魅力。

晨光温柔洒落时，旅程从**榆次老城**缓缓启幕，邂逅晋中积淀千年的古韵风华。榆次老城美食街烟火升腾，香气弥漫，街巷两旁摆满地道晋中风味，软糯香甜的太谷饼、鲜香入味的榆次灌肠、热气腾腾的抿尖、酸爽开胃的漏鱼儿，平价地道的市井味道，一口解锁晋中烟火底色。吃饱逛罢，移步城隍庙前的广场，成群白鸽悠然踱步，时而低头啄食，时而轻轻振翅，灵动而温柔，不少家长带着孩子在这里投喂嬉戏，欢声笑语萦绕，是沉浸式感受老城慢时光的绝佳去处。

若想拓展行程，享受更多微度假乐趣，晋中近郊的宝藏景致值得深度探索。走进榆次区**后沟古村**，仿佛踏入被时光封存的乡土画卷。依山而建的石窑古院层层叠叠，土黄色的墙垣饱经风雨，春有青苗铺翠，秋染谷穗金黄。村内鸡鸣犬吠隐约回荡，漫步其间，可静静感受原生态古村落独有的静谧安然。

潇河莲花湾依水而生，四时风光各有趣。沿着临水步道缓步徐行，清风裹挟水汽拂过肩头，看云影在水面缓缓游走，身心随水波缓缓松弛。**乌金山**林海连绵、层林叠翠，漫山草木吐纳清芬，是难得的天然氧吧。三五好友相约徒步，林间鸟鸣此起彼伏，山间清风涤荡烦闷，抬眼满目青绿，大家放下琐事，在山野间静心涤尘、自在散心，怡然自得。

偏爱田园生活的游人，可奔赴田园乡趣度假线路，寻找别样烟火。走进**太谷番茄小镇**，连片温室大棚铺展在乡野间，满目鲜活，果蔬飘香。藤蔓上挂满沉甸甸的番茄，弥散出自然的果香。游人可提着果篮漫步棚内，亲手采摘成熟果蔬，摘下一颗当场品尝，果肉饱满、清甜多汁，唇齿间都是阳光与泥土酝酿出的味道，沉浸式体验农耕采摘的悠然乐趣。

太谷·番茄小镇

近郊品闲情、街巷寻美味，兼顾亲子出游、青年打卡、日常松弛休憩的线路，每一段行程都怡然治愈，每一口滋味都温润绵长，格外适配本地市民日常散心与短途游客轻旅行、寻味游。

昔阳西南沟古村景区藏于群山之间，古建古朴厚重，石板巷道蜿蜒曲折，老屋依山排布，村落安静恬淡。村中农家依旧恪守古法烹制吃食，新磨米面自带谷物原香，农家小菜清淡养胃，没有繁复调味，只用质朴食材还原乡土本味。慢走古村巷道，寻一间农家小院落座，尝一口地道农家饭，在安静山野间慢逛寻幽，安放浮躁心绪。

寿阳燕州小镇藏着独属于山野的康养浪漫，是山水馈赠的治愈居所。林间，温泉汤池暖雾氤氲，好友围坐笑语盈盈。夜幕降临，星河垂落山野，点点帐篷灯火散落青青草地，晚风轻柔、夜色温润，藏着最惬意的山野悠然。

周末，驱车来到**寿阳潇河岸边**，群山披绿，小溪潺潺，在这里支起帐篷、点燃烤炉、围坐一起，感受河清岸绿的生态之美，共享休闲惬意的欢乐时光。这里既能感受到江南烟雨的诗情画意，又能体验到凉爽宜人的太行风情，是都市人远离喧嚣、回归自然的“世外桃源”。

榆社云竹湖万顷碧波荡漾，湖水澄澈明净，远山倒映湖面，成群水鸟翩跹起落，时而掠过水面，时而栖于浅滩。沿着环湖公路缓步漫游，湖面清风徐徐，远眺湖光天色，所有疲惫都随粼粼波光缓缓消散。

秋季，驱车前往群山环抱的**和顺县南天池村**，四周云雾笼罩，美丽农家与远山青黛相映成画，恰似人间仙境，扑面而来皆是浓浓的浪漫气息。

流水携尽清风，山林治愈人心。移步介休，可赴一场人文山水相融的休闲之行。

绵山以奇峰、险道、秀水、幽林著称，集峡谷、断崖、溶洞、瀑布于一体。景区内有大小山峰百余座，沿谷而建的木栈道蜿蜒穿行于溪流与峭壁之间，四季景色各异：春季山花烂漫，夏季清凉避暑，秋季层林尽染，冬季冰瀑垂帘。

绵山还拥有多个落差显著的瀑布群，如五龙飞瀑落差达80余米，雨季时气势磅礴、声震山谷，成为摄影爱好者的热门取景地。在这里，耳畔山泉叮咚，林间鸟鸣清脆，满目青山苍翠，尽享山林清幽静谧。

灵石县石膏山景区远离市井喧嚣，森林覆盖率高，层峦叠翠、林海苍茫。龙吟谷内溪流潺潺、飞瀑跌落，一路相伴蜿蜒山道；山间天然溶洞错落分布，钟乳奇石千姿百态，山水与人文相融共生。

登高漫步林海幽谷，揽尽千山苍翠、云卷云舒，既可沉醉田园烟火，又可寄情山水清宁，在山野清风中放空身心，治愈烦忧。

穿行于太行深处的左权，踏入**太行龙泉森林公园**，密林幽深、溪流潺潺，群山巍峨、林木葱茏，是避暑徒步的绝佳去处。来**中国北方国际写生基地**泽城片区，巍巍山脉，清水流淌，一派诗画田园风光。

祁县、平遥、寿阳的**梨园**，是晋中最温柔的田园画卷。每至春风拂面，千树万树梨花次第绽放，素白花瓣层层叠叠缀满枝头，漫山遍野如雪似云。待到秋高气爽、繁花落尽，枝头便结出累累硕果。祁县、平遥的酥梨甘甜多汁，寿阳的玉露香梨莹润丰盈……硕果垂枝，满目皆是丰收的喜人景致。

一场晋中休闲度假美食之旅，是城市与山野的相拥，是烟火与诗意的共生。这里的每一处风景、每一口美食、每一段时光，都温柔治愈，适配所有向往松弛与美好的出行期许，让每一次短途出游都成为寻常日子的美好馈赠。

左权·太行龙泉森林公园

梨园

介休·绵山

灵石·石膏山

寿阳·潇河岸边

榆社·云竹湖

和顺·南天池村

昔阳·西南沟古村

寿阳·燕州小镇

榆次·榆次老城

后沟古村

潇河莲花湾

乌金山