中国红色旅游指南丛书
ZHONGGUO HONGSE LUYOU ZHINAN CONGSHU

宁夏回族自治区红色旅游指南

中共宁夏回族自治区委员会党史研究室
宁夏回族自治区旅游局 编著

中共党史出版社

宁夏回族自治区红色旅游指南

中共宁夏回族自治区委员会党史研究室
宁 夏 回 族 自 治 区 旅 游 局 编著

中共党史出版社

《宁夏回族自治区红色旅游指南》

编　委　会

主　任：宋建钢　杨　柳

副主任：纳建国　余剑雄　卢志平

委　员：刘国营　王奋勤　乔宁伟　田俊秀

冯中海　胡伟东　纳建萍

主　编：宋建钢　杨　柳

副主编：纳建国　余剑雄　卢志平

编　辑：胡伟东　纳建萍　张　玉　刘　刚

前　言 QIAN YAN

《宁夏回族自治区红色旅游指南》是中国红色旅游指南系列丛书之一。它是根据中共中央党史研究室和国家旅游局的统一部署，由中共宁夏回族自治区委员会党史研究室和宁夏回族自治区旅游局联合编写的一部红色旅游丛书。这本书以丰富的内容和翔实的资料，全面系统而生动具体地介绍了宁夏在中国共产党的领导下进行革命的过程中，留下的许多珍贵的红色旅游资源。这些红色旅游资源，铭刻着宁夏各族人民为民族独立和人民解放而英勇奋斗的光辉历程，蕴含着宁夏各族人民艰苦奋斗、不屈不挠、一往无前、敢于胜利的革命精神，是宁夏革命的重要历史见证，是宝贵的革命历史文化遗产，是宁夏回汉各民族物质和非物质文化遗产的重要组成部分，也是宁夏文明史上独特的文化遗存。

宁夏红色旅游资源主要包括革命时期宁夏党的重要机构旧址；重要党史人物的故居、旧居、活动地；重要事件、重

大战役战斗遗址；具有重要影响的革命烈士事迹发生地或墓地等，也包括宁夏解放后兴建的内容涉及新民主主义革命的各类纪念馆、展览馆等纪念设施，以及能够反映革命时期党的重要历史活动、进程、思想、文化的各种遗迹等等。宁夏回族自治区成立以来，很多重要的革命遗址得到了有效的保护、利用和开发，一些新的缅怀革命历史的纪念设施也陆续建立起来，成为对广大党员干部、群众特别是青少年进行爱国主义教育和革命传统教育的重要基地。

2010年，中共中央印发了《关于加强和改进新形势下党史工作的意见》（中发〔2010〕10号）和自治区党委《关于加强和改进新形势下党史工作的意见》（宁党发〔2010〕44号）文件，都赋予了党史部门推动红色旅游发展的任务。中央10号文件提出："把党史遗址保护利用和开展红色旅游结合起来，运用党史资源促进革命老区建设。"习近平总书记2012年12月在河北省阜平县考察扶贫开发工作时也指出："关于发展红色旅游，指导思想要正确，旅游设施建设要同红色纪念设施相得益彰，要接红色纪念的地气。"2013年3月1日，习近平总书记在中央党校建校80周年庆祝大会暨2013年春季学期开学典礼上指出："各级领导干部还要认真学习党史、国史，知史爱党，知史爱国。要了解我们党和国家事业的来龙去脉，吸取我们党和国家的历史经验，正确了解党和国家历史上的重大事件和重要人物。这对正确认识党情、国情十分必要，

对开创未来也十分必要，因为历史是最好的教科书。”

为进一步贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神和《2011~2015年全国红色旅游发展规划纲要》中关于加大红色旅游宣传推广力度、“出版红色旅游系列丛书”的要求，着力深化宁夏红色旅游的宣传教育工作，扎实推进社会主义文化大发展大繁荣，进一步加强爱国主义、集体主义、社会主义、革命传统和理想信念教育，切实加强我区红色旅游资源的宣传推广，全面展示我区红色旅游发展的显著成果，系统介绍红色旅游景区景点和线路，大力宣传红色旅游中所蕴涵的红色文化，根据中共中央党史研究室和国家旅游局联合下发的《关于组织编纂中国红色旅游系列丛书的通知》（中史发〔2012〕7号文件）精神，自治区党委党史研究室联合自治区旅游局编著了《宁夏回族自治区红色旅游指南》一书，并正式出版发行了。该书以邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观为指导，按照新时期社会主义先进文化建设的特点和要求，系统介绍宁夏红色旅游景点景区和旅游线路，着重宣传宁夏红色旅游发展的显著成果，充分展示宁夏红色旅游中所反映的中国共产党人和宁夏各族人民不屈不挠的革命精神和不畏艰险努力拼搏的奋斗历程，同时链接介绍红色旅游线路中途径的绿色、古色、民俗游等景点景区，突出各地地域文化特色，使该书既能充分体现红色旅游的革命内涵，又能成为民众出行的旅游指南。

宁夏红色旅游自2004年起发展至今成果显著，其政治、文化、经济、社会效益充分显现。当前，在全区上下深入学习贯彻党的十八届三中全会和自治区党委十一届三次全会精神之际，开展红色旅游，发挥革命遗址的教育功能，全方位对红色旅游资源进行研究、挖掘、整理、提炼、整合，展现其独特的历史文化内涵和民俗风情魅力，提升红色旅游文化品位，扩大其知名度，使革命遗址在维护和保护中得到进一步开发、利用，在开发利用中得到更好的保护，以使红色资源进一步成为群众特别是青少年建设开放宁夏、富裕宁夏、和谐宁夏、美丽宁夏的正能量。

CONTENTS 目录

全区红色旅游经典景区

宁夏红色旅游地图 /01
宁夏历史概述 /02
宁夏红色旅游发展概述 /11

银川市 page/19

●兴庆区红色旅游景点 /21

银川钟鼓楼——中共宁夏第一个特别支部旧址 /21

《中山日报》办公地旧址——银川玉皇阁 /23

银川市八里桥烈士陵园 /25

银川市景岳小学三烈士纪念碑 /27

银川中山公园烈士纪念碑 /30

●金凤区红色旅游景点 /32

宁夏博物馆 /32

●西夏区红色旅游景点 /35

宁夏解放纪念碑 /35

●永宁县红色旅游景点 /37

银川市永宁县中华回乡文化园 /37

●灵武市红色旅游景点 /40

灵武市烈士陵园 /40

●银川市红色旅游景点链接 /42

石嘴山市 page /57

●大武口区红色旅游景点 /59

石嘴山市烈士陵园 /59

任天财、李双双烈士雕像 /61

“五七”干校博物馆 /62

●平罗县红色旅游景点 /64

平罗县黄二完小——抗日救亡活动地旧址 /64

●石嘴山市红色旅游景点链接 /66

吴忠市 page /77

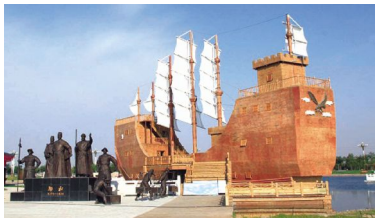
●利通区红色旅游景点 /79

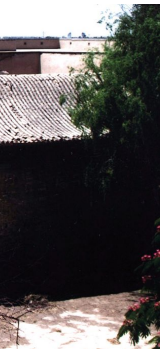
涝河桥烈士陵园 /79

●利通区红色旅游景点链接 /81

●青铜峡市红色旅游景点 /89

余家桥烈士陵园 /89





●青铜峡市红色旅游景点链接 /91

●同心县红色旅游景点 /102

陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址 /102

同心红军西征纪念园 /104

同心烈士陵园 /107

豫旺堡红军西征纪念碑 /108

●同心县红色旅游景点链接 /110

●盐池县红色旅游景点 /113

中共盐池县委、县政府旧址 /114

盐池县革命烈士纪念园 /115

●盐池县红色旅游景点链接 /118

固原市 page /129

●原州区红色旅游景点 /131

固原革命烈士纪念碑 /131

红军长征青石嘴战斗纪念碑 /134

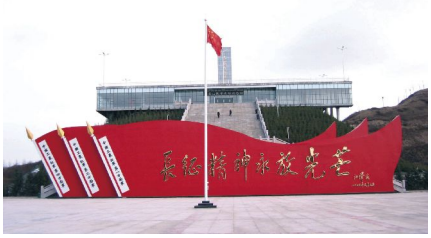
●原州区红色旅游景点链接 /136

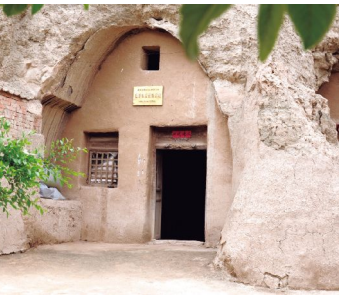
●西吉县红色旅游景点 /156

单家集单南清真寺——红军长征纪念地 /156

中国工农红军长征将台堡会师纪念碑 /161

红军长征兴隆镇会师纪念碑 /164
平峰镇红军长征纪念亭 /166
●西吉县红色旅游景点链接 /168
●泾源县红色旅游景点 /174
泾源县老龙潭革命烈士纪念亭 /174
●泾源县红色旅游景点链接 /177
●六盘山国家森林公园红色旅游景点 /182
六盘山红军长征纪念馆 /183
●六盘山国家森林公园红色旅游景点链接 /188
●隆德县红色旅游景点 /192
红二十五军军部驻地——好水中学遗址 /192
中央红军翻越六盘山古道——小水沟遗址 /193
红军西征到隆德驻地遗址——温堡杜川村 /195
●隆德县红色旅游景点链接 /196
●彭阳县红色旅游景点 /203
小岔沟毛泽东长征宿营地 /203
乔家渠毛泽东长征宿营地 /205





中共红河地下支部旧址 /206

任山河烈士陵园 /209

●彭阳县红色旅游景点链接 /214

中卫市 page/231

●沙坡头区红色旅游景点 /234

孟长有烈士铜像 /234

●沙坡头区红色旅游景点链接 /236

●中宁县红色旅游景点 /240

中宁革命烈士纪念碑 /240

洪岗子拱北 /241

●海原县红色旅游景点 /243

牌路山革命烈士陵园 /243

●海原县红色旅游景点链接 /244

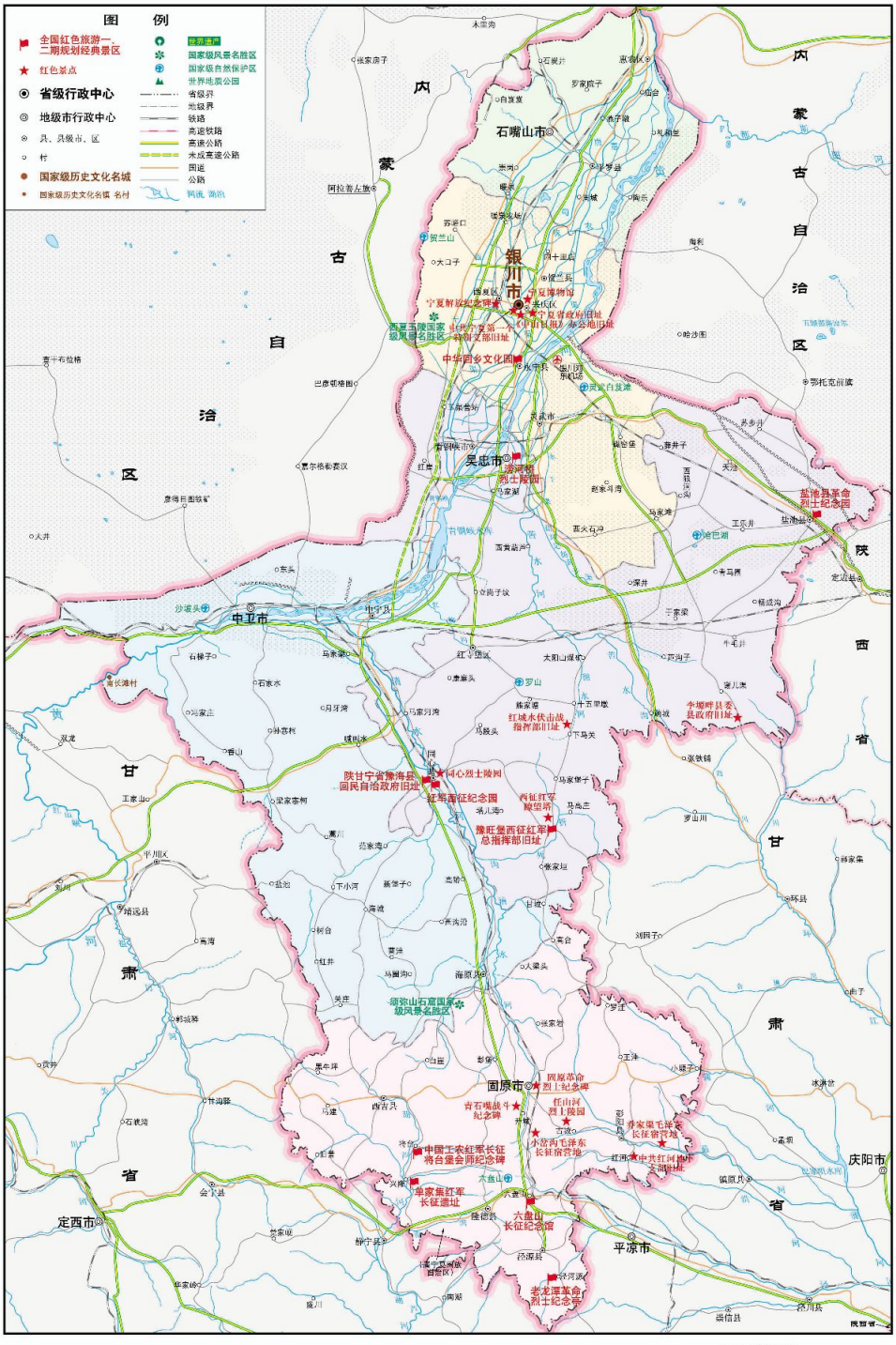
附录 page /259

宁夏回族自治区爱国主义教育基地一览表 /260

后记 /261

宁夏回族自治区红色旅游指南

宁夏回族自治区红色旅游地图



宁夏历史概述

在中国的西北内陆，有一处地形南北长，东西窄，形如纺梭的地方，这就是宁夏回族自治区。她地处黄河上游中段地区，北倚贺兰山，南凭六盘山，黄河纵贯北部全境。东临陕西省，西、正南、西南、东南与甘肃省接壤，正北、西北、东北与内蒙古自治区相连，土地总面积 6.64 万平方公里。首府银川市是著名的历史文化名城。

宁夏历史悠久，源远流长。早在 3 万年前的旧石器时代晚期就有人类在此繁衍生息。春秋战国时期宁夏是西戎等民族重要聚集地。党项族首领李元昊曾在兴庆府（今银川市）建立大夏国（史称西夏）。历史上宁夏是东西部交通贸易的重要通道，古“丝绸之路”穿境而过，秦汉以来，历代均不断有移民来此屯耕戍边。宁夏因地处中原农耕文化和北方草原文化的交汇地带，形成了兼容并蓄、独具特色的文化积淀，是中华文明的发祥地之一。

宁夏行政区划历经多次变动。元代于 1288 年将甘肃行省下设的中兴路改为宁夏府路，成为“宁夏”地名的始称，之后一直隶属甘肃省管辖。1929 年 1 月建宁夏省。1949 年 10 月新中国成立，宁夏省制未作变更。1954 年 9 月宁夏省撤销，同甘肃省合并。1958 年 10 月宁夏回族自治区成立，原甘肃省所属

银川专区、吴忠回族自治州、固原回族自治州的西吉县、海原县、固原县，甘肃平凉专区的隆德县、泾源回族自治县，划归宁夏回族自治区管辖。之后行政区划又经过几次调整，现辖银川、石嘴山、吴忠、固原和中卫 5 个地级市，青铜峡、灵武 2 个县级市，平罗、贺兰、永宁、盐池、同心、中宁、海原、西吉、隆德、泾源和彭阳 11 个县，兴庆、金凤、西夏、大武口、惠农、利通、原州、沙城头区红寺堡开发区 9 个县级区。截至 2012 年，总人口 647 万，其中回族人口 230 万，约占 35%。

宁夏是一块红色的热土。各族人民在这片热土上辛苦耕作，反抗压迫，抵御外侮，追求自由，创造美好幸福的生活。绘就了一幅风起云涌、波澜壮阔的历史画卷，谱写了一曲感天动地、荡气回肠的历史长歌。

一

新民主主义革命时期，宁夏是民主革命思想、马列主义传播和中国共产党地方党组织建立较早的地区之一，1926 年 9 月中国共产党在宁夏建立第一个党组织——中共宁夏特别支部，拉开了党领导宁夏各族人民开展革命斗争的帷幕，同帝国主义、封建军阀和国民党反动派进行了艰苦卓绝、不屈不挠的斗争。中共宁夏特支诞生后，进行了大量的革命宣传等活动。在群众思想觉悟得到提高的基础上，成立了工会、农会、学生联合会、商会，这些群众团体成为联系和发动群众的纽带。在特别支部的组织下，宁夏社会各界开始理解中国共产党的主张，一些进步人士积极投身革命洪流，许多青年为寻求知识和真理去外地求学，有的参加了国民军联军。他们以青年学生为先

锋，开展了反对封建迷信，提倡男女平等，督促妇女放足、反对落后社会习俗以及清扫街道等有社会进步意义的活动。还发动群众控告贪官污吏，声张社会正义，打击土豪劣绅，反对封建压迫。在特支的宣传发动下，宁夏社会各界开始理解中国共产党的主张，一些进步人士积极投身革命洪流，许多青年为寻求知识和真理去外地求学，有的参加了国民军联军。沉睡的宁夏山川焕发出了勃勃革命生机。中共宁夏特别支部虽然只存在了一年多时间，但她在宁夏传播了马列主义，播下了革命火种，标志着党在宁夏地区有组织革命活动的开始，揭开了中国共产党领导宁夏人民进行革命斗争的序幕。

1935 年中国工农红军长征经过宁夏和 1936 年红军西征在宁夏回族地区的战斗岁月，使宁夏掀起革命浪潮。红军的这段辉煌的战斗历程和宁夏整个革命斗争紧密相连，构成了中共宁夏党史中的壮丽篇章。

1935 年红军长征经过宁夏和 1936 年红军西征转战宁夏期间，党的许多著名领袖人物毛泽东、周恩来、朱德、张闻天、王稼祥、彭德怀、贺龙、任弼时、刘伯承、邓小平、左权、聂荣臻、叶剑英、杨尚昆等和著名的国际友人埃德加·斯诺、马海德，都曾在这里留下过光辉的足迹。毛泽东在翻越红军长征途中最后一座高山——六盘山时，以无产阶级革命家的伟大胸怀，抒发革命豪情，留下了气壮山河的《清平乐·六盘山》这一脍炙人口、享誉中外的著名诗篇。“不到长城非好汉”的佳句，至今激励鼓舞着宁夏各族人民。

宁夏又是西征战役的主要战场。西北野战军总部曾设在今同心县的豫旺堡和羊路乡吊堡子。西征战役从 1936 年 5 月 19

日开始，至 7 月底结束。在西征战役中，载入军史的重大战斗共 11 次，在今宁夏境内进行的就有 5 次，即盐池战斗、王家团战斗、下马关战斗、红城水战斗和七营战斗。

中国共产党所领导的红军长征和西征，在国内外产生了巨大影响，也引起了埃德加·斯诺、海德姆等国际友人的深切关注。红军西征期间，他们以极大的热忱于 1936 年 8 月中旬至 9 月上旬来到西征战役的主要战场——宁夏豫旺、下马关等地进行采访和医疗活动。他们发挥专长，尽力为广大指战员服务。斯诺著作《红星照耀中国》（即《西行漫记》）有 1/4 的篇幅是记述在豫旺地区采访活动和感受，他是向世界宣传宁夏的第一个外国人。

红军西征期间，在宁夏建立了党的组织和政权。1936 年 5 月，中共中央决定成立中共陕甘宁省委，同时成立了陕甘宁省苏维埃政府。在中共陕甘宁省委和省苏维埃政府的领导下，西征红军帮助新解放的盐池、豫旺和时属甘肃省的固原北部、海原东部地区，广泛发动群众，打土豪分田地，开展民主斗争，建立红色革命政府，先后建立了中共盐池、豫旺、固北、静宁县委和固原县工委，同时建立了盐池、豫旺、固北、静宁县等苏维埃政府。

中国共产党及其领导的军队的一些重大历史事件和重要战役曾发生在宁夏。数万红军战士曾在这里浴血奋战，并认真宣传贯彻党的民族政策，帮助当地回汉人民建党建政，在今同心县建立了中国共产党领导下的第一个县级回族自治政权——豫海县回民自治政府。豫海县回民自治政府的成立，是党和红军在创造性地建立党的抗日民族统一战线和执行民主政策进程中

形成的重大成果，也是宁夏的回族群众为红军西征和长征的胜利、为中国共产党事业的发展作出的重大贡献。豫海县回民自治政府虽然仅仅存在了 6 个月时间，但它是党领导建立的第一个县级回民自治政权，是中国共产党运用民族区域自治政策解决中国民族问题的一次有益尝试，为后来建立中国特色的民族区域自治制度树立了光辉典范，提供了历史借鉴。

1936 年 11 月，中共中央为了扩大陕甘革命根据地和迎接红军二、四方面军北上会合，决定由彭德怀率领红军西征，重点为宁夏南部山区和甘肃陇东地区。先后解放了盐池县使其大部分地区成为陕甘宁边区的组成部分，并一度进占了同心、固原的部分地区，建立了基层人民政权。同年 10 月，红一方面军攻占甘肃会宁后，同红四方面军会合，后又在今西吉县将台堡同红二方面军会合，实现了红一、二、四方面军三大主力会师，宣告了中国工农红军长征的结束。红军长征的胜利，是中国革命转危为安的关键，其重大历史意义是不可估量的。

抗日战争时期，西北一隅的宁夏重要战略地位凸显，宁夏的存亡关系到抗日战场西北大后方乃至中国抗战的全局。在宁夏地区的各个党组织以各种形式组织领导人民开展抗日救亡斗争。在党倡导的抗日民族统一战线旗帜下，宁夏始终没有沦陷，其中部分地区是中共中央所在地陕甘宁边区的重要组成部分，对坚持抗战，最终实现抗战的胜利发挥了强大作用。1937 年 10 月至 1946 年 6 月，中共中央曾先后数次成立中共宁夏工委。中共宁夏工委积极争取、团结知识分子及其代表人物，发展、壮大了共产党领导下的抗日民族统一战线。1947 年 1 月，中共宁夏工委在几股地方武装合并的基础上组建了回汉支队，

转战各地，打击敌人，为配合进军宁夏的中国人民解放军解放宁夏做出了贡献。抗日战争期间，在当时属甘肃省管辖的回族聚居的海原县、固原县和西吉县，于 1939 年 1 月至 1941 年 6 月，还发生了回族人民为反抗国民党政府残暴统治而连续三次举行大规模武装起义的事件。这三次起义虽然都失败了，但却震撼了国民党在西北的统治，促进了回族人民的觉悟，并使到达陕北的起义队伍被组建为回民骑兵团，参加了解放西北的战斗。

在中国共产党倡导的抗日民族统一战线旗帜感召下，宁夏社会各界积极投身抗日救亡运动，为中华民族团结抵御外辱，取得民族解放书写了可歌可泣的一笔。在全国解放战争迅速发展的胜利鼓舞下，1949 年 7 月中旬人民解放军第一野战军取得扶眉战役胜利之后，发起陇东追击战向甘肃、宁夏进军。7 月底，人民解放军第十九兵团在司令员杨得志、政委李志民的率领下到达固原，吹响了解放宁夏的战斗号角。宁夏战役由于采取了军事打击与政治争取相结合，对马鸿宾和马鸿逵区别对待的方针，使宁夏问题得到了比较顺利的解决。1949 年 9 月 23 日宁夏解放。从此，宁夏人民进入了当家作主人的新时代。领导和组织这场革命取得胜利的中国共产党，带领宁夏各族人民，建立人民政权，稳定社会秩序，完成民主革命，恢复国民经济，进而有计划地开展经济建设和实现由新民主主义社会向社会主义社会的过渡。

二

社会主义建设时期，宁夏各级党组织担负起了领导各族人民建设新宁夏的重任，各族人民以翻身做主人的姿态在战争废

墟上重建家园，宁夏大地呈现出万象更新的局面。顺利完成了对农业、手工业和资本主义工商业的社会主义改造，实现了新民主主义社会向社会主义社会的深刻转变。在党中央的关心和全国人民的支持下，宁夏社会主义建设开端最重要、最辉煌的历史事件是宁夏回族自治区的成立，它开启了宁夏历史的新纪元。社会主义建设的高潮中，1958 年宁夏回族自治区成立，这不仅是宁夏各族人民政治生活中的一件大事，也是中国民族区域自治史上的一件大事，它实现了回族人民在管理本民族内部事务上当家作主的愿望，为消除历史上残留的民族之间的隔阂和歧视，增进各民族之间的团结创造了条件。自治区的成立，大大提升了宁夏在全国政治、经济、文化、社会发展格局中的战略地位，这为自治区各项建设事业的蓬勃发展奠定了相应的基础，从此在宁夏历史上开启了“划区自治兴宁夏”的新纪元。自治区的筹备及成立极大地激发了各族干部群众建设社会主义的热情，在中央和全国各地的大力帮助下，宁夏各级党组织带领全区各族人民发扬吃大苦、耐大劳的精神，掀起了建设新宁夏的高潮，取得了社会主义建设的伟大成就。这些成就从根本上改变了宁夏各族人民的前途命运，为当代宁夏发展进步奠定了坚实基础。

1966 年 5 月中共中央政治局扩大会议和 8 月中共八届十一中全会的召开，标志着“文化大革命”的全面发动，宁夏同全国一样陷入了十年内乱时期，党的各项事业受到建国后最严重的损失。“文化大革命”时间，宁夏经济建设在政治动荡的困境中艰难地向前推进，在一些方面取得了较为明显的成绩。这个时期的经济发展得益于实施“三线”建设战略，外地迁宁工

业企业发挥了重要作用。由外省市迁入自治区的工业企业较大改变了自治区的工业布局，填补了宁夏工业的许多空白，壮大了工业基础。加之国家和兄弟省区在人力、财力、物力上的大力支援，使落后的自治区工业门类逐步增加，拉动了经济发展。持续 10 年的“文化大革命”，在党的历史发展过程中，是“左”倾错误占统治地位时间最长、危害最大的时期，是各种社会矛盾以尖锐形式充分暴露的时期，因而也是经验教训极为深刻的时期。

三

改革开放时期，宁夏迈入了社会主义现代化建设的新征程。1978 年 12 月召开的党的十一届三中全会，作出了把党和国家工作中心转移到经济建设上来和实行改革开放的决策，实现了伟大的转折。自治区党委领导全区各族人民按照党的十一届三中全会制定的路线方针政策，有步骤地解决了建国以来的许多历史遗留问题和实际出现的问题，把在“文化大革命”中受到严重扰乱的各方面社会关系调整过来，进行了繁重的建设和改革工作，全区在政治上和经济上都出现了很好的形势。在完成拨乱反正和启动改革开放进程的基础上，自治区党委贯彻党的十二大和十三大精神，制定了全面建设社会主义现代代的战略目标，作出了宁夏正处于并将长期处于社会主义初级阶段较低层次的论断，坚持党在社会主义初级阶段的基本战略不动摇，领导全区广大干部群众不断开创社会主义现代化建设新局面。邓小平南方谈话和党的十四大召开后，在自治区党委领导下，全区广大干部群众不断解放思想、锐意改革创新，在创建

社会主义市场经济体制的深刻变革进程中，坚持两个文明一起抓，积极探索建立社会主义市场经济体制，推动经济和社会事业快速全面发展，人民群众生活有了很大改善。

进入新世纪，宁夏各级党委团结带领全区各族干部群众，高举中国特色社会主义伟大旗帜，全面落实科学发展观，紧紧抓住国家实施西部大开发战略的历史机遇，立足宁夏实际，狠抓发展第一要务，以一往无前的进取精神和大胆探索的创新实践，奋力推进科学发展、跨越式发展。为全区改革开放和社会主义建设事业的发展提供了坚强的政治保证与组织保证，全区改革开放和社会主义现代化建设取得了辉煌成就。

中国共产党在宁夏的组织走过了 80 多年的光辉历程，千锤百炼、斗志弥坚，宁夏的社会面貌也在党领导人民长期的奋斗中，发生了翻天覆地的变化。中国特色社会主义事业在宁夏显示出蓬勃的生机和活力，展现了经济繁荣、环境优美、民族团结、社会和谐、人民富裕的新宁夏的光辉前景。党领导人民在过去的 80 多年里写下了光辉篇章，也必定能够在未来继续谱写更加壮丽的篇章。

当前宁夏处在又好又快发展的新起点上。在中国共产党的坚强领导下，在全区广大干部群众的不懈努力下，不远的将来，一个经济繁荣、环境优美、民族团结、社会和谐、人民富裕的新宁夏必将昂首屹立在祖国大地上。

宁夏红色旅游发展概述

自《2004–2010 年全国红色旅游发展规划纲要》下发并实施以来，宁夏红色旅游工作在全国红办和自治区党委、政府的正确领导下，红色旅游事业快速发展，旅游接待人数不断增长，影响不断扩大。

一、2004~2011 年宁夏红色旅游主要指标任务完成情况

宁夏共有三个系列景区被列入国家红色经典景区第一批名录，分别是六盘山红军长征红色旅游系列景区（点）（固原市隆德县六盘山长征纪念馆，西吉县将台堡一、二方面军会师纪念碑，西吉县兴隆镇单家集红军长征遗址，泾源县老龙潭革命烈士纪念亭）、吴忠市同心县红军西征红色旅游系列景区（同心县陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址，红军西征纪念园，豫旺堡西征红军总指挥部旧址）、吴忠市盐池县革命烈士纪念馆。宁夏现有四条成熟的红色旅游路线，分别为“银川—明长城—盐池县革命烈士纪念园—南海子—哈巴湖”、“银川—明长城—盐池县革命烈士纪念园—张家场古城—治沙英雄白春兰冒贤业绩园”、“延安—盐池—下马关—豫旺—同心—六盘山”、“银川—吴忠—洪岗子—同心—六盘山”。2004~2011 年，宁夏红色旅游景区共接待游客 298 万人次，年均增长 15%；境外游客接待总量为 1871 人，年均增长 6.5%；红色旅游综合收入为 2.6 亿元，年均增长 15%。一期规划建设期间，宁夏红色旅游景区建设共计投入资金 10734.5 万元，其中，中央共向宁夏红色旅游景区投资 4752 万

元，自治区财政安排红色旅游景区资金 4177.5 万元，地方配套资金 1805 万元。同心县红军西征纪念园、豫海县回民自治政府旧址、豫旺堡西征红军总指挥部旧址共计投入 2075 万元，其中中央投资 1615 万元，自治区投资 120 万元，地方投资 340 万元；盐池革命烈士纪念园共计投入 2315 万元，其中中央投资 590 万元，自治区投资 260 万元，盐池县投资 1465 万元；六盘山红军长征红色旅游系列景区共计投入 6344.5 万元，其中中央投资 2547 万元，自治区财政安排 3797.5 万元。随着资金投入的不断加大，红色旅游景区的基础设施不断得到完善，六盘山红军长征纪念馆被评为 4A 级景区，盐池革命烈士纪念园被评为 3A 级景区。红色旅游带动全区直接就业人数 122 人，间接就业人数 2089 人。

二、红色旅游发展情况

（一）科学编制规划，指导红色旅游可持续发展。开发建设好宁夏丰富的红色旅游资源，离不开科学的规划指导。2005 年，自治区旅游局委托宁夏汇景旅游规划咨询设计公司编制了《宁夏回族自治区红色旅游发展规划（2005 年~2010 年)》。该规划以六盘山地区、同心地区、盐池地区红色旅游资源形成的一座红色边区、两条红军战史线、三个重要纪念地为基础，确定了宁夏红色旅游发展方向、建设项目和形成的旅游产品。提出了与其它旅游形式融合、产业优化、目的地营销和保障体系建设的具体思路和措施。坚持红色旅游开发与保护并重的原则，做到以开发促保护，以保护带开发，对打造宁夏红色旅游知名品牌，促进红色旅游发展起到了良好的指导作用。

（二）努力完善基础服务设施，奠定红色旅游发展基础。自《规划纲要》出台以来，盐池县政府积极争取，将原盐池县革命

历史纪念馆扩建迁移作为重点工作来抓。项目获批后，新盐池革命烈士纪念馆占地 400 余亩，于 2005 年 9 月开工建设，2006 年 9 月竣工。建设了盐池县革命烈士纪念园和滩羊馆两大主体建筑以及解放广场、解放纪念碑、红军陵、王贵与李香香雕塑、大生产磨房、群羊雕塑等附属工程。盐池县还对苏维埃纪念馆（毛泽民纪念馆）展陈进行了充实完善，有效提升了纪念园的文化品位和游览功能，对塑造红色旅游品牌起到了应有作用。同时，在纪念园内安装了触摸屏、电子显示屏、投影仪等，率先在全区实行纪念馆免费开放，收到良好的社会效益。2010 盐池县政府投资 191 万对园内了全面绿化，改善了园内环境。同心红军西征纪念园占地 323 亩，主要建设内容包括“旧址”（同心清真大寺）维修、红军西征纪念馆、景区基础设施建设、文物维修等。近年来，同心县对影响大、对游客有吸引力的红军西征纪念园设施进行了完善，同时充分利用清水河综合治理工程，开发建造了人工湖，购置了游艇，争取自治区发改委立项审批，安排国家专项资金 610 万元，对同心县陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址和同心县豫旺堡西征红军总指挥部旧址进行维修开发建设。目前筹资 640 万元修建的旅游公路路基已完工，建成游步道路 3 公里，整治景区内环境 9900 平方米，建成旅游厕所 2 座，垃圾处理设施已完工。自六盘山红军长征纪念馆工程建设完工之后，固原市又投资 400 万元建设杨家店至六盘山红军长征纪念馆 7 公里旅游道路；投资 812 万元对将台堡至红军长征会师纪念碑进行维修改造；投资 200 万元对西吉县单家集红军长征遗址进行维修改造；投资 600 万元建设泾河源至泾源县老龙潭革命烈士纪念亭 8 公里旅游道路。一系列的投资建设极大改善了固原红色旅游系列景区的外部环境。

吴忠市政府充分利用清水河综合治理工程，在同心县红军西征纪念园对面的清水河北岸新建了占地 5 万平方米的“诗词苑”、“明礼园”，一期投资 2.76 亿元，开发建造了人工湖，购置了游艇。“诗词苑”造人工石山 21 座，采用真、草、隶、篆等字体刻录自先秦以来的中国著名古典诗词百余首。“明礼园”取“二十字”公民基本道德规范中“明礼诚信”之意，拟建石碑 17 座，刻国歌、“八荣八耻”、“八种良好风气”等爱国主义教育和青少年思想道德教育经典内容，将红色革命经典与文化走廊连为一体，形成一条新的“旅游文化带”，进一步扩展了同心红军西征纪念园景区的游览带。

为了进一步扩大盐池县红色旅游的影响，改善交通基础设施，盐池县抓住太中银铁路过境的机遇，投资 2 亿元实施花马池生态水资源综合利用工程（包括水利工程、火车站站前广场工程、道路工程和绿化工程），形成水面 2000 多亩，优化了盐池县革命烈士纪念馆的周边环境。并争取投资 191 万元对盐池县革命烈士纪念馆馆内进行全面绿化。为了进一步丰富红色旅游的游览内容，盐池县还投资 600 余万元，在纪念馆北侧建设了盐池历史文化名人纪念馆，目前主体建设已经完成，正在布展。

2011 年，同心县政府利用红色旅游专项经费 240 万元对陕甘宁省豫海县回民自治政府成立旧址——同心清真大寺进行维修，其中包括同心清真大寺保护规划费用 40 万元，本体保护费用 200 万元。目前，已联系专业部门对同心清真大寺进行了地勘，多次召开维修论证会，并制定了《同心清真大寺保护规划》，待自治区文物局报国家文物局批准后实施同心清真大寺本体保护项目。同心县政府还在纪念建党 90 周年前夕，争取地方财政资金 25 万元，对红军西征纪念园室内地坪塌陷、纪念园楼顶渗漏、

给排水系统的问题进行了彻底维修，消除了安全隐患。

（三）加大红色旅游宣传促销力度，不断拓展红色旅游市场。一是充分利用各种媒体，努力构建红色旅游宣传促销体系。固原、吴忠两市旅游局紧紧围绕“红色旅游”主题，统筹策划，与各级宣传部门、新闻媒体协调配合，专题推广和宣传红色旅游，构建了多层次、全方位的红色旅游宣传促销体系。吴忠市旅游局积极通过吴忠旅游政务网宣传推介红色旅游。在组织编写吴忠旅游宣传画册、出版《吴忠旅游解说指南》和《吴忠市交通旅游图》、制作吴忠旅游风光碟、开展的旅游风情摄影大赛中，都把红色旅游景点和线路作为重要内容来宣传推介。盐池县、同心县邀请区内外一些知名旅行社和中央电视台、宁夏电视台、宁夏日报、吴忠日报、新消息报等媒体到盐池、同心采风踩线，推介“银川——盐池——延安”、“银川——同心——六盘山”精品红色旅游线路，进一步扩大了红色旅游的知名度和美誉度。同心县还组织抽调专人充分挖掘整理同心红色文化资源，搜集整理西征红军在同心、斯诺在同心的相关史料，为制作《清真大寺》《西征红军纪念园》《斯诺在同心》三个宣传册页做好前期准备工作。固原市旅游局对六盘山旅游网进行改版升级，丰富了相关红色旅游内容，并与区内相关网站实现了链接。在自治区旅游局的支持下，在中央电视台、宁夏电台、宁夏电视台播放固原旅游形象广告片和固原旅游专题节目，极大地提高了固原红色旅游的影响力。二是重点策划了宣传红色旅游的主题活动和节庆活动。盐池县、同心县先后举办了红军长征胜利暨盐池解放 70 周年纪念活动、红军长征胜利暨陕甘宁省豫海县回民自治政府成立七十周年纪念活动。2006 年，固原市旅游局在六盘山红军长征纪念馆举行第二届六盘山山花旅游节暨宁夏“乡村游”启动仪式，2007

年自治区党委、政府在将台堡红军长征胜利会师纪念园举行了中国工农红军长征胜利 70 周年庆祝大会，并举行中国工农红军长征 70 周年纪念邮票首发式活动。还举办了“固原市庆祝建党八十八周年、建国六十周年暨“红歌唱响六盘山”万人歌咏比赛活动。2010 年 8 月固原市在六盘山红军长征纪念广场举办了“2010 年全国群众登山健身大会暨首届宁夏六盘山登山节”，来自辽宁、江西、浙江、山东、江苏、河南、新疆等 18 个省、自治区、市的 1600 余名登山运动员、爱好者参加了比赛。包括宁夏电视台、固原电视台、新华网、人民网、宁夏新闻网、旅游视频网、中国旅游报、宁夏日报、固原日报、新消息报等多家新闻、网络媒体对本次活动进行了全程报道，为宣传六盘山、宣传固原红色旅游起到了积极作用。在建党 85 周年、建军 80 周年，尤其是 2005 年全党的先进性教育活动这些活动当中，六盘山红军长征纪念馆、将台堡红军长征胜利会师纪念园、单家集革命遗址等纪念场馆发挥了重要作用。这一系列创意新颖、形式独特的活动的举办，大力宣传了宁夏红色旅游品牌，得到了社会各界的广泛关注和好评，也极大地提升了宁夏红色旅游的知名度与美誉度。

（四）进一步加强红色旅游人才队伍建设，提高红色旅游从业者的素质。为加大讲解员培训教育力度，盐池革命烈士纪念园先后招聘 7 名优秀讲解员，通过“请进来、送出去、实地培训”相结合的形式，邀请专家或自治区博物馆的优秀讲解员进馆讲课，每年举办各种培训班平均达 6 次，参加人数 350 人次，有计划地输送讲解员到外地参观学习，不断提高讲解水平和服务能力。自治区旅游局还积极参加全国红办举办的各种培训班，以提高红色旅游工作人员的业务水平。在 2009 年红色旅游导游员电

视大赛上，我区选手姚龙龙取得全国第二名的好成绩。经过积极争取，由全国红办主办、宁夏旅游局承办的全国红色旅游培训班于2009年8月中旬在银川成功举办，来自全国各地的94名学员参加了培训。全国红色旅游景点的代表开阔了眼界，交流了经验，学到了知识。六年间我区共举办培训班36次，参加人数达2100人次。

（五）进一步强化管理与服务，提高接待水平和服务质量。固原市旅游局以加强行业管理为抓手，进一步提升红色旅游软环境，狠抓红色旅游服务质量，建立健全旅游安全预警机制，加大红色旅游景区（点）安全生产检查力度，实现了红色旅游服务“零投诉”的目标。吴忠市旅游局以文明行业创建为抓手，使红色旅游景区在服务社会大众的同时，成为接待党和国家领导人的重要场所之一，多次成功接待了党和国家的领导人。盐池革命烈士纪念馆在纪念馆所有可能通入展区和文物库房的通道都加固了防盗栏和保险门，重点部位都装有监视器，有健全的安全保护制度和专职安全保护人员，制定了安全事故紧急预案，多年来没有发生服务质量投诉事件和安全事故。通过创建活动，盐池革命烈士纪念馆相继获得全国百家红色旅游经典景区、全国民族团结进步教育基地、全国爱国主义教育基地和全区国防教育基地、全区十佳旅游诚信景区等荣誉称号。目前宁夏的全部红色旅游景区（点）均实行免费接待。

（六）红色旅游与其他旅游形式有机结合，促进红色旅游协调发展。六盘山是国家森林公园，是黄土高原的一个重要的水源涵养林地，又称高原“湿岛”，早已开展了“绿色”生态旅游，有了较好的客源市场。发展红色旅游，合理保护和利用两种资源，是提升旅游区旅游质量和效益的最佳手段。有机整合旅游资

源是发展固原市旅游业的机遇和条件。宁夏的六盘山、同心、盐池红色旅游景区，通过发展红色旅游，有效地保护和利用了革命历史文化遗产，更好地整合自然环境资源和人文历史资源，“红”与“绿”、“红”与“古”结合，优势互补，为旅游者提供更加丰富的旅游产品和服务，实现了以“红”带“绿”、以“绿”托“红”的格局。

（七）发展红色旅游与新农村建设相结合，促进红色旅游所在地的经济发展。发展红色旅游，可以加快革命老区的基础设施建设，培育和发展特色产业，把资源优势转化为经济优势。我区红色旅游所在地都地处贫困地区、欠发达地区，人民群众的生活还很艰苦，随着红色旅游的兴起，红色旅游经济的增势强劲，给红色旅游景区（点）附近人民带来实惠。固原市将红色旅游和新农村建设结合起来，在试点村开展村庄整治，开发了“乡村体验游”，农村发展与红色旅游相结合，把旅游产业链向农村延伸发展，同时，也改造了农村环境。泾源县泾河源镇冶家村依靠红色旅游，带动全村经济发展，2005 年，冶家村进行统一规划，建设回族民俗村，发展“农家乐”。全村 281 户，有 38 户农民参与旅游接待服务，野果野菜、农家饭受到游客欢迎，民间手工艺品、旅游纪念品的加工生产得到发展。盐池县围绕红色旅游，充分开发旅游土特产品和手工艺品，加大对 “盐池二毛皮”、“滩羊肉”、“蜂蜜”、“甘草”、“小杂粮”、“手工地毯”、“民间刺绣”、“同心圆枣”、“八宝茶”等旅游土特产品的挖掘和推介力度，促进了当地经济的发展。

银川市

P19-56

银川市是宁夏回族自治区的首府，位于宁夏平原内陆腹地，地处祖国西北东部，是新亚欧大陆桥沿线的重要商贸城市，位于“呼—包—银—兰—青经济带”的中心地段，也是宁蒙陕甘周边约500公里范围内的区域性中心城市。银川国土面积9555.38平方公里，总人口204.63万人，其中回族人口48.43万人，占总人口的23.67%，是全国109个历史文化名城之一，是中国河套文化和丝路文化交汇地带极具吸引力和代表性的中国优秀旅游城市。雄浑的贺兰山与黄河，一起造就了银川平原，在这块土地上孕育了生生不息的文明。历史的年轮、多元的文化在这里积淀，中原文化、边塞文化、河套文化、丝路文化、西夏文化、伊斯兰文化等多种文化激荡交融，浓郁的回乡风情，雄浑的大漠风光，秀丽的塞上水色，古老的黄河文明，神秘的西夏文化，构成了“雄浑贺兰、多彩银川”的城市形象，形成了“塞上湖城、西夏古都、回族之乡”的鲜明特色，锤炼成“贺兰岿然，长河不息”的银川精神，具有多元的文化气息。

兴庆区

红色旅游景点

银川钟鼓楼——中共宁夏第一个特别支部旧址

银川钟鼓楼——中共宁夏第一个特别支部旧址位于银川市解放东街和鼓楼南北街的十字路口交叉处，又称“十字鼓楼”、“四鼓楼”，俗称鼓楼。

银川钟鼓楼始建于清道光元年（1821 年），现存建筑是清光绪三十四年（1908 年）由地方绅商捐资重建的。楼总高 26 米，占地 576 平方米。由台基、楼阁、角坊组成。台基呈正方形，边长 24 米，高 8.5 米，用砖石砌筑。台基四面辟有宽 5 米的券顶门洞，中通十字，与解放东西街、鼓楼南北街相通。1926 年 9 月国共合作时期建立的中共宁夏第一个特别支部就设在钟鼓楼上的东北角坊内。为了便于公开活动，同时成立了国民党宁夏县党部，同在钟鼓楼上办公。特别支部建立后，通过各种形式，宣传革命思想，组织广大群众开展革命活动，激发人们的爱国热情，在青年学生中培养革命骨干等，做了大量卓有成效的工作。

银川钟鼓楼

银川钟鼓楼夜景

银川钟鼓楼

地址： 兴庆区解放东大街和鼓楼南北街十字路交叉处。

交通： 在银川市市区各公交站点可乘坐 1 路、11 路、12 路、29 路、34 路公交车到鼓楼站下车即到。

1949 年 9 月 23 日解放军进入银川城，宁夏解放。26 日，解放军 19 兵团领导杨得志、李志民等与地方各族各界人士一同在钟鼓楼上检阅了入城解放军部队。

解放后，人民政府对这处古建筑进行了妥善保护，多次拨款进行加固维修。1988 年 9 月，银川市委党史研究室曾在钟鼓楼上建立了《银川党史陈列馆》，为宣传中国共产党在宁夏的光荣革命历史、进行革命传统教育发挥了很好的作用。

1988 年 1 月 30 日，钟鼓楼被列为自治区文物保护单位。1996 年被确定为银川市爱国主义教育基地。

《中山日报》办公地旧址——银川玉皇阁

银川玉皇阁——《中山日报》办公地旧址位于银川市解放东街与玉皇阁北街交会口。

银川玉皇阁是一座建在长方形台基上的建筑群体，占地面积为 1039.7 平方米，高 22 米。台基长 37 米，宽 28.1 米，高 8 米，全部由夯土筑成，外包长条青砖。台基下面辟有南北向拱形门洞，门洞西北侧有一道小门，内有 32 级台阶缓缓通向基顶。基顶四面有青砖护栏环绕，中央是一座坐北朝南高达 14.1 米的两层重檐歇山顶大殿，面宽五间，进深二间，四周围以朱漆栏杆。大殿底层向南向北分别又接出卷棚顶大殿五间和三间。南边大殿在正中向南又接出一玲珑剔透的卷棚小抱厦，突出在台基外。大殿东西两

银川玉皇阁

银川玉皇阁夜景

侧为对称的两层重檐亭式钟、鼓楼。综观玉皇阁，重楼叠阁，雕梁画栋，四周飞檐叠起，直向蓝天，大有振翅欲飞之势。整个建筑气势恢弘，布局巧妙，结构严谨，建筑艺术精湛，是一座具有浓郁民族风格的古代建筑。

1926 年 10 月 8 日，国民军联军总司令冯玉祥为解西安之围，策应北伐，命孙连仲、刘汝明两师途经宁夏开往西安。国民军联军政治部宣传队同时赴宁夏开展工作，《中山日报》社亦由绥远迁至宁夏，办公地点就设在银川市玉皇阁北街，紧连玉皇阁，《中山日报》不仅是中国共产党在国民军联军中的一个喉舌，而且也是党的一个秘密机关。《中山日报》积极宣传国民革命和北伐战争的意义，宣传孙中山联俄、联共、扶助农工三大政策，介绍俄国十月革命经验等，是中国共产党在宁夏的重要舆论阵地，对民主革命思想和马列主义在宁夏的传播起到了重要作用。

解放后，宁夏人民政府对玉皇阁进行了多次整修。今日的玉皇阁是银川市著名的文化旅游景点之一，在玉皇阁楼上设有展厅，常年举办文物及其它展览，成为对外宣传文物保护工作、传播精神文明的重要窗口，每年都吸引大量游客前来参观。

银川玉皇阁

地址： 兴庆区解放东街与玉皇阁北街交汇口。

交通： 在银川市市区各公交站点可乘坐 1 路、42 路、22 路 45 路 311 路、28 路 29 路 43 路、1 路 11 路 12 路 29 路 34 路公交车。

1963 年 2 月，玉皇阁被自治区人民委员会公布为宁夏回族自治区文物保护单位。

银川市八里桥烈士陵园

银川市八里桥烈士陵园原名为银川市八里桥革命公墓，位于兴庆区贺兰山东路与 109 国道交叉路口东北侧。

银川市八里桥革命公墓，始建于 1964 年，是中共银川市委、市人民政府为纪念在宁夏各个历史时期牺牲的革命烈士和已故革命老干部而修建。

1971 年，对八里桥革命公墓进行了改建和扩建。现公墓总面积 1.3 万平方米，建筑面积 8000 平方米，呈正方形。公墓大门上书“弘扬革命

八里桥烈士陵园

八里桥烈士陵园

精神”六个大字，四周设有围墙，高 2.3 米，周长 420 米。墓院内松柏成行，杨柳成阴，庄严肃穆。墓院正中建有一座两层楼的烈士纪念堂，钢筋混凝土结构，外表由水磨石砌成。公墓里除安葬了在革命斗争中英勇牺牲的 崔景岳、孟长有、马文良三烈士外，还先后安葬了 1986 年在老山前线战斗中壮烈牺牲，被中央军委授予“战斗英雄”称号的顾金海；1998 年舍身抢救儿童的农民工路小固；1999 年银川“4.20”袭警案中壮烈牺牲的四位革命烈士；2000 年舍身救人的英雄少年王涛烈士；2005 年与抢劫犯罪嫌疑人搏斗中牺牲的卢雪鹏等烈士 87 名。

公墓自建成以来，前来瞻仰、凭吊烈士的社会各界人士络绎不绝，他们在纪念堂前举行各种各样的纪念活动，在重大节假日，许多单位组织党员到公墓举行重温入党誓词、义务劳动等爱国教育活动。

1991 年，被银川市政府列为“银川市烈士建筑保护单位”。1995 年被自治区命名为“宁夏爱国主义教育基地”。

2013 年，银川市八里桥革命公墓更名为八里桥烈士陵园，并对园区进行重新设计改造。

银川市八里桥烈士陵园

地址： 兴庆区满春乡 109 国道东侧贺兰山路北侧。

交通： 在银川市市区各公交站点可乘坐 315 路、8 路、301 路、313 路、32 路、37 路外环、28 路公交车。

银川市景岳小学三烈士纪念碑

银川市景岳小学三烈士纪念碑位于银川市兴庆区回春巷 73 号景岳小学院内。

银川市景岳小学所处位置原为银川城北的城隍庙。国民党反动军阀马鸿逵统治宁夏期间，反共、防共，大肆迫害、屠杀共产党人和进步人士。1941 年 4 月 17 日夜，将崔景岳、马文良、孟长有 3 名共产党员残忍地活埋于城隍庙后。

崔景岳（1911~1941），1911 年 11 月 3 日生于陕西省旬邑县东涧村一个贫苦农民家庭。1926 年参加革命，1927 年加入中国共产党。曾任中共陕西省委委员兼省委秘书长、中共西兰特委书记、中共西兰地委书记。1940 年初受党派遣到银川，任中共宁夏工委书记，在银川、银南、银北组建了中共宁夏工委直属党组织。1940 年 4 月 13 日，由于叛徒告密，被国民党特务逮捕。1941 年 4 月 17 日被害。牺牲时年仅 30 岁。

马文良（1912~1941），生于 1912 年 10 月 17 日，辽宁省海城县（今海城市）海城镇人，回族。1936 年在日本留学时参加了中国共产党领导的革命群众组织“解放社”的工作。1937 年夏回国，

秋到达延安并加入中国共产党。1940 年 10 月被任命为“中共西北工作委员会三边回民巡视团”特支书记兼团长。1941 年 2 月在宁夏盐池县惠安堡回六庄开展工作时不幸被捕，4 月 17 日被害。牺牲时年仅 29 岁。

孟长有（1916~1941），1916 年出生于宁夏中卫县柔远堡孟家庄一个农民家庭，1937 年考入延安抗日军政大学，1938 年加入中国共产党。1940 年初受党派遣回宁夏同心开展地下工作，由于叛徒告密于 1940 年 4 月被捕。在狱中，他同崔景岳一起组织中共地下支部，领导难友坚持对敌斗争。1941 年 4 月 17 日被害，牺牲时年仅 25 岁。

1991 年，在纪念崔景岳、马文良、孟长有三烈士英勇就义 50 周年之际，中共银川市委、市人民政府决定在烈士牺牲地建造纪念

银川景岳小学三烈士纪念碑

碑，同时将烈士牺牲地，原银川第十三小学改名为景岳小学。纪念碑整体构思新颖、造型别致、寓意深远、庄严肃穆。在常青树环绕的场地中，正面建有一段 15 米长、3.3 米高的花岗岩砌筑的石墙，象征烈士的鲜血筑成了我们新的长城。石墙上部镶有时任宁夏回族自治区党委书记黄璜题写的“革命烈士永垂不朽”八个刚劲有力的铜字。石墙下面镌刻“1941.4.17”三烈士就义的日期。石墙前在三烈士就义地点，以磨光花岗岩围成长 7 米、宽 5 米的花池，花池前方有一块长 1.5 米、宽 0.75 米的黑色卧碑，上面铭刻着三烈士的生平事迹。在花池中央，竖立着一座不锈钢制成的雕塑，三片钢构件相互鼎立、紧密交错在一起，深深扎根、屹立在花草茂密的土地上。2008 年 6 月，宁夏安徽商会捐资 36 万元，在纪念碑前，树三烈士雕塑“传承”。雕塑如同一只熊熊燃烧的火炬，指引激励着人们继承先烈的遗志奋勇前进。

银川市景岳小学三烈士纪念碑

地址： 兴庆区回春巷 73 号景岳小学院内。

交通： 在银川市市区各公交站点可乘坐 18 路、22 路、41 路、49 路、28 路、29 路、43 路、45 路、311 路、101 路、40 路公交车。

银川景岳小学三烈士纪念碑于 1995 年 1 月被民政部公布为全国爱国主义教育基地，同年 5 月被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。2011 年 4 月，被中共宁夏回族自治区党委党史研究室确定为“宁夏党史教育基地”。

银川中山公园烈士纪念碑

银川中山公园烈士纪念碑位于宁夏回族自治区银川市兴庆区中山公园内。

银川中山公园正门（南门）位于湖滨西街，北门通北京东路，西门接凤凰北街。据载，这里原为西夏国元昊宫遗址。明嘉靖年间（1552~1566），为镇属兵马营房，俗称“西马营”。1929 年，冯玉祥属下门致中为纪念孙中山先生，在此兴建公园，正式命名为“中山公园”。公园面积 780 亩，有 20 多处景观及游乐场所。园中浓荫蔽日，亭台错落，免费向广大市民开放。中山公园不仅是银川市的风景名胜、广大群众娱乐游憩的中心，同时也是宁夏大型庆典活动的最佳场所。新中国成立以来，多次在中山公园内举行庆祝大会，党和国家领导人林柏渠、乌兰夫等先后对中山公园进行过视察，许多国际友

银川中山公园烈士纪念碑

人还于园内栽植了友谊之树。

1954 年宁夏省建制撤销，成立甘肃省银川专区，驻城的解放军大部分撤出。中山公园纪念堂移交银川专署民政科。1955 年，考虑到纪念堂房屋狭小，供广大青少年开展纪念活动的场所受到限制，专署民政科组织广大市民义务劳动，在文昌阁以东银湖岸边，取附近西北城墙土填出一个小岛，架木制曲桥与湖岸相通，在岛上建八角亭，亭内立烈士纪念碑。纪念碑坐西面东，碑面上竖行镌刻着“烈士纪念碑 公元一九五五年九月一日立”，碑阴竖行镌刻着毛泽东同志的手书“为国牺牲 永垂不朽”8 个大字。在碑亭四周植树以美化环境。烈士纪念碑建立后，三层楼烈士纪念堂遂撤去。

银川中山公园烈士纪念碑背面

银川中山公园烈士纪念碑

地址： 银川市兴庆区中山公园内

交通： 在银川市市区公交站点乘坐 105 路、18 路、11 路、49 路公交车。

银川中山公园烈士纪念碑于 1996 年 5 月被中共银川市委、市人民政府命名为银川市爱国主义教育基地，2009 年 5 月被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。

金凤区

红色旅游景点

宁夏博物馆

宁夏回族自治区博物馆的前身是1959年9月成立的宁夏地质博物馆筹备处，1973年正式更名为宁夏回族自治区博物馆。原馆址位于自治区首府银川市承天寺院内，1988年整个院落整饬重修为仿古建筑，使用至今。2004年宁夏博物馆新馆建设被列为自治区成立50周年大庆的献礼工程。2006年11月，宁夏回族自治区博物馆新馆破土动工，总投资2.28亿元。经过两年半的艰苦努力，新馆以其端庄的外型、先进的设施、完备的功能、新颖的展陈、优质的服务，于2008年9月为迎接五十周年大庆，正式开馆使用。

新馆位于银川市金凤区人民广场东侧，总建筑面积30258平方米，全高21.2米，共四层。其中，地下一层建筑面积8456平方米，分为文物库房、设备用房及办公区域，文物饱和藏量达150000件。地上建筑面积21802平方米，一层为中厅、贵宾接待室、临时展厅和观众服务厅；二、三层为各类展厅、图书阅览室和书库、多媒体教室及观众服务区。新馆主体建筑蕴涵了浓郁的地域民族特色。整个建筑平面呈“回”字型布局，贴应了回族自治区

的“回”字。出入口立面借鉴了伊斯兰民族风格，与三层外墙局部装修所采用的玻璃幕墙，形成了传统艺术与现代美感的强烈对比，又具有浓郁的民族特色；上部透空隔架与下部石材结合，充分表现整个建筑优雅、简洁、均衡、沉稳的个性。外墙装饰所运用的迦陵频伽、力士志文支座等建筑构件形象，以及四个大门使用的装饰图案，都是宁夏历史文化遗存的代表，具有鲜明的地域特色。

宁夏历史悠久，文化积淀丰厚。宁夏博物馆现馆藏文物近四万件。其中三级以上珍贵文物四千余件，经鉴定确认的国家一级文物 159 件，胡旋舞石刻墓门、鎏金铜牛、力士志文支座被鉴定确认为国宝级文物。西夏文物、回族文物的收藏数量和质量为文

宁夏博物馆整体效果图

宁夏博物馆正大门

博行业所瞩目；馆藏文物鲜明的地方特色和民族特色，在全国博物馆中，独树一帜。

宁夏博物馆新馆充分发挥藏品优势，把收藏展示、科学研究与保护、宣传教育功能集于一身，同时，浓厚的文化气息、敞亮的中空大厅、先进的设施设备，为举办各种礼仪庆典提供了最佳场所，是大众休闲旅游的理想去处。

宁夏博物馆是中共中央宣传部颁布的，第一批全国百个“爱国主义教育基地”，是国家一级博物馆，是宁夏社会科学联合会科研基地、是宁夏国防教育基地等几十个教育基地。

银川钟鼓楼

地址：银川市金凤区人民广场东街 6 号

交通：在银川市市区各公交站点可乘坐 1 路、11 路、12 路、29 路、34 路公交车到鼓楼站下车即到。

电话：0951-5085075

西夏区

红色旅游景点

宁夏解放纪念碑

宁夏人民解放纪念碑位于银川市西夏区金波路与北京西路交汇处流芳园内。

为了铭记在宁夏解放中英勇牺牲的革命先烈，教育广大干部、群众和青少年牢记历史，继承革命传统，2002 年中共银川市委、市人民政府决定兴建宁夏人民解放纪念碑。10 月 25 日，纪念碑在庆祝宁夏回族自治区成立 44 周年之际落成。纪念碑广场总面积 6000 平方米。纪念碑碑体为长方形，高 16.2 米，宽 6 米，碑体中心为镂空的宁夏回族自治区地图，碑体基座东西两侧生动形象地

宁夏解放纪念碑旁的崔景岳、马文良、孟长有三烈士浮雕

宁夏解放纪念碑

刻有反映宁夏解放历史事件和解放后宁夏建设成就的浮雕。纪念碑正前方雕有人民解放军第 19 兵团无名英雄骑马举枪像，象征宁夏解放。碑体正面刻有“宁夏解放纪念碑”。

宁夏解放纪念碑浮雕

宁夏解放纪念碑不仅是座历史丰碑，更是座理想丰碑和精神丰碑。2009 年 10 月，为怀念致力解放宁夏的革命烈士，在解放纪念碑旁又立崔景岳、马文良、孟长有三烈士浮雕。留芳园是一个开放式公园，每天都有许多区内外群众来此参观，接受革命传统教育。

2013 年中共银川市委党史研究室根据相关专家的建议，对原碑文进行了局部修改，请宁夏书法家田兵先生用楷书书写重新雕刻。同时增加了宁夏解放概况、解放宁夏经过要图、宁夏解放纪念碑数字说明等文字说明牌，便于群众更好的了解宁夏解放的历史。

宁夏解放纪念碑

地址： 西夏区金波路与北京西路交汇处流芳园内

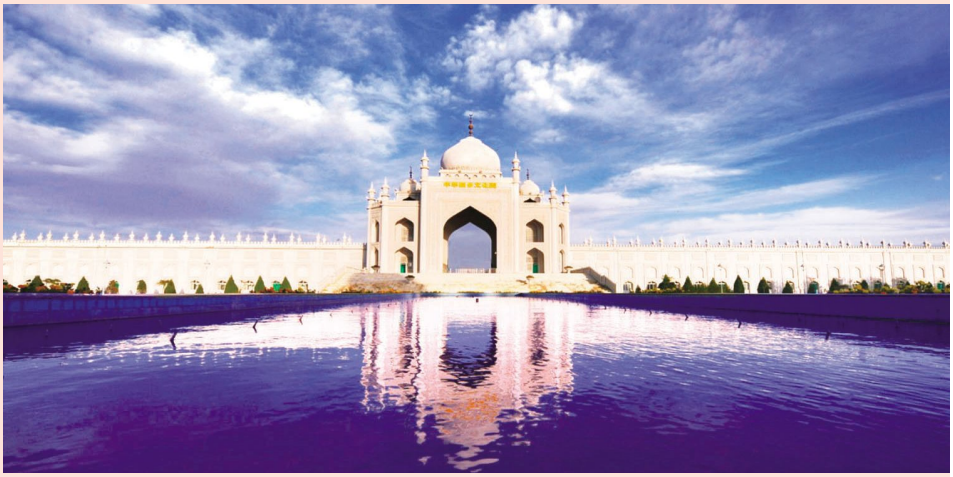
交通： 在银川市区各公交站点可乘坐 17 路、24 路、105 路、106 路公交车。

永宁县

红色旅游景点

银川市永宁县中华回乡文化园

银川市永宁县中华回乡文化园位于宁夏银川市永宁县内，是由宁夏回乡文化实业有限公司开发、建设并经营。2002 年开工建设，总体设计规划用地 1000 亩，目前，投资 2.1 亿元，完成了一期 300 亩的工程建设，二期工程建设正在进行，占地面积 502.41 亩，总投资 7.03 亿元人民币，将建设建筑面积 5000 平方米的回族民俗博物馆、建筑面积 4000 平方米的梅香书院、复建 610 平方米上海世博会沙特馆、建筑面积 2000 平米的水上剧场、建筑面积 1500 平米的游客服务中心、建筑面积 5100 平米的职工服务区、异



回乡文化园主体大门

回乡文化园内一角

地迁建宁夏伊斯兰教经学院七个工程项目。项目已被列为宁夏“十二五”期间旅游重点建设工程。

中华回乡文化园依托古老的纳家户清真大寺和民俗风情浓郁的纳家户村而建立，以大力弘扬民俗文化为魂，以通过声、光、电子、文艺演出等多种表现形式为手段，搭起了全区文化建设的新舞台。是全面集中展示回族穆斯林文化的大观园，它运用传统手法和现代技术，从建筑艺术、餐饮、文化展览、文艺表演等多个层面全面展示了宁夏乃至全国回族和世界穆斯林独特的建筑文化、宗教礼仪文化、婚丧嫁娶民俗文化、服装服饰、饮食起居生活文化、农耕商贸经济文化、自然科学、社会科学文化、书画、武术、文艺等艺术文化。

中华回乡文化园的建设，显著增强了宁夏回乡风情旅游的文化内涵，为挖掘、抢救、保护、传承回族文化遗产和非物质文化遗产做出了重要贡献。更加重要的是，通过参加回族历史文化和民风民俗的陈列展示，鉴赏具有回族特色的各种文物、了解回族与各民族融合的过程，可以感悟到中华民俗所具有的强大凝聚力，领略到根

植在中华文化的和谐传统，体会到民族团结进步的精神之义，体验到民族地区改革开放的丰硕果实，使文化园成为了宁夏开展民族团结教育，宣传各民族共同发展进步的“实证”和“载体”。

中华回族第一街——纳家户古街

中华回乡文化园全方位集中展示回族文化及民俗风情主体景观，成为凡是到宁夏旅游的中外游客必到的旅游目的地，每年接待旅游和参观游客 30 万人次，成为宁夏乃至全国集中展示回族穆斯林文化的重要基地，成为宁夏对外宣传的靓丽“名片”以及连接世界、中阿友谊的桥梁和纽带，2008 年经过国家旅游局严格的审核验收，授予“AAAA 国家级旅游景区”称号。是国家文化产业示范基地、全国优秀民族特色地标建筑、新中国六十大地标，中国西部花儿歌会永久承办地，2009 年被国务院表彰命名为“全国民族团结进步模范集体”， 2011 年 4 月，被国家发改委、中宣部、财政部、国家旅游局等部委联合授予“全国红色旅游经典景区”。 2012 年 10 月被中国科协授予“全国科普教育基地”称号。

银川市永宁县中华回乡文化园

地址： 中华回乡文化园景区位于银川市永宁县

交通： 从银川南门广场直接乘坐 302 路公交车抵达景区，全程 40 分钟，票价 1 元（单程）。

时间： 8:00~6:00（冬季）
8:00~6:30（夏季）

门票： 参观门票 60 元 / 人，老年人、残疾人、在职军人和少年儿童一律免费参观

电话： 0951-8025666 8025888

网址： www.zhhxwhy.com

灵武市

红色旅游景点

灵武市烈士陵园

灵武市烈士陵园位于银川市灵武市灵武园艺场内。

原灵武市烈士陵园位于灵武城区东南 3.5 公里处的东山坡上。1960 年 7 月，中共灵武县（今灵武市，1996 年撤县设市）委、县政府为纪念解放战争时期在灵武牺牲的革命烈士而修建。南北宽 35 米，东西长 70 米，占地面积约 2450 平方米。面西的陵园正门写着“烈士陵园”四个金黄的大字。正对大门 10 米左右，矗立着一座烈士纪念碑，纪念碑坐东面西，正面镌刻着 “永垂不朽”四个朱红大字。

纪念亭的后面是烈士墓区，陵园里埋着 9 名烈士和 40 名干部，烈士墓区的西面，整齐地排列着 7 名烈士的墓冢，他们是中国人民

灵武市烈士陵园人民英雄纪念碑

灵武市烈士陵园

灵武市烈士陵园

地址：灵武市灵武园艺场内

交通：从银川上高速往盐池方向，过黄河大桥右转进入银灵高速从华电电厂 / 灵武北出口下高速，右转进入下白线，沿下白线行驶 4.1 公里，左前方转弯进入朔方路，沿朔方路行驶 1.6 公里，右转进入东盛路，沿东盛路行驶 550 米，稍向左转进入果园路，沿果园路行驶 1.6 公里左转行驶 220 米，右转行驶 1.1 公里到达灵武市烈士陵园。

解放军第十九兵团一九一师解放灵武时在涝河桥战斗中牺牲的烈士。为了缅怀先烈，更好地对广大群众特别是青少年进行爱国主义和革命传统教育，2008 年 10 月，灵武市委、市政府在灵武园艺场内（距原烈士陵园 2 公里处）重建了一座园林式烈士陵园。新烈士陵园呈长方形格局，占地 875 平方米，位于灵武园艺场风景区内，在果树成林、苍松翠柏、杨柳成荫、空气清新、鸟语花香的园林环境映衬下，陵园显得宁静而肃穆。陵园正门面南，南北宽 25 米，东西长 35 米，四周留有空地，专门用于陵园今后的扩建。正门是大理石牌坊造型，上书“烈士陵园”四个鲜红的大字，牌坊左右题对联一副，上联“青山绿水长留生前浩气”；下联“苍松翠柏堪慰逝后英灵”。陵园正中靠后矗立着一座人民英雄纪念碑，坐北朝南，正方形碑座为钢筋混凝土结构，高 2 米，碑身由花岗石砌成，高 6 米，碑身四周围绕着汉白玉栏杆，美观朴素、洁白耀眼。人民英雄纪念碑东西两侧，苍松翠柏环绕下整齐排列着 10 名烈士的墓冢，分别是顾金海、邹学奎、李泉栋和从原烈士陵园迁移过来的解放军一九一师解放灵武时在涝河桥战斗中牺牲的无名烈士墓冢。

灵武市新烈士陵园于 2009 年被命名为“灵武市爱国主义教育基地”和“灵武市重点文物保护单位”。

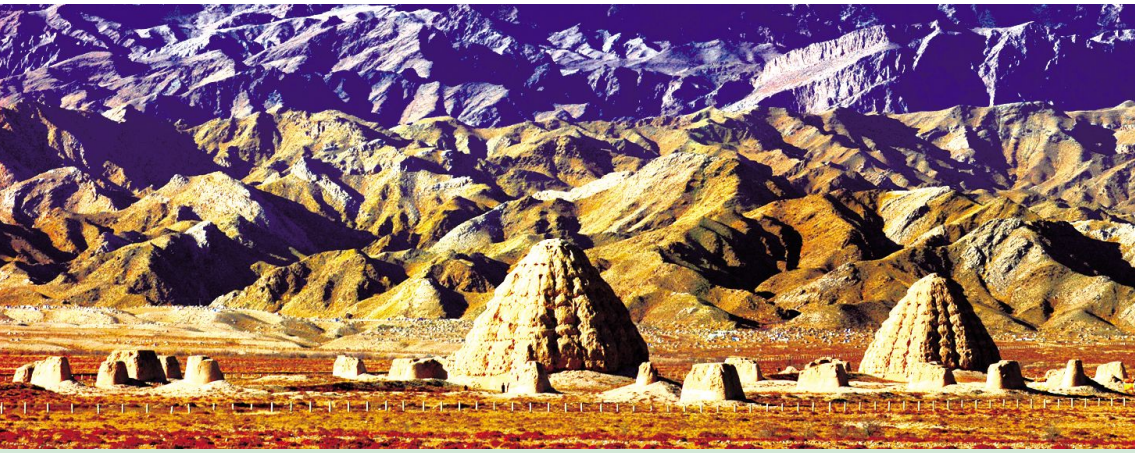
银川市红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

银川市旅游资源主要分布在“一山一河”两条旅游带上，其中的“一山”是指贺兰山，主要分布在沿贺兰山东麓一线，被称作西线贺兰山文化旅游观光带。这一带旅游资源主要以西夏文化和贺兰山文化为特色，涵盖山岳森林、生态旅游资源。主要包括西夏陵、贺兰山岩画、苏峪口国家森林公园、滚钟口风景区、拜寺口双塔、镇北堡西部影城等旅游资源。“一河”，指黄河，主要分布在沿黄河两岸，被称作为东线黄河金岸旅游观光带，这一区域内的黄河两岸有着丰富的自然、地理、历史、人文景观，发展精品旅游有着得天独厚的条件。有国家 A 级景区 15 家，其中 5A 级景区 1 家，4A 景区 7 家、3A 景区 2 家、2A 景区 5 家。有国家文物保护单位 1 家，国家湿地公园 2 家。自然资源独特，文化特色鲜明，有大河、沙漠、戈壁、草原等丰富多样的自然旅游资源，也有古人类文化、黄河文化、长城文化、西夏文化、回族文化、边塞文化等人文旅游资源。

西夏陵(国家 4A 级旅游景区)

西夏是我国十一世纪初以党项羌族为主体建立的封建王朝。自 1038 年元昊在兴庆府（银川市）称帝建国，于 1227 年被蒙古所灭，在历史上存在了 190 年，经历 10 代皇帝。其疆域“东尽黄河，西界玉门，南接萧关，北控大漠，地方万余里”，最鼎盛时期面 积约 83 万平方公里，包括今宁夏、甘肃大部，内蒙古西部、陕西北部、青



西夏陵

西夏陵

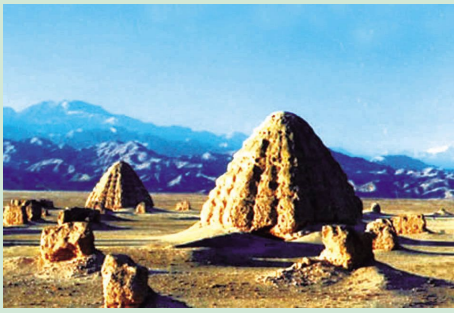
门票： 60 元 / 人，包括：西夏博物馆、西夏史话艺术馆、西夏碑林、三号陵实地、往返电瓶车。学生、现役军人半价 30 元。

时间： 8:00－19:00

电话： 0951－5668969　5668971

交通： A:新月广场—西夏陵（游一）旅游专线车运营线路：新月广场（始发）沿北京路各公交站点停靠—火车站—宁大南门—同心路市场北—西夏广场—西夏陵景区（终点）。发车时间早 9:00–10:00（新月广场始发），中午 12:30 –13:30 返回（西夏陵景区）。
B: 银川市内乘坐 17 路沿北京路向西行至西夏广场，转乘出租车即可到达。

自驾： A: 银川市区内沿北京路向西行驶至西夏广场，在北京路与 110 国道交叉口向南直行 6 公里即可到达。
B:市区内沿正源南街行驶至南绕城高速入口，沿平吉堡、西夏陵方向行驶，即可到达西夏陵景区。



西夏陵

海东部的广大地区。前期与北宋、辽平分秋色，中后期与南宋、金鼎足而立，被人形容是“三分天下居其一，雄据西北两百年”。西夏国的建立对中世纪我国西北地区的统一，社会经济、文化的发展及多民族大家庭的形成做出了积极贡献。

西夏陵是西夏王朝的皇家

陵园，位于宁夏银川市西郊约 35 公里的贺兰山东麓中段。在方圆 53 平方公里的陵区内，九座帝陵布列有序，254 座陪葬墓星罗棋布。陵园规模宏大，俾壮观瞻，是中国现存规模最大、地面遗址最完整的帝王陵园之一。1988 年被国务院公布为全国重点文物保护单位、国家级风景名胜区，是国家 4A 级旅游景区，2012 年被列入中国申报世界文化遗产预备名单。被世人誉为“神秘的奇迹”、“东方金字塔”。

宁夏镇北堡西部影城（国家 5A 级旅游景区）

宁夏镇北堡西部影城

镇北堡西部影城地处雄浑的贺兰山东麓，距银川市火车站 25 公里，河东机场 60 公里，110 国道和银川北绕城高速直达影城。 镇北堡西部影城由著名作家张贤亮创办，自 1993 年成立，在保护文物的基础上，通过策划，设计、创意，运用现代企业管理理念，将一片荒凉、两座废墟打造成银川市首家国家 5A 级旅游景区，国务院和文化部评为“国家文化产业示范基地”和“国家级非物质文化遗产

宁夏镇北堡西部影城风景区

代表作名录项目保护性开发综合实验基地”；2011 年荣获“中国十大影视基地”、“亚洲金旅奖·最具特色魅力风景名胜区”和“中国版权产业最具影响力企业”的荣誉，2012 年又被评为“亚洲品牌 500 强”，在全国景区获得以上殊荣的仅此一家，堪称“中国一绝”，被宁夏回汉乡亲誉为“宁夏之宝”。

“中国电影从这里走向世界”，镇北堡西部影城有各类影视片重要场景 140 余处，能让您进入银屏的梦境，全程提供免费讲解服务。现已发展成为“中国古

宁夏镇北堡西部影城

门票：100 元 / 人

电话：0951-2136068

时间：旺季(4 月 15 日 -10 月 15 日)8 点 - 18 点。淡季（10 月 16 日 - 4 月 14 日)8:30 - 17:30。旺季(4 月 15 日 - 10 月 15 日)8 点 - 18 点。淡季（10 月 16 日 - 4 月 14 日)8:30 - 17:30。

交通：在南关清真寺乘坐镇北堡西部影城中巴车可直达景区，途径火车站，宁夏大学等。

自驾：1、银川市区——北京路——110 国道向北——西部影城；2、银川市——贺兰山路——宁夏军区后门——新小线——110 国道(向北 8 公里)——西部影城；3、银川市——环城高速——镇北堡口——西部影城。

代北方小城镇”的缩影，展示了大量中华传统物质文化与非物质文化，再现了我们祖先的生活方式、生产方式和娱乐方式。广大游客朋友来到这里就像穿过了一条“时光隧道”，回到我们已经消逝了的过去，以此唤起我们民族的记忆，您在此能展开丰富的想象力和创新精神，真正让游客感受到“在游乐中增长历史知识，在玩耍中体验古人生活”。

宁夏镇北堡西部影城风景区

贺兰山岩画

贺兰山岩画位于银川市境内贺兰山东麓，分布着极为丰富的岩画遗存。自二十世纪八十年代贺兰山岩画被大量发现并公布于世后，在国内外引起强烈反响。1991 年和 2000 年，联合国教科文组织所属的国际岩画委员会在亚洲召开的两次年会，都选择在银川举行。1996 年，贺兰山岩画被国务院公布为全国重点文物保护单位，1997 年，国际岩画委员会将贺兰山岩画列入非正式世界遗产名录。

银川境内贺兰山岩画的分布，有着明显的地貌特征。在苏峪口以北至大西峰沟，岩画多分布在沟口内外的山体上，山前洪积扇荒漠草原上也有大量岩画分布。而苏峪口以南至柳渠口，山体岩画数量很少，荒漠草原上几乎没有岩画分布。在沟口内外山体上的岩画，多集中在距离沟谷山根以上约 10 米的范围内，并呈片状分布。最高

处的岩画不超过50米，其上则很少有岩画发现；沟口内的岩画，纵深分布在500米的范围内，数量以沟口为多，越深入沟谷，两侧山体上的岩画越稀少。在山前洪积扇荒漠草原上的岩画，有“大分散，小集中”的分布特点，多磨刻在可以移动的独石和出露地表的立石上。从沟口到洪积扇，岩画的空间布局明显地呈现出由密集到疏稀的扇状分布特征。

贺兰山岩画

贺兰山岩画

门票： 60元/人。身高1.3米以下儿童免票，初中高中学购买学生票30元；老人凭老年证65周岁以上免票，军官凭证免票。

时间： 8:00–18:00

电话： 0951–6011772

交通： 北京路新月广场乘坐旅游公交（游二）—新小线—滚钟口—苏峪口—贺兰山岩画

自驾： 1、贺兰山路—宁夏军区—新小线—滚钟口—苏峪口—贺兰山岩画；2、贺兰山路—宁夏军区—新小线110国道（向北8公里）—西部影城—镇苏路—苏峪口—贺兰山岩画；3、银川市—环城高速—镇北堡口—西部影城—苏峪口—贺兰山岩画。

贺兰山苏峪口国家森林公园（国家4A级旅游景区）

苏峪口国家森林公园位于宁夏首府银川市近郊，是宁夏著名的生态旅游景区和国家4A级旅游景区，也是国内离省会城市最近的国家森林公园，游人皆称其为“绿色氧吧、人间仙境”。

苏峪口国家森林公园，以山体巍峨、森林茂密、自然风光秀

苏峪口国家森林公园

丽、人文景观独特、野生动植物资源众多、旅游基础设施完善而著称。经过建设者十余年的辛勤开发，目前已形成“迎宾”“樱桃谷”“松涛山庄”“青松岭”“贺兰山阙”五大景区近百个景点。

贺兰山苏峪口国家森林公园

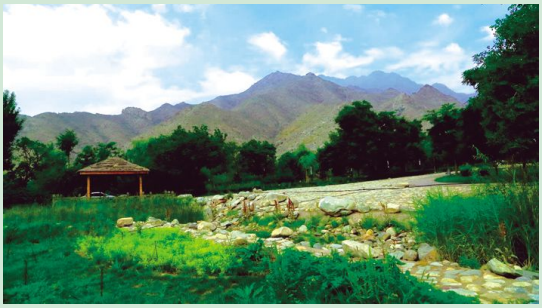
门票： 60 元 / 人；索道单程 30/ 人，往返 50/ 人；滑索 30 元 / 人；索桥 30 元 / 人。

时间： 07:00–18:00

电话： 0951–2153588、2153515

交通： 北京路新月广场乘坐旅游公交（游二）—新小线—滚钟口—苏峪口

自驾： 1、贺兰山路—宁夏军区—新小线—滚钟口—苏峪口；2、贺兰山路—宁夏军区—新小线 110 国道（向北 8 公里）—西部影城—镇苏路—苏峪口；3、银川市—环城高速—镇北堡口—西部影城—苏峪口。



贺兰山苏峪口国家森林公园景区

贺兰山苏峪口国家森林公园景区

水洞沟遗址(国家 4A 级旅游景区)

水洞沟是中国最早发掘的旧石器时代遗址，是全国重点文物保护单位，国家 4A 级景区，国家地质公园。被誉为“中国史前考古的发祥地”“中西文化交流的历史见证”。被国家列为全国文物保护 100 处重大遗址之一。还被《国家地理》和《中华遗产》杂志联合评选为中国“最具中华文明意义的百项考古发现之一”。水洞沟还是我国明代长城、烽燧、城堡、沟堑、藏兵洞、大峡谷、墩台等军事防御建筑大观园，是中国目前唯一保存最为完整的长城立体军事防御体系。水洞沟距首府银川 19 公里，距机场仅 15 分钟的车程，银青高速及辅道穿景区而过，交通便捷，有近距城市远离闹市的优势。

水洞沟遗址

门票： 成人首道门票 76 元，门市优惠价 60 元，套票 176 元，门市优惠价 140 元，学生门票五折 30 元，套票 110 元、军人(含退役)、老人、残疾人凭有效证件免 60 元首道门票；1.2 米以下、六周岁儿童(凭身份证)免票；

时间： 8:00－18:00

电话： 0951－5014338

交通： 北门旅游汽车站水洞沟旅游直通车，出发时间：9:30~11:00
返程时间：14:30~16:30
0951－6725487 15595311666；

自驾： 1、银川出发→长城东路→银古公路→银青高速路→临河出口→银青高速辅道→水洞沟；2、银川出发→大团结广场→黄河二桥向东→银青高速辅道→水洞沟；3、黄河东滨河大道→银青高速辅道→水洞沟。

水洞沟景区

水洞沟遗址

鸣翠湖国家湿地公园（国家 4A 级旅游景区）

鸣翠湖国家湿地公园

门票： 景区门票：30 元 / 人，学生持学生证享受每人 15 元的优惠价；老年优待证、记者证、导游证免费。

时间： 8:00–18:00

电话： 0951– 4117113
6121900

交通： 市内可在银川五星饭店门口乘座中巴 11 路直达，票价 2 元，行程 25 分钟。

自驾： 银川市区—丽景街—银横路—掌政镇—鸣翠湖

鸣翠湖生态旅游区位于银川市兴庆区东侧，西距市区 9 公里，东临黄河 3 公里，总规划面积 6.67 平方公里，是银川市东部面积最大的自然湿地保护区。被称之为银川的“前厅”和“后花园”。鸣翠湖是黄河古道东移鄂尔多斯台地西缘的历史遗存，是明代长湖的腹地。这里湖光戏柳，草树烟绵，百鸟翔集，鱼跃其间，远望水鹭双飞起，近看风荷一向翻。塞上雄浑，江南秀色，豁豁然集于苇浪水波间。湖中有自然植物 109 种，鸟类 97 种，最著名的有黑鹳、中华秋沙鸭。每逢春夏，成千上万只鸟在这里繁衍栖息。

鸣翠湖国家湿地公园

黄沙古渡生态旅游区（国家 4A 级旅游景区）

黄沙古渡生态旅游区

黄沙古渡位于银川市兴庆区月牙湖乡，紧靠 203 省道，距银川市直线距离 25 公里，与贺兰山遥遥相望。27 平方公里的规划范围内，汇集了黄河、大漠、湿地、湖泊、田园为一体的自然景观，是生态、运动、休闲、绿色旅游的最佳选择！自古黄河九曲十八弯，只有在这里您才可以真正体会到“大漠黄河，塞北江南”的感觉，黄沙古渡是明清宁夏八景之一，相传康熙微服私访及亲征噶尔丹、昭君出塞和亲、蒙恬北击匈奴皆由此渡河西进。万里边夷朝

黄沙古渡生态旅游

门票： 40/ 人：含参观名人字画、书吧、游览月牙湖、望娘亭、古渡口景观；体验农家风情、欣赏生物治沙成果；免费娱乐项目有：欢乐谷、沙滩排球、沙滩足球、沙滩龙舟赛、沙滩拔河、拓展训练、参观黄沙古渡湿地公园、参观宁夏民俗文化博物馆。

时间： 8:00–18:00

电话： 0951–5077297、5087306、6139666

交通： 银川市博爱医院门口乘坐 13 路中巴，途经大团结广场，到黄沙古渡（月牙湖）下车即可。发车时间：7:00、8:00、9:00、14:30，返回时间：11:00、14:00、16:00、18:00。

自驾： 1、银川出发→长城东路→银古公路→银青高速路→临河出口→203 省道往北→黄沙古渡；2、银川出发→大团结广场→黄河二桥→203 省道往北→黄沙古渡；3、黄河东滨河大道→203 省道往北→黄沙古渡。

帝阙，一方冠盖接咸秦。风声滩诸波光渺，雨打汀洲草色新。西望河源天际远，浊流滚滚自昆仑。以此描述黄沙古渡在交通上的重要地位。如今，黄沙古渡将以其独特的塞北风光、黄河文化及回族风情成为宁夏东线旅游的一颗新星！

银川市旅游景点推荐

（1）贺兰山滚钟口：国家2A级旅游景区，门票30元，在北京路新月广场乘坐游二到达。联系电话：0951-4110458

（2）阅海公园：国家3A级旅游景区，门票10元，在北京路新月广场乘坐游四旅游公交到达。联系电话：0951-7863105

（3）银川海宝塔：国家2A级旅游景区，国家级重点文物保护单位，门票10元，位于北塔湖公园北侧。联系电话：0951-5035045

（4）银川承天寺塔：国家级重点文物保护单位，位于兴庆区进宁南街76号。
联系电话：0951-5036497

（5）银川南关清真大寺：兴庆区玉皇阁南街与长城东路交接处，联系电话：0951-4106714

（6）黄河横城旅游度假区：国家 3A 级旅游景区，在银川博爱医院门口乘坐 13 路中巴车可到达，联系电话：0951-4753301

（7）兵沟旅游区：国家 2A 级旅游区，在银川博爱医院门口乘坐 13 路中巴车可到达，联系电话：0951-6017880

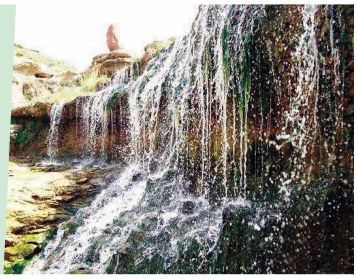
（8）灵武长流水生态旅游区：国家 2A 级旅游景区，位于灵武市白土岗乡，联系电话：13895378677

（9）灵武高庙：省级重点文物保护单位，位于灵武枣博园西南侧，联系电话：0951-4024049

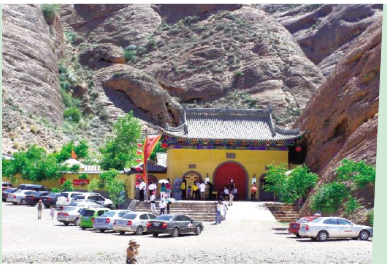
（10）永宁纳家户清真大寺：省级重点文物保护单位，位于永宁县杨和镇纳家户村，在银川南门广场乘坐 302 路公交车可到达。

银川南关清真大寺

黄河横城旅游度假区

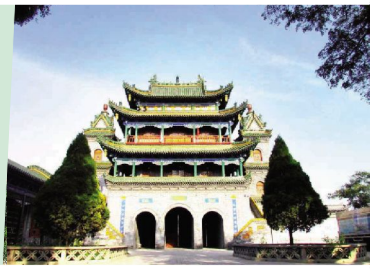


灵武长流水生态旅游区



兵沟旅游区

灵武高庙



永宁纳家户清真大寺

银川市美食特产

●馓子

馓子这道油炸面食据传有一千多年的历史。宋代文豪苏东坡诗赞它为“纤手搓来玉色匀，碧油煎出嫩黄深”。将精面粉加入红盐水揉合，反复揉压后，搓成粗条，抹上食用油放盆中醒面。待油锅热时，将面条制成并列成环状，入油锅炸至棕黄色，捞出凉干即可食用。特点：造型优美，香脆可口。

●凉拌面皮

面制凉皮，薄如纸，切成条状，码上肉丝、发菜、黄瓜，加以芥茉、醋、香油等调汁即成。特点：味道酸、麻、辣、香，清凉可口，色香味俱全。

●羊肉炒面片

制作方法是：把优质面粉揉成面团放在案上饧好。羊肉切成片，油锅烧热，放入肉片、葱丁、姜、蒜煸炒，加入酱油、盐、花椒水上火煮。把饧好的面团压薄，待水开后将面团揪成小片投入，熟后捞入炒肉锅翻炒入味，加入鲜汤、时令鲜菜和辣椒油。特点：菜面韧肉鲜，口味独特。

●烩羊杂碎

烩羊杂碎是宁夏风行城乡的传统风味小吃，也是最有回族风味的颇有情趣的小吃。其做法是：将羊的头、心、肚、肠等均烫洗干净，将羊肺洗净，灌入洗去筋的面糊，制成面肺，煮熟后一律切成丝食用时将切好的各种熟料放在羊肉汤里略煮片刻，配入葱、姜、蒜末、味精、香菜和红油即成，吃起来汤辣味浓，堪称一绝。特点：鲜香微咸，下酒最佳，尤其是羊肝，有清肝明目效果。

●羊肉搓面

羊肉搓面是宁夏盛行的一种风味面食。制作方法是：先将面粉揉成面团醒好，将羊肉切成大丁炒熟。然后将面搓成筷子粗、四棱型下锅煮熟，再浇上用羊肉原汁、羊肉丁和新鲜蔬菜烩成的汤，放入辣椒红油即可食用。特点：面精肉鲜，口味独特。

●粉汤饺子

粉汤饺子是宁夏的传统风味之一，俗称“皮条拉石头”。为羊肉、白菜馅，再选宁夏粉质丰盈的扁豆粉，制成粉坨。再将煮好的饺子和粉条一起倒入汤锅中，调入食盐、生葱、辣面子、味精等，其味酸辣可口、颇适合寒冷地区的人们食用。特点：汤鲜味香，民间风味。

银川市酒店资讯

饭店名称	星级	地 址	联系电话
悦海宾馆	五星级	金凤区贺兰山路甲 1 号	5696888
凯宾斯基大酒店	五星级	金凤区北京中路 160 号	5165888
虹桥大酒店	四星级	兴庆区解放西街 16 号	6918888
民航大厦	四星级	兴庆区南门外胜利路口	4090888
太阳神大酒店	四星级	兴庆区北京东路 123 号	7868888
工会大厦	四星级	兴庆区解放东街 1 号	6016898
黄河明珠	四星级	兴庆区新华东街 520 号	6036666
灵武戴斯酒店	四星级	灵武市南熏路西湖公园	4598888
宁丰宾馆	四星级	兴庆区解放东街 6 号	6028898
同福大饭店	三星级	兴庆区新华东街 93 号	6032678
长相忆宾馆	三星级	兴庆区玉皇阁北街 120 号	6710668
沙湖宾馆	三星级	兴庆区文化西街 58 号	5012128
世纪大厦	三星级	兴庆区玉皇阁北街 24 号	6080688
颐恒宾馆	三星级	西夏区区火车站兴洲路中段	3060688
铁道宾馆	三星级	西夏区老火车站西侧	3962288
祥元宾馆	三星级	兴庆区长城东路 280 号	4915829
隆湖宾馆	三星级	兴庆区民族北街 162 号	6718888
大自然宾馆	三星级	兴庆区清河南街 88 号	6016666
林苑宾馆	三星级	兴庆区南薰西街 88 号	4100870
盛世花园酒店	三星级	兴庆区玉皇阁北街 46 号	6037999
绿洲饭店	三星级	兴庆区解放西街 33 号	5029777
满春大酒店	三星级	兴庆区丽景街 418 号	3990999
燕莎酒店	三星级	兴庆区长庆燕鸽湖石油基地	6934586
昊源宾馆	三星级	兴庆区中山南街裕民巷 15 号	6021286
银泉宾馆	三星级	兴庆区胜利北街 157 号	4081688

饭店名称	星级	地 址	联系电话
玉皇阁酒店	三星级	兴庆区玉皇阁北街	6090666
怡江花园	三星级	兴庆区北京东路 41 号	5170333
长丰宾馆	三星级	兴庆区长庆燕鸽湖石油基地	6935000
荣源酒店	三星级	兴庆区清和北街 199 号	6045555
宝塔宾馆	三星级	金凤区宁安大街 88 号	5699299
天奇宾馆	三星级	兴庆区丽景北街满春园 1 号	6158788
凯达大酒店	三星级	兴庆区南薰东街 2 号	6021698
天豹大酒店	三星级	兴庆区清河南街 1352 号	7899555
民航宾馆	三星级	兴庆区民族北街 34 号	6012881
凯胜宾馆	三星级	兴庆区湖滨东街 181 号	3971222
百吉大酒店	二星级	兴庆区新华东街 219 号	6970888
长城宾馆	二星级	兴庆区解放西街 146 号	5022808
今世缘宾馆	二星级	西夏区兴洲北路 35 号	3966666

银川市购物资讯

饭店名称	星级	地 址
西塔文化市场	5028237	西塔博物馆南侧
大漠风旅游纪念品公司	5042066	兴庆区进宁南街 86 号
宁夏西夏史艺术馆	2161800	西夏王陵管理处西侧
古宝斋	5030824	兴庆区进宁南街 74 号
宁夏博雅轩艺品中心	5066684	兴庆区进宁南街 72 号
塞上江南商品公司	5012308	银川市西夏区怀远路 1 号
银川市好口福食品公司	5013052	银川市金凤区良田镇砖渠村 5 队
西夏五奎陶创作室		银川市金凤区丰登镇 4 队
海澜葡萄庄园	5055486	永宁县胜利乡金沙二期开发区
红玛瑙生态观光园	2081772	银川市西夏区新小线
塞上红枸杞庄园		西夏区镇北堡影视城 110 国道北 5 公里

宁夏回族自治区旅游投诉电话：0951-6723298，地址兴庆区北京东路 375 号，邮编：750004，网址：www.nxtour.com.cn。

银川市旅游投诉电话：0951-6889280，地址：金凤区北京中路 166 号，邮编：750011。

石嘴山市

P57-76

石嘴山市位于宁夏回族自治区北端，贺兰山北段与黄河交汇处，是出入宁夏的门户。由于其特殊的地理位置，近代以来既是重要的经济贸易市场，又是战略要地，同时还是水陆交通驿站。东靠黄河与内蒙古鄂尔多斯市为邻、南连自治区首府银川市，西倚贺兰山与内蒙古阿拉善盟隔山相望，北依黄河与内蒙古乌海市相邻，是一座崛起于山水之间的新兴工业城市。石嘴山市成立于1960年，现辖大武口区、惠农区、平罗县2区1县、19个乡镇、16个街道办事处。有汉、回、蒙、藏等24个民族，全市总人口为74万，总面积为5310平方公里，是宁夏第二大城市。近年来，在石嘴山市党委、政府的领导和全市人民的共同努力下，已建成山青水秀，道路宽畅，市容整洁，建筑风格独特的城在林中，林在城中，湖水依城，绿色环城的生态城市和精品城市，城市林木覆盖率达26%，人均公共绿地8平方米。现在的石嘴山堪称为既充分体现自然人文内涵，又充满现代气息的“山水园林化城市”。

大武口区

红色旅游景点

石嘴山市烈士陵园

石嘴山市烈士陵园位于石嘴山市大武口区西北部约 5 公里处，现占地面积 46.13 亩。始建于 1953 年 4 月，前身为惠农县革命烈士公墓。1980 年 5 月，中共石嘴山市决定在大武口区园林场附近修建石嘴山市烈士陵园，将惠农县革命烈士墓和分散安葬的烈士一并安葬于此。

石嘴山市烈士陵园纪念碑

石嘴山市烈士陵园

石嘴山市烈士陵园墓地

石嘴山市烈士陵园墓地

石嘴山市烈士陵园

地址：石嘴山市大武口区西北部约5公里处。

时间：8:00-17:30

交通：市内无直通公交线路，市内打车约40元，15分钟左右即到。从银川出发，经石银高速出口，向北行驶30分钟即到。

陵园褒扬20世纪五六十年代以来，在守卫石嘴山，建设石嘴山中英勇献身的革命烈士41名和因公牺牲军人16名。陵园北有贺兰山环抱，南临园材场，整座陵园因为开放式，庄严肃穆。

陵园几经修缮和建设，2003年，新建了一座高2.3米、宽2.5米的汉白玉碑，正面拓刻着中央军委总政治部原主任肖华将军的题词“贺兰雄鹰”。2005年9月，将烈士李双双的衣冠冢由原陶乐县月牙湖乡磨盘山上迁移到烈士陵园内，同时迁移入陵园的还有其他两名因公牺牲的烈士。

石嘴山市烈士陵园于1985年6月被石嘴山市人民政府公布为石嘴山市文物保护单位，2004年5月被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。

任天财、李双双烈士雕像

任天财烈士墓

任天财、李双双烈士雕像位于石嘴山市大武口区的中华奇石山上。

任天财（1919~1947），男，汉族，惠农县西永固村人。1943 年，任天财在熟人的介绍下，到陕北定边找到回民支队负责人金三寿和王延，参加了革命工作。随后跟随王延到内蒙古鄂托克前旗三段地一带搞地下工作。任天财加入中国共产党。1947 年 3 月中旬，任天财在鄂托克前旗大庙一带工作时，被国民党特务逮捕。敌人动用各种酷刑，但他始终未吐露一丝党的机密。在那里，任天财被马鸿逵部团长余正超认出，暴露了身份。1947 年 10 月，任天财在惠农县黄渠桥（今平罗县黄渠桥镇）被敌人杀害，时年 28 岁。

李双双（1909~1947），男，又名李发祥，宁夏原陶乐县五堆子乡人。1943 年参加革命。为了便于开展地下工作，他以贩碱经商做掩护，经常赶着毛驴，带上宣传品，冒着生命危险，把情报转送出去。1945 年，经加入中国共产党。他除了传递情报、搜集敌人的情况、转送宣传品外，还主动宣传共产党的思想和组织群众，注意在群众中培养党的积极分子。1947 年 2 月，马鸿逵攻占三边地区，三段地的中共地下组织遭到破坏，中共地下组织被迫转移。共产党组织派他回陶乐县担任陶乐县地下党支部书记，在陶乐县开展工作。1947 年 6 月，不幸被捕，面对严刑拷打、威逼

利诱，他始终不为所动，后被敌人折磨致死沉尸黄河。牺牲时年仅 38 岁。

2007 年 4 月，石嘴山市委、市政府在星海湖边渔人码头塑任天财、李双双雕像，后于 2008 年将雕像移到中华奇石山上。

任天财、李双双烈士雕像所在的中华奇石山于 2009 年 5 月被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。

李双双雕像

“五七”干校博物馆

“五七”干校博物馆展厅

石嘴山市“五七”干校博物馆是在国务院直属口“五七”干校原址上规划建设的一座再现“文革”时期国务院直属口千名机关干部、家属、子女劳动、工作、学习经历的历史博物馆。位于宁夏石嘴山市大武口区隆湖一站，始建于 2007 年。

该干校成立于1968年10月，撤消于1972年4月，历时四年多，是国务院机关根据周总理的“四条指示”创建的。

“五七”干校博物馆

地址：石嘴山市大武口区隆湖一站

时间：全天

交通：银川至国务院直属口五七干校博物馆全程约60公里，主要线路由银川旅游汽车站坐银川至大武口的大巴在隆湖一站路口红绿灯处下车，向西步行15~20分钟可到达。

门票：17元

电话：15202666432 田馆长

馆内陈列有反映干校学员及家属生产、生活场景的各种实物1200多件，其中综合馆建筑面积1200平方米，陈列展出的实物500多件、图片1200多张、文字资料500份。原址馆内容分为6个部分，其中以劳动工具、劳动生产场景及历史原貌的再现，重点突出当年老干部、知识青年居住及使用过的生活用具及部分有价值的实物。

国务院直属口五七干校校部原址

平罗县

红色旅游景点

平罗县黄二完小——抗日救亡活动地旧址

平罗县黄二完小——抗日救亡活动地旧址，位于石嘴山市平罗县黄渠桥镇西约 1 公里处。

1937 年秋到 1938 年底，在宁夏抗日活动中，平罗县黄二完小（平罗县黄渠桥第二完全小学）北校尤为活跃。进步青年王振刚（后改名为王茜）和进步青年贺闻韶回到故乡平罗县，来到黄二完小任教。宣传外地的抗日斗争形势。

地下党员杨一木（杨寿亭），地下党员李振声，宁工委负责人李仰南等，先后指导皇儿完小的抗日救国运动和其他革命工作。在共产党组织的领导下，他们以一批热血青年为骨干积极组织进步师

黄二完小抗日活动旧址现状

黄渠镇革命教育基地展厅

黄渠镇革命教育基地展厅

生阅读进步书刊传播革命思想，创办街头壁报，经常深入民众中进行演出和讲演，对学生进行严格的军训，还积极开展募捐活动，进行抗日救国宣传以支持抗日。他们还利用课堂和课余时间，组织讲习会，介绍中国历史和文化。讲述介绍了中国人民抗御帝国主义入侵的斗争和民族英雄的光辉业绩，揭露日寇的残暴及其给中国人民带来的巨大灾难，激发了师生的爱国热情和抗敌决心。

黄二完小有组织、有计划、内容丰富、声势浩大地开展，在当时产生了积极意义，影响深远。

平罗县黄二完小

地址：石嘴山市平罗县黄渠桥镇西约 1 公里处

时间：全天

交通：从银川乘车公交车到黄渠桥，车费 18 元，行程 2 小时左右；若从大武口乘车到黄渠桥，先花票价 8 元到平罗，然后转去惠农区的班车

门票：票价 5 元左右，行程约 1 小时 30 分钟。

餐饮：黄渠桥镇美食以滋补味美的羊羔肉、色泽鲜艳的糖麻丫、口感润滑的扁豆凉粉以及口味纯正的老豆腐为代表，统称四大名小吃。其中羊羔肉名扬全国。

石嘴山市红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

沙湖旅游区在距银川市西北 56 公里平罗县境内的西大滩，是国家首批 5A 级景区，中国 35 个王牌景点之一被联合国授予“全球环保 500 佳”荣誉称号。

宁夏沙湖是上天造物的奇迹，是人间的天堂。拥有万亩水域、五千亩沙丘、两千亩芦苇、千亩荷池，盛产鱼类，栖居着白鹤、黑鹤、天鹅等十数种珍鸟奇禽。以自然景观为主体，融江南水乡与大漠风光为一体，“金沙、碧水、翠苇、飞鸟、游鱼、远山、彩荷”几大景源有机结合，构成独具特色的秀丽景观，是集水景旅游、观光娱乐、体育竞技、疗养避暑、体育度假为一体的风景名胜地。是原始生态旅游的最佳选择。

沙湖

沙湖旅游区在距银川市西北 56 公里平罗县境内的西大滩，是国家首批 5A 级景区，中国 35 个王牌景点之一被联合国授予“全球环保 500 佳”荣誉称号。

宁夏沙湖是上天造物的奇迹，是人间的天堂。拥有

沙湖

地址：距银川市西北 56 公里平罗县境内的西大滩。

时间：8:00~18:00

交通：银川北门旅游汽车站开通沙湖旅游专线，早 8 点至晚 6 点每半个小时一班，单程车费 15 元，行程约 45 分钟。也可乘坐发往大武口、惠农、红果子、汝箕沟、隆湖、平罗、沙湖等地途经或直达沙湖班车。

电话：0952-6684025

门票：旺季 60 元、淡季 40元

沙湖

万亩水域、五千亩沙丘、两千亩芦苇、千亩荷池，盛产鱼类，栖居着白鹤、黑鹤、天鹅等十数种珍鸟奇禽。以自然景观为主体，融江南水乡与大漠风光为一体，“金沙、碧水、翠苇、飞鸟、游鱼、远山、彩荷”几大景源有机结合，构成独具特色的秀丽景观，是集水景旅游、观光娱乐、体育竞技、疗养避暑、体育度假为一体的风景名胜地。是原始生态旅游的最佳选择。

北武当生态旅游景区

贺兰山生态博物馆

北武当生态旅游景区位于大武口区西北三公里处贺兰山东麓洪积扇上，总占地面积 68.8 平方公里，国家 3A 级旅游景区。自然环境独特，

北武当生态旅游景区

文化底蕴深厚，是一个集生态观光、宗教朝圣、现代休闲娱乐、军事体验、极限运动为一体综合性名胜风景区。

北武当生态旅游区分为北武当寿佛寺寺庙区，森林公园景区、韭菜沟军旅体验景区、贺兰山地质公园（归德沟）景区、贺兰山生态博物馆景区五大景区组成。

北武当生态旅游景区

森林公园纪念碑

北武当生态旅游景区

地址：景区距当地行政区石嘴山市大武口区 1 公里

时间：7: 30~18：00

交通：每 10 分钟由景区至大武口新区对开 3 路和 7 路公交车

门票：寺庙区门票 8 元 / 人；节假日、庙会期间免费

星海湖

星海湖全景

星海湖位于石嘴山市大武口区城区东部，山水大道穿湖而过。这里曾是明代古沙湖遗址，原为水城市边缘的一片湿地。总面积43平方公里，湖水面积23平方公里。

星海湖

景区由百鸟鸣、白鹭洲、鹤翔谷、金西域、新月海、南沙海六大自然景区，同时建有龙腾广场、星海湖广

星海湖畔

场、中华奇石山、星海湖建设纪念展示馆、鹿儿岛等人文景观。星海湖以远山、近水、苇荡、飞鸟、绿岛 5 大景源交相辉映，构成了“残阳贺兰雪、苇荡野鹤鸣”的优美意境。是一个集生态旅游、观光娱乐、休闲度假、水产养殖于一体的大型综合性湿地公园。2008 年被命名为国家湿地公园。

星海湖

地址：星海湖景区位于宁夏石嘴山市区东南

交通：市区内乘坐 101 路或 1 路公交车可直达星海湖北域景区。

电话：13209505552
15719520789

邮箱：xhh2005915@163.com。

网址：http//www.nxxhh.com

中华奇石山

中华奇石山一角

中华奇石山位于大武口城区东部，山水大道南侧，星海湖畔，占地 1 平方公里。汇集临沂奇石，灵璧奇石，泰山奇石、黄河奇石、北极奇石等 30 多个品种，700 余块，奇石种类之全、数量之多、个体之大、造型之奇，令人叹为观止，已成为西北最大的奇石博览园，被命名为“全国观赏石博览地”，也

是石嘴山市最大的爱国主义教育基地。世界名人园、民族之花园、民族团结园、文化诗词园、楷模园、教育家园，雕刻艺术，美轮美奂。石与树、花、草，巧妙搭配，林中有石，石在林中，湖光映山色，倒影绘新景，三季有花，四季常绿，方呈奇景。

中华奇石山

中华奇石山

地址：中华奇石山位于石嘴山市大武口城区东侧，东与星海湖鹤翔谷景区相连，南至武口新区，西抵星海湖金西域景区，北临山水大道。

电话：13995161013 张经理

黑石峁岩画

黑石峁岩画

黑石峁岩画位于大武口乡贺兰山小枣沟内。内有古代岩画 60 余幅，可辨认的图像 170 个。画幅最大的宽 210 厘米，最小的不足 20 厘米，画面大都清晰完整。这里的岩画内容大都以动物为主，线条古朴流畅，粗率遒劲，造型优美，体现了古代北方游牧民族强悍、勇敢、粗犷的性格，生动地反映了当时的游牧生活，富有极强的浪漫主义色彩。

黑石峁岩画

地址：石嘴山市大武口乡贺兰山小枣沟内

交通：从银川出发，可通过京藏高速和石银高速乘大巴到石嘴山市区（大武口区），乘通石炭井车辆至大武口区北出口（飞跃桥下），步行登山可到达，需约 30 分钟，没有开辟专线旅游

黑石峁岩画

平罗玉皇阁

平罗玉皇阁，位于宁夏石嘴山市平罗县城关镇北门，始建于清光绪元年（1875 年）。占地 4200 平方米，砖包台座，南北长 105 米，东西长 40 米。整座建筑造型独特，气势宏伟，内有城隍殿、观音殿、娘娘殿、三清殿、无量殿、洞宾殿、三官殿、三母殿，还有文昌阁、关帝阁、钟楼和鼓楼等主体建筑和大量为游客服务的辅助设施。阁内所有殿宇尽为雕梁画栋，或雕刻花卉兽禽，或彩绘山水人物，刀笔洗练，功庇深厚，是宁夏回族自治区规模最大的古建筑群体，是西北地区最大的道教寺庙之一。

平罗玉皇阁

平罗玉皇

地址：石嘴山市平罗县城关镇北门

交通：银川旅游汽车站（北门汽车站）有发往平罗的班车，普通班车 14 元，行程 1 小时 30 分。从大武口乘车到平罗，票价 8 元。

田州塔

田州塔，亦称田州古塔，俗称姚伏塔。位于皇祇禅寺院内。塔高 38 米，平面呈六角形，为九层阁式砖塔，底层南北各开一门，以供人出入。塔的基座南北长 100 米，宽 80 米，高 4 米。

田州塔

塔的每层开有 6 门，6 个窜角，共 48 门；每门都镌刻有一佛龛，共 48 个佛龛；殊每个窜上悬挂铃铎一枚，共计 48 枚。塔的结构新颖别致、风格独特，在宁夏境内所有古塔中罕见。

1985 年田州塔被定为石嘴山市重点文物保护单位和平罗县重点文物保护单位。

田州塔

地址： 位于石嘴山市平罗县皇祇禅寺院内。

交通： 银川出发至平罗县姚伏镇，往东 1 公里，5 分钟即到。

惠农区党史教育基地

惠农区党史教育基地

交通： 从银川出发，可通过乘大巴经京藏高速或 109 国道到石嘴山市惠区，换乘通往河滨工业园区车辆至石嘴山市大东工贸有限公司。

惠农区党史教育基地位于石嘴山市大东工贸有限公司，该公司成立于 2006 年 2 月，地处石嘴山市河滨工业园区，与宁夏惠农陆路口岸比邻。

大东公司是一家有着良好信誉和一定知名度的民营企业，在工业园区较早成立党支部。公司通过播放爱国主义歌曲，利用文化宣传栏、办公室走廊宣传革命先驱的光辉事迹等形式，教育全体党员干部及员工常怀对党对国家的感恩之心，凝聚员工的向心力，调动员工的积极性。经过多年的坚持、努力和积累，公司形成“忠诚、服从、责任、担当、合作、向上”的企业文化，公司也被确定为党史教育基地。

石嘴山市大东工贸有限公司

石嘴山市风味名小吃

●平罗县黄渠桥镇羊羔肉：正宗的黄渠桥羊羔肉，是具有回族特色的风味美食，堪称一绝。在羊羔选择上，一般选择15到20斤重的羊羔。羊羔太小，肉嫩无味，羊羔太大，肉老不嫩。烹制黄渠桥羊羔肉，主要是在“爆”的基础上，兼用“焖”和“烩”的方法。大火爆炒，让香味进入肉中，使菜肴鲜嫩可口，香味四溢，具有地方特色和民族风味。

特点：色、香、味、形俱佳，肥而不腻，色泽棕红，肉嫩味香。凡肾阳不足、腰膝酸软、腹中冷痛、虚劳不足者皆可用它作食疗品。营养丰富，对肺结核、气管炎、哮喘、贫血、产后气血两虚、腹部冷痛、体虚畏寒、营养不良、腰膝酸软，阳痿早泄以及一切虚寒病症均有很大裨益；具有补肾壮阳、补虚温中等作用。

●老豆腐：黄渠桥的豆腐是老豆腐，又称北豆腐、硬豆腐。老豆腐可荤可素，能制作出许多精美的豆腐菜肴。这些菜色味俱佳，赏心悦目，吃起来味美溢香，清淡中藏着鲜美，柔软中含着筋道，品尝时清爽生津，百吃不厌。在平罗老豆腐中，尤以黄渠桥老豆腐的最为佳。黄渠桥老豆腐传承中国千年豆腐饮食文化的精华采用世代相传的精湛工艺制作，加工的豆腐与众不同。其口感细腻绵滑，营养更加丰富；质地细若凝脂，清鲜洁白如玉；其形软而不散，于汤中久煮而不碎，令人回味无穷。

●扁豆凉粉：凉粉是一种非常普遍的食品，黄渠桥的扁豆凉粉以筋道可口而出名。凉粉最常用的原料是扁豆淀粉，有时也用其他杂粮制作淀粉，一般有绿豆、豌豆、蚕豆、花豆、荞麦等。这些原料制作的淀粉在平罗统称为粉面子。

凉粉的食用方法很多。一是冷食，把粉坨切成因人喜欢的条、丝、块，拌上各种调料，味道非常鲜美可口。第二种方法是油煎食用，把凉粉切成自己喜欢的块或条，锅里放入香油，待油九成热时，放入凉粉块，煎至粉皮微黄时放入各种调料，起锅入盘即可食用。这种做法，使凉粉外焦里嫩，香入心脾。

●糖麻丫：糖麻丫，酥麻花，回回的美食人人夸”。这是宁夏坐唱中的一句唱词，道出了糖麻丫在回族

饮食文化中的重要地位。

糖麻丫以色相光亮、甜香绵软、酥脆耐食、老少皆喜而享有美誉。在黄渠桥街头巷尾常年都有卖糖麻丫的，食者络绎不绝。出了不少制作糖麻丫的高手。他们有的还在银川、石嘴山等地开设了回族美食专营店，主要经销回族传统食品，如糖麻丫、馓子、油香、茴香饼、羊盘缠等。

●**沙湖大鱼头：**宁夏沙湖大鱼头可以一鱼五吃，鱼头、鱼身、鱼尾分开做，清蒸、红烧、水煮，多种烹饪方法齐上阵，仅一条鱼可做好几道菜，让一桌人吃个饱。沙湖大鱼头，鱼头有5斤之多，整条鱼应在10斤以上。辅以冬瓜、豆腐、枸杞等炖制1~2小时，汤鲜味美，食之爽口。“沙湖大鱼头”的美名广为传播，国家领导人来这里也品尝大鱼头，由于绿色和特色，被推上了国宴，以至到现在名扬中外，成了一道供不应求的名品。

石嘴山市旅游资讯

石嘴山市属典型的温带大陆性气候，全年日照充足，降水集中，蒸发强烈，空气干燥，温差较大，无霜期短。夏热而短促，冬寒。境内以包兰铁路为交通干线将宁、蒙、陕连在一起，有直达成都、兰州、嘉峪关、北京、银川的火车车次，京藏高速横贯全境，外省市游客可乘火车或飞机到达银川火车站、银川河东机场，分乘旅游大巴到达石嘴山市，交通便利。

吴忠市

P77-128

吴忠市是宁夏回族自治区的五个地级市之一，地处宁夏平原菁华之地，九曲黄河穿境而过，有着两千多年的悠久历史，是古丝绸之路的重要通道，辖利通区、红寺堡区、青铜峡市、盐池县、同心县，总人口为 140 万，其中回族人口占 51.88%，是全国回族人口比例最高的地级市，被誉为“中国回族之乡”。也是中国优秀生态旅游城市、国家园林城市、全国双拥模范城、全国创业先进城市。吴忠交通便利，商贸发达，享有“水旱码头·天下大集”、“塞上江南·鱼米之乡”的美誉，是全国商品粮基地、全国奶牛养殖基地、宁夏重要的能源基地，先后被国家有关部委和协会授予“中国（吴忠）清真食品基地”、“中国清真美食之乡”、“中国清真食品穆斯林用品产业基地”、“中国回族建筑文化之乡”和“中国滩羊之乡”、“中国甘草之乡”、“中国羊绒集散城”，是中国的铝业生产基地、风力发电基地、优质葡萄生产基地、优质圆枣生产基地。

吴忠自然环境适宜，属温带大陆性半干旱气候，冬无严寒，夏无酷暑，年降水量在 260.7 毫米，年蒸发量在 2018 毫米，平均气温在 9.4 摄氏度。这里四季分明，日照充足，蒸发强烈，雨雪稀少，昼夜温差大，全年日照 2955 小时，无霜期 163 天，是全国太阳辐射最充足的地区之一，特别适宜农作物及瓜果生长。历史上吴忠就以其农业、畜牧业发达而成为非常富裕的地区，沟渠纵横，林带成网，旱涝无虞。每年 5~10 月间山川气候宜人，风景如画，果鲜瓜甜，稻香鱼肥，具备发展回族风情旅游的良好自然环境条件，是一个宜居的城市。

利通区

红色旅游景点

涝河桥烈士陵园

涝河桥烈士陵园始建于 1951 年，位于吴忠市利通区东南约 4 公里处的清水沟旁。

为了纪念解放吴忠堡及在涝河桥战斗中牺牲的 135 名革命烈士，1951 年吴忠县人民政府在涝河桥附近修建了革命烈士陵园。后来又命名为“革命烈士纪念建筑物保护单位”。1969 年、1986 年、1999 年、2009 年对陵园先后多次整修扩对现在规模。新整修建的烈士陵园占地面积 5186.7 平方米，设有门楼、纪念碑、纪念馆、纪念亭，名人题字碑、纪念广场、绿地、陵墓区等，园内环境优美、典雅，庄严肃穆。纪念馆内现安葬烈士 135 名，陈列着 72 名在抗美援朝、剿匪平叛和为了保卫国家和人民生命财产而光荣献身的利通区籍革命烈士遗像和生平事

涝河桥烈士陵园纪念碑

涝河桥烈士陵园

交通：距离银川市 65 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 4 路、8 路公交车抵达。

门票：无

涝河桥革命烈士纪念馆

涝河桥革命烈士墓

涝河桥革命烈士纪念陵园全景

迹简介。

1996 年 9 月原吴忠县人民政府将烈士陵园命名为“爱国主义教育基地”。

涝河桥烈士陵园于 2005 年 4 月被宁夏自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地，2009 年 3 月被民政部公布为全国重点烈士纪念建筑物保护单位。

利通区红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

吴忠回族历史人物园

吴忠回族历史人物园作为黄河文化园的重要组成部分，占地面积 272 亩，是吴忠回族文化片区的补充和重要的组成部分，也是吴忠市 2012 年沿黄城市带建设的重点项目，总投资 8000 万元，为开放型城市公园，集中展现了 30 位我国回族历史上涌现出的古

郑和宝船远景

历史人物园入口组雕

今英雄人物和对社会做出重大贡献的历史人物。它的建成，填补了吴忠回族历史文化陈列的空白。

回族历史人物园集中展现我国回族历史上涌现出的古今英雄人物和对社会做出巨大贡献的历史人物，以休闲公园为载体，运用圆雕、浮雕、透雕，独立雕塑、组景雕塑、情景再现等多种表现形式，创造一处雕塑主题公园，缅怀先人，教化后人。园区由明珠路分为南北两园，主要景点有入口广场、英雄浮雕广场、涟漪广场和多个历史人物景观节点。按照历史时间顺序，以明珠路广场为中心，以广场北路主入口为起点，以北园涟漪广场为结束点，散射型布置各个杰出的回族历史人物。

吴忠回族历史人物园

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 35 路公交车或出租车。

黄河金岸

黄河从城市中穿过的只有兰州市、郑州市和吴忠市。兰州市在大峡谷中，郑州市处于地上悬河区，只有黄河吴忠过境段地势平坦，土地肥沃，河床宽阔，水流平缓。基于这样的水资源优势，吴忠市下大力气对黄河过境段进行综合治理，千方百计做好做活水的文章，力求把黄河打造成城市内河，形成“水在城中、城在水中，交相辉映”的城市新景观。为了让城市贴近水系，让河流融入城市，让河畅、水清、岸绿、景美，实现人水和谐，真正将黄河标准堤防吴忠段 69 公里建设成为“生命保障线、抢险交通线、

黄河金岸

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

吴忠市盛元广场夜景图

黄河金岸街角夜景鸟瞰图

经济命脉线、特色城市线、生态景观线和黄河文化展示线”，吴忠市实施了黄河吴忠城市过境段砌护工程，按照堤、岸、林、路、景“五位一体”的综合功能进行规划设计，投资 4 亿多元，对黄河两侧 14 公里堤岸进行砌护、疏浚。

夜游黄河

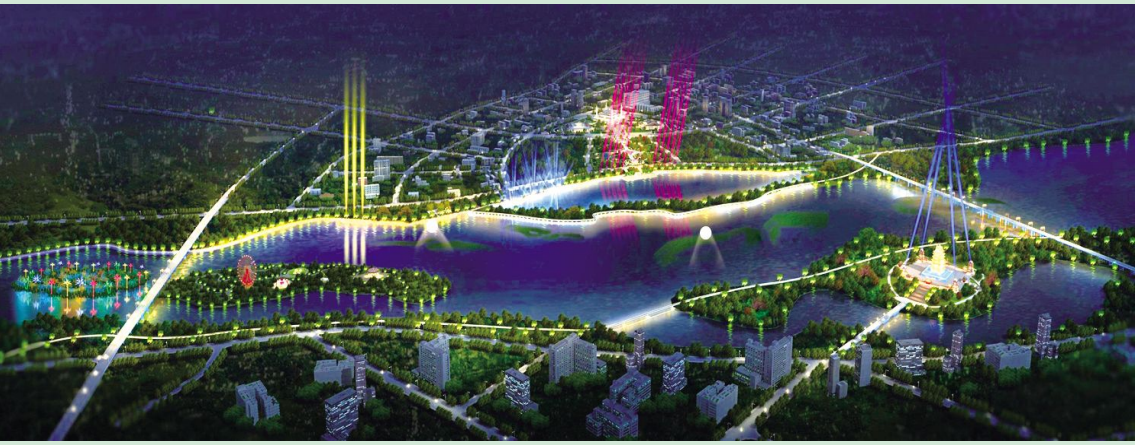
黄河流经吴忠 69 公里造就了最菁华的宁夏平原，使之成为“全国十大新天府”，沿岸地势平坦，沟渠纵横，土地肥沃，稻香鱼肥，瓜果飘香，物阜民丰，有“天下黄河富宁夏，黄河文化汇吴忠”之

夜游黄河之黄河金岸

说。吴忠沿黄河两岸旅游资源丰富，自然风光与人文景观交汇成曲，青铜峡鸟岛、牛首山寺庙群、中华黄河坛、十里长峡、大禹文化园、一百零八塔、拦河大坝、青铜古镇、董府、黄河生态游乐园、中华黄河楼、滨河体育运动公园、黄河文化展示园、夜游黄河景观点等串联成珠，令人流连忘返。

夜游黄河

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。



夜游黄河之灯光璀璨

两馆一中心

两馆一中心，主要由吴忠市博物馆、文化艺术馆和伊斯兰文化中心三部分组成。“两馆一中心”项目既是加快城市“西移东扩”步伐的重点工程，也是沿黄城市带上地标性建筑，由国内著名建筑大师、工程院院士程泰宁主持设计。三座建筑充分体现了回族特色与传统建筑风格的融合，气势辉宏，古朴典雅。“两馆一中心”同时也是吴忠市回商大会永久性会址。自打造“黄河善谷”、发展慈善产业以来，为了鼓励和吸引区内外的慈善组织到我

两馆一中心——伊斯兰文化中心

市发展慈善事业，我市无偿为慈善组织提供办公用房，其中一部分用房就在“两馆一中心”内。在这里，由吴忠市政府无偿为慈善组织提供办公用房 4 套近 1000 平米，每套分上、下两层，组织用房全部由政府负责装修，并配有电脑、打印机、传真、桌椅、档案柜等办公用品和各类生活用房，组织用房设施齐全、功能齐备，极大的方便了慈善组织办公和生活。

两馆一中心

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠内 35 路公交车或出租车。

新月广场

新月广场南临开元大道，与两馆一中心隔路相望，北依滨河大道，与黄河交融掩映。新月广场以一条宏伟壮观的中心景观大道形成广场中轴线，将两馆一中心、滨河大道和美丽的黄河景观融为一

新月广场一角

新月广场

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 34、35 路公交车或出租车。

体，中轴线两侧采用了自由式和规则式相结合的方式，统一中又富有变化，将场区划分为大小有致的多变景观空间，形成了儿童活动中心、老年人活动中心、青年活动中心等个性场所，建筑景观小品别致经典，植物景观层次丰富，水体形式多样，生动活泼。从整体看，新月广场既有气势恢宏的中轴景观和匠心独具的主题雕塑，又有曲水流觞、步移景异的灵动空间，为举行庆典活动、旅游观光、市民游乐等提供了适宜的灵动空间，也是宁夏乃至西北清真食品和穆斯林用品集展示、批发、零售、品尝为一体的商业广场。

新月广场

董 府

董府是清末著名将领甘肃提督董福祥宫保府的简称。这座建筑是董福祥奉旨入京奋勇抗击八国联军而获罪洋人，在列强威逼下，1901 年，清廷将其革职，遣归故里后，董选择了金积堡大兴土木修建的宅第。因其革职时董仍保留太子少保官衔，故又称董宫保府。它经历了一个世纪朔风潇雨的侵袭，在罡风中黄土夯筑的高大城墙依然挺拔肃立。董府是宁夏唯一保存最为完整的官邸建筑群，其气势恢宏，屋宇森严，也是宁夏地区修建年代较早、规格等级最高、建筑规模最大的一座清代将帅府邸，有“宁夏第一府”之美誉，也有人戏称它是宁夏的小“紫禁城”。

董府

交通： 距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 29 路公交车或出租车。

董府

青铜峡市

红色旅游景点

余家桥烈士陵园

余家桥烈士陵园外景

青铜峡市余家桥烈士陵园座落在吴忠市青铜峡市青铜峡镇沃沙村。

始建于 1949 年 10 月，园内安葬在解放宁夏的最后一战——金、灵之战中牺牲的解放军六十四军一九一师五七三团三营的 47 名战士。

陵园在 1962 年、1978 年、2006 年三次进行修缮改造，现占

余家桥革命历史纪念碑

余家桥烈士墓地

余家桥烈士陵园雕像

地面积 3.5 万余平方米，园内加上新中国成立后在抗美援朝、剿匪平叛、对越自卫反击战及当代为社会主义事业建设而献身的 73 名烈士，现共有 120 名烈士长眠于此。

余家桥烈士陵园是自治区级烈士陵园，在宁夏的爱国主义教育活动中，发挥着不可替代的作用。经过多年不间断地扩建，已成为宁夏境内较大规模的革命烈士陵园之一，现正在申请国家级烈士陵园。

宁余家桥烈士陵园

交通： 距离银川市 70 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 29 路公交车抵达。

青铜峡市红色旅游 景点链接

JINGDIANLIANJIE

黄河楼

黄河楼位于黄河西岸、滨河大道东侧，是宁夏建设沿黄经济区，充分展示黄河文化，为华夏儿女感恩母亲河，在黄河金岸上规划建设的一项地标性建筑，也是展示中华民族母亲河源远流长、深邃厚重文化底蕴的平台。

黄河楼总建筑面积 22000 平方米，高 108 米。主楼由地下、城台和楼阁三部分组成。建

黄河楼

交通：距离银川市 58 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 21 路公交车。

黄河楼夜景

筑风格为明清仿古建筑，主体建筑为混凝土框剪结构、外挑檐为钢结构，斗拱全部采用铝镁合金制作并用“和玺彩绘”装饰，顶部设计为地方风格的重檐十字屋脊，屋面为金黄色琉璃瓦，整体风格恢弘大气。

青铜古镇

青铜古镇外景

青铜古镇项目总占地面积 225 亩，是青铜峡黄河大峡谷旅游区北入口的一个重要组成部分，是自治区建设沿黄城市带、打造黄河金岸战略的重点项目，是一个仿明清建筑风格，与丽江古城功能相近的小镇。依托规划区域丰富的黄河水工和秦汉古渠高品位的非物质文化遗产、优越的黄河水系生态环境资源，充分利用地处青铜峡黄河大峡谷旅游区入口区的地理区位优势，集餐饮、住宿、娱乐、观光、休闲度假、会议接待等多种功能于一体，全力塑造

青铜古镇

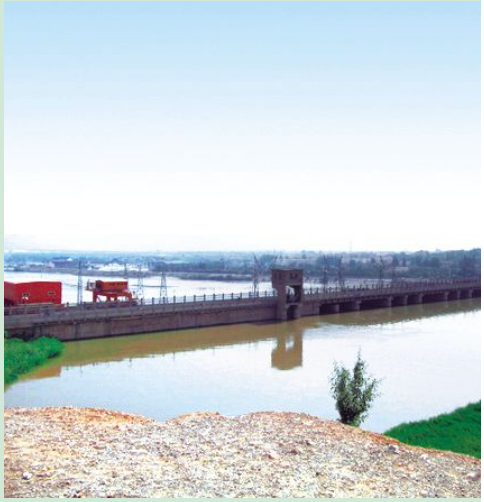
交通： 距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内 29 路公交车或出租车。

青铜古镇外景

“水镇、古镇、文化镇、生态镇、风水镇、夜生活镇”六大特色，青铜古镇以黄河大峡谷旅游区入口区北侧滨河大道与秦渠、汉渠间为主要用地区域。

青铜峡拦河大坝

青铜峡拦河大坝是中国现存唯一的一座闸墩式水电站，1958 年开工，党中央、国务院决定，修建一座造福宁夏回汉人民的综合性水利枢纽工程。靠着“人定胜天”的豪迈，克服种种困难，青铜峡建成了我国第一座也是唯一一座河床闸墩式水电站，结束了宁夏 2000 多年来无坝引水的历史，将宁



青铜峡拦河大坝

青铜峡拦河大坝鸟瞰图

夏的灌溉面积有解放前的 140 万亩扩大到现在的 650 万亩，为宁夏农业和经济发展做出了历史性贡献，1978 年建成。河流九曲汇青铜，天际奔涌到此平。整个大坝高 42.7 米，长 697 米，形成了一座容量为 600 万立方米的峡谷型水库，建成装机 30.5 万千瓦的水电站，它是我国自强不息的见证，因为当年中苏关系恶化后，苏联撤走专家后完全靠中国人的智慧和力量完成的。

青铜峡拦河大坝

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

青铜峡黄河大峡谷

青铜峡黄河大峡谷，位于黄河大坝以南，在这个长 10 多公里，宽 50~100 米的大峡谷两侧，崖壁高达 30 米以上，包括河道以及河两岸的河滩地及所有景观。黄河从黑山峡流入后，一路雄风，进入青铜峡大峡谷，这里是黄河上游的最后一道峡谷，素有“黄河上游小三峡”之称。大峡谷内山河相依，两岸峭壁奇景纷呈，峡谷内河道时而宽阔，时而狭长，两侧山形变换，无单调之感。粗犷雄浑，乘游船在峡谷内漂流，观拦河大坝、一百零八塔，欣赏秦王古渡、

群虾石壁、天书雄阁、观音台、睡佛山、青铜峡石刻、金沙夕照、牛首慈云、黄河落日”等景致，黄河的壮美尽收眼底。一个个景点，就像镶嵌在黄河金岸中的明珠，会使每一位来这的游客目不暇接、留恋忘返。峡谷里的每一处景观都有着一段久远的历史；每一个景都有着一个美丽的神话。只有游览于峡谷之中，才能领略到塞上江南的魅力，体验到古峡文化的精髓。

黄河大峡谷风景迥异的两岸

青铜峡黄河大峡谷

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

黄河大峡谷景区外景

108 塔

108 塔座落在青铜峡水利枢纽向南 1 公里处的山崖之上，是一个神奇的地方，也是一个有着许多神秘未知的地方，它取之于三十六天罡星、七十二地煞星，两数相加为 108，佛教规定为贯珠 108 颗，敲钟、敲木鱼等 108 响，建塔 108 座，为了消除烦恼而修建的一个吉祥如意塔。它始建于西夏，是中国现存最大且排列最整齐的实心式喇嘛塔群。因塔数而得名，依山面水，塔群依山势凿石分阶而建，按 1、3、3、5、5、7、9……奇数排列，呈等腰三角形，塔群总体布局别具匠心，风格独特，是中国现存最大且排列最整齐的实心喇嘛塔群之一，整体建筑规模宏大，气势雄伟，为全国重点文物保护单位。

108 塔

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

108 塔全景

金沙湾

金沙湾是自治区财政厅利用世界银行资金开发兴建的现代农业节水综合示范区基础上，打造以黄河滨河环境和青铜峡峡口风光为背景，以休闲、观光、科普、游憩、度假等为主要功能的高品位农业休闲旅游区。该农业观光园区主要开发建设了水文化园、节水生态设施有机农业园、滨水游乐园、金沙滩度假村及其附属设施。

金沙湾

金沙湾占地面积 1.7 万亩，作为一个农业生态观光园区，早在 1994 年就开始了农业综合开发试验，引进西班牙等先进的职能灌溉管理系统，经过十几年的不懈努力，终于将昔日的戈壁荒漠改变成今日的绿洲宝地，形成了以生态观光、旅游、农林、水利、牧渔综合开发为一体的综合性旅游开发区。

金沙湾假日酒店

金沙湾

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

金沙湾沙雕

中华黄河坛

中华黄河坛位于青铜峡市金沙湾西岸，背靠贺兰山脉，牛首山隔河屹立，左傍万里黄河臂弯，右依青铜峡峡口。它是一个让人心灵震撼的景区。从天下第一大牌坊穿越华夏五千年历史大照壁，从黄河广场迈过天健、人和、地坤桥，从天赐地馈阁到中华第一黄河鼎，从农耕大道走进文化大道，俯瞰贺兰山、牛首山交汇处黄河360°太极弯，品读体现华夏民族饮水思源、感恩戴德、崇敬吟颂黄河母亲的思恩坊、礼恩坊和感恩坊，心灵从激情澎湃热血沸腾到渐渐归于平静。中华黄河坛填补了多项历史空白，书写了中国文化史上多个第一：第一次将浑天仪、地动仪、指南针和日晷这“四仪”摆放在一处；第一次整理挖掘出60甲子的神像；第一次用青铜铸造龟驼碑……这里的每一件作品

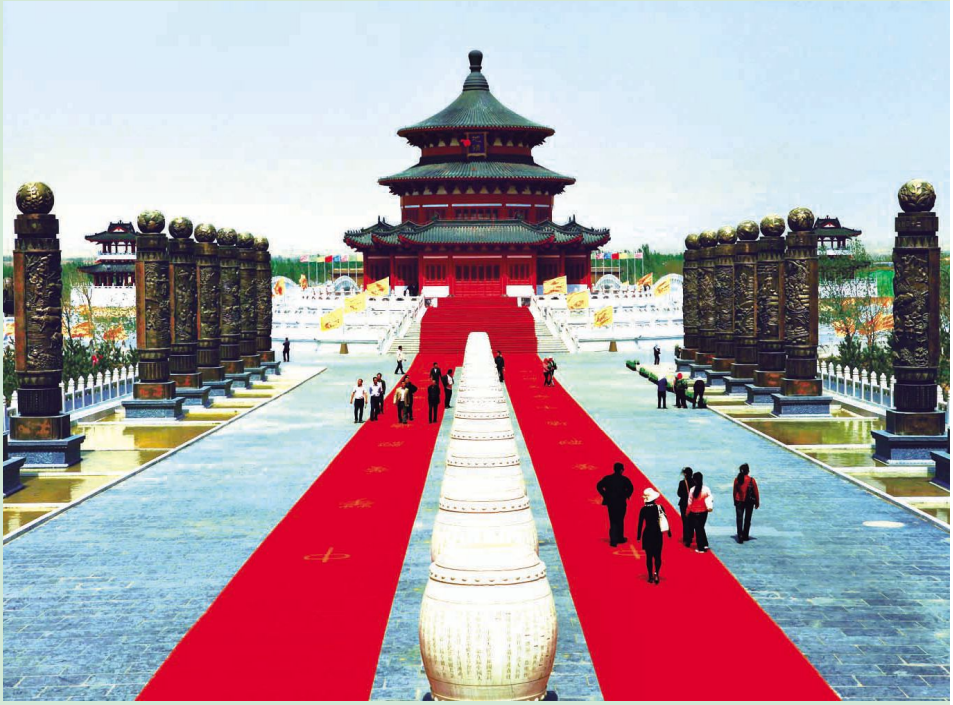
中华黄河坛一角

中华黄河坛正门

中华黄河坛

地址：位于青铜峡市金沙湾西岸

交通：距离银川市60公里，可去银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。



中华黄河坛农耕大道

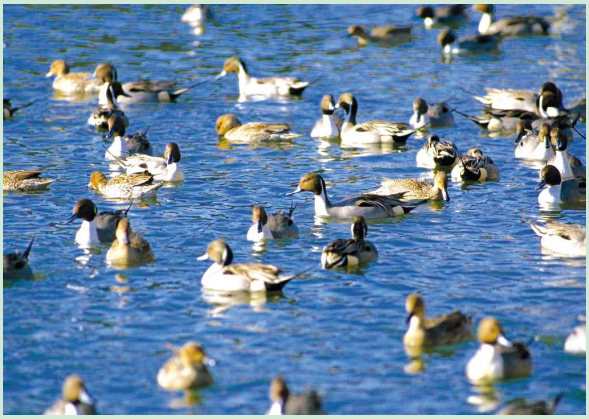
都堪称艺术精品，从不同角度诠释再现着母亲黄河留给人们的千古之谜和文化脉络。令人在感叹天工造物的神奇之时，更加能够感觉到人类的伟大创造。

中华黄河坛在建筑符号形成与思想文化内涵上突出“四个主题”，即突出黄河是中华文明摇篮的传统文化主题，突出黄河是中华民族的母亲河的自然生态主题，突出弘扬中华文化，建设中华民族共有精神家园的政治主题，突出天下黄河富宁夏，宁夏感恩黄河赐的情感主题。整个黄河圣坛的建设遵循了中国传统礼制的“道法自然，天人合一；自强不息，厚德载物；平衡和谐，民族物与；有容乃大，无欲则刚；敬天法祖，知恩图报”等内容。

鸟岛国家级湿地公园

鸟岛之候鸟嬉戏

鸟岛国家级湿地公园位于市南 30 公里的水库之中，是我国西北仅次于青海湖区的又一个大型鸟类栖息、繁衍地，青铜峡库区湿地自然保护区是在青铜峡黄河水利枢纽工程建成后形成的。青铜峡库区湿地自然保护区是宁夏最大的一片库区滩涂湿地，库区自然保护区辖区总面积为 29.36 万亩（195.5 平方公里）。其中湿地面积为 16.97 万亩（113 平方公里）。保护区南北长 40.4 公里，东西最宽处 7.7 公里，最窄处 2.5 公里。有天然林、人工林 3.2 万亩，芦苇、蒲草 3000 多亩，还有两个湖泊镶



青铜峡水库湿地

鸟岛国家级湿地公园

交通：距离银川市 60 公里，可在银川南门汽车站乘吴忠至银川大巴，下车后可换乘吴忠市内出租车。

嵌其中。库区湿地自然保护区动植物分布类型多样，水生生物及鸟类资源丰富，共有脊椎动物 316 种。有黑鹤、中华秋沙鸭等 7 种国家 1 级重点保护野生动物，有白琵鹭，鸳鸯、大天鹅、小天鹅等 31 种国家 2 级重点保护野生动物；自治区重点保护动物还有 38 种，宁夏出现的 280 种鸟类，有 180 多种都栖息于此。保护区内植物共有 210 种，芦苇、宫蒲等水生植物遍布于库区自然保护区内部各湿地。在这里，既能领略到江南水乡的灵秀之美，更能感受到，西北边塞大漠孤烟的雄壮气魄，它是鸟类旅居、栖息、繁衍的“天堂”，是宁夏湿地自然保护区，也有“西北第二大鸟岛”之称。

鸟岛之候鸟幸福生活写照

同心县

红色旅游景点

陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址

豫海县回民自治政府成立之初办公旧址

陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址位于吴忠市同心县城西南王团镇北堡子同心清真大寺内。

同心清真大寺座落在同心县城以南1.5公里处的一个高地上，始建于元末明初，是中国现存的十大古老清真寺之一，其建筑风格集中国古典宫殿楼阁艺术与伊斯兰建筑风格为一体，造型古朴典雅，规模雄宏壮观。这座大寺经历了明万历年间、清乾隆年间、清光绪三年和解放后四次大的维修和扩建。虽历经沧桑，却依然气势雄伟、古朴典雅，其精湛的砖雕艺术和匠心独运的结构设计，布局独特，结构严谨，雕刻精工，朴实无华，是宁夏境内年代较久、建筑规模较大、保存较完整且又有影响的一座清真寺。这座古建筑群体，是回汉民族团结合作的象征。

豫海县回民自治政府成立大会旧址——同心清真大寺

1936 年 10 月 20 日，中国共产党和西征红军在此建立了我国历史上第一个经选举产生的县级回族自治政府——陕甘宁省豫海县回民自治政府。其旧址不仅以独具特色的建筑艺术风格和深厚久远的文化底蕴著称，而因曾为中国革命做出过卓越贡献名扬国内外。陕甘宁省豫海县回民自治政府的成立，是在中国共产党的领导下，我国实行民族区域自治政策的最初尝试，为我国后来建立有中国特色的民族区域自治制度树立了光辉典范，

陕甘宁省豫海县回民自治政府旧址

地址： 吴忠市同心县城西南王团镇北堡子同心清真大寺内

交通： 由银川市或吴忠市乘坐长途客车到同心县，打出租车 5 元或步行即到。

电话： 0953-8028014　13099553111

豫海县回民自治政府成立大会旧址

提供了历史借鉴。在当代也成为全世界各国人民追求民族解放，实现各民族自由平等和平共处的学习借鉴的典范。

同心清真大寺1988年1月被国务院确定为全国重点文物保护单位，陕甘宁省豫海县回民自治政府成立大会旧址于1988年10月被中宣部、总政治部、教育部等六部委命名为“全国爱国主义教育示范基地”之一。被选入《全国百家爱国主义教育基地图集》。2004年，陕甘宁省豫海县惠民自治政府旧址被中共中央办公厅、国务院办公厅颁布实施的《2004~2010年全国红色旅游发展规划纲要》缺定为“创建红色政权的革命活动圣地”。同时作为爱国主义教育基地的载体列入全国“重点红色旅游景点景区”。

同心红军西征纪念园

红军西征纪念园外景图

红军西征纪念园位于吴忠市同心县城西南郊清真大寺旁，占地

红军西征纪念馆

323 亩。2006 年 10 月，为纪念红军长征胜利暨陕甘宁省豫海县回民自治政府成立七十周年，由自治区发改委申请国家立项建设，总投资 1512 万元，其中国家投资 1112 万元，地方配套 400 万元建成了同心红军西征纪念园，以大量翔实的历史文献、图片、文物再现红军西征的伟大胜利和不朽的业绩。

园内主体建筑有原中央军委副主席刘华清上将题写馆名的红军西征纪念馆；有世界名著《西行漫记》和世界经典图片红军小号手的大型雕塑；有正反两面镌刻肖克将军“红军长征陕甘宁、三军会聚同心城”和国际主义战士马海德“同心同德、同建同心”

红军西征纪念园

红军西征纪念馆大厅

亮化的红军西征纪念园

豫旺堡红军西征纪念碑

题词的高 7 米多、重达 84 吨的奇石；更有以 70 级石阶连为一体的有着 600 多年历史和光荣革命传统的同心清真大寺。还有红军井、红军电台遗址、朱德为傅连璋夫妇主婚遗址、豫海县政府招待三军首长羊肉宴遗址及紧邻的民俗一条街、百名将军书法碑林、马和福英勇就义遗址和三军会师联欢大会遗址等景点。旗杆式的大门高 19.36 米，寓意 1936 年，“中国工农红军西征纪念园”11 个大字昭示着国家级文化价值的地位。大门简介简要说明了中央红军和红二十五军长征到达陕北后，与陕北红军一道为扩大和巩固陕甘宁革命根据地，迎接长征中的二、四方面军，挥戈西征的那段波澜壮阔的历史。

红军西征纪念园是国内唯一一处以红军西征为主题的纪念场所，是全国百家红色经典景区之一。

同心红军西征纪念园

地址： 吴忠市同心县城西南郊清真大寺旁

交通： 由银川市或吴忠市乘坐长途客车到同心县，打出租车 5 元或步行即到。

时间： 10:00-16:00(冬季)
08:00-17:00(夏季)

电话： 0953-8026031、13895050678

同心烈士陵园

红军西征纪念园外景

同心烈士陵园位于吴忠市同心县城豫海北街东侧。始建于 1978 年。2008 年整修重建。

陵园褒扬为了解放宁夏同心先后在下马关战斗、占领王家团庄战斗、韦州攻城战斗、红城水伏击战斗、上甘沟战斗中牺牲的红军烈士有：红 15 军团回民独立师政委欧阳武、师参谋长李铁民、78 师 233 团团长彭义隆和新时期英雄人物 58 人。某连指导员李国珍、连长孔作林、回民独立师某连马连长等 30 余人和陕甘宁省豫海县回民自治政府主席马和福等烈士纪念碑。2008 年又新

红军西征纪念园广场雕塑

建了烈士纪念馆，重建了革命烈士纪念碑，纪念碑高 15.4 米，基座方形，整个纪念碑全部用花岗岩石料砌成。共安葬烈士 57 人，并将以前安葬的烈士墓进行了整修，重新建起了透视墙，墓地周围种植了松柏、花草、墓地内种植了草坪，改造硬化了广场。2009 年 3 月同心烈士陵园被民政部公布为全国重点烈士纪念建筑物保护单位。

宁夏解放纪念碑

交通： 距离银川市 210 公里，可在银川南门汽车站乘银川至同心大巴，下车后可换乘同心县城出租车抵达。

豫旺堡红军西征纪念碑

同心县革命烈士陵园内的同心县革命烈士纪念碑

豫旺堡位于宁夏回族自治区同心县东南隅，距县城 72 公里，始建于 2001 年 3 月。碑基座边长 20.2 米，碑身底宽 3.6 米，碑高 19.36 米。

1936 年 6 月 16 日，红军西征部队红一军团红二师在师长杨得志、政委肖华的率领下，进占豫旺堡。6 月 27 日，红十五军团七十三师解放了豫旺县城——今下马关镇，遂成立了中共豫旺县工委。7 月初，在政治部主任刘晓、副总参谋长聂鹤亭陪同下，彭德怀率西方野战军总指挥部进驻豫旺堡。从而，豫旺堡成为红军西征的指挥中心。在两个多月的日日夜夜，彭德怀运筹帷幄，指挥着红军战士，顽强拼搏，英勇杀敌，取得了一个又一个胜利。7 月末，中共豫旺县委和县苏维埃政府成立。

8 月 22 日，彭德怀、李富春、左权、聂荣臻及红一军团政治部

同心烈士陵园内的同心县烈士纪念馆

主任朱瑞等在豫旺南塬用迎接外宾的最高规格，及其热情、隆重地迎接了美国记者斯诺、医生海德姆。

斯诺的名著《西行漫记》一书四分之一多的篇幅在豫旺堡采写完成。《抗战之声》就是中小号手的珍贵照片就是——斯诺在豫旺堡拍摄的。

为了不忘与回族群众的深厚感情，乔治·海德姆在这里将自己的名字改为了马海德。他 1937 年加入了中国共产党，并于 1950 年申请加入了中国国籍，成为新中国成立后第一个取得中国国籍的外国人。

纪念碑总占地面积 1 公顷，正面主题词“红军西征纪念碑”，是恭请当年西征到过豫旺堡的老红军，原中共中央政治局常委、中央军委副主席刘华清抒写碑铭。碑身底宽 3.6 米，碑高 19.36 米，寓意 1936 年红军西征到豫旺堡。碑基座边长 20.2 米，寓意 2002 年建成。设九级台阶，寓意红色记忆，久长不断。

豫旺堡红军西征纪念碑

交通： 距离银川市 280 公里，可在银川南门汽车站乘银川至同心大巴，下车后可换乘同心至豫旺大巴车抵达。

同心县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

莲花山

莲花山

莲花山

在同心境内南端绵延起伏的山群中，有一组庞大的精美建筑群，一座座殿堂巍然而立。石牌坊硕大雄伟，岿立山腰，是通往山顶的门径；造型新颖的戏楼玲珑精巧，别具一格；十

莲花山三宵观

二生肖石雕，分裂行道两旁，形态逼真，逗人喜爱；莲花山峰层峦叠嶂，浑圆巍峨，远观如莲花盛开，清幽钟秀，故称莲花山；山巅大殿布局严谨和谐，气势恢宏。三清殿、大雄殿，雄峙山门两旁，重檐飞翘，雕梁画栋，巍峨壮观。值得一提的是莲花山以悠久的历史和兴盛的民俗文化活动——水会而声名远播。每年的农历四月十五到十八，都在这里举行青苗水会，周边地区的善男信女约三万余人参加，热闹非凡。

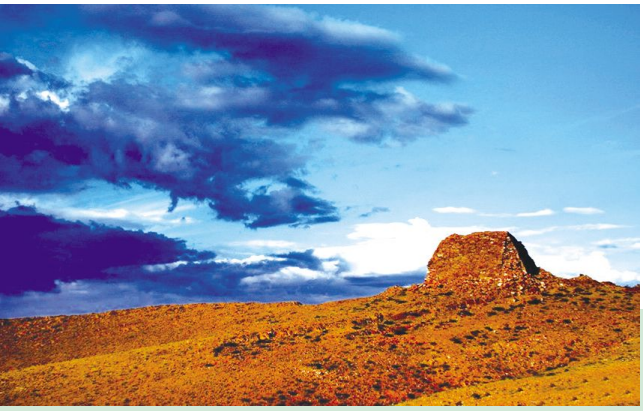
莲花山

交通：距离银川市 210 公里，可在银川南门汽车站乘银川至同心大巴，下车后可换乘同心县城出租车抵达。

同心明长城和烽火台

同心县境内的烽火台，遍及山川梁峁，触目皆是。

下马关和韦州烽火台，从下马关到韦州三十余里的公路两侧，每隔五里就可以看到一座烽火台，由南向北直线相连，共有 7 座。韦州向北，经太阳山到惠安堡有 6 座。这些烽火台饱经沧桑，虽



明长城局部景图

经风雨侵蚀，损坏严重，但仍能窥探出原有的烽火台规模形态。下马关至韦州间的第五个烽火台，这座烽火台坞墙呈正方形，边长 33 米，高 4?5 米，基宽 2 米，墩台座落于坞墙正中，高 15 米，底阔见方 12 米，夯土层厚 10~23 厘米。从这座烽火台，我们依然能够看到它的气势，它的作用，它的魂与大地永存。

同心明长城和烽火台

交通：距离银川市 210 公里，可在银川南门汽车站乘银川至同心大巴，下车后可换乘同心县城出租车抵达。

明长城局部景图

盐池县

红色旅游景点

依偎在古长城怀抱的盐池县，位于宁夏东部，陕甘宁蒙毗邻交汇处。全县土地面积 8668 平方公里，人口 16.5 万。被誉为“中国滩羊之乡”“中国甘草之乡”。这里不仅有从两汉到明清厚重的历史文化，还是 1936 年解放的革命老区，是宁夏唯一经历土地革命，抗日战争，解放战争三个历史时期的红色故土。陕甘宁边区 13 年的峥嵘岁月里在党的领导下，迎接红军西征，保卫建设边区，支援解放宁夏中涌现出可歌可泣的英雄事迹，谱写了一曲“没有共产党就没有新中国”的历史颂歌。共和国的旗帜上有盐池儿女血染的丰彩。正如毛泽东主席 1949 年 10 月给延安复电中指出的那样“延安和陕甘宁边区的人民对全国人民是有伟大贡献的”。为弘扬老区革命传统，彰显老区红色文化。1986 年成立了以红色文化为主线的宁夏第一个县级博物馆，2004 年被确定为全国首批百家红色旅游景区，投资异地改扩建景区。更名为盐池革命烈士纪念园。至此盐池红色旅游扬帆起航。经过几年的努力，景区基础设施不断完善，生态环境不断优化，文物陈列吸引游客，景点建设不断增多。成为以延安为中心的陕甘宁游宁夏重要节点，成为毗邻地区红色旅游龙头景区。

随着景区知名度影响力不断扩大，吸引着区内外大量游客，带动了老区经济的发展繁荣。被授于国家 AAA 级景区。在红色旅游发展的同时，我们根据盐池的文化特色，把革命理想高与天的

红色文化，风吹草低见牛羊的草原文化，不到长城非好汉的边塞文化相互融合，打响古韵长城，红色盐池，沙海绿州旅游品牌。走在宁夏红色旅游队伍的前例。长城沿线旅游通道已经打通，长城遗址公园建设初见成效。年接待游客人数和综合收入年均增速均在两位数以上。2011 年接待游客人数近 21.3 万人数，综合收入近 5800 万元。景区先后被中宣部，国家国防委，国家民委，授于全国爱国主义教育示范基地，国家国防教育基地，全国民族团结教育基地，区党委廉政教育基地，宁夏党史教育基地。区内近 30 所大中专院校及单位确定为爱国主义，革命传统教育基地。

中共盐池县委、县政府旧址

中共盐池县委、县政府旧址——李塬畔

中共盐池县委、县政府位于吴忠市盐池县南部山区的麻黄山乡李塬畔行政村东。

1947 年 3 月至 1949 年中共盐池县委和盐池县政府带领机关干部、部分基干民兵和县保安部队合编成为盐池县游击队（1948 年后改称三边游击四大队），转战于李塬畔、唐平庄一带，与中共宁工委领导的回汉支队密切配合，相互支援，广泛地开展游击战斗。首先建立了李塬畔和苏家堡子两个乡的巩固根据地，然后不断向外扩展至 9 个巩固乡和 11 个游击

乡。游击队员由最初的 40 多人发展到 80 多人，1949 年更发展到 150 多人。

县委和县政府机关常驻李塬畔村，当地老乡自动腾出两孔大窑洞，供县委，政府机关办公。县委、政府在这里组织和领导了艰苦卓绝的游击战争。

中共盐池县委、县政府旧址

交通： 距离银川市 130 公里，可在银川南门汽车站乘银川至盐池大巴，下车后可换乘盐池县城出租车抵达。

1949 年 8 月 6 日，在西北野战军的支援下，光复了盐池县城，县委和政府迁回县城。

1986 年 8 月，盐池县人民政府对李塬畔革命旧址进行了维修，并挂牌保护。院落东西长 34 米，南北宽 27 米，院内有土窑 3 孔，一处为当年县委、政府办公处，一处为游击队营房，一处为马厩。

2005 年 9 月被宁夏回族自治区人民政府公布为宁夏回族自治区文物保护单位。

盐池县革命烈士纪念园

盐池县革命烈士陵园纪念碑

盐池县革命烈士纪念馆位于盐池县花马寺国家级森林公园核心区距县城 1.3 公里，总占地面积 400 亩。园内主要建筑有革命烈士纪念馆、苏维埃盐池政府旧址纪念馆、毛泽民来盐旧

盐池县革命烈士纪念园外景图

址纪念馆、中国滩羊馆、盐池解放广场和纪念碑、红军陵等。并建有王贵与李香香雕塑、大生产磨房、滩羊群雕等附属工程。

革命烈士纪念馆为二层框架结构，建筑面积 3380 平方米，有序厅、革命烈士陈列厅、历史文物陈列厅三个专题展厅。其中一楼展厅为革命文物陈列，全面反映了盐池在陕甘宁边区 13 年中的风雨历程，突出了西征红军解放盐池，建立政权发展经济的光荣历史。

苏维埃纪念馆和毛泽民纪念馆依苏维埃政府原貌修建，为四合院建筑，占地面积千余平方米，主要展览有毛泽民生平展、《王贵与李香香》创作纪念地、苏维埃政府办公旧址、陕甘宁边区第一个消费合作社——盐池城区消费合作社、元华工厂车间等，再现了革命年代艰苦的生活、工作环境。

中国滩羊馆建筑面积 784 平方米，以文字、实物、图片、标本、模型等形式展示滩羊生产特点、滩羊文化、盐池滩羊民俗及起源发

展，从侧面反映了盐池滩羊的皮、毛、肉在革命时期的贡献和作用。

解放广场面积为 1.3 万平方米，合 19.36 亩，寓意 1936 年盐池解放。广场为红色，取意“红场”。解放纪念碑形状为写意的三把刺刀，材质为不锈钢，碑高为 27 米（取意 6 月 21 日解放）。

红军陵采用碑刻方式，共陈列 76 名革命烈士的生平事迹，是园内缅怀先烈的重要场所。

盐池县革命烈士纪念园为国家 AAA 级旅游景区、宁夏文明风景旅游景区、宁夏“十佳”旅游景区，是全国 100 个红色旅游经典景区之一，先后被命名为宁夏爱国主义教育基地、宁夏国防教育基地、全国民族团结进步教育基地。

盐池县革命烈士纪念园

地址： 宁夏吴忠市盐池县盐林南路

交通： 盐池县南门汽车站有汽车抵达

时间： 9:00–17:00

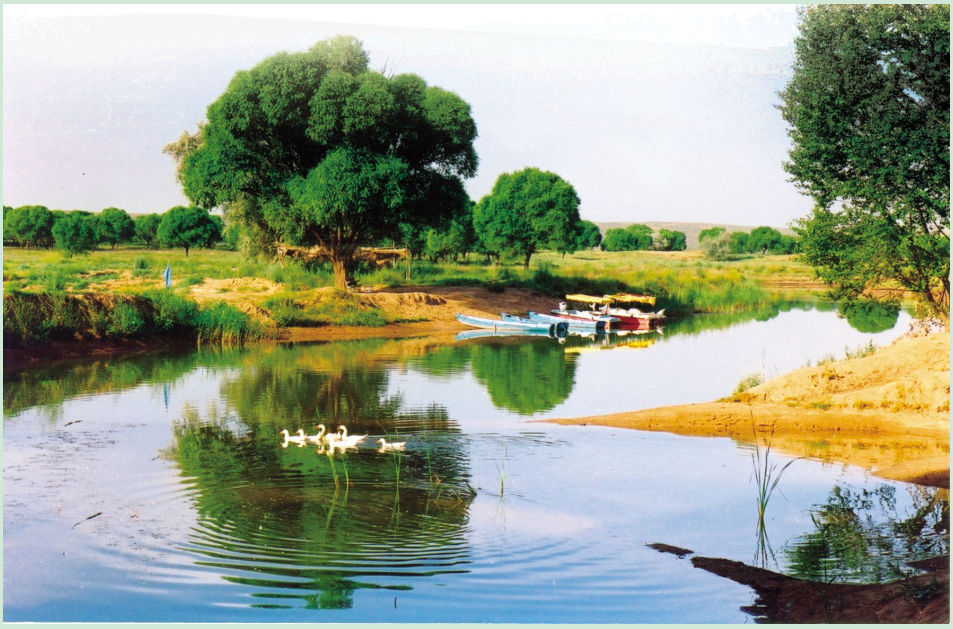
电话： 0953–6995069

盐池县革命烈士陵园纪念馆

盐池县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

花马寺国家森林公园



花马寺国家森林公园

花马寺国家森林公园

交通：距离银川市 130 公里，可在银川南门汽车站乘银川至盐池大巴，下车后可换乘盐池县城出租车抵达或选择自驾游。

花马寺国家森林公园位于宁夏盐池县境内，分布在宁夏哈巴湖国家级自然保护区城南、哈巴湖、骆驼井管理站实验区内。2002 年 12 月经国家林业局批准建立。公园东濒陕西定边、南邻甘肃

环县、北接内蒙古前旗，总面积 5000 公顷，由城南、哈巴湖、骆驼井三个景区组成。公园地理位置特殊，自然资源丰富，人文景观独特，以生物多样、大漠奇秀、湿地湖泊为主要特色，集生态、科普、探险、休闲、消夏避暑为一体的高品位国家森林公园。

哈巴湖景区

哈巴湖景区位于盐池县王乐井乡南部。该景区南北宽 2 公里，东西长 4 公里，面积 800 公顷，是集自然保护区与湿地、森林、沙漠为一体的风景区。

哈巴湖景区具有丰富的动植物资源和自然景观。有野生维管植物 54 科 180 属 368 种、动物 24 目 49 科 185 种，是塞北荒漠天然“生物基因库”。景区内文物古迹众多，山川沙海兼有，数万亩林木郁郁葱葱，湖水清澈湛蓝，风光旖旎，景色壮美。景区内集中了灌木丛林、森林浴场、百鸟乐园、草园风情、沙山金色、曲

哈巴湖自驾游车队

径通幽、湿地鲜润，常有湖泊映天、名木古树阅尽人间沧桑，使游人在游览、娱乐、休闲中感受大自然的壮美。

哈巴湖景区

交通：距离银川市 130 公里，可在银川南门汽车站乘银川至盐池大巴，下车后可换乘盐池县城出租车抵达或选择自驾游。

哈巴湖景区是集自然保护与湿地、森林、沙漠于一体的原生态风景区，南部沙丘连绵起伏、一望无垠，呈现出一派雄浑的大漠景观，北部绿树成荫，绿草盈尺，300 余亩的哈巴湖以及大小不等的湿地、水塘点缀其间。沙丘后如盖的树冠若隐若现，像云朵般美轮美奂；沙柳、毛柳点缀在沙丘上，恰似沙湖中的芦苇丛，一簇簇，一丛丛，簇簇色不同，丛丛姿相异；微风轻拂，盈尺的绿草犹如湖水般碧波荡漾。沙、水、草、树、鸟等风景要素在这里巧妙结合，形成独特的沙海观云、云中折柳、西湖烟云、柳浪听莺、沙岛观潮等自然景观。

哈巴湖湖光山色美景

盐池古长城

花马池城

盐池地处鄂尔多斯台地向黄土高原过渡的地带，是陕甘宁蒙四省区的结合部。西接宁夏灵武，北靠内蒙前旗，南连甘肃环县，东临陕西定边，为宁夏的东大门。

新花马池城址为长方形，南北 1100 米，东西 1050 米，面积 1.16 平方公里。开东、南、北三门，均带瓮城。“北瓮城门东向开，名威胜；东瓮城门南向开，名永宁；南瓮城门东向开，名广惠；西墙无门，于城墙上正中建有二层楼阁，为玉皇阁。”城墙四隅有角楼。以鼓楼为中轴，分东西、南北两条街道。

花马池城

交通：距离银川市 130 公里，可在银川南门汽车站乘银川至盐池大巴，下车后可换乘盐池县城出租车抵达。

回族名小吃

●同心羊羔肉

同心羊羔肉是回族人的一种地方风味名菜。做法将整个羊羔肉分为前腿、后腿、背子、脖子等五大块，用冷水浸泡并洗净血水后，放入清水锅里煮，待水滚后除去浮沫，同时放入葱、姜、花椒、盐及大料。肉煮熟后趁热吃，每人准备一个小碟，调上酱、醋、蒜末、姜末、香菜等，然后把手洗干净，边撕边蘸着吃，口感柔滑，香味十足。有时也将羊羔肉切成块，加上调制好的调料，放到油锅里爆炒或者清蒸，蒸羊羔肉选用40~50天的羊羔，俗称“够毛羔”，宰后用凉水泡去血水后，剁成小块放入盆内，加入少量白面、香油、红葱末、调料、盐，搅拌均匀装碗上笼，旺火约蒸90分钟即可。据《本草纲目》记载，羊肉有“补元气、健脾胃、益腰肾”的功效，具有温热滋补功效的同心羊羔肉远近闻名。

●炒揪面

回族喜欢把揪面片煮熟后，再与羊肉或牛肉臊子同炒，并且吃炒揪面时用碟子而不是碗装，这样不易黏结，以保持揪面片的筋韧度。用优质面粉做成的揪面，色泽抢眼、韧性极强，味道清香，是同心县独具特色的传统美食。

●果碟

回族穆斯林过节或过乜帖、过喜事都要上果碟，都要招待阿訇吃饭。上饭菜之前，一般与盖碗茶同时会上几碟新鲜水果或干果，称作“摆果碟”，如苹果、西瓜、甜瓜、桃、杏、葡萄干、核桃仁等，又叫“干果碟”。一般三碟到七碟不等，所上水果要开，吃取方便。上什么果碟，家人事先都要商定，称作“定果碟”。果碟是过尔麦里、过乜帖和过喜事时最先上到桌子上的食物。

●干粮馍

在面粉中加入适量食碱用凉水拌匀，发酵后，再加干面粉和食碱水拌成块状，加适量胡麻油和其他食料，用干净木杠反复挤压，边压边加少量干面粉，揉压均匀后，分成等量面团，擀成圆饼，在一面

的中心处撒一些用胡麻油调好的食料，下锅时先将馍的一面朝下，不加锅盖，待馍面微黄后取出翻面入锅加盖15分钟即成。据说此饼始于清代，因面香醇厚，口感酥软而远近闻名。

●荞麦油圈

将荞麦面粉用开水烫拌均匀后，连同面盆放置于80℃水锅中隔水热蒸，10~15分钟取出，冷却后掺进黑面少许，加酵面发酵，用手蘸油做成巴掌大的圆圈，入油锅炸熟食用，口感上佳，香味令人陶醉。

●炒糊饽

用白面烙成薄饼再切成细条，羊肉或牛肉切片上油锅爆炒并加入红(同心县山区出产的一种根部泛红色的大葱)、花椒面、酱油、醋、辣椒等佐料，炒熟后，续上适量肉汤烧开，倒入烙饼条翻炒或加盖焖至汤干，撒上香菜、韭菜、蒜苗等即可。炒糊饽具有油水厚、味道美、价格低廉、经济实惠的特点。过去曾有“宁说一盘糊饽，不吃酒席一桌”的俗谚，很受当地群众和外来游客欢迎。

●烩小吃

小吃包括羊肉丸子和夹板。将生羊肉剁成肉泥，加精盐、葱末、酱油、花椒粉、姜水、蛋清及淀粉拌成肉馅，清油烧开后，用手将肉馅挤成樱桃大小的丸子，逐个挤进油锅内，炸至丸子浮起变黄捞出。夹板是先用鸡蛋摊成薄皮，上下两层鸡蛋皮中间夹上羊肉馅，再摊成大饼，然后切成菱形方块，入油锅炸成金黄色即成。烩的时候将羊肉汤烧开，撇净浮沫，放进丸子、夹板、木耳、菠菜加盐调味，炖一会儿装碗，淋上芝麻油即成。

●西甜瓜

当地每年种植西甜瓜有多个品种。在70年代以前，由于栽培技术不过关，沿用本地的老品种，个小皮厚，上市迟，多用压砂地，种植面积小，产量低，难以形成商品规模。80年代后，引进优良品种，采用地膜霜培技术，产量和面积迅速得到提高和扩大，质量也在不断提高。现在这里生产的甜瓜人称密罐罐。在炎热

的夏天，吃一嘴甜瓜，满口喷香，咽下去恰似砂糖般的瓜瓤又使人浑身凉爽，既解渴，又消暑。

●回族传统美食油香馓子

馓子是回族人招待客人的传统面点。每逢开斋节、古尔邦节、圣纪

节等，回族人家家户户都要架起油锅，炸油香，搓馓子，家人享用，馈赠乡邻，祝贺节日。据说，馓子这道油炸面食已有一千多年的历史。宋代文豪苏东坡诗赞它为“纤手搓来玉色匀，碧油煎出嫩黄深”，把馓子的色、香、味概括无余。制作馓子时，先将红枣、花椒、橘皮、甘草入锅煎熬30分钟，冷却后过滤取液，再与溶化好的红糖水和搅拌均匀的鸡蛋液及胡麻油掺在一起，用其和面，以使馓子色泽艳丽。为使馓子酥脆、香甜，面粉中有的还要再加进牛奶、蜂蜜。面团要用干净木杠或扁担在案板上反复揉压，至到柔韧、细腻，再切成等量面团，放在面盆中抹油饧一会儿，再将面团掏个洞，套在一只手的四个手指头上，用两手掌心轮番边推边搓成圆环状粗细均匀的细绳，来回折七八层摆成椭圆形，用两根长筷子从两头穿起，放入油锅中，边炸边来回摆动（故炸馓子又叫“摆馓子”），待炸至棕黄色时捞出晾干后即可食用。馓子的特点是造型优美，香脆可口。

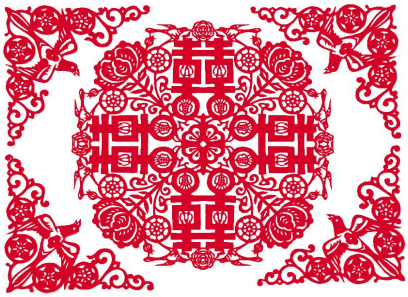
●盖碗茶

盖碗茶又称“三炮台”，民间叫“盅子”，上有盖，下有托盘，盛水的花碗口大底小，精致美观，民间有时也叫“三才碗”，盖为天、托为地、碗为人。一些懂茶道的回族老人认为，如果茶香而不清则是一般的茶，香而不甜是苦茶，甜而不活也不能称之为上等茶，只有鲜、爽、活的茶才是最好的茶。盖碗茶有清热泄火、促进消化的功效。

地域文化特色

●回族剪纸

回族妇女有剪纸的传统习俗。



回族剪纸自由地纯真地表现回族人民的感情，剪出的“十二生肖图”，特别是双虎、金鸡报晓等飞禽走兽的形态，都是意念中的，不受时间、空间的约束。有许多作品寄托着回族人民追求美好生活的愿望，有着较为深刻的寓意。如“龙凤”、“金鸡”、“黄牛”、“骏马”、“滩羊”、“双飞燕”、“领头雁”等作品，大胆点题，借形寓意，便具有了或生动形象，或隽永含蓄的艺术魅力。

●回族刺绣

回族刺绣从历史中走来，有着极其深厚的文化底韵。回族刺绣是一种宝贵的传统文化和传统艺术，有着独特的艺术语言和技艺表现手法，刺绣的市场化之路更是给古老的回绣艺术注入了新的发展活力和生机。回族的刺绣富有想像力和艺术魅力，刺绣花草图案和几何图形，是回族妇女刺绣的绝技。回族刺绣历史悠久，图案精美，具有较高的艺术价值和工艺水平，以鲜明的民族特色和精湛的工艺，深受广大穆斯林群众和收藏者的喜爱。

●回族花儿

俗称山曲儿，最早流传于宁夏、甘肃、青海一带。后传入同心，经二百多年演变，已具有鲜明的本地特色。花儿曲调高亢，节奏明快，富有浓郁的生活气息。有一定格律，一般为4句一节，偶可押韵。同心一带流行的曲令有“白牡丹令”、“尕马儿令”等，花儿多在民间传唱，内容大都为颂扬爱情忠贞、惩恶扬善、反映人民疾苦。

吴忠市其他旅游景点推荐

板桥道堂、东塔穆民新村旅游风情园。

吴忠市旅游线路推荐

吴忠一日游线路：吴忠黄河国家湿地公园—夜游黄河—中华黄河楼—黄河文化展示园—董府—黄河大峡谷·中华黄河坛（青铜古镇、水利博物馆、拦河大坝、108塔、大禹文化园、十里长峡、金沙湾）—鸟岛—牛首山寺庙群

吴忠二日游线路：吴忠回族历史人物园—两馆一中心（民俗博物馆、文化艺术馆、伊斯兰文化中心）—板桥道堂—东塔穆民新村—红寺堡宁夏移民博物馆—罗山国家自然保护区—同心清真大寺、红军西征纪念园—太阳山暖泉湖

吴忠三日游线路：盐池长城遗址公园—盐池花马寺国家森林公园（哈巴湖国家自然保护区）—盐池革命烈士纪念园—盐池历史文化名人馆—张家场古城

吴忠市购物咨询

吴忠是中国清真食品穆斯林用品产业基地，沙漠王子清真牛羊肉、曼苏尔清真食品、杞叶青饮品、同心圆枣、八宝茶和万娣妮服饰、回族掐丝画、刺绣等穆斯林用品倍受欢迎。吴忠还是中国滩羊之乡、中国甘草之乡、中国优质葡萄生产基地、中国优质圆枣生产基地。二毛皮、手工地毯和枸杞、蜂蜜、甘草、决明子茶、同心圆枣、小杂粮等土特产品享誉中外。

吴忠市酒店资讯

1、★★★★酒店

●红宝宾馆

吴忠红宝宾馆是一家集商务、旅游、会议于一体的四星级高档涉外宾馆

宾馆位于吴忠市盛元广场西侧，东郊市政府，南靠新区开元大道，西依西环路北连明珠路，距离高速公路入口 1 公里，河东机场 35 公里，银川市 60 公里，交通便捷，是开会、住宿、就餐、娱乐的理想场所。

地址：宁夏吴忠市开元大道盛元广场西侧

电话：0953-2035266

●吴忠宾馆

吴忠宾馆地处宁夏吴忠市繁华的商业核心区，与盛元广场遥相呼应，距宁夏河东机场 40 公里；距宁夏银川市火车站 75 公里；距宁夏吴忠市青铜峡火车站 20 公里，交通便利，位置优越。

地址：吴忠市裕民西路开元广场西侧

电话：0953-6522666

●盛悦饭店

吴忠盛悦饭店是吴忠市首家按照五星级标准设计建造的极具伊斯兰风格的综合性饭店，座落于吴忠市中心繁华地带，装饰豪华典雅、格局新颖别致，设施先进完善、功能齐全实用。

地址：宁夏吴忠市利通区裕民东街 1 号

电话：0953-2188888

●龙海宾馆

青铜峡市龙海宾馆是一家四星级综合性涉外宾馆，位于青铜峡市小坝东城区古峡东街 188 号，是全区首家突出为生态园林为主题，集客房、餐饮、健身休闲娱乐、会议等为一体的生态园林休闲度假宾馆，宾馆设施齐全，装修豪华典雅，融欧式古典园林风格和现代设计风格为一体，别具一格。宾馆可容纳 2000 人同时就餐，设有不同装修风格的大型宴会厅、多功能厅及大小包间 40 间，经营粤菜、湘菜、川菜、本地特色菜及各种中西面点。

地址：青铜峡市小坝东城区古峡东街 188 号

电话：0953-3066666

●盐池福海大酒店

盐池县福海大酒店位于盐池县盐林北路的商业中心地段，临近汽车站，交通便利。酒店是一家四星级宾馆，集餐饮、住宿、商务及休闲娱

乐为一体，建筑面积 12515 平米。分为地下一层地上六层，局部八层。

可容纳 300 多人开会学习，酒店设有大型停车场。

地址：盐池县盐林北路的商业中心段

电话：0953-6024855

2、★★★酒店

●盐池宾馆

盐池宾馆地处盐池县城中心黄金地段，又名盐池县人民政府招待所，拥有员工 150 余人，是一家融餐饮、住宿、会议、写字楼、娱乐、洗浴、停车为一体的三星级旅游饭店。宾馆环境优雅、内装精美，设施先进，功能齐全。

地址：盐池县花马东街 1 号

电话：0953-6012554

●青铜峡宾馆

宾馆位于青铜峡市中心区域，交通、购物极为便利。功能各异的大、中、小型会议室 6 个。可承接各类商务、聚会、公务会议。餐厅设有豪华宴会厅、贵宾厅，共有雅间 56 间，可同时容纳 1200 人就餐。

地址：青铜峡市小坝古峡东街 48 号

电话：0953-3056680

●锦都饭店

锦都饭店是集餐饮、住宿、娱乐、商务、会议、商品于一体的综合型高档饭店。饭店拥有不同规格、档次的客房。饭店装修典雅而富有现代气息，按位消费的用餐形式体现了绿色、健康、营养、养身、美味的消费理念。

地址：宁夏吴忠市利通区明珠西路新汽车站对面

电话：0953-3955667

3、★★酒店

●西湖宾馆

西湖宾馆于 2003 年 3 月 28 日正式营业，总建筑面积 1800 平方米，现有 50 间客房，分别设有：豪华套房、商务双人间、标准间、单间等各式房型，满足客人不同的住房需求。

地址：吴忠市西湖菜市场南 50 米处

电话：13709556058

●红寺堡红桥宾馆

红桥宾馆隶属荣盛商贸有限公司，于 2009 年 3 月 31 日盛装开业，占地面积 6380m²，建筑面积 2737.33m²。是集住宿、餐饮为一体的二星级旅游酒店。

地址：红寺堡区吴忠路东教育局南侧

电话：0953-5081007

固原市

P129-230

固原市地处黄土高原上六盘山北麓清水河畔。位于西安、兰州、银川三省会城市所构成的三角地带中心，曾是我国古代西北重镇之一，是古丝绸之路东段北道的必经之地。是革命老区、民族地区、集中连片的特殊困难地区，北邻宁夏中卫市和吴忠市，东、南、西分别与甘肃庆阳、平凉、白银市接壤。现辖 4 县 1 区（西吉县、隆德县、泾源县、彭阳县和原州区）、62 个乡镇、3 个街道办事处、891 个行政村，国土面积 1.05 万平方公里，总人口 155.3 万，其中农业人口 113.9 万，占 84.3%；回族人口 71.8 万，占 46%，是全国回族主要聚居区之一，是伊斯兰文明与中原文化交汇处。六盘山是中国工农红军长征翻越的最后一座大山，毛泽东同志的壮丽诗篇《清平乐·六盘山》名扬中外，固原由此成为著名的红色旅游城市和长征十大潜力城市之一。

原州区

红色旅游景点

固原革命烈士纪念碑

庄严肃穆的固原革命烈士纪念碑

固原革命烈士纪念碑，位于固原市原州区政府街小西湖公园正门东侧，西临假山，东临少年宫，南靠游乐场，北对政府街，是人们休闲娱乐的主要场所。整个建筑占地面积约 2525 平方米。

纪念碑由主碑、附碑、展厅、集散广场组成。主碑坐南向北，由两层基逐级抬高，总高 14.025 米，四周的围栏用白色大理石雕

固原革命烈士纪念碑介绍

砌而成，象征万里长城；碑下部底座为黑色花岗岩镶嵌而成，显得庄重而沉稳；主碑由天然大理石镶嵌而成，面北向南，处于基座中心，正面镌刻着由原国防部部长张爱萍题写的“革命烈士纪念碑”7个烫金大字，背面镌刻着固原县委、政府撰写的碑文。

2008年9月，原州区委、原州区政府投资50万元进行了修缮，初具规模，成为原州区城区内唯一一座缅怀先烈、弘扬革命精神、进行爱国主义教育的重要基地。纪念碑正前方是近300米的集散广场，北边建小碑一座，小碑背面刻毛泽东手写《清平乐六盘山》词。1992年被定为县级文物保护单位。

固原革命烈士纪念碑

地址： 位于原州区政府街小西湖公园正门东侧。

交通： 市内可乘2路公交或乘出租车直达。

孙寿名(1916～1949)

孙寿名(1916~1949),字义德,男,汉族,固原县彭堡乡人。1937年,邓宝珊部组织先遣队出兵抗日,孙寿名任先遣队营长,参加了著名的山西中条山战斗。1940年,他在西安游击干部训练班受训,结识了爱国民主人士杜斌丞先生,受到革命思想的熏陶,从而奠定了他参加民主革命的思想。

1944年秋,受杜斌丞先生激励,孙寿名由好友联名推荐,到国民党胡宗南三十八集团军总司令部任上校副官、处长。他以此身份,在平凉把"西青会"会员集体转入中国民主同盟,并与任谦一起,掩护共产党地下人员,多次为边区筹购所需枪支。全面内战爆发后,他奉民盟西北组织指示,回到甘肃从事革命活动。

1948年,孙寿名不顾个人安危,冒着被敌人杀害的危险,依然留守白区坚持斗争。这一年,他被增补为中国民主同盟甘肃省支部委员,负责军事联络工作。1949年2月17日,孙寿名由固原转道宁县、镇原一带做敌地方武装策反工作时,遭叛徒出卖,被反动派抓捕。在狱中,他严词斥责敌匪诱骗,惨遭四肢通电,指缝插针等酷刑,被审5天,宁死不屈。后越狱未成,为保同志,挺身而出,受尽折磨,仍坚贞不屈。1949年8月21日,兰州解放前夜,孙寿名被穷凶极恶的暴徒杀害。时英年33岁。兰州解放后,寿名的战友踏遍大沙坪,在累累尸骨中,从他生前镶有金属的牙齿和衣着上,辨认出其遗体,备棺安葬。12月25日,固原县各界为孙寿名举行了隆重的追悼大会。1950年,中国民主同盟甘肃省支部在兰州举行了公祭,中共甘肃省委统战部挽词评价:"在甘肃人民的解放斗争中,民盟盟员和共产党员的血流在一起。"1973年,兰州烈士陵园落成,孙寿名烈士被迁葬于陵园安息。

英烈事迹

红军长征青石嘴战斗纪念碑

红军长征固原青石嘴战斗纪念碑侧面

红军长征固原青石嘴战斗纪念碑，坐落在原州区开城镇青石嘴村上青石寨子梁山巅，四面眼界开阔，北面临下青石河，银平公路、银福高速公路，中宝铁路均从前经过。

1935 年 10 月 6 日，中央红军陕甘支队在毛泽东、张闻天、王稼祥等中央领导的率领下，经西吉县单家集、兴隆镇到达张易堡（现张易镇），是夜，毛泽东就住在张易堡毛庄村。10 月 7 日晨，红军与尾随而至的敌前哨部队发生小规模战斗，留下部分战士在堡子梁据险阻击敌人，大部队沿王套、后莲花沟向六盘山急进。红军前卫部队翻过六盘山行进到青石嘴附近时，发现国民党东北军骑兵第七师十九团两个运送给养的连队正在青石嘴休息。毛泽东得知这一情况后，立即召集会议，下达作战命令。王开湘、杨成武率领四大队担任正面攻击；杨得志、肖华的一大队和张春山、赖传珠的五大队分别从两侧迂回，陈赓、邓飞率十三大队后卫掩护。整个战斗持续约半个小时，歼敌 200 多人，缴获战马 100 多匹以及 10 余辆马车的弹药物资。红军用缴获的战马组建了第一支骑兵侦察连。

为了纪念这次具有历史意义的战斗，2008 年 7 月，自治区党委、政府决定建设红军长征青石嘴战斗纪念碑。工程 2008 年 7 月开工， 2009 年 5 月全面竣工，项目用地 133 亩。纪念碑主体高 19. 35 米，碑体两侧翼高 10 米，碑名高 7 米，象征 1935 年 1 0 月 7 日红军长征青石嘴战斗日期。纪念碑为钢筋混凝土、花岗岩机构。雕塑采用锻铜工艺制作的红军战士手持大刀骑战马形象，象征中国工农红军第一支骑兵侦察连的诞生，树种采用云杉、油松等常青树。

2009 年 5 月青石嘴战斗纪念碑建成后，被命名为自治区第三批爱国主义教育基地。

红军长征青石嘴战斗纪念碑

地址： 位于原州区开城镇青石嘴村上青石寨子梁山巅。

交通： 北距固原市区 25 公里。暂无公交线路，可乘出租车直达。组团旅游可通过当地旅行社联系。

红军长征固原青石嘴战斗纪念碑正面

原州区红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

张易镇毛庄毛泽东长征宿营地

张易镇毛庄红军长征毛泽东宿营地，位于固原市原州区张易镇毛庄村，北距市区 32.5 公里。

1935 年毛泽东主席率领中国工农红军翻越六盘山前，于 10 月 5 日到达单家集，第二日到达张易堡（今原州区张易镇）毛庄村宿营一夜。这一带是回民聚居的地区，到达以前，各级领导对部队进行了有关民族政策教育。战士们在通过回民地区时，宁肯挨冻受饿，夜宿街头，也不违犯群众纪律。回族群众认识到红军是穷人的队伍，对红军非常热情，所以毛泽东主席率领的红军在张易堡宿营时受到当地群众的欢迎和款待。

毛泽东居住地旧址为毛庄

毛泽东宿营地——水磨房远景

毛水磨旧址，原水磨废弃后旧址被栽树

张易镇毛庄毛泽东长征宿营地

地址： 位于固原市原州区张易镇毛庄村，北距市区 32.5 公里。

交通： 暂无公交线路，可乘出租车直达。组团旅游可通过当地旅行社联系。

村下庙河边一水磨房，由于干旱少雨，河水干涸，水磨房被废弃，现水磨房已不存在。

头营镇杨朗村万家堡子赫光烈士故居

赫光烈士故居位于原州区头营镇杨朗村万家堡子，因年久失修现已坍塌破败，但当年的雄姿依然隐约可见。就是从这个看似古老封闭的土堡子里，走出了红 24 军军长赫光。赫光于 1925 年加入中国共产党，开始革命活动。1931 年 7 月赫光与谷雄一等在山西平定县组织领导了“平定兵变”，建立了中国工农红军第二十四军，任军长。转战山西、河北、创立阜平苏维埃政府，同年 8 月在收编敌军中不幸遇难，英勇就义，年仅 29 岁。

赫光烈士故居——原州区头营镇杨朗村万家堡子院外

赫光烈士故居——原州区头营镇杨朗村万家堡子院内

赫光烈士故居

地址：位于原州区头营镇杨朗村万家堡子，市区以北 20 公里处

交通：市内可乘 2 路公交或乘出租车直达。

为了弘扬老一辈无产阶级革命家的优良传统，在中国工农红军长征胜利 70 周年之际，原州区于 2006 年 11 月 6 日在原州区第五中学建立了赫光烈士塑像，并将此列为爱国主义教育基地。

2010 年头营镇杨朗村村委投资 20 多万元建成了面积为 90 多平方米的赫光烈士纪念馆。纪念馆正中是赫光烈士的雕像，背景为中国共产党党旗。纪念馆主要陈设赫光烈士的生平事迹，分追寻真理、发动兵变、创建政权、壮烈殉难四个部分，图文并茂地再现了赫光烈士革命里程。

赫光纪念馆内赫光烈士塑像

英烈事迹

赫光（1902～1931）

赫光，原名万锡绂，字季玺。原州区头营镇杨朗村万家堡子人。出身于清末农村秀才家庭。少年时期的赫光，勤奋好学，助人为乐。1922 年，陇东镇守使张兆钾为扩充私人势力，在青年学生中招考军官。赫光应考，被派往北洋军阀吴佩孚办的洛阳讲武堂学习军事。当时，马列主义已在全国传播，赫光由进步学生介绍，开始接触马列主义著作，受到了革命的启蒙教育。1924 年，赫光从讲武堂毕业，在军阀吴佩孚部任直属机枪连连长、迫击炮营营长等职，1925 年加入中国共产党。1926 年，受党组织指派，赫光进入国民党高桂滋部，开展革命活动。1931 年 7 月与谷雄一等组织领导了“平定兵变”，建立了中国工农红军第二十四军，赫光任军长。根据当时的敌我形势，赫光带领部队向敌人力量比较薄弱的河北省阜平县发展，攻下阜平县城后，释放了全部政治犯和其他犯人，开仓放粮，发动群众。7 月下旬，建立了中华苏维埃阜平县政府，这是华北地区的第一个红色政权，产生了极大地影响。

1931 年 8 月在收编石友三所部沈克师时，赫光被敌人施展诈降毒计，设伏杀害，时年 29 岁。1960 年，阜平县人民政府专为赫光革命烈士修建了革命烈士陵园。2010 年 8 月，原州区在赫光故里头营镇杨朗村建立了首个爱国主义教育基地——赫光纪念馆。

韩练成将军故居

韩练成1909年2月5日出生于固原县（今固原市原州区）彭堡镇赵家沟沿一个贫农家庭。1920年大地震，家园被毁，所幸一家三口都还活着，迁到固原县城边上，开始了城市贫民的生活。

韩练成将军故居遗址

韩练成将军故居遗址坐落在固原市原州区后壕街，窑洞依第二道城墙而掘，坐北朝南，右左均住有居民，大多数以作小买卖为业，后壕街西可通向中山南街，东可通向南关街，交通便利。

韩练成旧居——彭堡镇赵家沟沿

此故居为韩练成将军少年时代居住地，因城墙坍塌，原住户居民取土，故居窑洞已不存在，故居院落也被改建，原貌已不存在。

韩练成将军故居

地址：因遗址已不存在，建议到固原博物馆“隐形将军”韩练成永久性展厅参观。

交通：可步行或乘出租车直达

“隐形将军”韩练成

韩练成(1909～1984)

韩练成,又名继周、圭璋,男,汉族,出生于宁夏固原县一个贫农家庭。少时因家境贫寒,读私塾两度辍学,当过牧童、店员。1925 年考入国民党第七师马鸿逵部教导队,作战机智果敢,不足两年便跃升营长;并与该部政治处长刘志丹结识,初受无产阶级思想启迪。1927 年,转投冯玉祥国民革命军第二集团军参加北伐,屡建战功,晋升为团长。其时,队内共产党人活跃,受革命思想影响颇多。1930 年,军阀混战中,韩练成率部在豫东归德车站救援遇险蒋介石,被蒋誉为“白袍将军”。之后其受训于中央陆军军官学校和国防研究院,不久升任国民党军事委员会委员长侍从室参谋。抗日战争期间,有幸在重庆谒见周恩来同志,聆听教诲,深受感化,遂倾向革命,并与中共同志多有联系。1931 年,经白崇禧推荐,蒋介石同意,赴李宗仁部就任第四十六军副军长,后升任少将军长。反攻雷州半岛时,其率部歼敌一个连队,赢得“铁军”美誉。再任中国陆军海南受降司令官和国民党政府行政院特派海南区接收协调委员会主席期间, 不顾国民党严令,遵照周恩来指示,保护共产党琼崖组织和武装力量,释放琼崖纵队被俘人员;限制海南保安、警察团队扩编;防范军统特务活动,处决军统特务、汉奸詹松年,收缴詹部枪械。1946 年,迫于蒋介石打内战淫威,韩练成率国民党第四十六军参加进攻山东解放区之军事行动。部队途径上海,他秘密会见董必武,联络华东野战军。陈毅司令员遂派舒同、杨思德化装进入四十六军,帮助韩练成谋事。莱芜战役中,其配合华东野战军军事行动,里应外合,使国民党军 6 万余人全部被歼,俘敌前线总指挥李仙洲、七十三军军长韩浚等高级将领 10 余人。后他冒险经青岛、上海回到南京。1947 年 8 月,韩练成晋升中将,任国民政府参军处参军。1948 年 4 月,他离开参军处,出任甘肃陇南保安司令。1948 年 10 月,何应敏确切掌握了韩练成在莱芜战场“通共”的情报,意欲加害,幸得西北行辕主任张治中将军周旋,在地下党护送下取道香港、大连、天津,进入解放区,先后受到毛泽东、朱德、周恩来的接见。1950 年加入中国共产党。1955 年被授予中将军衔。历任中国人民解放军兰州市军事管制委员会副主任、西北军区副参谋长、兰州部队第一副司令员、训练总监部科学和条令部副部长、军事科学院战事研究部部长,甘肃省副省长,中华人民共和国国防委员会委员,中国人民政治协商会议第五届全国委员会常务委员等职。1965 年离休。1984 年 2 月 27 日,韩练成将军病逝于北京。

红色故事

西北农耕博物馆

西北农耕博物馆

西北农耕博物馆位于固原市原州区新区高平路市委党校北侧，占地20余亩，总投资3000多万元，建筑总面积4050平方米，其中主展馆面积3200平方米。西北农耕博物馆是以西北五省（区）唯一一家以农耕文化为展览内容的专业性博物馆。该馆以农耕生产工具演进、农作物品种进化为主线，综合运用传统艺术和现代科技相结合的陈展方式，全面展示西北地区农耕文化概况，科学彰显西北地区农业发展过程，劳动人民在干旱恶劣的自然环境中抗争拼搏、锲而不舍的奋斗精神以及推进农业发展进步的聪明智慧，是了解博大精深的中华农耕文化的宝库。展厅共分为原始社会农耕、先秦时期农耕、秦汉至隋唐时期农耕、宋元明清时期农耕、近现代农耕五大部分。2011年12月26日被评为第四批自治区爱国主义教育基地。

炎帝(神农氏)塑像

西北农耕博物馆

地址：位于固原市原州区新区高平路市委党校北侧

交通：可乘8路公交或乘出租车直达。

固原博物馆

固原博物馆

固原博物馆是一座以收藏民族历史文物为主的综合性省级博物馆，是国家文物局 1998 年确定的全国 70 个重点博物馆之一。1988 年 9 月正式对外开放，占地面积约 4 万余平方米，建筑面积 1.4 万平方米，馆中文物藏品总量约 1.2 万余件，经国家文物鉴定委员会确定的国宝及国家一级文物 123 件。藏品中以春秋战国时期北方系青铜器和北魏、北周、隋唐时期丝路文物最富特色。陈列展览由陈列大楼、钟亭、古墓复原馆、石刻四部分组成。陈列大楼的展览分为：基本陈列《固原历史文物展》和专题陈列《丝绸之路在

固原博物馆

地址：位于固原市原州区西城路 133 号。

电话：0954-2032653

交通：可步行或乘出租车直达。

固原》两部分。共陈列展品 1000 余件，整个展览凝聚了同原六千多年灿烂辉煌的历史。展览时间跨度大，内容博大精深，浩如烟海。展览以注重突出地方特色和民族特点为依据，再现了固原早期先民的历史和文化渊源。

云雾山草原

云雾山草原位于固原城东北 45 公里处，原州区官厅、寨科两乡交界处，绝大部分在寨科乡境内，北以堡子梁为界，南至官厅乡的老虎嘴和石头沟，东邻庄洼梁，西至河沙子，南北长 9 公

云雾山草原

地址：位于固原城东北 45 公里处，原州区官厅、寨科两乡交界处。
时间：8:00–18:00
门票：60 元
电话：0954–2032971
自驾：组团旅游可通过当地旅行社联系。

云雾山草原

里，东西宽 4.5 公里。云雾山主峰海拔 2128 米，山基由白云岩、红色砂砾组成，土壤为地灰褐土和淡黑垆土，生长草甸植被。1982 年，固原在云雾山建立了面积达 4000 公顷的草原自然保护区，1995 年被列为省（区）级自然保护区，这也是我国黄土高原建立的第一个草地类自然保护区。

须弥山石窟

须弥山石窟

须弥山石窟位于原州区境内，坐落在市城北 55 公里处六盘山支脉的寺口子河北麓的山峰上。山基以紫色砂岩，砂烁岩及页岩组成，海拔 2003 米，峰峦叠嶂，怪石嶙峋，山中流水，风景秀丽。是宁夏著名景区之一。须弥山石窟是丝绸之路上著名的佛教石窟寺，为中国十大著名石窟之一。它始建于北魏，西魏、北周、隋、唐、宋、明等

朝代继续营造修缮，长期以来是自长安西行之路上第一个规模最大的佛寺遗址，被誉为“宁夏敦煌”。须弥山作为佛教称谓和石窟的代名词，当推宋代。须弥山石窟初创于北魏孝文帝太和年间（477~499年），兴盛于北周和唐代，是古代丝绸之路沿线著名的佛教石窟之一，其开凿规模、造像风格、艺术成就可与大同云冈、洛阳龙门等大型石窟媲美。历经西魏、北周、隋唐续凿及宋元明清各代修葺经营，成为中国古代长安至关外之间规模最大的一处佛寺禅院，历时已有1500多年。1982年被国务院公布为全国重点文物保护单位。

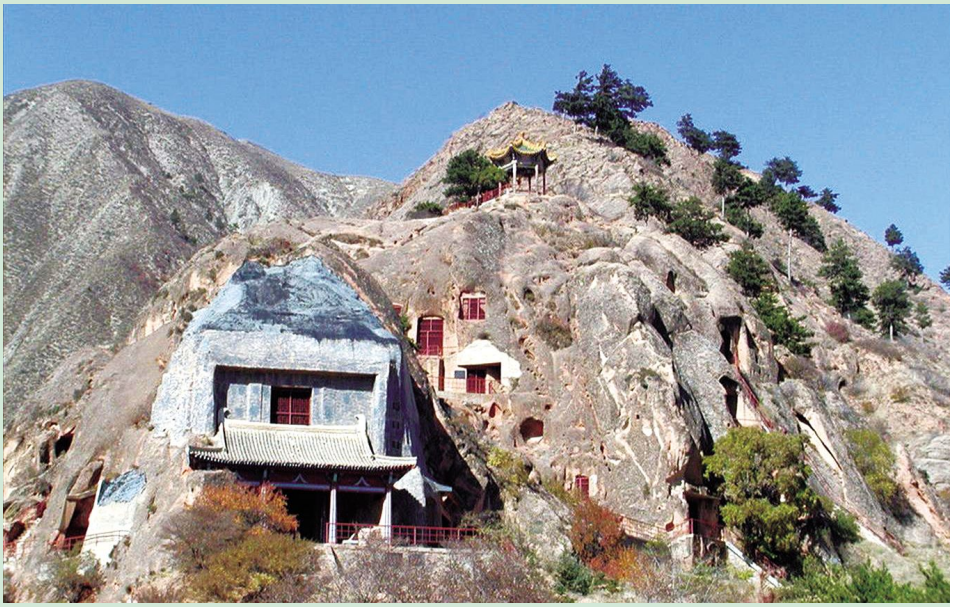
须弥山石窟

地址：位于原州区西北的须弥山东麓三营镇黄铎堡乡78号。从市区乘坐公交车到三营镇（行程1个多小时，车费约3.5元），在镇北的路口有车去须弥山（行程近1个小时，车费5元）。旅游淡季，从三营前往须弥山只能包车，包车价格为20元（面的）。

门票：60元

时间：08:00–18:00

电话：0954–2610325



须弥山石窟

萧关

萧关，是历史上的著名关隘，地处固原东南，是三关口以北、古瓦亭峡以南的一段险要峡谷，有泾水相伴。虽然关址在固原，但却是关系着国家安危的地方，所以又是全国性的关隘。自从秦汉史籍里载有“萧关”的名字以来，直到宋代，宋、夏战争的分界边关仍以萧关命名；到了民国年间，诗文里仍可不断见到萧关的影子，萧关依旧是一种历史的象征。

固原秦汉萧关

秦汉萧关所在的这段峡谷地，山势险峻，景色秀丽，山涧河水涌动着流人泾河。春天，瓦亭峡的山峦上野桃花盛开，天夭灼灼；入夏时节，这里的山峦早已被茂密的森林和灌木丛所掩映，郁郁葱葱；入冬时节，泾水凝固成一条白色的带子，山上为雪景所染，白茫茫一片，秋日里那经霜而变成各色样的山峦景象全被雪景取代；如若是遇到一场铺天盖地的大雪时，又是另一番北国雪原的景象。无论春夏秋冬，当你在萧关峡谷涧沿泾水而行时，总有一种清静绝妙的感觉。

萧关

地址：位于原州区东南三关口至瓦亭峡之间，银平公路由此通过

交通：自驾游可直达，组团旅游可通过当地旅行社联系。

东岳山

东岳山

东岳山位于固原城东 2.5 公里处。为原州区的一大景观。其岭古称铁神岭，上有玉皇、达摩、韦陀、如来诸殿和孟公生祠。南折有碧云洞，祀孙真人。下有石坊，题曰“宏开觉路”，又曰“引伸有籍”，其严势尊峻，遥而望之，如金钟悬钮，巍然卓然。该山树木森森，尤其秋来，月色横空，风景清朗，游人观之，心旷神怡。自从修造东岳大帝的神祠后，此山就改名为东岳山，成为固原的一座文化名山。根据历史记载和老年人的回忆，到清代末，这里已是“九台十八院，七十二座大殿”的宏大建筑群，闻名西北。多少年来，均为佛道两家常年活动的场所。现在，该山有自治区级重点文物保护单位—五龙碑，有道教活动的无量殿，子孙宫，东岳殿、玉皇楼、药王洞、灵宫殿、鲁班殿、财神殿、城隍

东岳山

地址：位于固原城东 2.5 公里处
交通：步行或乘出租车可直达

固原孔子文化馆

庙，有佛教活动的菩萨洞，北佛殿、南佛殿，有儒家活动的孔子纪念馆，有新修建的东岳山山门与固原古城东门遥遥相望。山上水通、路通（砂砾）、电通。已成为山城居民的主要休闲去处。

二十里铺拱北

固原市城南 20 里，平银公路的东侧，渡过清水河，在树木葱郁的幽雅环境中，依山势矗立着一座集中国传统建筑和伊斯兰建筑风格于一体的寺院，气势恢宏、古朴典雅、肃穆神密，这就是闻名国内的固原二十里铺拱北。

二十里铺拱北

二十里铺拱北自康熙十六年创建，因诸多或自然或人为的原因，多次被损毁又多次维修扩建，才得以达到了今日的辉煌规模。建筑格局及风格充分显示出了伊斯兰文化与中国传统文化融汇的强大凝聚力。一是中国传统建筑文化氛围融汇了伊斯兰建筑风格。二是充分显示了蕴含有伊斯兰文化的雕绘工艺。

二十里铺拱北

地址：位于市区城南 20 里，平银公路的东侧
交通：可乘出租车直达

地方风味名小吃

●手抓羊肉

瘦肉多，肉质嫩，易消化，无膻味，蛋白质丰富。

●烩羊杂碎

风味独特，喝一口鲜汤吃一口杂碎，不膻不腻，味道香醇浓郁。

●固原羊羔肉

细嫩鲜美，没有膻味。

●香酥鸡

特点是香酥脆嫩。

●荞麦饸饹

荞麦饸饹是当地风味小吃之一。清香爽口，风味独特。

●羊肉炒揪面片

吃起来面片筋韧，其味鲜香。

●水盆羊肉

吃起来肉质香嫩，高汤清爽，具有浓郁的山村气息和民族风味。

●蕨菜

生长在固原的“绿宝”蕨菜是宁夏著名特产和特色风味小吃。凉拌蕨菜，由于它芬芳郁香，清新味美，因而格外受人们的青睐。

航空资讯

航空：固原机场位于固原城区西北方向的中河乡高坡村附近，距市中心直线距离10公里，公路距离13公里。固原机场设计标准为4C级国内支线机场，项目投资3.87亿元，总建设用地面积2253亩。新建一条长2800米的跑道，机场设计年旅客吞吐量为12.2万人次，货邮吞吐量535吨，，可供波音737、空客320及其系列机型的安全起降，年起降量设计为2340架次。航站楼面积3000平方米，站坪面积按满足3架飞机（2架C类，1架B类）自滑进出设计；配套建设通信导航、供电、供水、供油、消防救援及辅助生产设施。

全国免费电话:400-889-8377

银川到固原飞机航班

航班号航空公司	起降时间	机型	班期	出发机场 / 航站楼 到达机场 / 航站楼
JR1520 幸福航空	15:15	MA6	12 3 4 5 6 7	银川河东机场 /T1
	16:15			固原六盘山机场 /T1

固原到银川飞机航班

航班号航空公司	起降时间	机型	班期	出发机场 / 航站楼 到达机场 / 航站楼
JR1519 幸福航空	20:05	MA6	12 3 4 5 6 7	固原六盘山机场 /T1
	21:05			银川河东机场 /T1

西安到固原飞机航班

航班号航空公司	起降时间	机型	班期	出发机场 / 航站楼 到达机场 / 航站楼
JR1519 幸福航空	18:20	MA6	12 3 4 5 6 7	西安咸阳国际机场 /T1
	19:30			固原六盘山机场 /T1

航班号航空公司	起降时间	机型	班期	出发机场 / 航站楼 到达机场 / 航站楼
JR1520 幸福航空	16:50	MA6	12 3 4 5 6 7	固原六盘山机场 /T1
	18:00			西安咸阳国际机场 /T1

幸福航空有特价机票，可随时查询预定。

铁路资讯

●铁路

固原火车站，站址在宁夏回族自治区固原市原州区城关镇。固原火车站离宝鸡站 294 公里，离中卫站 217 公里，隶属兰州铁路局固原车务段管辖。现为四等站。包兰铁路纵穿固原境内，铁路交通十分方便。有来自银川、西安、兰州、上海、成都、乌鲁木齐等地的列车经停固原火车站。此外，银川–平凉南、崇信–银川的列车经停彭阳火车站。在原州区乘坐 1 路汽车可到达固原火车站。

固原火车站出发的线路：固原到西安 固原到银川 固原到平凉南 固原到上海 固原到乌鲁木齐 固原到成都 固原到兰州固原到崇信 固原到广州。

电话：0954–3927222

地址：清河路与六盘山东路交叉口附近

公路资讯

●公路

固原汽车站是宁南山区的客运中心站。2008 年 10 月固原新汽车站开工建设，投资人民币 8000 万。新站位于固原市新区高速公路口以西，占地 151 亩，总建筑面积 3 万平方米。2009 年 12 月 16 日，固原汽车新站建成并投入试运营，2010 年 1 月 12 日，正式运营。

固原汽车站属国家一级汽车客运站，设计日均发送旅客 1 万人次。319 国道和 312 国道横穿固原境内，在固原汽车站有长途班车前往宁夏各大城市及固原各区县。固原汽车站地址：固原市原州区清河路，乘坐 1、2、3、4、5、6、16 等公交车均可到达。

固原汽车站咨询、订票电话：0954–2029355 团体票送票上门。固原——银川 固原汽车站 首班 7:50、平均每 50 分一班，末班 17:30 车。

出租车：出租车起步价 5 元，建议要求司机打表。由于固原市区面积较小，市内打的价格不会超过 5 元。

●公交车

固原有 1、3、5、6、8、9、11、12、16 路等 23 条公交线路，遍及城乡各地，乘坐方便。

酒店资讯

●华祺饭店

华祺饭店位于固原市政府街7号环境安逸舒适，交通快捷便利。饭店设有包括信息平台建设在内，档次、功能用途不同的客房140套，配备又多媒体传播和电子数控功能的现代化会议室和多功能厅。具有浓郁民族特色的华祺餐厅，装修豪华，可同时容纳千人就餐。该酒店暂无网络报价，参考报价：178元。

电话：0954-2042888

●永祥宾馆

永祥宾馆地处固原市区中心繁华地段，邻近固原新时代购物中心、商贸城，地理位置优越，交通便利，购物方便，环境安逸舒适。宾馆主体建筑13层，是目前固原集住宿、餐饮、娱乐为一体楼层最高的宾馆。参考价：160元。

订房电话：0954-2066666

订餐电话：0954-2066664

●固原驿家时尚商务酒店（兴源宾馆）

固原驿家时尚商务酒店是第一家在固原出现的时尚酒店。酒店位于固原市文化西街山城名邸8号。邻近固原市政府，出行位置交通便利。固原驿家时尚商务酒店拥有各类客房119间，客房均配有空调，壁挂电视，是固原首家采用实木地板铺设，豪华套房配有本地区独一无二的微循环健康水床垫，住宿条件温馨舒适，房间设计简单大方，是你出行不错的理想选择。

地址：固原市文化街88号

电话：0954-2022558

●六盘山宾馆

六盘山宾馆位于固原市中山街与文化街交汇处。南临憩园草坪，西连市人民会堂、汽车站，距火车站不足两公里。是固原最大的宾馆。有不同档次的客房200余套，均设有卫生间、闭路电视、程控电话。高中低档客房配备地毯、冰箱、空调等，24小时供应热水。豪华价廉、温馨舒适，适应不同层次的宾客，一次可容纳300余人。内设清真餐厅，菜鲜味美，突出地方风味，备有大型宴会厅两个，豪华雅座16套，一次性可容纳500人就餐。

地址：固原市中山街 77 号。

电话：0954-2023339

●电力宾馆

固原电力宾馆坐落于固原市人民街 219 号，是宁夏电力公司下属的一家具有现代化管理水平集清真餐饮、住宿、娱乐、健身、商务为一体的三星级旅游饭店。可同时容纳 400 人的餐饮大厅装修豪华精美，另有风格迥异的雅座 17 间，以地方民族风味为特点，兼汇南北各式可口菜肴。46 套备有宽带网络、空调的套房、标准间、豪华标准间的客房设施齐备，整洁舒适，洗衣、美容美发、棋牌、桌球等周边服务体贴温馨。KTV、舞厅格调高雅，影音设备先进，酒吧环境优美，聘有高级调酒师，可提供各种口味的冷、热饮品及花式鸡尾酒。大型多功能厅和中、小型会议室共 3 个，可同时接纳 400 人的会议、及娱乐活动。商务中心提供打字、复印、传真及购物服务。（房价 160~888 元/间）。

地址：固原市人民街 219 号；

电话：0954-2902478

●固原红宝宾馆

固原红宝宾馆座落于固原市中山北街，占地 3061.96 平方米，建筑面积约 9800 多平方米，是一座具有现代管理水平，集餐饮、客房、会议、娱乐为一体的高级豪华型涉外三星级宾馆。

地　　址：固原市中山北街231号

订房电话：0954-2066899

订餐电话：0954-2066888

●古雁山庄

古雁山庄位于固原市西北约 2 公里的古雁岭北侧，南邻固原市政府大楼和固原师范学院，西瞰中央大道，北接北新街清真大寺，东眺固原市全景。山庄占地 20000 平方米，建筑面积 6500 平方米。

电话：0954-2076898

●正祥国际饭店

正祥国际饭店隶属于宁夏固原正祥供热（集团）公司，位于固原市兴学路，投资总额 8000 万元，建筑面积 2.5 万平方米，主楼高 12 层（含地下室）。饭店以涉外四星级标准兴建，是一座集住宿、餐饮、健身、娱乐、购物为一体的现代化商务饭店。

●桃源宾馆

桃源宾馆是固原市一家私营独资企业，位于城区南关街自由市繁华地段，东迎原州商场；西接万方购物中心；北与商城相响应；背靠银平公路。位置非常优越；交通十分方便。

预订电话：0954-2033266

购物资讯

●固原新时代购物中心

固原新时代购物中心，坐落在固原市最繁华的文化东街，占地28亩，建筑面积36800平方米。交通便利，设计新颖、风格别致、功能齐全，是休闲、购物的最佳场所。

美食特产资讯

●香水梨

特点：冻香水梨如同佳酿，存愈久而味愈佳，堪称梨中奇品。秋天采摘，冬天已成冻梨。食用时，将其置于冷水之中浸泡半个小时左右，解冻后即可食用。香水梨营养价值丰富，长期食用则能清肺止咳、清胃泻火。

●鳟鱼

特点：肉质鲜美，产量较少，体长无刺，周身黑斑而泛红，营养价值更可与海参、燕窝、熊掌一较高下。

●荞麦

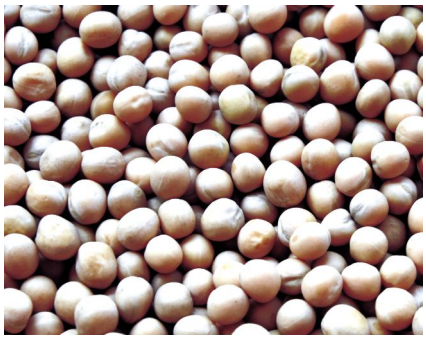
特点：固原寒冷的气候与贫瘠的土地为荞麦的生长提供了优良的条件，固原的荞麦品质优良，所做成的菜品色香味美。药用：荞麦富含多

种营养成分，尤其是特有的芦丁，对高血压和血管疾病等疾病有较好的防治效果。健胃、免疫、消炎、防癌变之功效使得荞麦成为了百姓饭桌上的“长寿食品”。

●燕麦

燕麦是固原县一特色粮食作物，也是绿色保健食品，可加工成燕麦粥、燕麦片、燕麦涝糟、燕麦酒曲等，其淀粉做的燕面糅糅深受当地广大居民的喜爱。

●银色珍珠白豌豆



用固原白豌豆精制的“龙粉”、“龙丝”、洁白如雪、性柔质韧、滑腻适口，可与绿豆粉媲美。而风味小吃豌豆凉粉、豆沙包子等，提起来也让人馋涎欲滴。

西吉县

红色旅游景点

单家集单南清真寺——红军长征纪念地

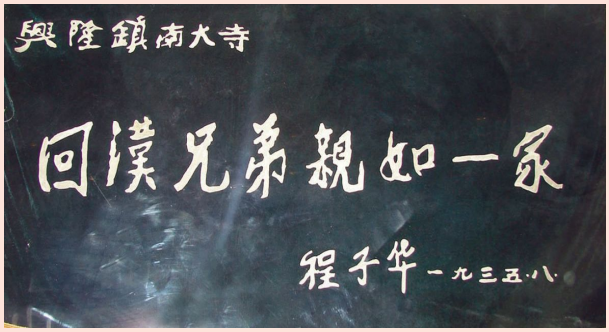
单家集，又名“单民”，位于六盘山麓、宁夏西吉县东南葫芦河与好水川交汇处，地处宁夏、甘肃两省区四县交界地带，是一个以回族为主的回汉杂居村。1935 年 5 月至 1936 年 10 月，中国工农红军曾三次路过并驻扎于此，以单南清真寺为中心，开展了一系列革命活动。

1935 年 8 月 15 日，为策应主力红军的北上行动，由军长程子华、政委吴焕先、副军长徐海东等率领的红二十五军 3000 多人，从陕西丰裕口出发，经过甘肃省两当、天水、秦安、通渭、静宁等县，进入今西吉县境。这是进入六盘山少数民族地区的第一支红军队伍，从 8 月 15 日进入西吉县，19 日离开泾源县，在固原市境内活动、驻军 5 天。红军在西吉县兴隆镇、单家集回民聚居区驻军休整 3 天。期间，广泛宣传贯彻党的民族政策，在回族聚居区，严格执行“三大禁条，四项注意”的民族工作条例，对回族群众秋毫无犯，和宗教上层人士建立了密切的关系，被当地群众盛赞为“仁义之师”。

1935 年 10 月 5 日，毛泽东、张闻天、王稼祥、博古等中共中央领导人率领的中国工农红军第一方面军（即中央红军）一、三军

团和中央领导机关分左右两路进入今固原市西吉县玉桥，到达单家集驻军。

傍晚，毛泽东等中央领导和红军部队来到单家集后，受到了广大回族群众的盛情欢迎和款待。毛泽东等中央领导一进村，就去参观单南清真寺，并拜访了阿訇，同他们共叙军民情谊，了解当地的风土人情，给阿訇和在场的回族群众讲解了中国共产党和红军尊重回族人民的风俗习惯，保护清真寺，保护回文经典，主张民族平等等政策。



在将台堡“三军会师”纪念馆里，珍藏着一块“回汉兄弟亲如一家”的锦匾，是红军第一次到达单家集时，红军首长程子华赠送给清真寺的，至今被完整地保存着，字迹依旧清晰。

1993 年，为纪念毛泽东主席诞辰 100 周年，缅怀一代伟人的

单家集红军长征纪念地——单家集清真寺全貌

丰功伟绩，单家集群众自发捐款修建了纪念碑。

占地 80 平方米，长方形的底座上耸立着四方棱台状的纪念碑，正中用汉、阿两种文字横刻“一代天骄，人民救星”8 个大字，碑文左上角横刻“纪念毛泽东诞辰 100 周年”，右下角横刻“单家集全体穆斯林敬立”。

2006 年重修后的单家集红军长征纪念碑

2006 年，在单家集被列入全国红色旅游景点之一后，兴隆镇人民政府在单家集修建民族团结广场，并在广场中央（原红军长征纪念碑址）重修单家集红军长征纪念碑，碑样更新，当年 7 月 18 日竣工，碑座正面刻有“人民救星　伟大领袖”字样，背面阴刻纪念碑碑文。

单家集陕义堂

1990 年陕义堂清真大寺被区、地、县列为“青少年爱国教育基地”，2005 年公布为自治区级文物保护单位和爱国主义教育基地。2006 年，单家集被列入红色旅游景点，经过改扩建的单家集已初具规模，清真寺前的民族团结广场中竖立的民族团结碑更加引人注目。2010 年又对毛主席故居进行了修缮，现单家集革命旧址成为西吉县的红色旅游景点之一。

1993 年，单家集群众自发捐建的纪念碑。2006 年为修建民族团结广场而拆除。

毛主席到单家集

1935 年 10 月初的一天，中央红军（即陕甘支队）从界石铺出发，黄昏时来到一个回民聚居的村子，是宁夏境内的公易镇，村头场院是用黄胶泥铺成的，光滑平整，周围有几个草垛。

这时，红军停了下来，主席说：“就在场院上休息，开饭吧！”吃罢饭，天就黑了。秋末的天气，这里没遮没盖，冷得很。通讯员问主席“主席，在这里露营吗？”“对”主席说，“你看，部队不是都在外边宿营吗？”红军正准备露营，从村里跑来一些回族群众，他们男的头戴白帽，女的头披黑巾，一个个面带笑容。领头的一个老大爷胸前飘着白胡子，问：“你们是红军吗？”“是的，我们是路过的红军。”大家回答。群众一听说是红军，顿时活跃起来了。那位老大爷拉着红军的手说：“红军回民是一家人，马上进村住，这地方夜里冷哪！”“谢谢老人家，我们不怕的！”老大爷执意不肯，其他群众也都围上来，一定要红军进村。并且说，他们早就准备好了。一进村可热闹了，这家抢，那家迎，又烧炕又做饭的。

第二天红军出发，过葫芦河，于当天下午两点左右到达单家集宿营。单家集是一个较大的村子，约四百户居民住在这里。他们像欢迎熟客一样地热情招呼红军。“你们怕不怕红军？”红军问一位老人。这时，几个年轻人凑过来抢着说：“不怕，你们是来过的客人了。”原来，8 月份红二十五军长征曾路过这里，他们模范执行党的民族政

策，给当地群众留下了深刻的印象。进村后，群众知道是从江西出发北上抗日的毛泽东、朱德的红军，更表现出了无限惊奇的神情。于是，男的、女的、老头儿、孩子们，甚至连老太婆也跑到驻地来了。

毛泽东一进村，就去清真寺拜访阿訇。阿訇是一位年纪很大的人，但显得很有精神。主席给他讲了红军的主张，说红军尊重回族人民的风俗习惯，保护清真寺，保护回文回教，主张民族平等。阿訇听了非常高兴，马上招呼回民们分别腾出一些房子给红军住，粮食也照市价卖给红军，并请主席在清真寺吃饭。主席道谢说："不打扰了！"便走出了清真寺。

当晚，主席住在清真寺北侧的一个回民家里。在单家集只过了一宿，第二天清晨继续行军。战士们照老规矩把借来的木板等如数还清，损坏了的按价赔偿，把屋子打扫得干干净净。部队离开村子时，回民们站在桌子旁边，鞠躬拱手为礼，摆放了许多茶水、糕点水果，有的老人还流着热泪，真是难分难舍。

主席不停地向回族群众挥手致意，表示感谢。红军刚刚离去，国民党部队的飞机就在单家集上空投弹 7 枚，毛主席住过的房子和陕义堂清真寺遭到轰炸，至今，陕义堂清真寺的北厢房仍留有弹片穿过的 20 多处弹痕。

红色故事

单家集毛泽东住宿旧址

地址：单家集单南清真寺——红军长征纪念地位于固原市西吉县兴隆镇单南村。

交通：游客可乘车到西吉县城南 35 公里，亦可先参观中国工农红军长征将台堡会师纪念碑，再从将台堡到单家集不到 20 公里的路程，可搭乘过路的班车前往。2～3 元的路费。

电话：0954-3022338 3018309 3012445

中国工农红军长征将台堡会师纪念碑

将台堡，位于宁夏西吉县城30公里处的葫芦河东岸，战国秦长城在这里向东转折。现残存的土堡东西长70米，南北宽68米，堡墙高10米，堡门建在正南面，其上镶嵌着薄一波题写的“将台堡”三个大字。

将台堡堡门（上世纪八十年代由薄一波题写堡名）

1936年夏，红一方面军东征胜利回师陕北后，中共中央作出了三大主力红军会合的战略决策。五月中旬将红一方面主力改编为西方野战军，由彭德怀任司令员兼政委挥师西征，迎接二、四方面军。7月初，红二、四方面军在甘孜会师后并肩北上挺进甘肃。9月中下旬至10月初，二个方面军相继同静宁、会宁和今西吉将台堡（时属隆德县）地区集结形成西（安）兰（州）大道南北呼应之势。10月9日红一、四方面军在甘肃会宁城会师，21日，红二方面军长征进入今宁夏西吉县境。当日，二方面军总指挥贺龙、政委任弼时、副政委关向应和随二方面军行动的原红军参谋长刘伯承在平峰镇与红一方面军一军团代理军团长左权、政委聂荣臻、政治部副主任邓小平等亲切会面。22日，红二方面军总指挥部及二军团与一军团二师在将台堡胜利会师。两军首长同会师部队万余人在将台堡东侧广场上举行了联欢。次日，二方面军六军团经公易镇，抵达兴隆镇

中国工农红军将台堡长征纪念碑

与红一军团一师会师。

至此，红军三大主力历经两年艰难困苦、浴血奋斗，终于全部胜利会师，结束了举世闻名的长征。

1996 年为纪念红军三大主力在将台堡胜利会师 60 周年，宁夏区党委和人民政府报请中共中央宣传部批准，在一、二方面军会师地宁夏西吉县将台堡修建中国工农红军长征将台堡会师纪念碑。

纪念碑坐西朝东，由基座、碑身、碑顶三部分构成，坐落在多级台阶的墩台上，高耸雄伟，基座东侧有 5000 平方米的纪念广场。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席江泽民题写碑名。“中国工农红军长征将台堡会师纪念碑”16 个金光闪闪的大字，被携刻在雕有 3 尊红军头像、象征着三大主力会师的巨型花岗岩纪念碑正面，纪念碑背面是中共西吉县委、政府撰写的碑文。碑高 22.8 米，碑身下部由代表中国革命胜利的“战略大转移、遵义大转折、强渡大渡河、过雪山草地、路过回民区、翻越六盘山、三军大会师、胜利到延安”8 组浮雕组成，再现红军长征

中国工农红军长征将台堡会师纪念碑

地址：中国工农红军长征将台堡会师纪念碑位于固原市西吉县将台堡

交通：游客可乘短途中巴直达 30 公里处的将台堡乡，车费 10 元。

门票：20 元

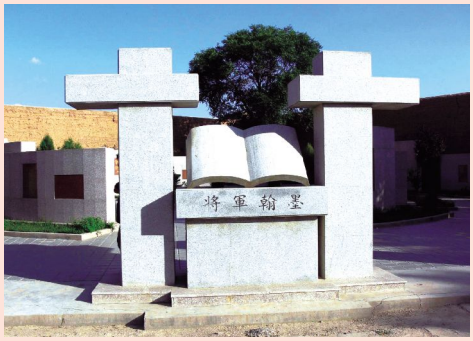
电话：0954-3022338 3018309 3012445

历史画卷，由书法家朱其善书写的碑文，铭志红军三大主力会师的千秋功业。高 8.4 米的碑座，砌有 60 个台阶，象征红军长征胜利 60 周年，三面台阶向中心汇集，呼拥碑身从古城堡中拔地而起，寓意深刻。碑的整体显得气势宏伟，高耸磅礴，它的修建，不仅记录了红军长征三大主力的最后一次会师，而且再现了波澜壮阔的宏伟历史，标志着红军长征的胜利结束。它昭告世人，先烈浩气，与日月同辉；长征精神，共江河永存。

将台堡三军会师纪念馆

2006 年 5 月初，西吉县委、政府对将台堡红军长征会师纪念碑进行了改扩建。新建成的将台堡纪念碑整体高 26.36 米，土堡内主要建有三军会师纪念馆、红军指挥部旧址、现代成就展室、饮水思源以及将军翰墨林等。纪念馆面积为 320 平方米，陈列三大红军主力长征时的图片和实物以及电子沙盘、雕塑、浮雕等。改扩建后的红军会师纪念园焕然一新。

2006 年改扩建后的中国工农红军将台堡长征纪念地全景



将军翰墨碑林

中国工农红军将台堡会师纪念碑于 2006 年 5 月被国务院公布为全国重点文物保护单位，全国 100 个经典红色旅游景区，全国爱国主义教育基地和宁夏红色旅游地之一。

红军长征兴隆镇会师纪念碑

红军长征兴隆镇会师纪念碑

红军长征兴隆镇会师纪念碑位于固原市西吉县兴隆镇。

1935 年 7 月，红二十五军在军长程子华、政委吴焕先、副军长徐海东率领下，从陕西子午镇出发，挺进甘肃。8 月 15 日，部队转战到宁夏西吉县兴隆镇、单家集一带休整。期间，红二十五军严格执行党的民族宗教政策，宣布了“三大禁条、四项注意”。回族

红军长征兴隆镇会师纪念碑

地址：红军长征兴隆会师纪念碑位于固原市西吉县兴隆镇

交通：游客可乘车到西吉县城南直达兴隆镇。

群众由衷地称红军为“仁义之师”。8 月 17 日，红 25 军离开时，当地回汉群众夹道欢送。

10 月 5 日，毛泽东率中国工农红军陕甘支队和中央机关途经兴隆镇、单家集一带，由于受先前红二十五军的影响，当中央红军到来时，受到当地回汉群众的热情欢迎。

1936 年 9 月 14 日，以彭德怀为司令员兼政委的西方野战军一军团在代军团长左权、政委聂荣臻的率领下来到兴隆镇、单家集一带开展群众工作，并在单家集建立了静宁县苏维埃政府。10 月 22 日，红二方面军总指挥部和红二军团在西吉县将台堡与红一军团领导及所部第二师会师。23 日，红二方面军六军团（军团长陈伯钧、政委王震）与红一军团一师（师长陈赓、政委杨勇）在兴隆镇会师。晚上，会师部队在兴隆镇西北河滩举行了联欢大会。

1996 年，为纪念红军长征胜利暨兴隆会师 60 周年，中共西吉县兴隆镇委员会、兴隆镇人民政府在会师地修建了红军长征兴隆会师纪念碑。2006 年 4 月被西吉县人民政府公布为西吉县文物保护单位。

红军长征兴隆镇会师遗址

平峰镇红军长征纪念亭

平峰镇红军长征纪念亭，位于西吉县平峰镇镇政府所在地的小堡子山上。居高临下，南临西静公路，北依平峰中学，西与镇政府相邻。

平峰镇位于黄土丘陵区，与甘肃静宁、会宁两县相壤，为战略要冲。1936 年 10 月 21 日，红二方面军总指挥贺龙、政委任弼时、副政委向应及随二方面军行动的原红军总参谋长刘伯承等到达平峰镇，与红一军方面一军团代军团长左权、政委聂荣臻、政治部副主任邓小平亲切会面，为实现将台堡会师奠定了基础，在红军长征史上留下了浓墨重彩的一笔。

1996 年为纪念中国工农红军长征胜利 60 周年，缅怀老一辈无

平峰镇红军长征纪念亭

平峰镇红军长征纪念亭碑文

产阶级革命家的丰功伟绩，于 10 月 20 日建成了平峰镇红军长征纪念亭。并命名为西吉县第二批青少年爱国主义教育基地，为县级文物保护单位。

平峰镇红军长征纪念亭

地址： 平峰镇红军长征纪念亭位于固原市西吉县平峰镇镇政府所在地的小堡子山上

交通： 从西吉县城到平峰镇 43 公里的路程，有专门发往平峰镇的客车，游客只需路费 15 元可直达。

门票： 免费

电话： 0954-3018309　3012445。

西吉县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

火石寨国家地质（森林）公园

火石寨国家地质(森林)公园

火石寨国家地质公园位于西吉县城北 15 公里的火石寨乡境内，东距固原须弥山景区 28 公里。景区面积 1.4 万公顷，自然风光奇特，属典型的“丹霞地貌”特征，奇峰、丹崖、金色的麦浪、五彩的田园风光构成五彩画卷。有“情鸟峰”、“棋盘梁”、“云台山”、“石寺山”、“大石城”、“禅佛寺”、“黑窑儿”、“板石窑”等 8 大景点；有历代开凿的石窟群 10 余处 120 多孔；有流传民间脍炙人口的故事、传说。“奇峰”、“丹石”、“森林”、“石窟”为景区“四绝”，是消夏避暑、生态观光、科学考察的良好场所。

火石寨国家地质(森林)公园

地址：位于西吉县城北 15 公里的火石寨乡境内

交通：有发往景区的公交汽车，也可租车前往，交通非常方便。

门票：40 元 / 人，景区配有专职讲解员，可使您对景区有更深的了解和认识。团队讲解费 50 元。

党家岔堰塞湖

党家岔堰塞湖位于西吉县城西南部，距县城 38 公里，在苏堡乡境内，是目前固原地区最大的地震堰塞湖。它尤如一颗璀璨的水晶珠，镶嵌在广袤的黄土高原上。

党家岔堰塞湖

1920 年 12 月，西海固发生了历史上罕见的 8.5 级地震，地处黄土丘陵区的党家岔村由于巨大的地下震动使其东西两面山体滑坡，堵塞沟谷，形成水堰，至今已 80 多年。

党家岔堰塞湖

地址：位于西吉县城西南部，距县城 38 公里，在苏堡乡境内

交通：游客可从西吉县城乘坐前往苏堡乡的班车直达。

党家岔堰塞湖原湖水面积约 80 平方公里。现有水面东西宽 600 米，南北长 3110 米，面积达 186.6 万平方米，平均水深约 12 米，总容积约 1600 万立方米。其水质苦咸，矿化度较高，既不能食用，也不能浇地。堰内生长鲫鱼、鲤鱼、草鱼等，最大的鱼在 10 公斤以上。堰边浅水处生长着大片人工栽种的芦苇。

党家岔堰塞湖

西吉古钱币博物馆

西吉古钱币博物馆

西吉县钱币博物馆始建于1996年，占地面积1100平方米，是国内第一座县级博物馆。馆藏钱币文物数量之多，品种之齐全居全国市、县级第一位，西吉县因此被誉为“华夏古钱币收藏第一县”。

西吉地处古丝绸之路东段北道要冲，自汉代以来，中西通商，游人频繁，作为商品交换的主要媒介物古钱币，分布尤为广泛和丰富，特别在北宋与西夏对峙的百余年间，宋王朝为抵御西夏的领土扩张，投入了巨大的人力、财力、物力，散落了大量的文物及古钱币。

西吉县钱币博物馆藏品达20万枚（件），陈列展品3500余枚

收藏于钱币博物馆内的汉代钱币（左）、清代钱币（上右）和宋代钱币（下右）

西吉古钱币博物馆

地址：位于县城中心

交通：游客可步行或坐出租车直达。

（件），分为“中国历代钱币系列”、“西吉出土窖藏系列”、“钱币专题分类”三大部分，钱币系列上迄商周贝币、战国刀币、共字圆环币，下讫中华人民共和国成立，历代相连，品类丰富。

西吉县钱币博物馆馆内除古钱币收藏展出外，还陈列了西吉历史文物、民族手工艺品、中国工农红军长征将台堡会师纪念展览有关物品等。馆内收藏的凤凰文化起源代表物、刻有凤凰图案的玉琮、西夏铜头盔、从麦加流至西吉的袖珍《古兰经》等均具有研究和考古价值。馆内收藏的几十位将军的墨宝更是进行爱国主义教育的好教材。

沙沟拱北

沙沟拱北在西吉县城东北部沙沟乡沙沟村西侧大山之下，三面环山。拱北内呈坡状，西高东低，草木茂盛，陵墓旁多立砖、石小碑。拱北东侧 50 米处有清真寺。

沙沟拱北

沙沟拱北始建于清代光绪年间，占地 300 多亩，有墓数千冢，多为穆斯林名人、哲士之墓。民国九年（1920 年）海原大地震时，哲赫忍耶门宦第七辈教主马元章罹难，初葬于此（后被迁葬于张家川黄化岗），故久为穆斯林朝拜之地。

沙沟拱北

地址：位于西吉县城东北部沙沟乡沙沟村

交通：游客可乘班车直达。

西吉县交通资讯

西吉县有309国道横跨东西，省道中静公路南北贯穿，与中宝铁路连为一体，东距固原市63公里，北距银川，西至兰州，南往西安，均在400公里以内。

旅游线路信息

从隆德进入西吉，旅游线路为：六盘山红军长征纪念馆——单家集革命遗址——将台堡红军会师纪念园——平峰镇红军长征革命遗址——钱币博物馆——火石寨国家地质(森林)公园——须弥山石窟。

从固原进入西吉，旅游线路为：须弥山石窟——西吉古钱币博物馆——党家岔震湖——平峰镇红军长征革命遗址——将台堡红军长征胜利会师纪念地——单家集革命遗址——六盘山红军长征纪念馆。

从会宁进入西吉，旅游线路为：党家岔震湖——平峰镇红军长征革命遗址——单家集革命遗址——将台堡红军长征胜利会师纪念地——西吉古钱币博物馆。

从甘肃静宁进入西吉，旅游线路为：单家集革命遗址——将台堡红军长征胜利会师纪念地——西吉古钱币博物馆——平峰镇红军长征革命遗址——党家岔震湖。

四个红色旅游景点，交通便利，景点周边有农家乐，住宿也方便，各个景点距离县城不远，方便吃住行游购娱。具体行程可与当地旅行社联系确定。

西吉县酒店资讯

●西吉大饭店

西吉县滨河路永清湖南畔

0954-3617888　3617999

●西吉吉祥宾馆

吉县政府街(检察院对面)

0954-3661666

●西吉吉利宾馆

西吉县中街(邮政局对面)

0954-3013777

●西吉滨河楼

西吉县滨河路(万人体育场南)

0954-3610777

●火石寨人家(农家乐)

火石寨景区

0954-3014107 3018309

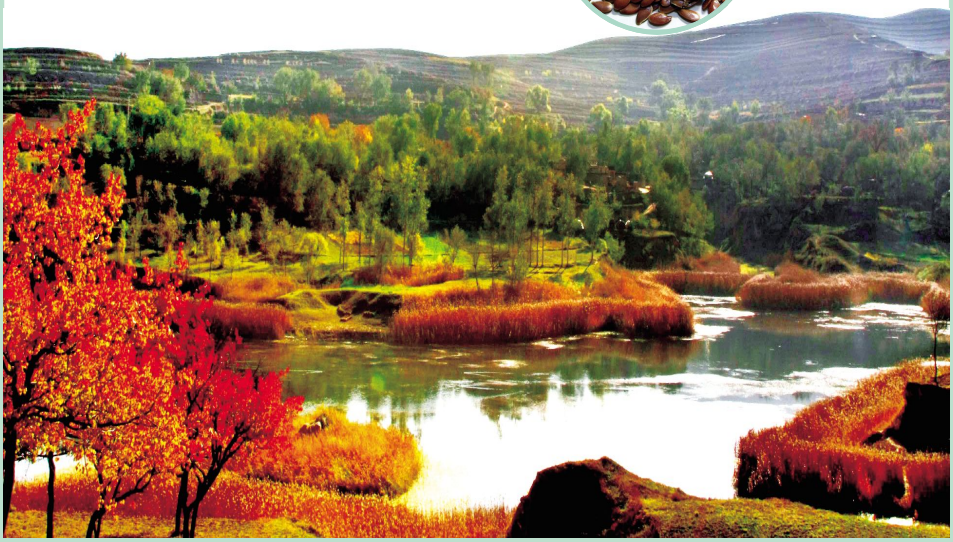
●靖远羊羔肉馆

县城西街(西街加油站旁)

13007953945

西吉县购物资讯

西吉县农副产品众多,主要有马铃薯、西芹、白豌豆、胡麻、芸芥(元元)等;西吉淀粉、粉丝、裘皮制品和荞麦保健方便面等产品闻名遐迩,成为全区乃至全国的名牌产品。伊玉牌粉丝1993年荣获“乌兰巴托国际博览会”金奖,傻傻牌荞麦保健方便面被中国美食家营养学会确认为推荐产品。



泾源县

红色旅游景点

泾源县老龙潭革命烈士纪念亭

老龙潭革命烈士纪念亭，位于泾源县著名风景区老龙潭。距泾源县城 20 公里，交通便利。

1946 年 8 月，为迎接在中原战场突围的王震部队顺利返回陕北，海固陇南武装工作大队在司令员马思义统一指挥下，沿六盘山

老龙潭革命烈士纪念亭

老龙潭风景

一线向陇南方向迅速出击，以牵制国民党军队。9 月 11 日拂晓，武装工作大队 300 余人在化平（今泾源）县南冶家、马家庄（龙潭村）一带被国民党军队 3000 余人包围。为掩护部队突围，庆阳军分区回民支队排长马智俭、司务长马玉德、班长马玉琪、战士米国仓迅速占领了南冶家后背山梁，居高临下，打退了敌人 3 次进攻，在弹尽危急时刻，他们奋不顾身冲进敌阵，夺得子弹一箱，继续激战直至壮烈牺牲。海固工委委员、电台台长魏志义同志腿部受重伤后，伏地以手枪阻击敌人，连毙数敌后献出了宝贵生命。

1992 年 7 月，为缅怀先烈，弘扬革命精神，在烈士墓旁建亭树碑，以彰千古。纪念亭依山而建，为六角形，上下部均为混凝土结构。上部分为两层，穹顶覆盖琉璃瓦。纪念亭内立一石碑，上圆下方，碑阳圆部刻有一红色五角星，下部刻有“龙潭烈士纪念碑”七个大字。碑阴可有碑文。烈士墓

老龙潭革命烈士纪念亭

地址：位于泾源县著名景区老龙潭 20 公里

交通：暂无直达景区公交，游客可在县城搭乘出租车前往，或自驾车到达。泾源县城——泾河源镇——老龙潭景区。

龙潭烈士纪念碑正面

龙潭烈士纪念碑背面

在纪念亭北 10 米处，掩映在翠柏苍松中。

老龙潭景区被国家列为 100 个经典红色旅游景点之一。1995 年 10 月被宁夏回族自治区文明委确定为自治区革命教育基地。2010 年 2 月被泾源县人民政府公布为泾源县文物保护单位，2010 年被宁夏回族自治区党委宣传部命名为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。

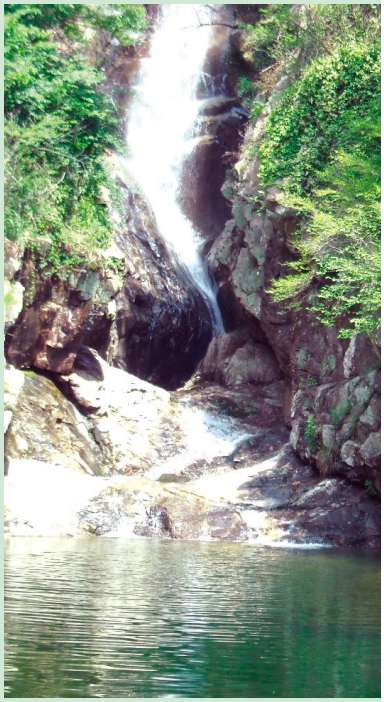
老龙潭风景

泾源县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

老龙潭景区

泾源县老龙潭景区位于泾源县城东南 22 公里处，是泾河发源地，俗称“泾河脑”，因传说泾河老龙居于潭中而得名。景区内山高峡深，山青水秀。潭边松径幽雅，竹林萧萧，流水潺潺，两侧悬崖怪石嶙峋，石缝间泉水渗出。高大挺拔的松柏、花木俏立于



老龙潭景区

岩石峭壁之上，山雀啼鸣于万紫千红之中，山谷蜿蜒于高山峻岭之间，潭水平静出奇，阳光投射，雾气飘逸，景色瑰丽迷人。山、水、林、石景色秀丽，情景交融。老龙潭景区传说众多，被誉为“神话世界”。老龙潭景观险要，风光迷人，是一个集探险、观光、休闲、进行革命历史教育于一体的旅游景区。

老龙潭景区

交通：因无直达景区公交，游客可在县城搭乘出租车前往，或自驾车到达，自驾车线路：泾源县城——泾河源镇——老龙潭景区（22 公里）。

门票：60 元 / 人

提示：泾源气候适宜，气候区域属温带半湿润区，为森林类型气候，呈现出“春寒、夏凉、秋短、冬长”的特点。年均气温 6.9℃，日照时数 2370 小时，无霜期 141 天，年均降水量为 641.5 毫米。每年 8~9 月份多降雨，昼夜温差较大。

野荷谷

野荷谷位于固原市泾源县城西 8 公里处，是一条南北走向的峡谷，因峡内长满“大黄橐吾”，又被人称为荷花苑。

野荷谷

谷地野荷遍布河床，叶片如盖，清澈的河水掩映于荷叶之中，有江南水乡之神韵，北岸峭壁参天，华山松布满石崖，有西岳华山之险峻，南岸天然树种丰富丰富，有原始森林的韵味。野荷谷沟长 10 公里，宽 10 多米长。两岸奇峰对峙欲合，松林层层，竹木萧萧，遮天蔽日，形成一道天然绿色长廊。

野荷谷

交通：高速公路兰州—白银—固原—泾源，或者走 312 国道兰州——定西——隆德——泾源；经藏高速——银川——固原——泾源县再从泾源县城出发向西行车 5 公里左右便可到达野河谷景区，租车费在 10 元左右。到景区之后有电瓶车接送，往返 10 元 / 人。可以徒步游览，全程大约 2 小时。组团可与当地旅行社联系。

门票：30 元 / 人

电话：0954-5648319

胭脂峡

胭脂峡

胭脂峡

地址：胭脂峡位于泾源县东 10 公里处，在泾源县城沿平（凉）泾（源）公路顺黄花乡羊槽村由西而行到东面的山麓。

交通：游客可在县城搭乘出租车前往，或自驾车到达，组团可与当地旅行社联系。

门票：25 元 / 人

电话：0954-5013660　5013018

胭脂峡位于泾源县城东北黄花乡羊槽村的东侧，东临崆峒山，西接六盘山，南与老龙潭相望，峡谷全长 45 公里，以天上仙女下凡在河水中洗脸，脸上的胭脂染红了河水而得名。胭脂峡东险西奇，南秀北绝，在大自然艺术大师的神功鬼斧下，奇峰怪石竞相崛起，各具神姿妙态，栩栩如生。胭脂峡主要以“怪石”、“悬崖”、“瀑布”为景观看点。

凉殿峡

凉殿峡位于县城西南 23 公里处，又名良天峡，居六盘山腹地，是著名的风景名胜地，这里山大峡深，地形险要，气候凉爽湿润，风景幽美。在群山挟持下有一道长达 10 余公里的峡谷，清澈见底的泾河水穿峡而出。两壁奇峰怪石千姿百态，山下有纵横交错的涓涓细流。峡谷内林荫葱郁，泉水叮咚，鸟鸣清脆。中部东侧一块约 2000 平方米的平台，称为点将台，四周林木茂密，幽雅清静，风光旎旖，景致迷人。

凉殿峡

凉殿峡

地址：位于县城西南 23 公里处

交通：因无直达景区公交，游客可在县城搭乘出租车前往，或自驾车到达。

凉殿峡谷

泾源县特色小吃

距离景区 2 公里的泾源县冶家村有农家乐可供用餐和住宿，价格 300~500 元/桌，农家土菜主要有洋芋饼、搅团、碎馍儿、荞面馀儿等。如果返回泾源县城，还可以到旅游宾馆餐厅、世鑫源饭庄、龙港食府等大型餐馆。

●回民十大碗

这十大碗筵席有烩九子、烩夹板、烩肚丝、烩羊肉、烩假莲子、烩苹果、烩狗牙豆腐、红炖牛肉、烩酥肉、酿饭。虽是大众菜肴，但各有各的味道。

●牛杂汤

用牛筋、牛肚、牛腩、牛腱、牛骨，加入老姜丝、葱段、酱油、桂皮等调好味，再用小火煨 100 分钟左右，起锅挑掉牛骨、桂皮、葱结等淋上少许葱油即可。

●牛腩炖柿子

将牛腩、西红柿、葫萝卜、黄酒、精盐、鸡精、葱、姜用油炒热炒，入高压锅煮 15 至 21 分钟。

此外还有特色美食泾源蒸鸡、洋芋卷卷、洋芋懒糕等食品。

泾源县酒店资讯

●泾源宾馆

位于泾源县龙潭中街，拥有各类床位 53 个，设有豪华套间、甲类标间、乙类标间。宾馆建设美观、环境优美、交通便利。客房布置得体，设施齐全。

●冶家村农家乐

位于泾源县城 15 公里，是通往老龙潭、凉殿峡、二龙河、鬼门关等六盘山重点景区的必经之地。全村目前有 40 余家农家乐经营户，住宿价格 30 元左右/人。主要以绿色农家菜为主。

泾源县购物资讯

无大型购物中心，但有土特产泾源牛肉、刺五加、蕨菜、土蜂蜜、野党参、松子、地蕉茶（一品香）以及水秀石盆景、假山、根雕旅游产品。

六盘山国家森林公园

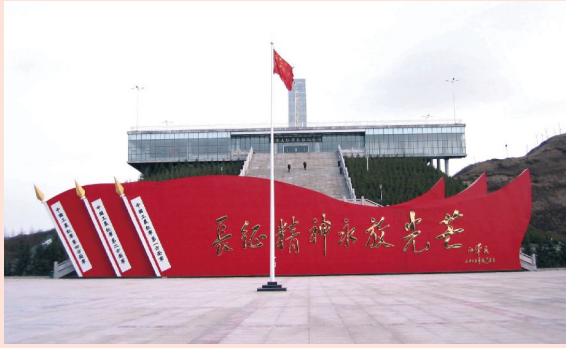
红色旅游景点

六盘山国家森林公园位于西安、银川、兰州市所形成的三角中心地带，地处宁夏南部，横跨宁夏泾源、隆德、原州区两县一区，总面积 6.78 万公顷，主峰米缸山海拔 2942 米。森林覆盖率达 80% 以上，年平均气温 5.8℃，年降水量 676mm，年平均相对湿度 60~70%，是西北重要的水源涵养林基地。这里是中原农耕文化和北方游牧文化的结合部，是古丝绸之路东段北道必经之地，也是历代兵家必争的军事要塞。

六盘山红军长征纪念馆

六盘山红军长征纪念园位于宁夏回族自治区固原市泾源县六盘山镇。

1934 年中国工农红军为挽救民族危亡，北上抗日，举行了震惊中外的二万五千里长征。红一方面军在毛泽东、周恩来、张闻天等率领下，经过艰苦卓绝的斗争，战胜了千难万险，于 1935 年 10 月 5 日抵达今宁夏西吉县境内。7 日经过隆德，翻越红军长征中的最后一座高山——六盘山。时值仲秋，云淡天高，毛泽东目穷千里，心潮逐浪，诗兴顿发，吟诵《长征谣》一首。到陕北后，于12 月的一天，在瓦窑堡书写了《清平乐·六盘山》一词，留下了“不到长城非好汉”的千古名句。是年 8 月 18 日，红 25 军由杨家店越六盘山。1936 年 10 月红二、四方面军亦先后路经六盘山地区。



纪念广场及影壁墙(三面红旗)

六盘山红军长征纪念馆

地址： 宁夏回族自治区固原市六盘山

时间： 9:00–17:00;每周一闭馆维护

交通： 从固原市隆德县城坐出租车半个小时后可抵达。

电话： 0954–6568096
接待电话 0954–5621878

门票： 50 元 / 人;导游服务:展厅讲解费 100 元 / 次；展厅导讲器 20 元 / 台 / 次

网址： http://guyuan.cncn.com

1986 年，为纪念红军三大主力长征胜利 50 周年，经中共宁夏回族自治区委员会和自治区人民政府批准，在六盘山上修建了红

军长征纪念亭。亭阁为中国传统飞檐式琉璃瓦结构，正面亭沿下的栏柱中镶嵌着一块长 1.5 米、宽 0.5 米的大理石匾，上面镌刻着时任中共中央总书记胡耀邦题写的“长征纪念亭”5 个金字。

1995 年 10 月，纪念亭被中宣部、团中央命名为“全国青少年教育基地”。

2005 年 9 月，为隆重纪念中国工农红军长征翻越六盘山 70 周年这一伟大历史事件，真正把六盘山建成一所向广大党员干部群众和青少年进行革命传统教育和爱国主义教育的基地，促进宁夏红色旅游业的发展，激励更多的人们继承和发扬长征精神，建设繁荣美好的新宁夏，自治区党委、政府决定对原六盘山纪念亭进行改扩建，建设六盘山红军长征纪念馆，原纪念亭移到纪念馆北面山顶。新落成的六盘山红军长征纪念馆，由纪念馆、纪念碑、纪念广场（含三面红旗影壁墙、铜铸红军群雕）、纪念亭、吟诗台构成，占地面积 20000 平方米。其中纪念馆占地 2100 平方米，设有四个展厅，展示了红军长征中的上百

六盘山红军长征纪念馆纪念碑

铜铸群雕——红军翻越六盘山

铜铸群雕——回汉人民迎红军

件遗物及图片。纪念碑在纪念馆顶部平台上，为钢架结构玻璃幕墙，其两侧分别书刻毛泽东《清平乐·六盘山》和《七律·长征》诗词各一首，其正面为时任中共中央总书记、国家主席、中央军委主席江泽民题写的“六盘山红军长征纪念碑”碑名。纪念馆整体造型别致、庄严肃穆、气势恢宏。江泽民题写的“长征精神永放光芒”八个金光闪闪的大字，镶嵌在纪念馆前三面红旗影壁墙上。

1995 年 10 月被中宣部、团中央命名为全国青少年教育基地。2005 年 11 月被中宣部命名为全国爱国主义教育基地；2007 年被国家旅游局评为 4A 级旅游景区；2009 年 9 月被国家国防教育办公室确定为国家国防教育示范基地；2010 年被中纪委命名为党风廉政建设教育基地。

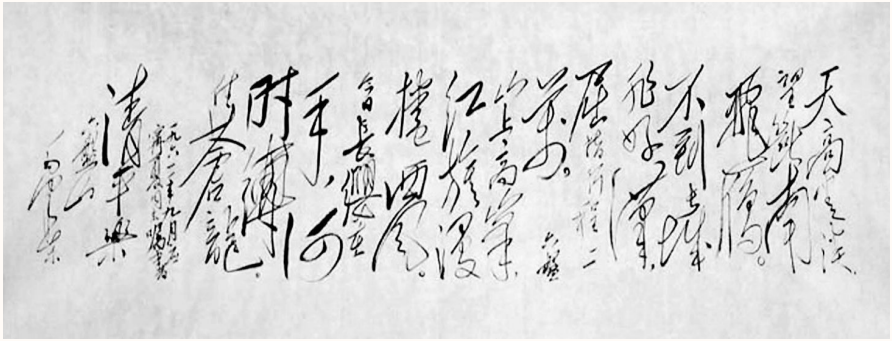
六盘山红军长征纪念馆全景

从《长征谣》到《清平乐·六盘山》

1935 年 10 月 7 日，毛泽东、张闻天、王稼祥等中央领导同志向东南绕隆德县境，沿小水沟登上六盘山。毛泽东在六盘山主峰之一的牛盘山顶饱览六盘逶迤雄姿，坐在一块石头上，深情地对张闻天等同志说："这里可观三省，快到陕北了"。休息片刻又说："你们看，现在天高云淡，红旗漫卷，大雁南飞，景色多美好啊！"想到红军北上即将到达目的地，毛泽东心旷神怡，精神振奋；又联想红军走过的艰难历程，展望革命前景，感慨万千，诗兴勃发，吟出了《长征谣》："天高云淡，望断南归雁，不到长城非好汉！同志们，屈指行程已二万！同志们，屈指行程已二万！六盘山呀山高峰，赤旗漫卷西风。今日得着长缨，同志们，何时缚住苍龙？同志们，何时缚住苍龙？"这便是后来传诵、气壮山河的《清平乐·六盘山》一词的雏形。到陕北后，毛泽东于 12 月在瓦窑堡留下了《清平乐·六盘山》的壮丽词章。

《长征谣》曾在我军内部流传，还刊登在 1942 年 8 月 1 日《淮海报》的副刊上。1949 年 8 月 1 日，上海《解放日报》公开发表了这篇由毛泽东作过删改的诗词，使用的词牌便是《清平乐》，内容便是今天人们所读到的："天高云淡，望断南飞雁。不到长城非好汉，屈指行程二万。六盘山上高峰，红旗漫卷西风。今日长缨在手，何时

吟诗台



1961 年 9 月毛主席应宁夏同志嘱书《清平乐·六盘山》

缚住苍龙。”

1959 年，北京人民大会堂落成后，大会堂管理局给全国各省、直辖市、自治区在此都安排了会议厅，要求各自进行布置。当时许多同志提出，宁夏厅应首先悬挂毛泽东于 1935 年 10 月 7 日率领中国工农红军翻越长征途中最后一座大山——六盘山时，所作的光辉词篇《清平乐·六盘山》，最好请毛泽东主席亲笔书写，则更有意义，她将会激励着我们永远前进。

这事确定后，黑伯理（时任自治区人民委员会秘书长）通过与董必武联系，1961 年在江西庐山召开的中央工作会议期间，毛泽东在 9 月 8 日利用会议之余，手书了《清平乐·六盘山》这首脍炙人口、享誉中外的词作。落款是“一九六一年九月应宁夏同志嘱书，清平乐六盘山，毛泽东”。在这一手迹中，毛泽东又将“旄头漫卷西风”改为“红旗漫卷西风”。9 月 8 日，毛泽东派人将这一手迹送到董必武处，并致信说：“必武同志，遵嘱写六盘山一词，如以为可用，请转付宁夏同志。如不可用，可以再写。”这篇手迹，倾注了毛泽东主席对宁夏人民的关怀和支持，同时也成了他永远留给宁夏人民的珍品。随之，《宁夏日报》于 9 月 30 日头版套红刊发了毛主席这首作品的手书墨迹，并配发了《不到长城非好汉》的社论。然后由工艺人员将此放大，精心地镌刻在长 3 米、宽 1 米的贺兰石板上，悬挂在北京人民大会堂的宁夏厅。六盘山亦由此而驰名中外。自此后，几经复制印刷成条幅，悬挂在区内许多亭（厅）堂馆舍和机关办公室，或群众家中的堂屋里，同时也广见于很多报刊杂志、图片和书籍里。无论在哪里，只要看到毛主席这首为宁夏人民亲笔书写的作品，无不感到格外亲切自豪，给人以极大鼓舞。

红色故事

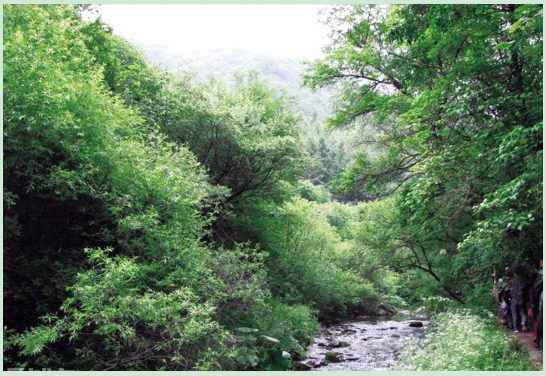
六盘山国家森林公园红色旅游

景点链接

JINGDIANLIANJIE

小南川景区

小南川是六盘山的王牌景区，也是泾河的主源头之一。由古树潭、相思水、桦树弯、红桦林、飞流直下、龙女出浴等诸多景点组成。流泉飞瀑，素有“小九寨”美誉。



小南川景区

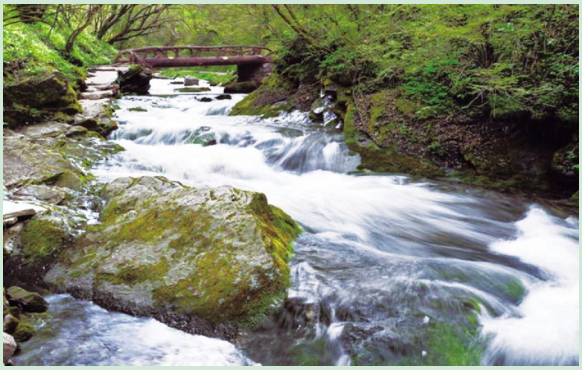
生态植物园

生态植物园

生态植物园地处海拔 1900~2590 米之间的龙泉谷内，集六盘山植物物种之大成。以森林生态旅游、科普教育、植物保护、科研教学的需求为目的，遵循植物生态原则，由春色苑、

秋怡园、佳木园等 24 个园区组成。共配置植物 83 科 219 属 436 种，形成了一个体现中国花卉、文化、中草药文化、森林生态文化为主题的特色区域景观。

二龙河鬼门关景区



二龙河鬼门关景区

二龙河是泾河的主源头，峡谷全长 20 公里，是六盘山自然保护区的核心区，也是野生动物和野生植物最丰富的地区。区内有保存完好的原始森林，奇峰连绵、山碧水急，由桂花崖、菊花涧、小鬼把门、镇鬼塔、跌水潭、九阶水、蘑菇石等景点组成。

二龙河，传说老龙王盘踞龙潭时，派他的两个儿子在这里的河边安营扎寨、镇扼咽喉，故名二龙河。两侧奇峰幽谷，间有松林华盖，绿草如茵，鸟语花香，流水潺潺。二龙河鬼门关景区是科考探险线路，没有景区专业导游向导，不允许进入。

六盘山森林公园旅游项目包括：

小南川、植物园和二龙河。门票 65 元预定价 60 元，野荷谷另收门票 32 元。

门票说明：

①儿童身高 1.2 米以下免票，1.2 米以上儿童持学生证半价 25 元 / 人 。

②老年 60 岁以上购半票 25 元 / 人，65 岁以上免票。

③景区观光车费 30 元 / 人往返（必购）。

六盘山森林公园开放时间：7：00–18：00

地址：宁夏固原市泾源县泾河源镇　**预订热线：**0954–5648220

交通信息

六盘山红军长征纪念馆：

由银川、西安出发——福银高速六盘山出口——312 国道（向西）——六盘山隧道——景区入口。

由兰州出发——高速毛家庄出口——312 国道（向东）——隆德县城——景区入口。

六盘山旅游公交专线：隆德县城古柳公园——景区入口。

景区内交通：

隆德县杨家店停车场/农家乐——检票口摆渡车：免费；停车场/检票口——纪念广场游巴：往返 30 元/人，上山单程 20 元/人，下山单程 10 元/人。

六盘山森林公园：

由银川出发——青银高速公路——从磁窑堡——进入国道 307——银古高速——黄河西路——京藏高速——福银高速——S101 右转行驶 5.3 公里——达终点。

由兰州出发——高速毛家庄出口——312 国道（向东）——隆德县城——六盘山隧道——福银高速—S101 右转行驶 5.3 公里—达终点。

由固原出发福银高速—S101 右转行驶 5.3 公里—达终点。

个体游客可从泾源县城包车前往，费用大致在 160 元左右。

旅游线路

六盘山红军长征纪念馆旅游项目包括：

红军小道：从景区入口达纪念广场，全长 25000 米，模拟复原红二十五军翻越路径，于密林、灌丛、溪涧、草滩、乱石、陡崖、谷壑之间逶迤穿行，沿途有介绍红军长征重要隘口、战斗地微缩景观小品。

纪念广场：全国最大的高山广场，面积 10000 平方米。北入口有高 5 米、总长 16 米表现“红军翻越六盘山”、“回汉群众欢迎红军”两组主题群雕。南端为高 12 米、宽 60 米的“三面红旗”造型影壁墙，镌刻“长征精神永放光芒”（江泽民题）。天高云淡，雕塑豪气干云，红旗气势恢宏。

长征纪念亭：位于北峰之上，明

式四方亭造型，复台式基座，两重围栏，基阔 16 米；红漆亭柱，彩绘重檐，琉璃顶脊，亭高 8.5 米。胡耀邦题写亭名，亭中置碑，记宁夏回族自治区扩建事。亭北小道通峰顶吟诗台。亭台之上，凭高远眺，可观云海、看日出、缅伟人、吟词章。

史实陈列：纪念馆常设《长征·丰碑永存》主题展览，展览运用场景复原、雕塑、油画等艺术化手段和模拟成像、光电再现等多媒体技术，展出景观 7 组、历史图片 260 幅、珍贵文物 110 件，艺术再现了中国工农红军长征历史，突出介绍了红军经过固原的历程。

多功能厅：平时循环播放有关纪录片（遇临展停播）；开办临时专题展览（部分收费）；为团体观众开展长征历史知识讲座、国防教育讲座、形势教育讲座、廉政警示教育讲座（需预约）

地址：宁夏隆德县城关镇杨家店纪念馆接待中心（756300）

旅游客服电话：0954-6516800（传真），客服 QQ：1556386712 。

温馨提示：六盘山红军长征纪念馆展厅开放时间：9:00—17:00 ；六盘山红军长征纪念馆常设展每周一闭馆维护。

餐饮住宿信息

六盘山红军长征纪念馆：隆德县杨家店红军村农家风情区 3 号院、4 号院为美食庄，供应农家宴、旅游餐和风味小吃，可供 200 人同时就餐。

景区住宿：杨家店红军村农家风情区 5–13 号院共设有客房 90 间。

六盘山森林公园：距离景区 2 公里的泾源县冶家村有农家乐可供用餐和住宿，价格 300~500 元/桌，住宿价格 30 元左右/人。农家土菜主要有洋芋饼、搅团、碎馍儿、荞面馀儿等。如果返回泾源县城，还可以到旅游宾馆餐厅、世鑫源饭庄、龙港食府等大型餐馆就餐。在泾源县宾馆、旅游宾馆住宿。

购物信息

可参见泾源县、隆德县购物信息。

隆德县

红色旅游景点

红二十五军军部驻地——好水中学遗址

1935 年，红二十五军为配合中央红军长征，于 7 月 15 日进入隆德县兴隆镇（今西吉）一带休整，并派出便衣来隆德县城侦察。8 月 17 日，红二十五军大部队从兴隆镇、单家集出发，沿好水川东进，经贺家堡子、姚杜家、上马家嘴、毛李家、杨家河、串河、牛家河、王三道进入红土路村。另一部策应部队从贺家堡子附近的陈田玉村上山，经李哈拉、彭家阳洼到神林阎家庄子，再经沙塘铺向隆德县运动，并警戒西兰公路。当天 12 时许，一部分红军在北象山与敌接火。红军以一个排兵力冲锋，国民党军队听到枪声即溃逃入城。红军占据北象山，架起机枪掩护部队从北墙攻城。红军占领

红二十五军军部驻地——好水中学遗址

县城后，打开粮仓，救济贫苦农民。当天，红军为提防东西夹击，黄昏时将县城部队撤回红土路村。深夜 1 时许，先遣部队从红土路出发经张银、水磨、蔡家湾、杨家店，翻六盘山，大部队于晨 6 时在好水伏龙寺集结（伏龙寺就是现在红二十五军军部驻地——好水中学遗址）。

好水中学遗址

地址： 红二十五军军部遗址位于红星村西边好水中学院内

交通： 游客可从隆德县城出发，沿城北隆德——张易公路北行 7 公里，即可到达隆德好水乡政府驻地——红星村。自驾游可从隆德县城或西吉火石寨出发一直沿隆张公路向南行驶抵达好水乡。

中央红军翻越六盘山古道——小水沟遗址

1935 年 10 月 5 日，毛泽东、张闻天、王稼祥、博古等中共中央领导人，率领中央红军进入西吉县境内。6 日红军从驻地出发向六盘山挺进，毛泽东等中央领导抄小路于当天在固原县张易堡附近的毛庄宿营。10 月 7 日凌晨，红军大部队经王套、后莲花沟向六盘山急进。毛泽东等从毛庄出发，向东南入隆德县境，转进了山沟，沿小水沟登上六盘山。随后，中央红军在固原青石嘴突

小水沟遗址

破六盘山封锁线，从挂马沟沿着乃河进入固原东山。10 月 19 日到达陕西吴起镇，与红十五军团会师，胜利结束了二万五千里长征。隆德县六盘山下小水沟是当年毛主席和中央红军翻越六盘山主要通道。小水沟位于隆德县观庄乡姚套村东面六盘山西坡的一条东西走向的夹沟，沿沟口向东至六盘山顶主沟道长度有 2 公里、面积 2 平方公里。小水沟气候凉爽湿润，植被茂盛，郁郁葱葱。1935 年 10 月，毛泽东主席率领中国工农红军第一方面军是从小水沟翻越六盘山，它是中国工农红军到达长征的必经之地。

中央红军翻越六盘山古道——小水沟遗址

中央红军翻越六盘山古道——小水沟遗址

交通： 游客可从隆德县城出发，沿“312”国道东行约 3 公里，可抵达六盘山下杨家店村。村前有六盘山长征纪念景区，游客接待中心，村东有游客步行通道，乘车辆或步行即可达山顶红军长征纪念馆景区，了解中国工农红军万里长征概况及在六盘山地区活动的情况。

红军西征到隆德驻地遗址——温堡杜川村

1936 年 5 月，中共中央为了巩固和扩大陕甘革命根据地，迎接红二、四方面军北上，决定以彭德怀为司令兼政委，组成西方野战军，分左右两路从延川出发，向西挺进。6 月底部队进到固原、海原地区，就地整训。8 月底，左权、聂荣臻率领红一军团主力从固原黑城、七营等地出发南下，向西兰公路进逼，以策应二、四方面军北上行动。10 月 16 日，红一军团一部从单家集一带去隆德、静宁、庄浪三县交界处的杜家川（现属隆德县温堡乡）一带迎接红二方面军北上。当天与红二方面一部在此会合。之后部分经静宁去会宁，小部分（约两个排）于 17 日凌晨从杜家川出发，途径陈家沟、邹家河、王家湾、齐家岔、高家庄、李太平、张时家、至黄昏时分到达王恒儿、剡家坪一带，在王敬亭、剡子孝、妥明兴三家堡子吃饭休息。夜半时分，国民党马鸿宾部的一个连，向红军发起进攻，红军进行还击之后，立即撤出向兴隆镇转移。

10 月 22 日，红二方面军总指挥贺龙、政委任弼时等到达将台堡与红一军团主力会帅。23 日，红二方面军六军到达兴隆镇、单家集一带，与红一军团一师胜利会师。两个方面军随后在隆德县兴隆镇（现属西吉县）举行了盛大的会师联欢会。

至此，红军三大主力实现了在隆（德）、静（宁）、会（宁）地区大会师的战略任务。11 月，山城堡战役后，红军移师陕北，举世瞩目的二万五千里长征胜利结束。

红军西征到隆德驻地遗址——温堡杜川村

交通： 游客可从隆德县城乘班车直达温堡乡，直行 5 公里可到达杜川村。自驾游从隆秦公路一直南行，到山河乡沿桃威公路抵达温堡乡，直行 5 公里可到达杜川村。

隆德县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

红崖老巷子红军遗址

文化名村举行揭牌仪式
六盘人家红崖老巷子历史

红崖老巷子位于隆德县城关镇红崖村，距离县城 1 公里。1935 年 8 月，红二十五军攻打隆德县城时，部分先遣部队在城南红崖村一带侦查敌情，牵制敌军活动。相传红军曾在这里召开会议，研究敌情和下一步行动计划。该村现建有红崖泉，古钟石阶、红军墙，红二十五军先遣团党委会议遗址，红军小广场，名俗文化墙，景观

红崖老巷子红军遗址

地址：红崖老巷子位于隆德县城关镇红崖村，距离县城 1 公里。
交通：适宜自驾游。

雕塑，老戏台，老磨坊，老水井，造型，园林小山等园林造型，为隆德县的军民共建爱国主义基地之一。

北象山景区

北象山景区

北象山位于隆德城北，峻峭挺拔，巍然耸立，因其形似大象而得名。象首朝西，鼻伸微卷，沟缺为耳，四土堆为足，尾略朝北。相传武王伐纣，普贤菩萨助破黄河阵，西归极乐天，至六盘山脉，座骑大象遂幻化成此山。

北象山建有象山公园，牌楼式园门，石条铺阶，拾级而上，回转至巅。山腰有一寺，山顶建有一楼阁，题曰："日观千家户，夜赏万盏灯"。山上植有松柏、山桃。春天桃花盛开，如万朵红霞萦绕山间。

北象山是隆德县城北面的一道天然屏障，西兰公路从山下辟路夹河西去。1935 年 8 月，中国工农红军第二十五军长征途经隆德县城时，就是抢占了这座海拔 2313 米的高山，迅速攻克隆德县城，歼灭守敌的。1980 年，县人民政府在象山"象"额处建成一座占地 14 亩的"北象山烈士陵园"。在这里长眠着老红军李有录、老山前线自卫反击战中牺牲的张宝江、张新学烈士。

北象山景区

地址：位于县城城北，可步行前往。

清凉寺景区

清凉寺景区

清凉寺景区位于隆德县城南 7.5 公里处，距“312”国道 6 公里，包括小峡和大峡地带，总面积 3.5 平方公里，平均海拔 2300m，年平均气温 4.5℃，年平均降雨量 580mm 左右，无霜期 102 天。野生动植物种类繁多，共有植物 788 种，动物 207 种，是一个天然的野生动植物园。历史上成吉思汗、李自成等攻占隆德城（古称德顺州）时都曾以此地为战场。该景区集宗教文化和生态观光于一体，有佛道兼容的寺庙群、青龙瀑布、成吉思汗点将台、笑佛山、笔架峰、墨池、情人谷、老君卧牛台、香炉峰、关公饮马泉等景点。目前，景区基础设施建设正在进行，已完成景区山门建设和 8 公里的道路整修硬化及景观小桥、桃花池、石桌、石凳等工程。

清凉山，山峦峻秀，林草丰茂，鸟语花香；清凉寺，香烟缭绕，钟声萦耳，气氛肃然；清凉水，碧波微澜，沉澈明净，水气森森。置身此景，真有“山光悦鸟性，潭影空人心”之感。是消夏避暑、生态观光、森林探险、科学考察、回归自然的理想去处。

清凉寺景区

地址：位于隆德县城南 7.5 公里处，距“312”国道 6 公里。

交通：适宜自驾游。

杨家店民俗文化村

六盘人家杨家店民俗文化村近景

杨家店民俗文化村位于六盘山西麓，“312”国道穿越而过，西距隆德县城 5 公里，东距六盘山红军长征纪念馆 6 公里。占地面积 30 万平方米，将中国传统四合院建筑风格与当地砖雕艺术、农民画、书法、剪纸艺术融为一体，集中展示隆德深厚的文化魅力。这里依山傍水，绿树环绕，溪水潺潺，环境清幽，是感受农家生活、品尝特色美味、欣赏田园风光、饱览民俗风情、炎夏纳凉避暑的理想去处。

六盘山杨家店民俗文化村

六盘山杨家店民俗文化村全景

北联灵湫

北联灵湫

北联灵湫

地址：位于县城东北部大庄乡前庄村，距隆德县城 20 公里，适宜自驾游。

北联灵湫，即北联池，古称北乱池。在隆德县城东北部大庄乡前庄村，距隆德县城 20 公里。为葫芦河支流什字河北源——大庄河的发源地，是六盘山脉中段西侧著名的古灵湫和山顶湖，被隆德县旧志称为八景之一。

隆德县餐饮信息

隆德县现有150多家回汉餐厅，2007年为弘扬隆德县悠久的民族饮食文化，挖掘、宣传和推广地方特色小吃，突出美食与旅游相结合，隆德县举办了首届地方特色品评活动，评选出“龙源暖锅”、“春林排骨”、“豆面拌汤”、“洋芋摊饼”等19个品种。2009年又在杨家店民俗文化村举办了首届六盘人家(隆德)地方风味小吃大赛，汇集了全县30多个代表队展出40多种拿手特色小吃。

隆德县特产

●中药材

六盘山区地处欧亚大陆暖温带湿润森林草原—干旱半干旱草原—干旱荒漠草原的过渡带，气候类型多样、生态适宜幅度宽，适合多种中药材栽培，是我国西北主要中药材产区，载入《全国中草药汇编》的药用植物达420多种，其中盘贝母、桃儿叶七等是局地特有名贵中药材，黄芪、柴胡、秦艽、半夏等道地中药材有效成分含量名列前茅、质量享誉全国。

●六盘山蚕豆

盘山一带日照充足，土壤富含钾、钙及微量元素，适宜蚕豆生长。生产的蚕豆饱满、粒大、营养丰富，无虫蛀、产量高、品质优，在市场上备受客商青睐。特别适宜于蚕豆生产。

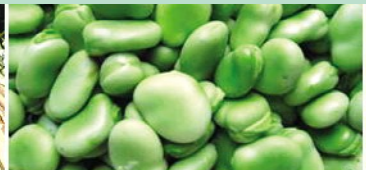
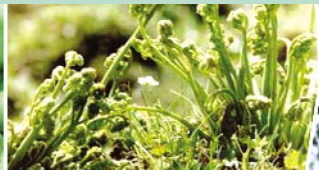
●山地野生蕨菜

隆德县山地野生蕨菜在历史上被列为贡品

●隆德民间彩塑

民间彩塑堪称隆德民间工艺美术的一绝，尤以隆德温堡乡杨坡村“雕塑世家”——杨栖鹤家族为代表。

杨氏家族雕塑艺术集泥塑、绘画、木刻、章雕、烫花于一体，在继承传统特色工艺的基础上，吸纳了浓郁的现代生活气息。产品题材广泛，既有表现田园风情、山水野趣的，又有表现人文景观、神话传说的，还有《农村社火队》、《毛主席过六盘》等现代题材的大型泥塑；既有花瓶、笔筒、烟具、印章等实用品，也有人物、飞禽走兽、佛像屏风、山水风光等观赏品。刀法奇特、匠心独运，集实用、

观赏、收藏价值于一身，其作品多次代表宁夏参加全国博览会和民间文化艺术展览交流活动，深受国内外客商的青睐。

●六盘山沙棘

以耐旱抗寒、繁殖快、根蘖强而闻名的沙棘，为六盘山区特产。其木质坚实，入土不朽，水浸不腐，纹理美观，是制作工艺品和高档家具的良木佳材。棘果含有丰富维生素和多种有机酸及糖类。

隆德县酒店资讯

●六盘山国际饭店

位于隆德县人民街与文化街交叉处县城中心位置，是目前隆德县设计功能最全、规模最大、档次最高的综合性宾馆。

联系电话：0954-6017289

●隆德县宾馆

位于县人民路 123 号，地处县城中心地带。占地面积 6984 平方米，建筑面积 6580 平方米。宾馆内有大型停车场 1 个，有大型综合会议室一个。客房部有贵宾北楼、贵宾西楼、迎宾楼、南楼，设有豪华套间、豪华标间、豪华双人间、豪华单人间、标准间，客房干净整洁、温馨典雅、设施齐全，共有床位 220 个；餐饮部有豪华雅间 11 个，标准雅间 8 个，大型宴会厅 1 个，多功能综合大厅 1 个，可供 700 多人同时就餐，是各种大型会议、商务接待和举行喜庆婚宴的理想场所。

地　　址：宁夏回族自治区隆德县人民路 123 号

联系电话：

0954-6016839　6014436

隆德县交通资讯

隆德县居于银川、西安、兰州三省会城市之中，312 国道纵贯东西。

由银川、西安出发到隆德可由福银高速六盘山出口转 312 国道（向西）过六盘山隧道即到。

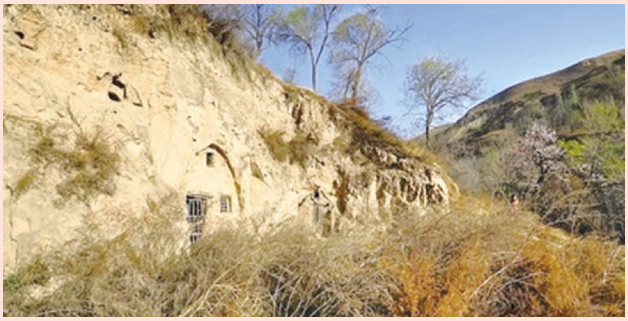
由兰州出发到隆德可由高速毛家庄出口转 312 国道（向东）进入隆德县城。

由固原出发到隆德可由福银高速六盘山出口转 312 国道（向西）过六盘山隧道即到即到。

彭阳县

红色旅游景点

小岔沟毛泽东长征宿营地



小岔沟毛泽东长征宿营地

岔沟毛泽东长征宿营地位于固原市彭阳县古城镇彭（阳）青（石嘴）公路北侧。

1935 年 10 月 7 日，毛泽东、周恩来、王稼祥等率领中国工农红军陕甘支队（即中央红军）翻越六盘山，当晚，毛泽东住宿在小岔沟阳洼村张有仁宅院中间的窑洞里，这是他平生第一次住在冬暖夏凉的土窑洞中。

1996 年 7 月 1

小岔沟毛泽东长征宿营地

日，为纪念红军长征胜利 60 周年，彭阳县人民政府宣布此处为县级重点文物保护单位，设立了保护标志，划定了保护范围，建立了档案，并制作安装了“小岔沟毛泽东在这里住过的民宅”标志牌。2000 年 8 月，为防止雨水冲刷毁坏遗址，彭阳县委宣传部在窑崖外围修建了过水渠道，加固了窑洞。

如今，窑洞除前半部分过去由于雨水冲刷坍塌外，其余基本保存完好。窑内现保存有毛泽东当年夜宿时用过的六条腿柜、炕桌、带“福”字雕花木椅、案板、水缸等生活用具。2004 年 3 月，该遗址更名为“毛泽东长征宿营地”，窑洞内悬挂了大幅毛泽东画像和有关简介等。

2005 年 9 月被宁夏回族自治区人民政府公布为宁夏回族自治区

重点文物保护单位，2004 年 3 月，被中共彭阳县委、县人民政府确定为彭阳县爱国主义教育基地。

乔家渠毛泽东长征宿营地

乔家渠毛泽东长征宿营地位于固原市彭阳县东部长城塬城阳乡长城村。

1935 年 10 月 8 日，毛泽东、周恩来、王稼祥等率领红军从小岔沟驻地出发，分左、右两路向白杨城（今彭阳县城）并进。毛泽东随右路军于傍晚到达长城塬赵家山畔、乔家渠一带村庄。毛泽东夜宿乔生魁家。次日，毛泽东率红军向陕北前进。

2000 年 5 月，乔德祥等为缅怀伟人，昭示后代，自发筹集资金，历时半年，用红砂石雕刻“毛泽东长征宿营地纪念碑”一座，立于乔生魁旧宅崖背，以供人们瞻仰、参观。

乔家渠毛泽东长征宿营地全貌

乔家渠毛泽东长征宿营地纪念碑

2006 年，当地乡政府对毛泽东等领导人当年住过的 5 孔窑洞及其崖面全部用青砖砌护维修，开放供人们参观。2009 年彭阳县委、县政府把乡村民俗文化和红色经典相结合，以乔渠毛泽东长征宿营地为主体建设乔家渠民俗风情园，以原始的农家生活场景为布局，突出窑洞风格，再现红军长征艰苦岁月，勾画出了一幅美丽的农庄庭院盛景。

乔家渠毛泽东长征宿营地于 2010 年 3 月被彭阳县人民政府公布为彭阳县重点文物保护单位。

中共红河地下支部旧址

中共红河地下支部旧址位于固原市彭阳县红河乡红河村。

1936 年，西征红军在红河建立了抗敌后援会，扈连玉、王兆鸿先后任主任。1938 年中共庆环特委派李有福、中共三岔区委派朱孟才到红河秘密开展革命工作，先后将王兆鸿、王进堡等发展为中共党员。1939 年 7 月，成立中共固原县委红河地下支部，王兆鸿任书记，王进堡任副书记，有党员 15 人，下设野王沟道、杏树湾、野王 3 个小组。党支部采取分头活动、单线联系的方法开展工作。县委给支部制定的任务是：学习党的基本知识，使党员懂得党的性质和奋斗目标；加强党的组织纪律，提高党的战斗力；发展新党员，壮大党组织；了解敌情，掌握敌人动态；加强情报和做好统战工作，争取瓦解敌人。对党员规定了“四不准”，即不准喝酒，不准通财，不准说假话，不准暴露党的机密。

中共红河地下支部旧址为村民杨武魁家旧宅。杨武魁家地处偏僻，隐蔽性好，加之杨武魁和其儿子杨生春思想进步，诚实厚道，不会走露消息。因此，他们家就成了党支部活动的主要地点。许多地下革命者到红河后多安排在这里隐藏，杨家无偿提供食宿。每当党支部成员在杨武魁家高窑子里开会，杨生春就常常在庄外望风，确保了支部活动安全。

1949 年初，中共红河地下支部广泛发动群众，成立了一支 60 多人的游击队，有组织地抵制国民党抓兵催粮，积极组织群众筹粮筹款，支援解放固原。解放大军途经红河时，党支部就组织群众给解放军送粮送水，并为他们带路。

中共红河地下支部在白色恐怖下，始终坚持秘密工作，由成立时的 3 个党小组 15 名党员，发展到解放前夕的 5 个党小组 52

红河支部遗址碑

名党员，遍及红河乡各个村庄，为革命培养了干部，壮大了队伍。中共红河地下支部是宁夏农村唯一坚持开展革命活动直到全国解放的中共地下支部，为陕甘宁边区革命斗争史谱写了一曲壮丽的乐章。

中共红河地下支部旧址坐北向南，占地 6000 平方米。有窑洞 9 孔，其中正面 5 孔、西侧 4 孔（1 孔为高窑子），现虽已废弃，但崖面及大部分空洞仍保存较为完好，只是院墙已荡然无存。

中共红河地下支部旧址于 2005 年 9 月被宁夏回族自治区人民政府公布为重点文物保护单位，1996 年 7 月被彭阳县人民政府公布彭阳县重点文物保护单位。

王兆璜(1896~1985)，男，汉族，彭阳县红河乡人。1937 年 9 月加入中国共产党。1939 年至 1949 年任中共红河党支部书记。其在白色恐怖、血雨腥风的岁月中坚持对敌斗争十余年，领导发展起党在海固敌占区时间最长、影响最大的地下党支部，是固原早期党的革命者之一。

1936 年秋，红二十八军、红三十二军进驻固原东部，开展党的活动，王兆璜任红河乡抗敌救国委员会(后为抗敌后援会)主任，积极配合红军宣传党的抗日主张；动员群众，筹粮支前；发展党员，培育党的力量。1939 年 7 月，中共红河党支部成立，有正式党员 15 名，王兆璜任书记。很快，党支部建立起野王沟道、杏树湾、野王三个党小组，明确了党支部的主要任务，规定了党支部的工作纪律。时值国民党掀起反共高潮、制造摩擦，斗争形势严峻，敌人叫嚣："要割王兆璜的头""要取王兆璜的肝花！"恐吓没有吓到王兆璜，他一方面隐蔽党组织的活动，保护党员干部的安全；另一方面大胆做敌乡保人员的工作，虎穴取粟，攻敌要害。不久，组织考虑他的安全，欲留其在边区工作；他难舍同志，挂念支部，便婉言谢绝，在曲子完成三个月学习，又返回红河。1940 年，中共固原县委遭敌严重破坏，红河党支部工作也被迫转入隐蔽斗争。按照组织安排，王兆璜每月回边区汇报工作，传递情报，接受指示；回来时携传单，组织精干人员，于群众集会地、反动乡保人员家中、彭阳和平凉闹市街道撒贴宣传，鼓舞民心，挫敌气焰。遇

敌顽抓兵要款、残害百姓，他便迅速联系环县武装干部打击滋事者，保护人民群众。1942 年夏天，为确保两名赴青海的边区干部顺利过境，王兆璜机智地把他们所带经费包藏在馍馍里，亲自摸黑行山路，混过敌人哨卡，将边区干部安全送到平凉。以后，在敌人疯狂施暴，大肆破坏的日子里，王兆璜奉命暂住三岔安全区，支部工作地点也随即转移到野王沟山洞里。他时常夜间赶回支部，传达精神，布置工作，坚持对敌斗争。

解放战争开始后，王兆璜带领支部同志积极发展新党员，不断壮大党组织。为适应统战工作需要，将一些思想进步、表现良好的国民党乡保人员吸收进党组织；把几位富有斗争精神和工作经验的地下党员安插到敌自卫队，采取更加积极、灵活、有效的策略，挫败了敌人多次有预谋的破坏活动。1948 年，随着全国形势的发展，党支部放手发动群众，秘密串连各方积极力量，开展各种形式的对敌斗争，使支部的影响更加深入人心。1949 年春，王兆璜领导组建起 60 多人的游击队，对敌斗争逐步由秘密转入公开；支部发动青壮、老少乡亲抗丁、抗粮、抗款，反对暴政、迎接解放的群众运动广泛开展起来。8 月 2 日，固原解放，红河党支部迎来了新纪元的曙光。此时，支部已有正式党员 50 多人。以后，王兆璜先后担任城阳区区长、中共城阳区委书记、中共开城区委书记和自治区政协委员等职。1962 年离休返乡。1985 年 2 月病逝，享年 89 岁。

人物简介

任山河烈士陵园

任山河烈士陵园内 36 烈士纪念碑浮雕

任山河烈士陵园，位于彭阳县城西北 23 公里处的古城镇任山河村。

1949 年 7 月，中国人民解放军西北野战军第十九兵团挥师北上解放宁夏，兵分

任山河烈士陵园

两路北进。7 月 31 日，东线部队六十四军在曾思玉军长的率领下，从镇（原）彭（阳）交界驻地出发，直入彭阳任山河地区，与盘踞在黄峁山一带的马鸿逵部第十一军遭遇，战斗异常激烈艰苦，经过

1955 年修建的任山河烈士陵园纪念碑

2003 年修建的烈士陵园大门

全军将士的浴血奋战，守敌被全部击溃，解放军夺取了任山河战斗的胜利，打开了解放宁夏的南大门。

为纪念在这次战斗中壮烈牺牲的360多名解放军指战员，1955年4月1日，固原县委将分葬4处的烈士遗骸收殓一处，装棺安葬，修建任山河烈士陵园。

2003年修建的任山河烈士陵园纪念碑

2010年5月修建完工的任山河烈士陵园纪念碑及图雕

1995年被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办公部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地，1996年3月31日，被国务院批准为“全国重点烈士纪念建筑物保护单位”。2009年被国家国防教育办公室命名的全国首批“国家国防教育示范基地”。

浴血奋战的任山河

在宁夏南部的彭阳县境内，有一个闻名遐迩的小山村，它就是当年曾被炮火烧焦、被烈士鲜血染红的任山河。静静矗立在任山河烈士陵园里的纪念碑，记述了一段人民解放战争血与火的历史篇章。任山河战斗是波澜壮阔的西北解放战争中一场激烈的战斗，由此拉开了解放宁夏的序幕……

任山河是个只有几十户人家的小村庄，村边那条道路是通往固原县城的必经之路，战略地位十分重要。任山河一左一右各有一个山头，左边的叫鹦哥嘴，右边的叫罗家山，两山相距不足千米，像一把铁钳扼守着中间的道路和村庄。

1949 年 8 月 1 日，中国人民解放军第 19 兵团 64 军向驻守任山河的国民党宁夏兵团第 11 军马光宗部发起总攻，野炮、山炮、迫击炮组成的猛烈炮火，集中轰炸敌人的阵地，掩护突击部队展开冲锋。敌阵硝烟弥漫，尘土飞扬。我 192 师 574 团发动数次猛攻，都遇到敌人的疯狂阻击。在极为不利的情况下，我军指战员不怕牺牲，英勇顽强地与反扑之敌展开激烈战斗。

在这紧要关头，风云突变，晴朗的天空瞬时乌云密布，暴雨夹着鸡蛋大的冰雹倾盆而下，集中倾泄在了山上的敌军阵地。敌人有的被砸蒙砸伤，有的被洪水卷走，有的枪打不响，给我军进攻创造了有利条件。敌人也被这突如其来的情况惊呆了，一看大势已去，纷纷举手投降，解放军大获全胜。由此，在当地百姓中流传着这样一句话，“共产党得天下，不但是民心，也是天意哪！”

经过两昼夜的激战，我军以牺牲 364 名指战员的代价，先后攻占了鹦哥嘴、罗家山、任山河、石家湾等阵地，毙伤和俘虏敌军 2795 人，缴获各种武器 1400 余件，任山河战斗取得了全面胜利。任山河战斗是整个宁夏解放战争中最激烈的一仗，打响了解放宁夏第一枪，为解放宁夏作省奠定了基础。

红色故事

浴血奋战的三关口战斗

三关口位于六盘山东侧，瓦亭峡开口处，地处西安至兰州、平凉至宁夏的两条公路的联结要冲。两面石峰突兀，壁立千仞，如刀削斧砍，东西仅有一条狭道可通，地形异常险要，确实是“一夫当关，万夫莫开”的险关。

1949 年 8 月 1 日凌晨 5 时，三关口战斗总攻开始。解放军 579 团指战员如猛虎蛟龙，跃出战壕，向守敌发起猛烈冲击，冲杀声震天撼地。濒临灭亡的敌人，钻在坚固的工事里，居高临下，负隅顽抗，密不透风的交叉火力，拦住了发起攻击的解放军部队。

解放军战士勇猛地朝山坡上的敌人冲去。突击排的指战员迎着呼啸的炮弹，跳进敌人的战壕，与敌人扭在一起，展开了激烈的白刃战。有个战士与敌人拼杀在一起的时候，肚皮被敌人的马刀拉开一道口子，肠子“哗”地一下掉了出来，落在脚下的黄土地上。他趴在地上，拼尽全身的力气，拉响了挂在腰间的手榴弹，与十几个敌人同归于尽。

这时，解放军主力从侧面发起猛烈攻击，战士们奋力向主峰攀登。陡峭的山壁上，长满了蝎子草，螫得战士们的手臂上起了成串的水泡；尖利的岩石，刺破了小腿和膝盖，洒下了斑斑血迹。爬到了半山腰，忽听得从山背后，传来一阵阵吆喝声夹杂着枪托撞击声。原来，就在解放军 3 连向主峰攀登的同时，敌人也以两个连的精兵，从主峰的另一侧拼命往上爬。战士们不顾一切埋头爬山，只听得山坡上一片枪械撞击声和喘气声。离峰顶还有 20 多米处，突然出现了一道数丈高的绝壁，挡住了攀山的路。战士们迅速搭起人梯，咬紧牙关，手抓野草或抠住石缝，拼尽浑身力气攀登绝壁。连长忙叫战士们把裹腿带接起来，拧成几条井绳一般粗的布绳，甩给攀上绝壁的两个战士。很快，几条布绳从绝壁的树上垂下来，战士们手抓布绳，脚蹬石壁，一个接一个地攀爬上去。几个最先登上绝壁的战士，抢先爬上了峰顶。他们一见敌人只差几步就要爬上来了，赶紧甩出一排手榴弹，将敌人炸得乱成一片。接着，登上峰顶的机枪手，架起机关枪朝敌人猛烈扫射。从峰顶往下看，只见敌人蝼蚁般布满山坡，刺刀和马刀寒光闪闪。此刻，在解放军的打击下，他们已是连滚带爬，乱作一团。敌人在解放军两面夹击下，有的举手投降，有的磕头告饶，“与阵地共存亡”的誓言早已被弃阵北逃的现实取代。漫山遍野，敌人溃兵互不相让，军需物资俯拾皆是，枪支弹药塞路，人马竞相抢道，狼狈不堪。鏖战了 4 个小时，解放军终于突破了三关口一线敌军的防御。

三关口之战和同一天进行的任山河之战，解放了整个固原地区，打开了宁夏的南大门，为进一步各个歼灭敌人，解放全宁夏创造了重要条件。

红色故事

彭阳县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

中共固原县委旧址

中共固原县委草庙旧址

中共固原县委于 1936 年 6 月在三岔成立，1938 年 4 月迁入草庙，同年秋迁回三岔，1949 年 8 月随解放大军进驻今原州区。固原县委（草庙区委）旧址在虎云廷、阎梅英夫妇旧宅，距彭阳县城约 27 公里，2010 年被彭阳县人民政府公布为县级重点文物保护单位。

为落实党中央关于扩大和巩固陕甘宁革命根据地的方针。1936 年 6 月，陕甘宁省委决定在西征红军创建的革命根据地甘肃省曲子、

环县、固原县东部一带（今彭阳县全境）的三岔成立中共固原工委。第二年 7 月，更名为中共固原县委。辖三岔、马渠、麻子沟圈三个区委。成立之初，主要工作是建立组织，壮大队伍，扩大革命根据地。

芦沟桥事变后，为加强抗日根据地工作。1938 年 4 月，庆环分区党委决定撤销固北县，将其所辖草庙、二龙山两个区委划固原县委领导。下设组织部、宣传部、统战部、军事部、青救会、妇联等机构。固原县委随之由三岔迁至草庙，隐蔽在虎荣廷、阎梅英夫妻家。抗战时期，固原县委在农村开展了轰轰烈烈的抗日救亡运动，广泛宣传中国共产党抗日主张，建立抗敌后援会，组织发动群众，筹粮筹款支援抗日前线，有力地配合了陕甘宁边区敌后抗日工作。后因国民党固原县当局不断制造摩擦，阻挠破坏抗敌后援会工作。为确保安全，同年秋，固原县委又从草庙迁回三岔，驻天主教堂。

1940 年 5 月，国民党反共活动进一步加剧，固原县委已无法正常开展工作，为了适应形势，中共陇东分区特委按照中共中央制定的“精干隐蔽、积蓄力量、长期埋伏、等待时机”的方针，决定撤销固原县委，组建中共平东工委。原固原县委工作由平东工委领导。

1946 年 8 月 20 日，为适应革命根据地不断扩大的需要，甘肃省工委和陇东地委在庆阳成立中共海固工委，原固原县委辖区由海固工委领导。同年底，为加强固原、镇原、平凉三县交界地带的工作，平东工委派孙克录筹建中共镇固工委。1947 年 8 月，镇固工委成立。工委机关初设在陈家坪（1958 年划镇原县），后移驻今镇原县新城镇，原固原县委辖区工作由海固工委划归镇固工委

领导。这一时期，县委主要任务是组织地方武装，广泛发动群众，搜集传送情报，迎接宁夏解放。

1949 年 7 月，为即将诞生的人民政权在组织上作好准备，中共海固工委在环县河道川更名为中共固原县委，同时成立了固原县人民政府，赵崇德任书记，艾青山任县长。同年 7 月 31 日至 8 月 1 日，第一野战军十九兵团六十四军激战任山河，击溃了国民党宁夏马鸿逵部第十一军，拉开了解放宁夏的序幕。8 月 2 日，解放了固原县城，固原县委随解放大军进驻，从而揭开了固原历史新的一页。

人物简介

阎梅英(1912 ~1993)女,汉族,彭阳县小岔乡人。1935 年 10 月中央红军长征经过彭阳,有四名红军伤员因伤掉队,被阎梅英收留,在她家养伤。经阎梅英细心护理照料,四名伤员得以康复,返回部队。1936 年冬至 1937 年初,西征红军三十二军在草庙驻防时,军部设在阎梅英家,军长罗炳辉提议让阎梅英给红军搞秘密工作,她愉快地接受了任务,并尽心竭力地为红军做好后勤服务。受军首长嘱托,阎梅英开始帮助红军打探情报,发动妇女制衣纳鞋支前,踊跃开展抗敌后援会筹建工作,草庙抗日救国委员会成立后,阎梅英被任命为草苗抗敌后援会妇女部长。

1938 年,草庙抗敌后援会受敌破坏,工作被迫转入秘密状态。不久,阎梅英家被党组织确定为地下工作的落脚点,其以拾野菜为掩护,往来监视保公所敌之动向,多方打探情报。在敌疯狂搜捕时,她急中生智将党的干部转移藏匿于沟道窑洞内,将地下人员名单和革命传单藏于风箱之内,任敌拳打脚踢,刀枪威胁,始终镇定自若,严守组织秘密。以后,中共固原县委由三岔秘密迁入草庙阎梅英家。在此期间,阎梅英和丈夫经常设法搜集敌情,奉命向边区传送信件,接送照顾过路的边区工作人员和地下党干部。

解放后,阎梅英积极响应党的号召,带头参加合作社,积极参加劳动,移风易俗,建设家乡。1993 年,阎梅英不幸病逝,终年 81 岁。

中共麻子沟圈地下党支部

中共麻子沟圈地下支部旧址位于彭阳县城阳乡杨坪村南岔组。

1936 年 12 月，根据中央军委决定，红三十二军（军长罗炳辉）、红二十八军（军长宋时轮）分别由环县黑城岔和盐池大水坑一带南下，进驻彭阳，在王洼、草庙及红、茹河流域发动群众，宣传抗日。1937 年 1 月，中共固原县工委派李有福、王家祥配合二十八军到麻子沟圈开辟新区工作，李有福、李治安、王家祥等任区委领导，建立中共麻子沟圈区委，开展党的地下工作。先后建立了麻子沟圈、陈坪、城子杨家、任湾、海巴、野王、上王等七个乡级抗日救国委员会（后改称抗敌后援会）。主要任务是积极配合红军筹粮，开展抗日宣传活动，发展党员。红军创建麻子沟圈后援会后， 1937 年 1 月 27 日，李有福、王家祥发展杨登魁为中共党员，并成立麻子沟圈地下党支部，杨登魁任支部书记。主

中共麻子沟圈地下党支部旧址

要工作是公开以群众组织，宣传抗日，帮助红军做地方工作；暗中秘密串联，发展党员，壮大党组织；组织并发动群众抗粮款、抗抓兵。1937 年 7 月，红二十八军开赴抗日前线后，麻子沟圈地下支部遭到国民党兵地方武装的骚扰。

1939 年秋，国民党顽固派进一步确定了“军事限共为主，政治限共为辅”的方针，掀起了第一次反共高潮，面对白色恐怖，地下党组织一方面开展针锋相对的斗争，击溃敌人的武装挑衅，坚决回击敌人的疯狂进攻；另一方面积极贯彻上级党组织“精干隐蔽，长期埋伏，积蓄力量，等待时机”的方针，保护和巩固未遭破坏的党政组织，向边区转移已暴露身份的党员和干部，杨登魁遂于 1940 年春转调边区。中共麻子沟圈地下支部不再进行公开活动，党组织改为单线联系，工作从未停止，一直坚持到 1949 年 9 月彭阳解放前夕。

中共麻子沟圈地下支部从 1937 年 7 月成立，到 1949 年 9 月彭阳解放前夕停止活动，历经 12 年的艰苦卓绝的工作，为彭阳境内坚持对敌斗争时间最长的基层党组织之一，为抗战胜利，支援陕甘宁的革命斗争和彭阳的解放，做出了贡献。

中共小园子地下党支部

安家川乡苏维埃政府及中共小园子地下支部旧址位于彭阳县东北部冯庄乡小园子村虎家堡子，距县城东北 36 公里。

1936 年 9 月，西征红军解放了固原东北部的三岔、殷家城（今属甘肃镇原县）一带，建立苏维埃政府。10 月，驻三岔的红 29 军派张万年、徐步起二人到冯庄乡小园子，发动群众，帮助指导建立安家川乡苏维埃政府（又称曲子县三岔区第三乡）。这是党在固原地区建立的第一个乡级苏维埃政府，办公地点设在虎家小园子堡

子内。

1936 年 12 月，成立了中共小园子地下支部，这是宁夏农村最早建立的第一个中共地下支部。

1938 年秋，安家川乡苏维埃政府及中共小园子地下支部遭到严重破坏，党组织自行瘫痪。

安家川乡苏维埃政府及中共小园子地下支部虽然仅存在了一年多时间，但在彭阳党组织的革命活动史上书写了最早的一笔——孕育诞生了固原地区最早的乡级苏维埃政府和农村党支部。

2010 年 3 月，该遗址被彭阳县政府确定为彭阳县重点文物保护单位。

中共小园子地下党支部旧址

中共峁家堡子地下交通站旧址

中共峁堡地下交通站旧址位于彭阳县城西南 30 公里处新集乡峁堡村。

中共峁堡地下交通站秘密联系点——峁堡街道赵正明家的铺子旧址

1935 年 10 月，红军长征过境彭阳，陕甘支队政治部后勤干部谢正财因病掉队，流落到新集峁家堡子。赵正明将其收留到自己家中养病。1936 年 5 月，赵正明经谢正财介绍加入中国共产党，成为固原地区最早的农民党员。1937 年 1 月，红 32 军先遣连到新集、沟口一带活动，赵正明积极协助部队筹措粮秣，发展党员，开展团结抗日的宣传动员等工作。组建了石家沟口抗敌后援会，并担任武装委员。

1939 年 2 月，中共固原县委决定在赵正明家的杂货铺子设立地下交通站、建立党支部。由于隐蔽工作做的好，交通站里时常存放一些枪支弹药，较长的时间内没有遭到破坏，为党在固原地区开展革命活动作出了贡献。

2010 年 3 月，中共峁堡地下交通站旧址被彭阳县人民政府公布为彭阳县重点文物保护单位。

乔家渠民俗风情园

乔家渠民俗风情园

乔家渠民俗风情园位于城阳乡长城村，距县城 11 公里。1935 年 10 月 8 日，毛泽东带领红军长征进入彭阳，傍晚夜宿乔家渠乔生魁家，这是红军长征途经彭阳时毛泽东的第二处宿营地。2010 年，彭阳县政府在城阳乡长城村乔家渠投资打造乔家渠民俗风情园（毛泽东长征宿营地），将其建成集乡村民俗与红色经典为一体的风情园。

茹河生态文化园

茹河生态文化园

茹河生态文化园位于县城北侧茹河二级阶地，南至滨河路北侧，北至赵洼组，东起茹河 4 号桥，西止周沟村李寨沟口，总面积 68 公顷 茹水胜景秀，美丽茹河畔。彭阳茹河生态文化园，条条绿色林带，块块青色草坪，簇簇各色鲜花，汪汪片池

碧水，天蓝、地绿、道净、路畅、水清、环境美。孔子塑像、“朝那鼎”等人文景观为生态园增添了灵气，成为游客观光、旅游、避暑、休闲、健身的好去处。

大沟湾流域

大沟湾流域

大沟湾流域位于彭阳县城西南面（核心区距县城约 8 公里），属茹河流域，是典型的典土丘陵沟壑区。涉及白阳镇、新集乡两乡镇，流域总面积 30 平方公里，是彭阳退耕还林示范区之一。在规划布局上，坚持以小流域为治理单元，实行山、水、田、林、草、路统一规划，梁、峁、沟、坡综合治理。走上流域高处，放眼望去，到处呈现出山翠地平，层层梯田如雕如塑，如诗如画，道路畅通、村庄整洁、环境优美，是游客体验生态观光旅游的好去处。

灯盏山

彭阳城西，有座突兀的高山，山势峻峭挺拔，巍然耸立，这就是灯盏山，俗称西山。山东连城，城西依山，山城浑为一体。

唐代，彭阳为百泉县治，兴建有城池。到了宋代，出于军事戍守的需要，城垣扩大，形成了现在这样的格局。迄于明代，建置废弃，彭阳城屡罹兵燹、匪患、地震等灾难，关城破败，逐渐荒芜萧条。市镇虽已隐去，城垣气势犹存。

灯盏山的来历还有个传说。相传，清末年，有位人称赵麻子的湖北籍风水师路过彭阳，上下相度，但见西山山势独特，东与莲花山，北同鳌山相峙，成三山相聚之形，茹河穿谷东流。其山襟带古城，形似灯盏，是难得的一块风水宝地。便对当地人说：西山是座灯盏穴，主彭阳兴衰之脉。若灯内添油，按上灯芯，油入灯亭，彭阳就会兴盛。时人不知所云，但“灯盏山”一名由此传开了。

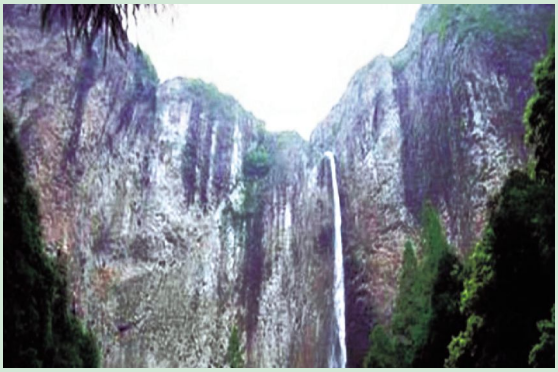
灯盏山景色

朝那古城

朝那古城位于宁夏彭阳县城西 16 公里处的古城镇人民政府驻地，朝那城因其年代久远，故名古城，为秦汉朝那县治所。朝那城址居古城川正中，茹河北岸，这里三面环山，峰峦叠嶂，为通往古长安的要冲。朝那古城历史悠久，是宁夏境内设置最早的四个县治之一。几经沧桑，朝那古城已残缺严重，但朝那城址至今轮廓清晰，气势雄伟。

朝那古城

朝那湫渊


朝那湫渊

朝那湫渊是秦汉时湖名，即东海子、西海子。东海子在彭阳县城西北部川口乡干海村，今湖水走漏，当地人称为“干海子”；西海子在固原县城西南部20公里的海子峡。

朝那湫渊西海子风景独特秀丽，为群山环绕，形如掌立，现已辟为固原地区风景旅游区。海子水从山隙间两洞喷涌而出，当地人谓之东西龙口。久而浸滴成潭、成海，在大山深处拥就一潭春水。在清代，西海子被列为固原八景之一，称誉为“西海春波”。建国后，为解决农田灌溉和固原城用水，此地已建成两座水库。

朝那湫渊海子岸边绿草茵茵，犹如锦缎，夕阳西斜，远望湫渊，水波随风涟漪，泛出点点粼光，五彩缤纷。北山平缓，牧人于山坡上驱逐牛羊，犹如颗颗珍珠闪烁。自西向东望去，有座座山峰相连，自然形成屏障。南山高峰陡立突兀，草木繁茂，是夏日旅游小憩的好去处。

瓔珞宝塔

瓔珞宝塔位于彭阳县城东北60公里的冯庄乡小湾村牛湾组宋家台，与小岔乡交界处的七座山峰之间一个偏僻的山沟里。塔通高15米，平面呈八形，为七层楼阁式砖塔。地方志书中称其为瓔珞塔，

瓔珞宝塔

是固原境内唯一保存的明代塔式建筑，为七层八角楼阁式空心砖塔。此塔看上去好似用珠玉装饰而成，显得十分华丽，故以瓔珞相称。

宝塔前临深涧，背倚山高。与东面呈“一”字形、等距离排列的七个宛若馒头状、钟灵奇秀的小山隔河相望，相互映衬。七个山就是因七个奇特的小山而得名。这些山皆状若馒头，自然天成，钟灵奇秀，自西向东，等距离依次排列，让人感到大自然的造化真可谓鬼斧神工，实为与瓔珞宝塔相媲美的又一奇特自然景观。奇山宝塔，相互映衬，夏日阳光下，远眺处在苍翠山峦中的宝塔熠熠生辉，七座奇山，葱笼翠郁。瓔珞宝塔是宁夏南部山区现存的唯一一座明代古塔，具有较高的历史、科研和艺术价值，现被列为省级重点文物保护单位。

皇甫谧文化园

皇甫谧文化园位于“世界针灸鼻祖”皇甫谧故里古城镇政府驻地西北角，西接任山河烈士陵园和小岔沟毛泽东红军长征宿营地，东距彭阳县城 15 公里。彭阳县委、政府为追念先贤、彰显彭阳历史文化魅力而新建的一处大型历史文化建筑。整体建筑雄浑

古朴，人物造像栩栩如生，是目前宁夏境内最高的历史名人石造像。

皇甫谧文化园

无量山石窟

无量山石窟

无量山石窟位于宁夏彭阳县城西北25公里的古城镇田庄村北源组，背靠无量山，面向石峡河，傍山依水，风景秀丽。此窟建于1032年（宋天圣十年）。石窟坐南面北，沿石峡河东西排列。在距地面约2.6米处有一题记：“景祐二年四月十二日刘绪等公修罗汉人”。1988年被列为自治区级文物保护单位。

彭阳县餐饮资讯

●清炖乌鸡

彭阳朝那乌鸡品质最优，其喙、冠、皮、肉、骨皆呈黑色，营养价值极高。清炖乌鸡汤汁鲜美，鸡肉香嫩。

●臊子长面

臊子面是彭阳民间传统食品，以面白、韧细、汤红、色鲜、味香而闻名。

●荞面饸饹

饸饹多用荞麦面制成，荞麦在所有谷类中被称为最有营养的食物，荞麦食品对血脂、血糖代谢的平衡起着极好的调节作用，这是因为荞麦是集营养、保健、医疗于一身的多功能粮种。

●荞面搅团

制作时温火、多搅、均匀、粘稠适度。备以蒜泥、辣子油，盐醋等调好的蘸汤。风味特点：搅团色青淡，外凉内热，边蘸边吃，酸辣宜人，兆和气团结之意。

●洋芋擦擦

土豆去皮、擦成丝，用清水浸泡15分钟，放入碗中，加入适量面粉。用手充分抓匀，使土豆丝均匀包裹薄薄一层面粉即可。放入盘中，锅中加水，烧开后放入土豆丝，大火蒸熟（约10分钟左右）。蒸熟的土豆丝放入小盆中，加入辣椒粉和蒜末、辣椒碎，充分拌匀。最后撒上适量香菜装饰即可。

彭阳县特产

●彭阳杏子

彭阳山杏富含人体所必需的蛋白质、氨基酸和多种维生素、矿物质以及SOD成份，具有良好的食用价值，还有良好的医疗作用呢，在中草药中居重要地位，主治风寒肺病，生津止渴，润肺化痰，清热解毒，有祛痰、止咳、润肠功效。

●彭阳杏脯

主要产品有杏脯、干草杏、话梅、奶油杏肉、五香杏仁、梨脯、桃脯、山楂脯、雪花片、苹果脯等以果脯系列产品，是极具地方特色和民族风味的清真休闲食品。

●朝那鸡

朝那鸡是经过长期选种培育出的地方优良品种，饲养周期长，白天放养山间林中，采食青草、昆虫，夜间补给玉米等原粮，不添加任何辅助饲料。

●彭阳纸织画——收藏瑰宝

纸织画是民间独特的传统工艺品，始于盛唐，已有一千三百多年历史。出于制作艰难，几度兴衰，濒临失传。历史上曾与杭州丝织画，苏州刺绣画和四川竹帘画被称为“中国四大家织”。纸织画的制作，是选用上好的中国画经过托裱，用小刀切成1.2毫米的纸丝做经线，然后用同等规格白色纸丝做纬线，一条一条手工编制。“彭阳纸织画”技艺传承人雷红霞用竖式纸织画机编织纸织画作品。

彭阳县酒店资讯

●红阳大酒店

红阳大酒店位于彭阳县兴彭路，是彭阳唯一一家三星级综合性涉外酒店，酒店集餐饮、客房、会议、休闲、娱乐、康体、商城为一体，营业面积近1万6千余平方米。是彭阳经营项目最全和最大的一家综合性高档宾馆。

电话：0954-7016666

●彭阳宾馆

彭阳宾馆位于彭阳县怡园路145号，酒店拥有53间客房，提供住宿，房间有独立的卫生间和24小时热水供应，周围交通便利。

电话：0954-7012740

彭阳县购物资讯

彭阳县宏阳联都、好又多、家家乐购物广场等货物齐全的超市带给你便捷舒心的服务，你在这里可以买到彭阳特色的纸织画、果脯、“百里香”地椒茶、朝那乌鸡等特色产品。

彭阳县旅游线路资讯

●红色热土一日游

小岔沟毛泽东长征宿营地—国家级重点烈士纪念建筑物任山河烈士陵园—“世界针灸鼻祖”皇甫谧文化广场—秦汉朝那古城遗

址—北宋无量山石窟—峁堡地下交通站遗址—乔家渠毛泽东长征宿营地。行程以红色体验为主，亲身感受伟人毛泽东长征途中宿营的第一孔土窑洞，回味解放宁夏第一仗任山河战斗的滚滚硝烟，缅怀长眠于任山河烈士陵园的364名烈士忠骨，兼顾人文历史旅游景点，重温彭阳悠久的革命历史和深厚的文化积淀。

●生态彭阳一日游

途经挂马沟林海—六盘山苗木景观示范园—大沟湾流域—茹河生态园—栖凤山公园—悦龙山—阳洼流域—“百里香”地椒茶文化园—长城塬万亩经果林—乔家渠民俗风情园（暨毛泽东长征宿营地）—五峰山—茹河瀑布。行程以体验“彭阳精神”为核心，观赏胡锦涛总书记亲临视察并高度赞扬过的阳洼生态流域精品治理点，品味彭阳层层梯田绕山间的秀美风光及“国家园林县城”的风姿，从而感受彭阳人战天斗地、改变山河的精神风貌。

●皇甫故里一日游

途经“世界针灸鼻祖”皇甫谧文化广场—秦汉朝那古城遗址—北宋无量山石窟—小河湾秦汉遗址—岭儿沟旧石器时代遗址—城阳宋平安寨旧城址—五峰山道教奇观—长城塬秦长城遗址—乔家渠民俗风情园—瓔珞宝塔—彭阳县综合博物馆。行程以体验彭阳历史文化为主，重点观赏秦汉城廓、皇甫故里、唐宋古堡、故址遗迹，从中体验中华民族悠久的历史文化和彭阳古老的历史风貌。

以上三条旅游线路适宜组团游或自驾游。组团可与当地旅行社联系。

宁夏中铁青年旅行社：

联系人：安玉娟

电　话：0954-7016788

传　真：0954-7016788

地　址：彭阳县新华装饰综合楼

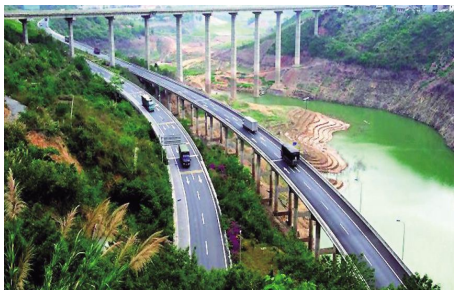
彭阳县交通信息

宝(鸡)中(卫)铁路、福(州)银(川)高速跨越彭阳西境,309国道与203省道在县境内呈“十”字交叉,等距相通银川、兰州、西安三大都市。形成了东进西出、南来北往“四纵四横”公路网络。县城半小时可上福银高速公路。固原机场距彭阳60公里,1小时车程即到,正在建设的彭(阳)青(石)一级公路即将开通,可谓四通八达。

由银川、西安出发到彭阳可由福银高速青石嘴收费站出口转青彭公路直达彭阳县城。

由兰州出发到彭阳可由西兰公路至福银高高速六盘山镇入口到福银高速青石嘴收费站出口转青彭公路直达彭阳县城。

固原出发到彭阳可由福银高速至青石嘴收费站出口转青彭公路直达彭阳县城。



中卫市

P231-258

中卫市位于宁夏回族自治区中西部，宁、甘、蒙三省区交汇处，是黄河中上游第一个自流灌溉市。地势西南高，东北低，市区平均海拔1225米，地貌类型分为黄河冲积平原、台地、沙漠、山地与丘陵五大单元，属典型的温带大陆性季风气候，因受沙漠影响，日照充足，昼夜温差大，平均气温在7.3~9.5℃之间，年平均相对湿度57%，无霜期158~169天，年均降水量180~367毫米。市政府所在地沙坡头区，东“锁扼青铜”，南“对峙香岩”，西“爽挹沙山”，北“控制边陲”。黄河平缓中流，滨河水乡，景色秀美。

中卫市土地肥沃，物产丰饶，素有“天下黄河富宁夏，首富中卫”之说，引黄灌区111万亩，是西北地区重要的商品粮、水产品和设施蔬菜生产基地。境内矿产资源种类众多，储量丰富，主要有煤炭、石膏、硅石、黏土、石灰岩及金、银、铜、铁等20多种。其中，石膏储量约70亿吨，居全国第二位。水资源丰沛，黄河流经全市182公里，最大自然落差144米，年均过境流量240亿立方米，秒流量1040立方米，水资源得天独厚，开发潜力巨大。国家重点项目“西气东输”工程横穿全境。

中卫市铁路、公路四通八达，交通便捷，是连接西北与华北的

第三大铁路交通枢纽，也是欧亚大通道“东进西出”的必经之地。包兰、甘武、宝中、中太银铁路在中卫交汇，可直达北京、上海、成都、西安、乌鲁木齐等 11 个省会城市。京藏等 5 条高速公路和 109 国道等 4 条公路干线穿境而过，是新疆、河西走廊通往东部地区最便捷的内陆通道。沙坡头机场的建成通航，构建起了立体大交通网络。

中卫历史悠久，渊源流长，3 万多年前就有人类在此繁衍生息。春秋时期为羌戎杂居地，秦纳入版图，属北地郡富平县，西汉属安定郡眴卷县，南北朝属灵州郡鸣沙县，隋唐属雄州和丰安县，北宋属昌化镇，西夏建制为应吉里寨和应理州，元朝仍设应理州，明永乐（1403 年）改宁夏右护卫为宁夏中卫，清雍正二年（1724 年）设中卫县，属宁夏府，1933 年分设中卫、中宁两县，1954 年宁夏并入甘肃省，1958 年宁夏回族自治区成立，中卫、中宁先后划归银川专区、银南地区和吴忠市管辖，海原先后划归固原地区和固原市管辖，2004 年 4 月，经国务院批准，中卫成立地级市。

中卫市辖沙坡头区和中宁、海原两县，共 40 个乡镇 442 个行政村、32 个社区居委会，总面积 1.7 万平方公里，常住人口 110.72 万。有汉、回、满、蒙古等 21 个民族。

沙波头区
红色旅游景点

孟长有烈士铜像

孟长有烈士铜像

孟长有烈士铜像位于宁夏中卫市第三中学校园文化长廊内。

孟长有（1916~1941），1916年3月8日生于宁夏中卫县柔远村。中学时代就品学兼优，在地下共产党员、民主进步教师尚铖、潘钟林、张方山等人的影响下积极追求革命。1938年7月入延安抗日军政大学，被编入洛川大队三分队从事政治、军事训练学习。1939年秋加入中国共产党。不久，组织派他去中央组织部在瓦窑堡举办的政治、党务训练班接受培训。从此，成长为一名革命战士。当年冬天，党组织派孟长有回宁夏从事地下工作。最初在中宁县地政局石空派出机构任职作掩护，但立足未稳就被卫宁同三县特派专员发现疑迹而遭

解雇。后经亲友、同事帮助到同心县喊叫水海如小学任教。他利用教师的身份宣传抗日救国的道理，培养革命进步事业人才，不长时间就争取、团结校长及教师建立新校规。

1940 年 4 月 13 日，由于叛徒的出卖，中共宁夏工委遭到严重破坏，工委书记崔景岳以及孟长有等多人先后被宁夏当局逮捕入狱，被押解到银川。孟长有多次受到宁夏省军警联合督察处的刑讯逼供，但他始终坚贞不屈，大义凛然，表现出了一个优秀共产党员的豪迈气概。在狱中他和崔景岳紧密配合，并与同室的共产党员相互鼓励、坚持斗争。1941 年 4 月 17 日晚，孟长有被以“共产党死硬分子”的罪名活埋于银川城隍庙后，时年 25 岁。

新中国成立后，人民政府追认孟长有为革命烈士。1953 年，毛泽东主席为孟长有家属颁发了“丰功伟绩，永垂不朽”的光荣证书。1965 年，孟长有烈士遗骨被安葬在八里桥革命烈士公墓。1989 年，在孟长有烈士殉难地建立纪念碑。

1995 年 4 月 5 日，中共原中卫县委、县政府举行了孟长有烈士铜像奠基仪式，1995 年 5 月 4 日，孟长有烈士铜像落成揭幕。铜像为半身胸像，高 0.88 米，全铜铸造，重 95 公斤，表面为金黄色。碑身高 1.37 米，呈直角立方体。底座高 0.55 米，总高为 2.80 米。碑身及底座用黑色天然大理石装裱。铜像正面的“孟长有烈士”手写体，为时任自治区党委书记黄璜亲笔题写，铜像背面介绍了孟长有烈士生平。

中卫孟长有烈士铜像于 2004 年 5 月被宁夏回族自治区党委宣传部、宁夏回族自治区文明办等部门公布为宁夏回族自治区爱国主义教育基地。

沙坡头区红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

沙坡头旅游景区

沙坡头旅游区位于宁夏中卫城西 20 公里处的腾格里沙漠东南边缘，浩瀚无垠的腾格里沙漠，沙海莽莽、金涛起伏，由北面滚滚而来，到这里遇到九曲黄河受阻，嘎然而止，伏首在黄河北岸的香山脚下，开成了一条长约 2000 米、高 160 多 米的沙漠瀑布，沙坡头由此而得名。这里集大漠、黄河、高山、绿洲为一处，即具西北风

光之雄奇，又兼江南景色之秀美。沙坡头是国家级自然保护区、国家“AAAA”级旅游区，是中国三大鸣沙山之一——“沙坡鸣钟”的所在地，这里的治沙成果曾获得联合国“全球环境保护500佳单位”荣誉称号。横跨黄河的“天下黄河第一索”、黄河文化的代表——古老水车、中国第一条沙漠铁路、黄河上最古老的运输工具——羊皮筏子，所有这些都为沙坡头成为世界旅游胜地奠定了坚实的基础。独特的自然景观，丰厚的人文景观和闻名世界的治沙成果，共同组成世界垄断性的旅游资源。沙坡头凭借黄河与沙漠这两大得天独厚的旅游资源，成功地开发了独具特色的旅游精品线路——黄河漂流线、沙漠探险游和治沙成果游。其丰富的活动内容和巨大的诱惑力受到越来越多游客的青睐，目前已被定为宁夏的对外旅游主打品牌向海内外市场推出。

中卫沙坡头景区

沙坡头旅游区

地址： 中卫市城区向西20公里

门票： 沙坡头旅游区（含沙坡头南区、北区、黄河悬索桥、中国沙漠博物馆、治沙展厅）实行一票制。

时间： 旅游旺季（4月1日至10月30日）
90元/人
旅游淡季（11月1日至3月31日）65元/人
70岁以上老人凭老年证门票全免
70岁以下老人凭老年优待证购票50元/人
身高在1.2~1.5米的儿童购优惠票50元/人
大中专在校学生凭学生证门票50元/人
现役军人持本人有效证件免门票
全天开放。

交通： 汽车客运站发车，半小时一班。

自驾： 从城区出发沿中央大道向西20公里处

寺口子

中卫寺口子雪景

中卫寺口风景区位于宁夏中卫市香山脚下。距首府银川市 170 千米，离中卫市区 48 公里，距离中卫飞机场 55 公里，交通方便，是中卫市第二大风景旅游区。

中卫寺口风景区是国家 AAA 级旅游景区，被评为“宁夏文明风景旅游区”、“宁夏十佳诚信旅游景区”和“宁夏全民健身攀岩基地”还有“首批中国自驾车旅游活动基地”、“中国魅力景区”等。是宁夏旅游资源中独具特色的风景区之一。

寺口子

地址： 中卫市城区东南经宣和镇 48 公里

门票： 65 岁以上老人凭老年证门票全免；70 岁以下老人凭老年优待证购票 40 元 / 人；身高在 1.2~1.5 米的儿童购优惠票 40 元 / 人；东西线 80 元 / 人；大中专在校学生凭学生证门票 40 元 / 人；现役军人持本人有效证件免门票。

时间： 全天开放。

交通： 汽车客运站乘车，从城区出发经宣和镇向南 48 公里处。

中卫市腾格里沙漠湿地旅游区

中卫市腾格里湿地旅游区是国家级水利风景区，国家 3A 级旅游景区，景区位于中国第四大沙漠——腾格里沙漠东南缘。景区占地面积 22 平方公里。腾格里沙漠东南边缘有丰富的地下水资源，形成了罕见的沙漠湖泊景观。湖面积总共有 10000 亩，是沙漠湖泊的典型代表。

中卫市腾格里沙漠湿地旅游区

地址：中卫市城区西北 6 公里

门票：旅游旺季（4 月 1 日至 10 月 30 日）30 元 / 人；旅游淡季（11 月 1 日至 3 月 31 日）20 元 / 人沙坡头旅游区、腾格里沙漠湿地旅游区门票套票。

旺季套票价格 120 元 / 人，优惠票 70 元 / 人；淡季套票价格 70 元 / 人

时间：全天开放

景区以沙靠水，有着特殊的地理构造，形成了动物和植物的多样性。鸟类共有 136 种，其中黑鹳、大天鹅、金雕属于国家一、二级保护鸟类，草鹭、北朱雀等 38 种属于中日候鸟保护品种；鱼类资源也相当丰富。这里是沙漠植物的世界，鱼的王国，鸟的天堂，人的乐园。

中卫市腾格里沙漠湿地旅游区

中宁县 红色旅游景点

中宁革命烈士纪念碑

2003 年，中宁县人民政府为纪念抗日战争、解放战争、抗美援朝战争中为国捐躯的革命烈士，在南河子公园东南侧修建革命烈士纪念碑，以先烈业绩，励子孙后代。纪念碑共投资 18 万元，于 2003 年底建成。整个碑体用大理石护面，其各部结构都具有一定的纪念寓意，碑高 9.14 米，纪念中宁解放日。碑厚 0.78 米，纪念 1978 年党的十一届三中全会召开，社会主义建设出现重大转折。碑基台宽 9.18 米，纪念中宁 1949 年 9 月 18 日县政府成立。碑基座高 0.71 米，纪念党的生日。外围栏杆高 0.54 米，纪念“五四”运动。纪念碑顶部基石厚 0.49 米，纪念 1949 年全中国解放，旧社会一去不复返，上面的台阶寓意新社会蒸蒸日上。踏步 3 级，分别代表从解放战争到抗美援朝再到社会主义建设三个历史时期。外围栏杆用草白玉砌

中宁革命烈士纪念碑

洪岗子拱北全景

成，共 19 个，寓意新民主主义革命开始（1919）。纪念碑座北向南，正南上方刻有英烈纪念碑记，下方刻有 109 名革命烈士名单，北面刻“革命烈士永垂不朽”八个大字。

中宁革命烈士纪念碑

地址： 中宁县城北 8 公里
门票： 免费
时间： 全天开放

洪岗子拱北

洪岗子（拱北）位于中宁县喊叫水乡石泉村，占地 5000 亩，因伊斯兰教虎夫耶门宦的洪门创始人洪寿林于光绪二十三年（1897 年）接任大教主之位后，在此处设立道堂传教，最初被称为洪岗岗，如今惯称“洪岗子”，是传教的宗教活动圣地。走进大寨子门，有一个古典式照壁，砖雕两边有一副对联，“明理明德明万代，善身善世善千秋”。1982 年，洪寿林之孙洪维宗（原自治区政协副主

席）主持扩建，其建筑规模宏大、造型独特、布局疏朗、造型肃穆、修饰典雅，具有浓郁的伊斯兰建筑风格。是宁夏及周边省区穆斯林心中的“小麦加”。每年到洪教主的归真纪念日，四面八方的教徒群拥而至，从 7 月 16 日至 24 日每天来朝拜者多达三万余人，可谓人山人海，盛况空前。这里曾为抗战和民族解放做出过重要贡献，当时洪派掌门人洪寿林冒着危险，将两名红军伤员藏在清真寺禁房内，躲过了敌人的搜查。红十五军团首长徐海东、程子华派敌工部长唐天际给他赠送了一幅大锦幛，上书“爱民如天”四个大字。是颇具影响的穆斯林宗教圣地和红色旅游景区。

洪岗子拱北

地址： 中宁县喊叫水乡
门票： 免费
时间： 全天开放

洪岗子拱北

海原县

红色旅游景点

牌路山革命烈士陵园

牌路山革命烈士陵园

地址：海原县城东南的牌路山脚下，距县城 2 公里。

门票：免费。

时间：全天开放。

交通：乘 1、2、3 路城市公交到牌路山路口站下车到达。

牌路山革命烈士纪念碑

牌路山烈士墓

牌路山烈士陵园位于中卫市海原县城东南的牌路山。

为缅怀先烈的丰功伟绩，进行爱国主义教育，2007 年 5 月，由宁夏回族自治区民政厅和海原县政府投资，兴建了牌路山烈士陵园。牌路山烈士陵园面西，背靠牌路山，占地 18 亩，分两级台地，第一级台地为纪念广场，第二台地为纪念碑，纪念碑顶部为一尊骑马挥枪的解放军战士雕塑，后面为革命烈士墓，纪念碑的背面镌刻海原县委、县政府撰写的碑文。

海原县红色旅游景点链接

JINGDIANLIANJIE

牌路山森林公园

牌路山森林公园位于牌路山烈士陵园以南，其中间中（卫）静（宁）公路相隔。

牌路山森林公园为现代园林及仿古式建筑相结合的现代公园，始建于2007年7月。园区由大门、游廊、蘑菇亭、花架廊、圆亭、六角亭等组成。大门为四柱三楼钢筋砼框架

牌路山森林公园

地址：海原县城东南的牌路山脚下，距县城2公里。

门票：免费

时间：全天开放

交通：乘1、2、3路城市公交到牌路山

牌路山森林公园秋景

仿清式大木法结构；游廊为仿古式卷棚建筑；蘑菇亭 19 个，花架廊左右对称，为双排柱仿竹花架廊；六角亭为仿清式建筑。公园现已初步形成了春季杏花、桃花映红，夏季绿树成荫，秋季红叶烂漫，冬季松柏挂雪，登高鸟瞰县城全景，成为集休闲、娱乐与生态保护于一体的森林公园。

海原地震博物馆

海原地震博物馆

海原地震博物馆始建于 2009 年 10 月，总占地面积 60 亩，总建设面积 31433 平方米。展览内容分九大部分：山崩地裂、地震奇灾、海原地震断裂带、赈济救灾、灾难不已、科考研究、20 世纪以来国内发生的特大地震、地震科普知识。以珍贵照片、地震文物、相关文献资料，真实再现了那段悲惨历史。

海原地震博物馆

地址：海原县城东南的牌路山脚下，距县城 2 公里。

时间：全天开放。

交通：乘 1、2、3 路城市公交到牌路山路口站下车到达。

1920 年 12 月 16 日发生的海原 8.5 级大地震，伤亡惨重，损失空前，震惊世界，为人类历史上罕见的毁灭性地震，时称“环球大震”；因海原地处黄土高原，地震发生时人们居住多为拱窑和崖窑，地震造成 27 万余人死亡。地震发生后，据当时的调查及报道，这里山崩地裂，河流壅塞，交通断绝，房屋倒塌，时至冬夜，天寒地冻，灾民无衣、无食、无住，加之疫病横行，灾难之深重，惨绝人寰。

天都山石窟

天都山石窟位于西安州古城西 15 公里的西华山上。石窟始建于北魏时期，清乾隆以前，有石窟 3 孔，康熙年间先后又凿成 6 孔。石窟群建在沟西朝东的山坡上，依山势开凿，沿山筑台，建有大小殿宇 13 处。此窟群溶佛、道、儒三家为一体。每年四月初

天都山石窟

地址：海原县西华山，距西安镇 15 公里。

时间：全天开放。

交通：目前开通到达景区班线

自驾：从县城出发沿中靖公路至小河桥转入小河公路到西安镇园河村进入景点水泥路行至景点可到达。

天都山

天都山石窟佛像

八都举行盛大庙会，会期三天，届时善男信女纷纷朝山。1989 年，被县宗教局定名为“天都山道观”。此后，道观管委会完成三清、三皇、三官殿及山下大坝的修建，并根据张理穷道长的遗愿，命名为朝元观。现为宁夏回族自治区区级名胜古迹重点保护单位。

天都山石窟全景

九彩坪拱北

九彩坪拱北位于牌路山烈士陵园东南，景点之间中（卫）静（宁）公路贯通，相距里程 60 公里。

九彩坪拱北位于九彩乡九彩坪村的屹垯山巅上，南距县城 39

公里。始建于清同治二年（1863），为中国伊斯兰教嘎德忍耶门宦第七辈教主杨保元和其九彩坪分支第一辈老人家安洪雄、第二辈杨枝云等 16 位老人家的陵园。民国九年（1920）大地震时被毁，后经修复，“文化大革命”中建筑物被破坏殆尽，1980 年后经过多年修复，基本恢复原貌。现有建筑物均以水磨砖雕装饰，重现了当年建筑风格。

九彩坪拱北砖雕艺术独具特色。砖雕工艺多以青砖为料，用刻刀雕镂成各种浮雕和图案，然后块块对接，拼成画屏。每年逢农历正月二十五日、八月十五日，全国各地嘎得忍耶门宦的各族教徒云集于此干尔麦力，盛况空前。现为宁夏回族自治区区级名胜古迹保护单位，也是海原县重点旅游景点之一。

九彩坪拱北

地址：海原县九彩乡，距乡政府 2 公里。
时间：全天开放。
交通：乘县城发往九彩、李俊的客车到九彩乡政府可达。
自驾：从县城出发沿中靖公路行至九彩乡政府可到达。

九彩坪拱北全景

风味名小吃

中卫自古得黄河灌溉之利，盛产稻、麦和各类杂粮，应时瓜果蔬菜应有尽有，鲤、鲫、鲶、鸽子鱼及猪、羊、鸡、鸭、鹅等，种类繁多，成为名副其实的“鱼米之乡”，这为中卫风味小吃多样化提供了物质条件。中卫人利用丰富的农、副、畜、土特产，加工各种荤素食品，创造出了许多具有地方特色的风味小吃，至今仍脍炙人口。其中适应节令的早点、夜宵，品样繁多，味美可口，经济实惠，贫富皆宜，行者大有“闻香下马，知味停步”之感。来过此地的人无不称赞“物美价廉，留香齿颊，别有风味。”

中卫风味小吃荤素皆有，各具特色。其中较为人们喜爱的，大概有以下30余种。最能体现中卫特色的有以下几种：

●中卫烩小吃

中卫烩小吃，又称素杂烩，是很多食客所乐意吃的。素杂烩里的配料都很简单，主要是夹板子、豆腐、粉条、面筋、菠菜，丸子，再加上清莹的汤，辅以佐料小煮即成。像豆腐、菠菜之类都是现成的，而夹板子就得提前加工了。夹板子能做成素的，也能做成荤的，如果想吃荤的，就把肉洗净剁成肉泥，拌入淀粉、葱末、姜末等料，制成肉馅将制好的一半肉馅平抹在鸡蛋皮上，上面再盖一张鸡蛋皮，压实后用刀切成菱形块，下入油锅内炸成金黄色捞出（俗称夹板或夹沙），另一半肉馅则用手挤成丸子，也下油锅炸熟。夹板子荤有荤的做法，素就有素的做法，程序都一样，只是配料换了而已。

“杂烩”是一种著名的传统美肴，中华古今均有制作。而中卫的素杂烩具它自己的特色，来过中卫并品尝过素杂烩的人无不称赞“物美价廉，特色鲜明，别有风味”。

●蒸羊羔肉

中卫香山羊羔肉以味鲜肉嫩，营养价值高而闻名区内外。蒸羊羔肉是中卫一道著名小吃，肉质软嫩，葱香浓郁，深得餐客青睐。主要做法是将羊羔肉带骨剁成小块，用精盐味精、花椒大料油和适量面粉拌匀入味后放在小碗里，上面再放上大葱、鲜姜，然后上笼蒸熟即成。吃时，可撒上香菜，配以干粮馍。

●枣糕油饼子

枣糕油饼子是两种食物精妙的

组合，枣糕由大枣晒干去核后，熬成枣汁，和糯米蒸煮而成，有些人喜欢口感筋道还可以加入少量大米。油饼子是将面粉和成软面擀成碗状大小，在西北特有的胡麻油里炸制，刚出锅时外酥内软，放的时间越长越酥甜。将枣糕抹到油饼子上一起吃，就成了中卫独有的传统小吃。

●爆炒羊羔肉

中卫爆炒羊羔肉以色泽红亮、肉质软嫩、滋味醇厚成为中卫传统名小吃。主要做法是炒锅中放入适量植物油，将剁成块的羊羔肉下入锅内用旺火煸炒，边炒边加入芹菜、粉条等配料，炒至羊羔肉断生即成。吃时，可佐以米饭。

●清蒸鸽子鱼

鸽子鱼又名铜鱼，以宁夏中卫至石咀山河湾为多，因它体形似鸽而得名。它是宁夏地区一种珍贵的鱼类。鸽子鱼肉细白嫩，滋味鲜美。历代朝廷曾将宁夏中卫鸽子鱼设立为“官渔”，按期奉鱼进京，供帝王食用。主要工艺是将鸽子鱼宰杀洗净，在鱼两面各剞斜刀纹若干，放入盛器中，加精盐、胡椒粉、味精、酒、葱结、姜片腌1小时左右。将鱼放入盘中，上笼蒸熟，拣去葱结、姜片，随上姜醋即成。现在，因黄河鸽子鱼稀缺而使这道小吃近乎绝迹。

●煎猪脏

煎猪脏是流传百年、深受中卫汉族人群喜爱的传统小吃，为鲜猪血拌糯米久蒸而成。吃时将它切成片状，和卤猪头肉用平底锅煎制。该小吃米色红润光泽，肥而不腻，脂肪渗入米内，细细咀嚼，余味不尽，可以下酒，也可以带回家里，吃时自煎。

●米黄子

先将黄米粉用水和成糊状发酵。在带盖的凹形锅里加清油和糖果子(麦芽糖)，灌入发好的黄米面糊，煎熟后出锅。一面呈茶色，一面呈乳白色，现煎现卖，形似蛋糕，吃起来软脆香甜。漩粉凉菜：将漩粉皮切成条状，加少量的青菜，佐以芥末汁、蒜泥、芝麻酱、陈醋等拌匀，为春末夏初的应时佳品。

地域特色

中卫历史上曾是一个多民族聚居的地方，在漫长的历史岁月中，各民族频繁迁徙，各种文化交融发展，在此基础上形成古朴淳厚、情趣盎然、独具特色的中卫地方民俗文化。

中卫地方文化最具特色的就是中卫方言。中卫方言通常指的是自黄河以北灌区到县城附近为代表的话语。即以县城为中心辐射开去，包括文昌镇、滨河、东园、迎水、柔远、镇罗以及沙坡头、孟家湾等地。黄河以南的少数几个乡镇如倪家滩、下河沿、香山乡，甚至中宁县的余丁乡人，也说中卫方言。中卫方言以特有的语言、词汇和语调，将本地人和其他地区人们区别开来，不仅在西北方言中有特殊地位，而且在现代汉语以北方话为代表的共同语中，内部一致性也较强。乍到中卫，听“中卫话”感到非常有趣，别具一格。中卫话有以下几个特点。一是名词、动词词汇用语上，用“子”作后缀或重叠构词多。如：“火取子（火柴）、干腿子（小腿）、胳肘子（胳膊）、脖了盖子（膝盖）缸缸子；罐罐子、盆盆子、车车子、盘盘子、袜袜子”等等。用“子”作后辍或重叠构词用语，是中卫话区别于北方方言的一大特点。二是较多地保留了古代白话词语，诸如：“巴结（讨好）、把式（有某种技术）、绊蒂辫子（走累了）、泼烦（麻烦、烦燥）、赋头驴计（扯谎、哄人）、烧包（不稳重）、舒坦（舒服）、谈闲（背后说是非）、现活（不争气）、贼的狠（机灵）、打捶（打架）、一达里（一起）等。三是人口构成来源复杂，词汇形成了全国各地方言土语相融合性的特点。诸如：“心疼得很（漂亮）、愁肠（发愁）、扯磨（聊天）；奸弯（狡猾）、淡话（不该说的话）、胳浪赤（腋窝）、腿恰子（大腿内侧）”等。四是对一些动、植物名称的称谓，有其浓厚的地方色彩。诸如；“夜猫乎（猫头鹰）、癞黑毛（蝌酚）、精屁股刘丝（蜻蜓）、黄老鼠（田鼠）、叶挑子（蝴蝶）、芋头（土豆）、葫芦（南瓜）、青豆（黄豆）、茭葫芦（茭瓜）、豆格子（各类豆角）等。五是形容词词汇用语“的”作修饰词的较多。如“圆圆的、扁扁的、瘪瘪的、鼓鼓的、方方的、

尖尖的、细细的、粗粗的、憨憨的。

中卫方言是中卫人社会生活的百科全书，中卫方言的文化内涵非常丰富，表现力也非常强。同一地区用方言交流，会让人感觉有亲切感，有亲和力。

民间剪纸是中卫传统民俗文化的主要内容。每逢年节，嫁娶、乔迁、寿日，中卫农村妇女都要剪一些窗花、门画、鞋花、枕头花、杜豆花、针扎花以及玩具、花灯等，用来点缀、装饰自己的坏境，增加瑞色喜气。

中卫民俗文化更多的体现在时岁节日、生产生活习俗上。现存流行的主要习俗有：

●过春节

春节是一年中最大的传统节日，外出者一般都要回家欢度佳节。农历年三十准备“过年”。家家户户挂年画贴对联，置供品香火，敬神祭祖。下午全家同桌就餐称为“团圆饭”，长辈上座，子女相陪，酒菜丰盛，满桌佳肴，全堂欢喜。除夕之夜，室内外灯烛通明，全家要“守岁”，长辈给小孩“压岁钱”。

正月初一到初三为“春节”，传统叫岁节元旦，男女整肃衣冠，燃烛烧香，祭拜天地、家神。大年初一不出门。初二晨，卑幼拜尊长毕，始出贺亲友乡里，曰“拜年”。继而玩社火，鸣放鞭炮，尽情嬉游。旧习初一不动刀、不扫地、不淘米、不提水、不泼水、不食粥、不讨债、不干活、不借钱、不打人、不骂人、不倒垃圾，后又定为不出门。此俗今不盛行。初三起，各寺观僧道、居士诵经祭神佛，信男善女进香送布施，不过初五，人们很少去别人家串门或是走亲戚，各自在家里玩纸牌。初五家家早上吃饺子，叫“填穷坑”，意为人们穷怕了，吃了干饺耐饱，表示全年不再挨饿。破五后，人们走亲戚、看朋友。各庙会、各行会的社火队走街串巷化布施、收馍馍。初七，当地叫“人七日”。下午家家必吃长面，叫“拉魂面”。

●闹元宵

农历正月十五称元宵节。民间习俗吃元宵，象征全家团圆。元宵节又称灯节。每年正月初十起至十六日止。十四日名“试灯”，十五日名“正灯”，十六日名“罢灯”。现在主要集中于正月十五日晚，各家门前

挂花灯，或晚间举灯到街头闹市游灯。在指定街巷，各行政企事业单位设置灯架，立有大排灯、小排灯、鳌山灯、黄河灯等多种类型供人观赏。群众团体出动高跷旱船，龙灯狮舞，大头娃嬉溜翠等社火队上街表演。入夜，市政府组织燃放烟火，夜空焰火四布，极为壮观。之后群众观灯逛夜市，品小吃，尽兴而归。群众称此节为过“小年”。

●二月二

农历二月初二民俗称“龙抬头”。早在明代，乡民用灰自门外委蛇布入宅厨，旋绕水缸，呼为引龙回。用面作饼，熏床炕令百虫不生。现在农家还炒蚕豆、黄豆、豌豆等以应节气，谓之“炒豆豆”。

●正月二十三

民谚“正月二十三，家家户户都燎街”。这一天黄昏，家家门前点放柴禾，火里加放麸子、颗盐、五谷杂粮。大人小孩从火堆上反复眺过，嘻笑耍闹。火熄后，灰烬用锹撒向空中，火星乱舞，近似礼花。火星扬得越花，大家越高兴，祈盼新的一年财源茂盛，五谷丰登。

●端阳节

农历五月初五为端阳节，又称“端午”。民间城乡各家均用糯米、红枣蒸制“棕糕”、包裹“粽子”，自食或馈赠亲友。富裕之家备办酒肴；阖家聚餐，饮雄黄酒，门前窗口插沙枣花、臭蒲叶、野艾等寓意避邪。现在喝雄黄酒，插沙枣花、蒲叶之俗已不大讲究，吃粽糕相传至今。

●中秋节

农历八月十五日为中秋节。是日，城乡各家均用面粉烙制大饼，称“月饼”。月圆升空时，在露天或客堂设案，供以月饼、瓜果等祭品，点燃香表祭月宫，谓之“拜月”。此俗今在城乡仍沿用。

●清明节

每年清明节前数日，家家户户均备祭品纸钱，由家长率儿女到先祖墓地烧钱挂纸，祭祖。清明这一天，可以加土添坟、修整墓地。

●浴佛节

农历四月初八为释迦牟尼生日，名浴佛节。每年，佛教寺庙浴佛诵经，举办法会。城乡信徒及善男信女多备供品、香火，前往烧香拜佛，祷求佛祖保佑平安、吉祥无灾。

●中元节

每年农历七月十五日为中元节。城乡群众多备祭品供奉土地灵位，祭祀土神，祈祷全年粮食丰收。多数农户如此日不祭，便在秋后，请道士、阴阳诵经一昼夜，专祭土地神，称“谢土”。

●十月朝朝

每年农历十月初一为十月朝朝。家家备供献、纸钱给祖先亡灵烧化、祭奠，意为送寒衣费用。有民谚“十月朝朝，买纸烧烧”。

●冬至

每年冬至这一天，群众各在门前为祖先亡灵烧化纸钱，以示年关将近，给祖先亡灵送钱备年关。

●送灶神

每年腊月二十三日为各家送灶神回天宫日。是日，于灶神灵牌前上供品，烧香化纸，祭祀祈祷“上天言好事，下界降吉祥”。

●过满月

孩子出生后满30天称“满月”。满月那天，早晨由女方母亲抱婴儿出家门到街巷口迎喜，遇第一人必以钱物赠之（继之有的补拜为干爹或干爷），后抱回。亲朋前来祝贺满月，吃酒菜，给婴儿送衣物。有的人家不过满月过“百阵”（俗称“百日”、“百禄”）。婴儿一百天剃除胎发，以百禄长面或设宴招待光临之亲朋，祝贺者给小孩赠衣物。至今“过满月”、“过百禄”之俗依然存在。

●拢寿材

民间上年纪的老人，于健在时给自己提前制作的棺木称“寿材”。有的是老人自己准备，有的是子女为孝敬老人提前办置。当棺木做好后，即先进行扫材礼仪。扫材这天亲朋好友赠送绸缎被面等礼品祝贺，主人备酒肉招待，家庭富有者设宴答谢。

序号	星级酒店名称	负责人	星等	地址
1	逸兴大酒店	吴凤梅	四星	宁夏中卫市鼓楼北街 2 号
2	中卫红宝宾馆	吴阳婷	四星	中卫市鼓楼南街南端
3	沙坡头假日酒店	薛　刚	四星	中卫市沙坡头区水利枢纽院
4	万瑞酒店	董丽华	三星	中卫市鼓楼东街三森家具广场对面
5	世和中卫宾馆	张顺霞	三星	中卫市鼓楼西街 100 号
6	君悦酒店	孙存宝	三星	中卫市鼓楼东街汽车总站西侧五环广场对面
7	卓越酒店	郑天志	三星	中卫市鼓楼东街 126 号
8	宏伟大酒店	祝永红	三星	中卫市鼓楼东街汽车客运总站向西 400 米
9	宇丰大酒店	李知刚	三星	中卫市长城东街与文昌北街交界处
10	天马宾馆	范　婷	三星	中卫市鼓楼东街汽车客运总站南侧
11	中宁宾馆	王淑贤	三星	中宁县富康广场东侧
12	中宁恒大宾馆	王立军	三星	中宁县中心广场南侧
13	沃尔德宾馆	朱海勤	三星	中宁县北街北河桥东侧
14	海原宾馆	杨国义	二星	海原县政府南街
15	隆城酒店	梅　波	四星	中卫市鼓楼东街五环广场西侧

中卫列车时刻表

车次	列车类型	始发站	始发时间	经过站	经过站到达时间	经过站到达时间	终点站	到达时间
1717/1720	空调普快	呼和浩特	13:48	中卫	第 2 日 02:55	03:05	成都	06:59
1718/1719	空调普快	成都	11:00	中卫	第 2 日 14:42	14:53	呼和浩特	06:17
2635	空调普快	呼和浩特	14:33	中卫	第 2 日 03:51	04:02	兰州	09:26
2636	空调普快	兰州	11:46	中卫	当天 17:39	17:47	呼和浩特	07:20
7511/7514	普慢	银川	06:15	中卫	当天 10:34	10:54	平凉南	18:40
7513/7512	普慢	崇信	08:57	中卫	当天 16:52	17:11	银川	21:45
7519	普慢	中卫	16:44	中卫	当天 16:44	16:44	武威	21:45
7520	普慢	武威	09:32	中卫	当天 16:20	16:20	中卫	16:20
7531/7534	普慢	银川	07:49	中卫	当天 15:02	15:02	中卫	15:02
7532/7533	普慢	中卫	15:21	中卫	当天 15:21	15:21	银川	23:11
K1085/K1088	空调快速	西安	17:38	中卫	第 2 日 04:54	05:22	银川	08:03
K1087/K1086	空调快速	银川	18:25	中卫	当天 20:54	21:14	西安	08:35
K1295/K1298	空调快速	银川	12:00	中卫	当天 14:24	14:44	广州	08:15
K1296/K1297	空调快速	广州	19:16	中卫	第 3 日 13:40	14:00	银川	16:19
K1305/K1308	空调快速	西安	18:35	中卫	第 2 日 06:27	06:51	银川	09:37
K1307/K1306	空调快速	银川	17:06	中卫	当天 19:51	20:11	西安	08:10
K359/K362	空调快速	银川	20:14	中卫	当天 22:48	23:08	上海	06:02
K360/K361	空调快速	上海	09:29	中卫	第 2 日 17:04	17:24	银川	19:53
K43	空调快速	北京	10:55	中卫	第 2 日 09:48	10:00	兰州	16:19
K44	空调快速	兰州	15:26	中卫	当天 20:47	20:59	北京	19:42

车次	列车类型	始发站	始发时间	经过站	经过站到达时间	经过站到达时间	终点站	到达时间
K452/K453	空调快速	成都	19:11	中卫	第 2 日 17:35	17:44	乌鲁木齐	18:59
K454/K451	空调快速	乌鲁木齐	13:11	中卫	第 2 日 15:25	15:34	成都	15:01
K915	空调快速	银川	22:40	中卫	第 2 日 01:26	01:34	西宁西	10:35
K916	空调快速	西宁西	19:15	中卫	第 2 日 04:18	04:27	银川	07:07
K9663	快速	平凉南	20:52	中卫	第 2 日 02:41	02:49	兰州	08:25
K9664	空调快速	兰州	19:14	中卫	第 2 日 00:57	01:10	崇信	08:06
T175	空调特快	北京西	11:56	中卫	第 2 日 01:07	01:19	西宁西	09:10
T176	空调特快	西宁西	11:25	中卫	当天 20:26	20:40	北京西	10:48
T177	空调特快	北京	15:18	中卫	第 2 日 09:24	09:39	乌鲁木齐	07:45
T178	空调特快	乌鲁木齐	16:59	中卫	第 2 日 14:56	15:14	北京	09:41
T27	空调特快	北京西	20:00	中卫	第 2 日 07:36	07:51	拉萨	15:40

中卫香山机场航班时刻表

中卫香山机场出港航班信息时刻表

航班号	起飞	到达	飞行时间	机型	餐食	准点率	价格（元）
四川航空 3U8789	11:05 中卫香山机场	12:15 西安咸阳机场	1 小时 10 分	320	无	92%	1260
四川航空 3U8790	20:55 中卫香山机场	20:05 北京首都机场	2 小时 10 分	320	有	92%	760

中卫香山机场到港航班信息时刻表

航班号	起飞	到达	飞行时间	机型	餐食	准点率	价格（元）
四川航空 3U8789	07:55 北京首都机场	10:05 中卫香山机场	2 小时 10 分	320	无	92%	1260
四川航空 3U8790	18:40 西安咸阳机场	20:00 中卫香山机场	1 小时 20 分	320	有	92%	760

附　录

P259-260

宁夏回族自治区爱国主义教育基地一览表

爱国主义教育基地名称	地　　址	利用级别
银川钟鼓楼——中共宁夏第一个特别支部旧址	银川市解放东街和鼓楼南北街的十字路口交叉处	市级
银川八里桥革命公墓	银川市兴庆区满春乡北侧	区级
银川中山公园烈士纪念碑	银川市兴庆区中山公园内	区级、市级
银川景岳小学三烈士纪念碑	银川市兴庆区回春巷 73 号景岳小学院内	国家级、区级
宁夏博物馆	银川市金凤区北京中路路北、广场东路东侧	国家级
王克和烈士墓	银川市永宁县城伊品集团北门口西侧	县级
灵武市烈士陵园	银川市灵武市灵武园艺场内	县级
石嘴山市烈士陵园	石嘴山市大武口区西北约 5 公里处	区级
任天财、李双双烈士雕像	石嘴山市大武口区的中华奇石山上	区级
涝河桥烈士陵园	吴忠市利通区东南约 4 公里处的清水沟旁	区级
余家桥烈士陵园	吴忠市青铜峡市青铜峡镇余桥村	区级
同心清真大寺——陕甘宁省豫海县回民自治政府成立大会旧址	吴忠市同心县城西南一个高地上	国家级
盐池县革命烈士纪念园	吴忠市盐池县城南花马寺国家森林公园内	国家级
固原革命烈士纪念碑	固原市原州区政府街小西湖公园正门东侧	市级
红军长征青石嘴战斗纪念碑	固原市原州区开城镇青石嘴村上青石寨子梁山巅	区级
单家集单南清真寺——红军长征纪念地	固原市西吉县兴隆镇单南村	区级
中国工农红军长征将台堡会师纪念碑	固原市西吉县将台堡	区级
龙潭烈士纪念亭	固原市泾源县著名风景区老龙潭	区级
六盘山红军长征纪念馆	固原市泾源县六盘山镇	国家级
小岔沟毛泽东长征宿营地	固原市彭阳县古城镇彭(阳)青(石嘴)公路北侧	县级
任山河烈士陵园	固原市彭阳县古城镇任山河村	区级
孟长有烈士铜像	宁夏中卫市第三中学校园文化长廊内	区级

后记

宁夏是中国共产党建立组织、开展活动较早的省区之一。从1926年秋第一个中共特别支部诞生开始，党先后多次在宁夏建立组织。在长期的革命斗争中，毛泽东、周恩来、朱德、张闻天、王稼祥、邓小平、左权、聂荣臻、叶剑英、杨尚昆等老一辈无产阶级革命家都在宁夏留下了光辉的足迹，许多革命前辈将鲜血和生命献给了这片热土，给我们留下了许多宝贵的革命遗址。这些革命遗址是博大深厚的红色资源，折射着后人永远敬仰的革命理想和道德风范，是对广大党员干部、人民群众特别是青少年进行爱国主义和革命传统教育的生动教材。

红色旅游自2004年起发展至今成就显著。为了大力宣传红色旅游中所蕴涵的红色文化，系统介绍红色旅游景区景点和线路，全面展示红色旅游发展的成果，2012年8月，中共中央党史研究室和国家旅游局联合下发了《关于组织编纂中国红色旅游系列丛书的通知》，要求各地编纂中国红色旅游系列丛书。根据中共中央党史研究室的统一部署，中共宁夏回族自治区委员会党史研究室联合宁夏回族自治区旅游局下发了《关于组织编辑〈中国红色旅游指南——宁夏卷〉的通知》，后改名为《宁夏回族自治区红色旅游指南》，组织全区各市县党史部门合作编写了《宁夏回族自治区

红色旅游指南》一书。

在编写该书的过程中，我们努力以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观为指导，按照习近平总书记实现“中国梦”的要求，紧紧围绕“四个宁夏”建设和自治区党委政府的工作大局，坚持把以史鉴今、资政育人作为根据任务，遵循新时期社会主义精神文明建设的特点和要求，以爱国主义和革命传统教育为主题，以满足人民精神文化需求为出发点和落脚点，深入挖掘宁夏红色旅游的思想文化内涵，全面展示宁夏悠久的革命历史和丰富的红色旅游资源。

该本采用图文并茂的形式，着重挖掘宁夏红色旅游发展的相关背景和资源，系统介绍宁夏红色旅游景区景点和旅游线路，充分展示宁夏共产党人和人民群众不屈不挠的革命精神和不畏艰险努力拼搏的奋斗历程，同时链接介绍红色旅游线路中途经的绿色、古色、民俗等景区景点，突出宁夏各地地域文化特点，使该书既能充分体现红色旅游的革命文化内涵，又能成为人民群众出行的旅游指南。

《宁夏回族自治区红色旅游指南》作为中国红色旅游系列丛书之一，旨在使广大读者对宁夏各地红色旅游景区景点、旅游线路有更充分便捷的了解，对其中所反映的中国共产党的奋斗历程和近代革命史有更深刻的认识，这对于加强爱国主义和革命传统教育，在全社会进一步倡导社会主义核心价值观都具有积极的促进作用。

本书编委会由中共宁夏回族自治区委员会党史研究室、宁夏回族自治区旅游局，银川、石嘴山、吴忠、固原、中卫五市党史研究室相关人员组成。该书的基本史料由各市县（区）党史部门和

旅游部门提供，各市委党史研究室负责审定、汇总上报。全书的统稿、修改和审定工作，由中共宁夏回族自治区委员会党史研究室主任宋建钢、副主任余剑雄具体负责，中共宁夏回族自治区委员会党史研究室宣传教育处胡伟东、纳建萍对书稿进行审改，纳建萍具体负责文字、图片等的编辑工作，张莉对部分书稿进行了修改，宁夏回族自治区旅游局对书稿也提出了具体修改意见。该书在史料的编选上，充分吸收了中共宁夏回族自治区委员会党史研究室2012年出版的《宁夏回族自治区革命遗址通览》一书中的内容。中央党史研究室宣传教育局在本书整个编写过程中给予了悉心指导。该书中《宁夏回族自治区红色历史概况》、《宁夏回族自治区国家级、省级爱国主义教育基地一览表》，均由宁夏回族自治区党委党史研究室纳建萍撰写和整理，《宁夏回族自治区红色旅游概况》由宁夏回族自治区旅游局刘刚撰写，图片由自治区党委党史研究室征研处王锋和各市党史部门拍摄、提供。

宁夏各市、县（区）党史部门的同志为本书的出版付出了艰辛的劳动，作出了贡献。在此，谨向参与此书编写工作的杭斌、蒋晓钟、黎金宝、魏晓东、冯中海等同志表示衷心的感谢。

最后，在本书出版之际，我们谨向中共党史出版社的同志表示深深的谢意，他们为本书的出版发行付出了辛勤劳动。

按照中央党史研究室的要求，编写者要力求将该书打造成一部精品，但限于水平和史料，书中难免有误，疏漏、不当之处望广大读者批评指正。

编 者

2014年6月

图书在版编目（CIP）数据

宁夏回族自治区红色旅游指南/中共宁夏回族自治区委员会党史研究室，宁夏回族自治区旅游局编著. —北京：中共党史出版社，2014.6
ISBN 978-7-5098-2699-7

I. ①宁… II. ①中… ②宁… III. ①革命纪念地—旅游指南—宁夏 IV. ①K928.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 118331 号

出版发行：中共党史出版社
责任编辑：陈海军　王刚（特邀）
复　　审：姚建萍
终　　审：汪晓军
社　　址：北京市海淀区芙蓉里南街 6 号院 1 号楼
邮　　编：100080
网　　址：www.dscbs.com
经　　销：新华书店
印　　刷：银川金利丰彩色印刷有限责任公司
开　　本：787mm×1092mm　1/16
字　　数：200 千字
印　　张：17.25
印　　数：1-1000 册
版　　次：2014 年 6 月第 1 版
印　　次：2014 年 6 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5098-2699-7
定　　价：88.00 元

宁夏回族自治区红色旅游指南

ISBN 978-7-5098-2699-7

9 787509 826997 >

定价：88.00元