

# 旅居青岛：重塑滨海旅游新体验

——对话青岛大学政治与公共管理学院教授张洪慧

□青岛日报/观海新闻记者 马晓婷

盛夏时节，山海青岛再迎文旅热潮。不同于以往游客走马观花、短时打卡的滨海游览模式，今年夏天，一种慢下来、住下来、沉浸式体验城市烟火的旅居新风尚愈发凸显。

“游客的停留时间更长了，选择旅居的游客明显变多了。”谈及今年旅游市场的新变化，从业者有着共同的感叹。大数据为大家的感受直观画像——来自途家民宿的数据显示，今年暑假，平台上连住7天的旅居订单同比增长30%，连住15天、30天的旅居订单同比增长均超过40%。其中，青岛位列全国暑期民宿预订量第一；在连住15天及以上的旅居订单中，青岛也跻身全国前十。

从“看风景”到“过生活”，旅居正在重塑青岛滨海旅游的新体验。这一全新的旅游模式跳出传统观光的急促节奏，褪去单一康养疗养的刻板属性，既以山海诗意为年轻人提供松弛的精神栖居，也以慢节奏的在地生活给予长者温暖的情感陪伴，更以多元开放的城市场景，构筑起旅居者与城市、与市井烟火的深度共情纽带。

《旅游强国建设“十五五”规划》提出，丰富高品质旅游供给，积极培育康养旅游等融合业态，引导有条件的地方发展旅居。青岛“十五五”规划纲要将康养旅居摆在重要位置，明确提出高水平建设“中国康湾”，加大康养服务和产品供给，创新温泉、海岛、疗愈、森林等特色旅居康养模式，建设一批旅居康养基地。一系列部署为青岛国际滨海旅游度假目的地建设打开了更为广阔的产业维度。

立足旅居发展新机遇，青岛有哪些存量资源亟待进一步盘活？面对日趋激烈的行业竞争，城市旅居产业又该如何塑造差异化竞争力、释放独特禀赋？日前，青报智库专访中国老年学和老年医学学会国际旅居康养分会副主任委员、青岛大学政治与公共管理学院教授张洪慧，共探“中国康湾”背景下青岛旅居融合发展的产业逻辑与产品构想。



■张洪慧 王雷 摄



■航拍青岛小鱼山。王雷 摄

## 趋势迭代，文旅消费走向“情感生活化”

**青报智库：**旅居正在成为越来越多人青睐的度假方式，您的观察，这个趋势背后的核心驱动力是什么？

**张洪慧：**旅居是旅游概念的深化。旅居热潮的兴起，是经济社会发展、居民收入提升与大众需求迭代共同催生的必然趋势，也是文旅产业延伸链条、提质升级，以及健康中国战略落地的重要体现。

从底层逻辑来看，大众旅游已经完成了需求层次的深刻跨越。过去传统旅游以短期观光、走马观花为主，主要满足人们基础的出行、观赏需求；如今物质生活富足后，大众消费不再局限于基础需求，开始追求身心兼顾、养乐相融的高阶体验，更加看重生态环境、身

心疗愈、健康养生与文化社交的综合价值。

消费能力提升，让人们有条件、有底气跳出短途赶路式旅游，愿意以更长周期停留一座城市；需求层次升级，则推动文旅消费从单一“看风景”，转向工作、生活、度假、康养深度融合的沉浸式生活方式，强调环境宜居、医养融合、身心疗愈等生活体验。这种从“短暂游览”到“长期栖居”的转变，正是当下旅居业态持续升温的核心底层逻辑。

**青报智库：**相较于传统滨海观光、短期度假，康养旅居作为新型文旅业态，核心受众人群有哪些？

**张洪慧：**和短期观光旅游不同，旅居面向全年龄段人群，受众结构十分多元，大致有以下类型：一是活力长者群体，他们时间自由、消费稳定，也就是大家常说的“有闲有钱”，选择旅居是为了到生态优美、人文景观丰富的地方换一种生活方式；二是弹性工作群体，也是旅居市场的核心增量人群，包括高校科研工作者、自由职业者等，这类人群工作灵活、审美多元，长期身处都市高强度工作状态，旅居对他们而言是一场适配情绪需求的精神疗愈，是兼顾工作、休闲与自我松弛的新型生活方式；三是特色需求群体，比如备孕、孕哺人群等，他们更看重旅居地的生态环境、人文氛围与生活配套，依托良好的旅居环境实现身心滋养，进一步拓宽了旅居市场的边界。

## 禀赋突围，夯实旅居发展核心竞争底座

**青报智库：**对比国内众多滨海目的地，青岛发展旅居拥有哪些独特的优势？

**张洪慧：**青岛发展旅居，有着独有的复合型资源禀赋，这为推进“中国康湾”建设提供了多元承载。

青岛有着得天独厚的气候与生态条件，地处全球公认宜居的北纬35°~37°滨海地带，属于暖温带湿润滨海气候，四季分明、夏无酷暑、冬无严寒，温和怡人。这里具备产生和维持高浓度负氧离子的滨海、山峦、植被等因素，如崂山北九水负氧离子浓度最高可达每立方厘米42000个，崂山和滨海区域可达到每立方厘米2000到5000个，极具身心疗养价值。

绵长的海岸线塑造了青岛富有特色的滨海地貌，适合发展海岸漫步、滨海冲浪、日光

休闲等沉浸式山海体验，以及布局中医理疗、膳食疗养等业态。尤其是青岛有着稀缺的海水溴盐温泉资源，为温泉旅居康养提供了优越条件。作为“国际海洋美食之都”，青岛还拥有丰富海洋食材与果蔬资源，可以满足不同年龄的旅居人群。

完备的城市综合配套则提供了差异化竞争的优势。区别于单纯依靠自然资源的旅居城市，青岛具有完善的文旅、商贸、医疗等设施，尤其是位于青岛的国内第一所康复大学，为建设康养旅居目的地提供了高层次的规划和理念指导。可以说，山海生态、温润气候、城市配套、人文烟火的多重叠加，创造出青岛的核心优势，这里是国内少有的复合型滨海城市，其资源禀赋高度适配高品质旅居生活。

**青报智库：**吸引旅居人群，银龄群体很关

键。立足青岛现有文旅市场基础，我们该如何丰富银龄康养旅游产品供给，适配这部分人群的旅居需求？

**张洪慧：**吸引银龄群体旅居、激活在地旅居消费，首先要夯实面向活力长者的旅居硬件基础，持续推进旅居公寓、康养基地、滨海民宿等载体的适老化、智能化升级，围绕长住旅居需求优化起居配套、安全保障设施，让长者能够安心稳定地长期停留。

要开发契合活力长者生理、心理特点的旅居产品与消费业态。结合康养养生、休闲社交、文化体验的多元诉求，丰富康养膳食、轻养生保健供给，布局休闲游园、文化活动、银龄剧场等体验场景，打造适配慢生活、长周期旅居的多元消费场景，拉长停留时长，释放银龄旅居消费潜力。

## 业态创新，多元场景激活产业发展潜能

**青报智库：**发展康养旅居，必须完成从“资源”到“产品”的转化。目前国内主流的旅居发展模式有哪些形式？结合青岛滨海城市特色，我们可以打造哪些差异化、标志性的特色康养旅居载体？

**张洪慧：**国内标杆城市的旅居模式各有特色：昆明依托四季恒温的气候优势，主打慢节奏、全龄适配的大众旅居；三亚突出度假特色，依托稀缺热带滨海资源，聚焦高端客群，打造长周期度假生活体系。秦皇岛阿那亚人文社群旅居跳出了单纯的滨海旅游竞争，以社区化运营、艺术场景、社群活动，打造有精神内核的滨海旅居目的地。

青岛“中国康湾”建设规划提出，建设一批旅居康养基地，突出健康养生、休闲度假等功能，促进多业态跨界融合和服务水平提升，打造生态环境优、文化氛围浓、服务品质好的旅居康养产品。青岛拥有丰富的酒店存量资源，可以根据旅居客群需求，提供养生膳食、健身设施、书画展览、科普展览与讲座、免费中外文文献数据库等个性化服务，并根据月住、季住、年住不同情况，梯度调节价格。

为了满足候鸟式旅居群体的需要，可与南方（海南、广西、云南）、北方（吉林、黑龙江）等地建立旅居康养联合体，设立旅居康养合作服务平台，实现数据共享、系统对接、供需匹配功能，建立南北互动的旅居康养模式，形成旅居康养错峰时交叉管理体系。

**青报智库：**去年，《青岛市加快推进“中国康湾”建设三年行动计划（2025—2027年）》出台，其中提到了温泉康养、海岛康养、疗愈康养、森林康养等方向，您觉得青岛可以在哪些方面先行探索？

**张洪慧：**一是温泉康养。打造高端化的即墨温泉、藏马山温泉康养度假区，为顾客提供集住宿、疗愈、饮食、演艺、文化交流于一体的业态和产品体系，进一步丰富“温泉+”消费场景，探索国内温泉度假新模式；二是海岛康养。青岛拥有星罗棋布的海岛，海岛康养可以提供与陆地康养和海岸康养不一样的体验，要加强海岛度假村和观光木栈道、海上游艇等建设，“一岛一策”挖掘海岛文化内涵，丰富旅居、休闲康养等业态。

## 品牌塑造，构建可持续的滨海旅居格局

**青报智库：**暑期，国内重点旅游城市均有大量短期观光游客集中涌入。青岛如何依托旅居发展优化全年客流结构，推动文旅市场平稳均衡发展？

**张洪慧：**我们可以通过延长时间维度来厘清思路：7天旅游是观光，14天属于深度旅游，30天以上才是旅居，才能真正融入一种全新的在地生活方式。一个能吸引人群长期驻留的旅居产品，应当搭建生活化、场景化、情感化三级旅居体系，循序渐进培育旅居黏性，其核心是打造适配全年、梯度分明的四季旅居产品矩阵，用差异化内容吸引不同时间段的旅居人群。比如，春季主打花海踏青、山海漫

游，推出樱花主题、滨海徒步、山林探春类慢旅居体验；夏季立足滨海避暑优势，发展沙滩露营、滨海休闲，体现青岛市井烟火与滨海生活；秋季依托林果资源，开发采摘休闲、登山康养等轻养生旅居项目；冬季重点释放海水溴盐温泉、民俗年味资源，培育温泉康养、新春民俗旅居产品。层次分明的旅居供给，能够引导客流错峰出行，持续激活市场。

**青报智库：**当下国内众多城市争相布局旅居赛道，康养融合成为重要方向，市场竞争日趋激烈。青岛如何打造自身独特性与不可替代性，塑造专属城市旅居名片？

**张洪慧：**要在康养旅居赛道具备差异化

优势，需要统筹空间布局与品牌塑造双向发力。

一方面依托青岛绵长的海岸线资源打造海岸湾区旅居康养带。依托浮山湾、崂山湾、灵山湾、唐岛湾、白沙湾、红岛湾等湾区载体，布局各具特色的旅居康养片区，串点成线、连线成面，形成梯度布局、特色互补的滨海旅居格局；另一方面统筹全域康养旅居发展氛围，持续完善城市康养公共环境，建设一批健康社区，塑造“康养在青岛”整体城市品牌。浓厚的全域康养氛围，能够为旅居业态提供深厚支撑，让旅居人群感受到城市的康养底蕴，放大“中国康湾”品牌影响力。

### 延伸阅读

#### 国内外旅居城市典型样本

##### 海南三亚——热带气候“候鸟”旅居

作为国内候鸟旅居先发地，依托得天独厚的热带暖冬气候资源，打造海棠湾、亚龙湾、三亚湾等多片区高端酒店集群，重点面向亲子家庭、品质度假人群提供一站式滨海度假体验。同时，依托优质海岸资源完善长住生活配套，持续培育冬季中长期驻留市场，面向北方旅居人群打造完备生活服务体系。

##### 云南昆明——春城全季大众旅居

依托“四季如春”的气候禀赋，打造全年适宜的常态化旅居目的地。发挥完善的交通、商业、医疗配套优势，串联滇池山水、田园人文资源，布局多层次旅居产品，客群覆盖亲子家庭、休养人群、数字游民等多元群体。产品梯度丰富，既有平价乡村旅居，也有温泉康养、滨湖休闲业态，宜居周期长，受众覆盖面广，依靠稳定宜居环境持续吸引全年常态化驻留人群。

##### 河北秦皇岛——人文社群型滨海旅居

以阿那亚社区为典型代表，依托京津冀2小时交通圈与滨海资源，跳出传统滨海观光模式。以孤独图书馆、沙丘美术馆等文化地标塑造精神吸引力，常年举办戏剧节、艺术沙龙等社群活动，构建完整社区生活配套，精准吸引中青年客群。依靠长期内容运营培育社群氛围，形成“艺术场景+社群共建”的社区化旅居样板。

##### 贵州六盘水——山地清凉避暑旅居

立足“中国凉都”高原山地区域优势，依托夏季天然清凉禀赋，打造差异化山地旅居赛道。联动山林生态、特色风物完善旅居载体，发展乡村长租、房车营地、山地休闲多元业态，重点承接邻近省份高温区域客群。依托生态气候持续吸引暑期中长期避暑人群，构筑独具辨识度的山地避暑目的地。

##### 美国亚利桑那——活力银发“候鸟”旅居

依托亚利桑那干燥温暖的沙漠气候，打造面向长者的季节性避寒旅居目的地。区域内的太阳城是全球首个规划型活力长者社区，实行年龄准入机制，布局分层级长租、自持住宅产品，密集配置高尔夫球场、休闲活动中心、医疗康养网点。社区精准承接北美“候鸟”季节性长驻群体，营造丰富活跃的老年生活氛围，成为养老度假者的理想目的地。

##### 泰国清迈——松弛感生态康养旅居

东南亚旅居标杆，全年常绿的自然底色与浓郁的人文底蕴，让这里的时间变得绵长而从容。融合近郊山林生态、禅修疗愈、乡村农耕体验，覆盖康养长者、青年慢游等多元客群，完善长短租民宿、社区康养、文化体验业态，吸引全球人群季节性长期停留，形成节奏从容、居停自如的生态旅居范式。

##### 西班牙马略卡岛——滨海数字游民旅居

依托地中海优越海岸风光与温润气候，吸引了多元的滨海旅居客群，尤其是凭借西班牙数字游民居留政策吸引长期驻留，面向全球远程从业者打造长周期旅居目的地。体验维度，串联海湾沙滩、山村镇形成长多元游览体系，布局共享办公、精品民宿与在地生活配套。常态化开展艺术活动、户外赛事培育跨国社群，打造“远程办公+滨海慢生活”一体化旅居样板。

##### 瑞士圣莫里茨——阿尔卑斯高端四季旅居

作为高山冬季旅游发源地与世界级度假目的地，圣莫里茨依托阿尔卑斯壮丽山景与独特的“香槟气候”，突破季节限制，将冰雪运动、高山徒步、温泉康养与百年酒店集群深度融合，面向全球高净值人群打造全年可驻留的度假体系。凭借冬奥会举办地声望、顶级赛事与名流传统持续赋能品牌，构建四季皆宜、格调至臻的阿尔卑斯奢华旅居体验。