

沪上金秋赏花榜

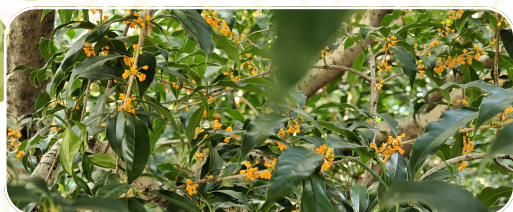
桂香满园、菊韵倾城、草浪摇曳 解锁魔都沉浸式赏秋图鉴

一夜秋风染沪上，魔都终于褪去暑热，逐渐换上五彩斑斓的秋日盛装。桂花携着酝酿已久的甜香赴约，菊花攒足了艳色静待绽放，网红地肤从青绿渐染绯红，芒草、粉黛乱子草等观赏草在风里摇曳生姿，枫树、马褂木、银杏也正悄悄酝酿着色彩蜕变。进博会期间，这座城市将被层层秋意包裹，每一处公园都藏着专属秋日的浪漫与惊喜，等待你循着香气、追着色彩，沉浸式解锁魔都“醉美”秋景。

晨报记者 郁文艳

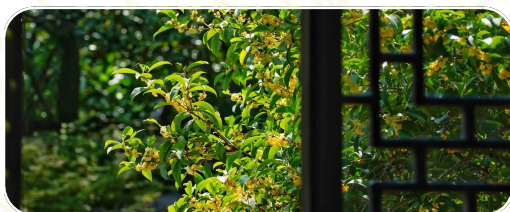
桂花：鼻尖上的秋日甜香，藏在园林与湖畔的馥郁邂逅

今年花期：10月下旬至11月中旬



上海植物园（徐汇区）推荐指数：★★★★★

推荐理由：走进上海植物园，仿佛踏入了桂花的专属秘境。园内汇集了40余个品种、上百株桂花树，金桂、银桂、丹桂、四季桂四大品系齐亮相，橙红丹桂的明艳、佛顶珠月桂的珍稀，让每一次驻足都有新发现。桂花园外的步道旁，零星分布的桂花树藏着不期而遇的惊喜，散步时一阵秋风拂过，甜香便缠上衣角，让人不自觉放慢脚步。11月到访更添妙趣，渐红的枫叶与清雅桂香相映，鼻尖是甜润香气，眼底是红绿交织，双重盛宴让秋日赏景更具层次感。



上海醉白池公园（松江区）推荐指数：★★★★★

推荐理由：上海醉白池公园把桂花与古意揉成了最动人的秋日画卷。循着青砖黛瓦、曲水回廊漫步，古典园林的静谧中，桂花香气如信使般漫延开来，沁人心脾。雪海堂庭院是赏桂绝佳处，堂前的银桂枝桠斜探过黛瓦飞檐，与高耸的马头墙相映成趣，古典建筑的庄重与桂花的清雅在此刻完美交融。站在庭院中，暗香浮动间，仿佛能触摸到时光的温柔，这里也是拍照打卡的黄金机位，让古建与桂香一同定格在镜头里。



大观园（青浦区）推荐指数：★★★★☆

推荐理由：上海大观园的桂花带着几分古典韵味与岁月沉淀的香气。园内金桂、银桂、丹桂、四季桂品种齐全，5棵百年以上的古桂与40年树龄的桂花树相映成林。踏入园区，浓郁的桂香便裹着秋风袭来，无论是漫步庭院，还是驻足古树下，都能被这份醇厚的香气包裹，让人在赏景的同时，感受时光留下的静谧与美好。



东方绿舟（青浦区）推荐指数：★★★★☆

推荐理由：东方绿舟藏着一条3公里长的“桂花大道”，8000余株桂花树夹道而立，其中不乏百年古桂。骑着单车穿行其间，桂香扑面而来，甜而不腻的香气灌满鼻腔，沿途还有淀山湖的粼粼波光相伴。风一吹，桂花簌簌飘落，落在肩头、划过衣角，骑行的乐趣与秋日的浪漫在此刻翻倍，适合带着家人朋友一同享受这份自在与惬意。

地肤 & 观赏草：指尖的柔软浪漫，秋风里的治愈画卷

观赏期：10月上旬至11月下旬



上海辰山植物园（松江区）推荐指数：★★★★★

推荐理由：禾草园早已变成风与草的浪漫展厅。粉黛乱子草的梦幻、白云乱子草的仙气，再加上芒草、狼尾草、小盼草等各类草本植物，在秋风中轻轻摇曳，掀起层层草浪。北美花海区域，火红的地肤与金黄的向日葵同框，强烈的色彩碰撞带来十足的视觉冲击，让你沉浸式感受秋日的热烈与温柔。

花开海上生态园（金山区）推荐指数：★★★★★

推荐理由：30万株地肤如彩色绒球般铺满山坡，从青绿到绯红的新变色彩，搭配醉蝶花、硫华菊的绚烂，构成了一幅浓墨重彩的“秋日油画”。

这里是孩子们的天然乐园，比小人还高的彩色“星球”，是捉迷藏、探索自然奥秘的绝佳场地，欢声笑语萦绕其间。

对于成年人来说，这里更是解压胜地。穿梭在这片可爱的毛球之中，脸庞感受着微风拂过草尖的柔软，鼻尖萦绕着若有似无的桂花甜香，所有烦恼仿佛都被秋风带走。

划重点：地肤观赏季期间，园区停车免费。

菊花：眼底的色彩盛宴 古今交融的秋日雅韵

花期：10月中旬至11月下旬



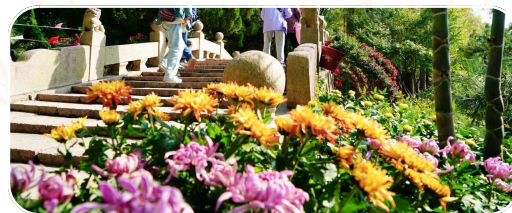
上海共青森林公园（杨浦区）

推荐指数：★★★★★

推荐理由：进博会期间，在公园举办的2025上海菊花展迎来了一年中最绚烂的时节。从军工路西门步入公园，主干道两侧的“精灵森林”让人眼前一亮，各类菊花点缀其间，仿佛闯入了童话世界。沿途走来，塔菊、盆菊、树菊、球菊等造型菊融入飘带、竹艺元素，品种菊、多头菊、铺地菊等打造的花境层层叠叠，一步一景皆是惊喜。

原花艺馆区域，7组室外景点以菊花为核心，用竹构、藤编等生态工艺打造出形态各异、意蕴悠长的景观；南侧的“莫奈花园”以魔法河流为主题，花艺船搭配悬浮花桶，在水面上呈现出灵动浪漫的生态艺术画卷。香樟广场上，500个品种的菊花集中亮相，既有来自全国各地的传统独本菊、多头菊、案头菊、切花菊，也有国外进口的新奇小菊，让人眼花缭乱、目不暇接。

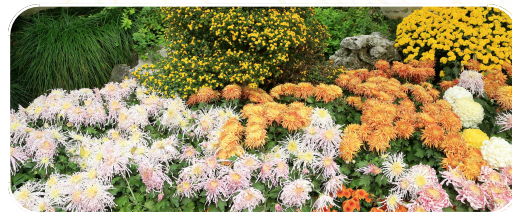
泓庄茶室里，18件精美菊花插花作品与30幅菊花油画相映成趣，为赏菊之旅增添了艺术气息。展会期间还将举办多场活动，通过互动体验、艺术共创、文化沙龙等形式，解读菊花的历史、药用与艺术价值，让你多角度领略这份穿越古今的独特魅力。



上海醉白池公园（松江区）

推荐指数：★★★★☆

推荐理由：公园第五十一届菊花展正在火热进行中。11000余盆彩菊打造出8大主题景点，鹿元素国风造景与古建窗棂相互映衬，将江南秋韵展现得淋漓尽致。园内特意设置了5处打卡点，身着汉服漫步其间，衣袂飘飘与菊花、古建同框，随手就能拍出氛围感满满的古风大片，让赏菊之旅更具仪式感。



上海曲水园（青浦区）

推荐指数：★★★★☆

推荐理由：11月1日至16日，曲水园的菊花展如约而至，5000余盆菊花打造出10余处景点，150个品种菊集中亮相。“独立疏篱·抱香枝头”的主题与园内假山、曲水完美呼应，漫步其中，既能欣赏菊花的清雅姿态，又能感受园林的自然之美。园内茶室提供菊花茶，赏菊累了，坐下来慢品一杯，茶香与菊香交织，惬意十足。游玩后还能联动青浦古镇，解锁秋日短途漫游。