

关注 **夜经济** 激发 **新活力**

广州《夜间消费地图》出炉，  
玩乐认准这 15 处热点

# 广州之夜，等你来“最亮那颗星”

火热盛夏、夜色正浓，从电影院到健身房，从书店到酒吧……今年夏天，“夜经济”成为“热词”。

夜生活折射时代之变，凸显人们对美好生活的新需求。记者调查发现，用改革的方法扩大夜消费，从供给侧结构性改革发力，将充分释放“夜经济”活力，创造健康、时尚、美好的夜生活。



珠江北岸上演建筑动画 羊城晚报记者 周巍 摄

“深夜食堂”、夜间博物馆、“网红”酒吧街、24 小时书店……

## 多元夜经济点亮消费不夜城

从广州西湖路夜市到多元夜间消费市场  
红火夜生活折射消费新需求

夜生活，是观察社会变迁的一面镜子。

1984年，广州西湖路上，自发地冒出了夜市。一些胆子大的人在夜市上摆摊，出售服装和小吃，人气越聚越旺，这是广州的第一家夜市。

广州市文化投资有限公司董事长赵元正回忆，中国第一阶段的夜市，出现在20世纪90年代初，以延长营业时间为主要特点。

“从1995年到2007年，是夜市发展的第二阶段，特点是酒吧、KTV、舞厅等逐渐走向本土化、规模化。”赵元正说，如北京的后海、工体北路、燕莎商业区、朝外大街等区域相继形成了酒吧聚集区。

2007年以来，夜市进入了第三阶段。夜市产品开始集约化经营，“夜经济”崛起显现新特点。

中国的“夜经济”从早期夜市地摊发展为多元夜间消费市场，内容涵盖“食、游、购、娱、展、演”等，消费主力、消费类型、消费期待等方面都发生了很大的转变。

不断增强的综合国力和不断提升的人民生活水平，是“夜经济”兴起的时代背景。“夜经济”发展的三个阶段，也与中国改革开放以来经济轨迹相吻合。

站在全面建成小康社会的门槛上，红火的夜生活是面镜子，折射出中国百姓生活质量不断提升。

如今，与改革开放一起成长起来的“80后”“90后”“00后”，正以一种不同于父辈的新的生活方式来享受生活。“消费升级甚至进入了审美层次，人们更加追求能够获得审美满足、情感共鸣的消费。”暨南大学生活方式研究院联席院长费勇认为。

据生活方式研究院主办的“生活榜”市场调查，80.6%的受访者认为，夜间生活和消费的主要需求在于释放压力；59.9%的受访者认为，夜晚出现频率最高的情绪是“放空自己，不需要思考”，夜生活中减压的心理需求相当明显；夜间消费停留时间以3至4个小时为主。

让百姓“有钱消费”又“有地消费” 紧跟夜生活的步伐补齐短板

“夜经济”已经成为衡量城市生活质量、消费水平、开放度、活跃度、投资软环境及经济与文化发展活力的重要指标。“夜经济”如何瞄准百姓需求，释放更多活力？

满足百姓美好生活需要，一系列促进消费的改革举措正在推出——

进一步扩大消费，首先要让百姓“有钱消费”。今年我国近两万亿元的减税降费政策正在加快落地生效。上半年，个税改革人均减税1340.5元，累计1.15亿人无需再缴纳工资薪金个人所得税。在减税降费多重因素作用下，上半年，全国居民人均可支配收入扣除价格因素实际增长6.5%，居民收入增长快于经济增速。

今年1月，国家发展改革委会同工业和信息化部、商务部等10部门联合发文，出台24条具体举措促进消费，顺应居民消费升级的大趋势。

今年7月，国务院同意建立完善促进消费体制机制部际联席会议制度，统筹协调促进居民消费扩大升级工作。

中国人民大学公共管理学院教授许光建说，与欧美发达国家消费率高达80%至90%相比，中国最终消费占GDP的比重约60%，消费增长仍有很大的提升空间。

近日召开的中共中央政治局会议提出，多用改革办法扩大消费。

许光建表示，发展“夜经济”将成为推动消费的重要力量。

一方面让百姓“钱袋子”鼓起来，消费“跑起来”，另一方面要对“夜经济”企业进行税收扶持、用工扶持、经营场所扶持等。

“夜经济”要有活力，就要紧跟百姓夜生活的步伐——

从吃喝玩乐购，到创新生活方式、追求生活美，百姓需求倒逼企业从供给侧结构性改革发力，创新产品和服务供给。

“珠江夜游、小蛮腰、长隆大马戏号称广州夜游‘老三样’，但是除了看动物，就是看夜景、看灯光，文化氛围还不足，要补上广州夜生活的文化短板。”广州市发改委服务业处处长尹志新说，要发展内容健康、形象正面、服务规范、业态丰富、受众多样的“夜经济”。

“夜经济”需要良好的发展环境，需要政府和市场合力营造——

记者在调研中发现，“夜经济”行业尚缺乏有领导力的标杆品牌，商家开店快淘汰也快，经营同质化、扎堆现象严重。

“要发展百姓身边的‘夜经济’，提高夜生活消费的便利性。”周天勇说。

“法无禁止即可为，政府支持发展‘夜经济’，既要放活也要管好。”周天勇指出，城市管理部门对噪音、排污、垃圾分类等问题不能一禁了之、罚款了事，而要帮助企业解决问题。

发展“夜经济”，相关部门正在进一步解放思想，升级城市治理能力。上海建立了“夜间区长”和“夜生活首席执行官”制度。济南出台“夜间十条”，调整道路洒水冲刷模式，加大人工保洁力度，加强生活垃圾收运作业管理等。一些城市延长地铁运行时间、增加深夜公交车运营，对夜市的噪音、污染问题进行创新管理……

发展夜经济，要不忘乡村、不忘小城镇。

在地处西北的宁夏，约96%的乡镇建成了农民体育健身场，广场舞、太极拳等各种文体活动的普及，引发了群众健身热潮，点亮了村里的夜生活。

“晚上不能只是打打小麻将，要充分调动乡村群众的业余文化、体育生活。”周天勇说，乡村的夜生活要因地制宜，体现乡村特点，充分挖掘民间技艺、非遗文化，实现对传统文化的传承保护。

周天勇表示，城市和乡镇、农村之间，存在着密切的产业、经济、社会、空间以及文化上的联系。点亮乡村夜生活，将有效带动乡村休闲旅游等产业发展，拓宽农民增收渠道，充分激发农民群众的创业热情和农村要素的创富活力。

（新华社）



夜间快递忙碌依旧

## 夜经济 不是“熬夜经济”

“夜经济”，消费的是金钱，也是时间。从三四十年的伦敦、巴黎到纽约、东京，到今天的北上广深，“夜经济”是经济社会繁荣的产物，是劳动者闲暇时间增加的结果。依托现代劳动休息制度，“夜经济”是休息日消费方式的纵深化，不是“熬夜经济”。

“夜经济”、夜生活，从欧美到中国，都不是对工作不闻不问、对休息不管不顾。各国“夜经济”高峰总体上与周末、节假日高度重合，被称为“收入-幸福悖论”。经济学家计量分析休闲时间与生产效率相关性之后，各国开始大力推动休假制度改革，保护劳动者休息权利，倒逼劳动效率提升。新中国成立后特别是改革开放以来，由于社会生产力发展，人民群众闲暇时

间持续增加。2019年，我国法定节假日115天，占全年时间的31%，一年之中，三分之一时间，我们可以享受夜生活、体验夜文化、拉动“夜经济”。这是与传统农业文明、工业文明不同的工作生活表，既扩大了假日经济的广度，也推动了假日生活的深度。

夜生活讲个性，“夜经济”就一定要因地制宜、因时制宜。各地不能胡子眉毛一把抓，不分地段时段“大呼隆”，让空空荡荡的公交车驶过空空荡荡的深夜。我国地域辽阔，夏季华东酷暑难当，冬季东北滴水成冰，需要完全不同的“夜经济”发展举措。特别是我国少数民族地区节日文化丰富多彩，面向开斋节、古尔邦节、藏历新年、三月三民族节日，“夜经济”要讲特色。（新华社）

间持续增加。2019年，我国法定节假日115天，占全年时间的31%，一年之中，三分之一时间，我们可以享受夜生活、体验夜文化、拉动“夜经济”。这是与传统农业文明、工业文明不同的工作生活表，既扩大了假日经济的广度，也推动了假日生活的深度。

夜生活讲个性，“夜经济”就一定要因地制宜、因时制宜。各地不能胡子眉毛一把抓，不分地段时段“大呼隆”，让空空荡荡的公交车驶过空空荡荡的深夜。我国地域辽阔，夏季华东酷暑难当，冬季东北滴水成冰，需要完全不同的“夜经济”发展举措。特别是我国少数民族地区节日文化丰富多彩，面向开斋节、古尔邦节、藏历新年、三月三民族节日，“夜经济”要讲特色。（新华社）

越来越火爆的“夜间消费地图”，岂能少了一直引领全国夜间消费的广州！6日，广州市商务局发布《广州夜间消费地图》，北京路步行街、天河路商圈、珠江琶醍等15个消费集聚区成为“夜广州”消费地标。据介绍，广州将通过打造夜间消费集聚区，进一步丰富和满足市民和游客日益增长的夜间消费需求，打造大湾区“不夜城”，并力争到2021年形成“广州之夜”品牌。

羊城“夜猫子”最爱这15个夜间消费区

记者梳理发现，《广州夜间消费地图》公布的15个夜间消费集聚区中，珠江琶醍、太古仓滨水区、江南海西3个位于海珠区，数量最多。其次是越秀区、天河区和白云区，均为2个。越秀区的夜间消费集聚区有北京路和环市东。天河区有天河路和珠江新城—兴盛路—珠江道。白云区有白云新城和新市一远景区。

其他区的夜间消费集聚区，包括番禺区的长隆汉溪—万博，花都区的新华，南沙区的金洲—蕉门，从化区的街口。黄埔区和增城区的夜间消费集聚区连成一体，为南岗—

新塘。对每个夜间消费集聚区，消费地图具体列举了相应商业零售和餐饮美食的主要节点。

力争2021年形成“广州之夜”品牌

广州市商务局相关负责人表示，力争到2021年，全市夜间消费优质产品和服务显著增加，夜间经济的生活方式和消费模式更加丰富，以岭南文化为主线，品牌化、国际化、特色化更加鲜明的全域夜间经济产业链更加完善，打造形成“广州之夜”品牌。力争形成10大国内知名商圈，全市夜间经济集聚区达到30个，夜间经济对全市经济的贡献不断提升，重点集聚区新增营业收入总量占全市社会消费品零售总额的比重达5%左右。

下一步，广州将完善夜间消费配套设施和公共服务。鼓励集聚区内购物、餐饮等企业提供夜间延时服务，鼓励大中型商贸流通企业开展多种形式的夜间促销活动。

羊城晚报记者 马汉青 通讯员 穗商务

威水史

广州引领夜间消费新时尚

广州的夜间消费一直走在全国前列，很多夜间消费新时尚都是从广州兴起并风靡全国。1979年，广州东方宾馆开办了国内第一家营业性的音乐茶座，很快，“边喝茶、边听歌”的娱乐方式逐渐普及开来，广州成为大城市中第一个有夜生活概念的城市。

1985年，广州办起了国内首个灯光夜市——西湖路灯光夜市，同样引起轰动。这个灯光夜市被认为是上世纪80年代中国时尚的窗口。

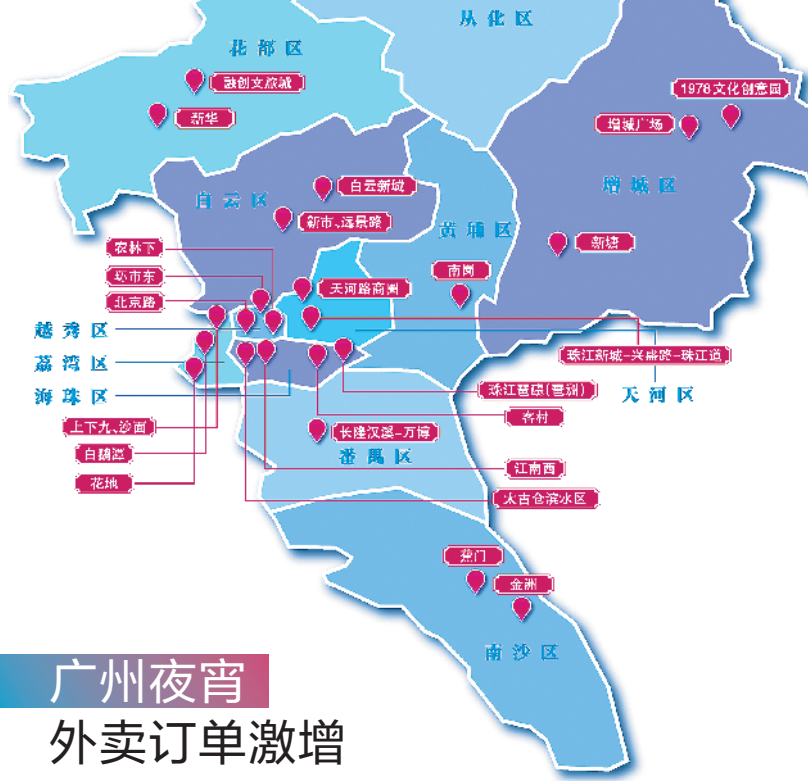
广州还最早引领了KTV、夜宵等夜间生活方式。央视科教频道的专题节目《40年40个第一》中报道，上世纪80年代，卡拉OK从广州开始迅速传遍全国。

时下，广州的夜间消费依旧风生水起。据媒体2019年发布的城市夜生活指数，在全国337个地级以上

城市排名中，广州位居第三。其中，将近84%的城市每天夜场电影不足100场，而广州成为夜场电影超过1000场的三座城市之一。广州也是22时后仍在运营的地铁站点超过200个的三座城市之一。截至今年6月30日，广州共有4447家品牌便利店，其中24小时便利店超过3191家，占比超过71%，位居全国前列。

广州还是中国最能吃夜宵的城市。有数据显示，夜宵外卖订单一度占广州整日订单总数的6%，远超其他城市。从饿了么、大众点评公布的统计数据（2017年10月—2018年10月）看，广州的夜间餐厅占比高达34.30%，远超重庆的27.5%与上海的26.1%。（马汉青）

广州夜间消费地图



广州夜宵 外卖订单激增

羊城晚报讯 记者马化展报道：近日，口碑饿了么和美团分别发布的数据显示，上半年广州夜间外卖订单量增速极快。“深夜外卖”盛行，拉动全市外卖消费。

口碑饿了么发布的“广州夜经济大数据”显示，广州上半年夜晚（21:00—次日5:00）外卖订单量同比增长超四成，规模为广东第二；广州人吃饭时间较晚，23时后的订单占比较全国整体水平高出7%。

美团发布的数据则显示，上半年广州夜间（21:00至次日4:00）外卖订单量同比上升超六成。全国人民最喜欢在21时—22时点夜宵外卖，这个时段的外卖订单量占夜宵

外卖订单总量约40%。其中，广州该时段的外卖订单量占夜宵订单总量近60%。

哪些区最爱夜间点外卖？美团数据显示，从订单量上来看，前三名是白云、天河、番禺。广州夜宵外卖需求集中在校园附近。在口碑饿了么全市夜间订单最多的区域前10名中，大学校园占7席。

说到外出消费，口碑饿了么数据显示，天河、海珠和白云等中心城区是广州“夜猫子”的集中地，近五成的夜间外出消费发生在这里。

医生提醒

睡前一两小时不宜吃夜宵

夜宵是人们夜生活中重要的组成部分，可是，吃夜宵太多易引发胃肠道健康问题。那么，夜间如何吃更健康？记者采访了中山大学附属第六医院消化内科副主任医师张敏。

张敏表示，对于早睡的人群来说，正常的一日三餐已足够；不少人因各种原因需吃夜宵加餐，则需注意几个方面的问题。

首先是食物的选择，应尽量避免对胃肠道产生较重负荷的食物，如高蛋白、煎炸类食物；建议选择粥、面、麦片等清淡食物。有人喜欢在半夜吃点水果“填肚子”，张敏表示，水果富含维C，可以作为夜宵，

但不宜多吃，因为部分水果糖分高，部分不易消化。

其次，要注意控制夜宵食量，不宜吃得过饱，否则会給胃肠道带来明显负担，引发一系列健康隐患。

第三，要注意控制吃夜宵的时间，不宜吃完了马上就睡，建议睡前一到两小时不要吃夜宵。另外，不少人喜欢在吃夜宵时喝啤酒助兴。对此，张敏提醒，酒精易致兴奋，影响睡眠，且会增加肝脏负担；啤酒还会影响尿酸代谢，可能导致痛风发作。

此外，本身血糖高、有心血管疾病的人也不宜多吃夜宵。

（丰西西 简文扬）