



市民夜间在城区一家羽毛球馆打球。

夜幕降临，健身房内，众多健身者在跑步机上挥洒汗水；羽毛球馆、台球馆内人头攒动，球拍挥舞声、球体撞击声交织成活力乐章；医疗单位到夜市“摆摊”，将中医药服务融入市民夜生活……随着人们健康意识和健康消费意愿的持续提升，在潍坊，夜经济的场景不再局限于购物和餐饮消费，健康消费悄然写进市民夜间消费“主菜单”。

□文/图 本报记者 刘晓梅

健身消费为夜经济赋能

7月31日晚，城区谷德广场负一层一家健身房内灯火通明，不少市民正在跑步、“撸铁”。这是一家24小时营业的无人自助健身房，消费者自助办卡后刷脸进店、出店，可在任何时间前来锻炼。

“这种智能化的健身场所非常适合年轻上班族，只用一部手机就能轻松搞定全部流程，非常方便。”前来锻炼的小张说，他住在附近，近段时间，几乎每天晚上都会来此健身，收费非常实惠，单次只需14.5元。白天忙工作，没有足够的时间和精力锻炼身体，这种“不打烊”的健身房为他夜间健身提供了极大便利。

记者走访发现，在夜间，城区不少羽毛球馆、台球馆、篮球馆内同样人头攒动，人们在燃烧卡路里的同时，助力夜间体育运动激发城市新活力。

晚7时多，在城区卧龙东街与蓉花路交叉口附近一家羽毛球馆，不少市民前来咨询，前台客服逐一回复，非常忙碌。馆内，不少市民正在奋力挥拍、迅速跑动，在汗水挥洒间释放着忙碌一天的压力。

“比起吃吃喝喝，打羽毛球的夜生活更吸引我，我办了一张年卡，近一年来几乎每天晚上都来打羽毛球。”市民姜先生说，下班后打羽毛球已成为他夜生活的“快乐源泉”，看着“啤酒肚”日渐缩小，收获了满满的成就感。

现在，晚上运动健身已成为不少市民追求健康享受快乐的生活方式，运动健身消费正为我市的夜经济赋能。

养生美食茶饮圈粉年轻人

运动之余，人们也越来越注重饮食养生。在2025年第四届凤溪地万物集夜市暨潍坊夏季海洋大集上，市人民广场南广场“健康夜市”热闹开市，将传统中医服务与现代夜市经济深度融合，成为夏日一道独特的风景线。

“健康夜市”上，医院的专家现场坐诊，

健身养生成风尚 添薪助燃夜经济



市民在城区一家健身房健身。



市民品尝中药茶饮。



“健康夜市”上，不少市民排队就诊。

耐心细致地为前来咨询的市民解答健康问题，通过把脉问诊，针对不同体质和病症提出合理的诊疗建议。

降脂茶、姜枣茶、补血养颜茶……中药茶饮试饮区飘来阵阵药香，各类创新中药茶饮产品令人耳目一新，市民可以免费品尝。医护人员还向人们科普中医药知识，让市民在轻松愉悦的氛围中深入了解中医药的独特魅力。市民纷纷购买各种保健养生茶及足浴包，其中有不少是年轻人。市民张女士血脂有些高，在医生建议下购买了一包降脂茶辅助治疗，如果喝着效果好，她后期还可到医院的线上平台购买。

医护人员还为市民带来了急救救护培训，通过现场模拟的方式，为人们演示海姆立克急救法、心肺复苏术等，并让市民亲身体验，加深对急救技能的理解和掌握。

在“健康夜市”，一些以养生和健康为主题的美食、饮品也受到人们欢迎。一摊位现做的藕粉香气四溢，加入苦荞、芝麻、花生、枸杞等，再撒入沁人心脾的干桂花，既养生又美味，吸引了不少市民品尝。在“养生不能停”特色茶包摊位前，杏皮茶、三炮台、焦枣茶……各种养生茶琳琅满目，吸引了人们的眼光。“健康消费+休闲娱乐”的夜间消费模式和场景在这里悄然“上新”。

“为健康买单”悄然点亮夜经济

随着市民健康意识的提高，消费需求正加速向多元化、品质化、科技化升级。健康消费已成为很多市民夜生活的刚需。夜间健身消费，市民购买的不仅是健身服务本身，更是在喧嚣都市中的宁静放松，是保持身体健康的一种最有效方式。

如今在我市，中医养生的风刮到了饮品界，“中药代茶饮”悄然走红，一时间，奶茶换为姜枣茶、补血养颜茶等，在年轻人中流行。传统艾灸可以调理身体、增强免疫力，如今已不再是中老年人的养生专属，越来越多的年轻人、特别是“上班族”下班后，选择夜间进行传统艾灸保健。中医理疗从医院走向烟火夜生活，更是健康服务“下沉”与“亲民化”的显著标志，成为人们日常可及的生活方式选择。“健康夜市”将健康服务与市井烟火巧妙融合，给市民带来多元体验，推动我市夜经济持续“升温”，既满足市民对美好生活的向往，又激活健康消费市场，成为服务地方经济、提升民生福祉的创新实践。

当前，健身、养生健康消费已成为我市夜经济的重要组成部分，我市通过多场景布局、多业态融合、沉浸式消费等方式，点燃了市民的夜生活热情，原本平淡的夜晚，变成了充满活力的消费新场景。

房屋出租

滨海区沿街房屋出租，1500m²，精装修，20余间独立房间，带独立卫生间，独立洗浴，内置空调，家具床铺齐全，可经营宾馆，可自用住宿，可改造办公。电话：18366359392