

# “一人食”，从将就到讲究

长江日报记者冯雪

“不用迁就别人，想吃啥拿啥，这顿饭完全属于我。”5月15日中午11时30分，武商梦时代B区负一层，天一罗罗店内，刚送完孩子上学的邓女士正埋头吃着一份55元的招牌套餐。

店内，铁板上的牛肉滋滋作响，围着操作台的单人高脚椅已坐满，食客一人一份，刷着手机、吃着热乎乎饭，每个人都沉浸在自己的小宇宙里。

今年以来，在武商梦时代、武昌万象城、武汉滨江天街等商业体，这样的场景正频繁上演。“一人食”，这个曾经带着几分“孤独”色彩的吃饭方式，如今已变成一门蓬勃的大生意，成为部分年轻人自我放松的一种选择。

## 一人一锅 角落和靠后的位置最“抢手”

中午12时，武昌万象城畔尼意面店里，靠窗的角落位上，在附近上班的周颖正安静地用餐。她点了一份手工现做的意面，手机架在桌前，正追着最新更新的剧集。

“我每周至少来两次。”她放下叉子说，“白天开会、对接客户，嘴和脑子都没停过。但一个人坐在这里，不用说话，不用给情绪反馈，就安安静静吃顿好的，感觉整个人被‘充电’了。”

畔尼意面负责人吴贤对这类客人再熟悉不过。“有一个白领客人，每天七八点钟下班后，来这里点一份意面、一份小食，专门坐在角落里追剧。有一次我问她，她说平时工作

忙，只有这个角落、这顿饭，能扫除一天的疲倦。”

吴贤介绍，畔尼意面自2024年5月随武昌万象城开业入驻以来，一人食的消费比例比去年同期增长了40%至50%。“我们主打新鲜现做，餐品营养均衡，既能满足仪式感，也能照顾到一人食的需求。”

在武商梦时代的天一罗罗餐饮店，靠后的吧台座是最抢手的位置。“我们的设计基于吧台‘一人食’，不过度推销、不过度打扰。”门店负责人荆新宇说，“从出锅到上桌控制在一分钟之内，保证最佳口感。”周末晚高峰时段，叫号能到200多个。

## 从将就到讲究 一个人吃饭也要被好好对待

“过去觉得‘一人食’比较凄凉，但现在年轻人觉得这是一种自我疗愈和享受。”王繁星面馆武昌负责人王厚麟说。这家上海来的餐饮品牌，两年内在武汉开了5家分店，5月18日第6家店入驻武昌万象城。

王厚麟观察到，武汉的“一人食”与上海有明显不同：“上海节奏更快，主打高效快速。武汉的特点是晚间一人食多，大家劳累了一天，愿意边刷剧边慢慢吃，更享受那种松弛感。”

25岁的设计师林天是王繁星面馆的常客。她表示，以前一个人吃饭要么点外卖，要么在快餐店5分钟搞定，像完成任务。“现在不一样了，我会专门找有设计感、有单人座位的餐厅，慢慢吃。”

记者观察到，为了契合“一人食”定位，王繁星面馆在装修上以小桌、一人位到两人位为主，菜品上也推出了荤素搭配的单人餐，主食配小菜、饮料，出餐控制在15分钟左右。

店内对细节的把控也十分“讲究”：灯光经过专门调试，保证拍照光线好看，餐具选用了有质感的陶瓷碗碟，背景音乐歌单以年轻人喜欢的独立乐队和爵士乐为主。“很多学生族特别喜欢拍照发朋友圈。我们也会主动帮他们拍更好的照片，客人反馈很好。我们希望，一个人来吃饭也要被好好对待。”王厚麟说。

据介绍，王繁星面馆在武汉的营业额稳步增长，上个月环比增长了15%左右。

## 越来越多餐厅增设吧台位 推出定制化单人套餐

据中研普华产业研究院数据显示，2024年我国“一人食”市场规模达8000亿元，2025年已突破万亿元，行业复合增长率约22%。2026年3月以来，“一人食”全网搜索量同比增长44.6%。在某社交平台上搜索“武汉一人食”词条，显示了1542人分享了经验。

“武汉的底子很好。”王厚麟分析道，一是人口基数大，学生族、青年人多，还有大量外来出差的商务人士，这些都是天然的一人食客群。二是武汉消费水平较高，大家愿意在吃上面提高标准、追求品质。三是教育水平高，

人们对好的环境、好的服务、情绪价值有更高的要求判断力。

荆新宇也持同样看法，“武汉高校多，年轻白领多，对‘一人食’的需求呈上涨趋势。我们主抓菜品品质、氛围感和服务。”

记者观察到，在武汉各大商业体内，越来越多的餐厅正在调整布局，增设吧台位、双人小桌，推出定制化单人套餐。吴贤透露，下一步畔尼意面将在餐厅设计上增加隔断、独立吧台、帘子等元素，打造一种属于“他自己”的独处空间。

## “一人食”经济走红

2024年  
我国“一人食”市场规模达8000亿元

2025年  
已突破万亿元，行业复合增长率约22%

2026年3月以来  
“一人食”全网搜索量同比增长44.6%



不少年轻人在天一罗罗餐饮店内用餐。

胡赞威 摄



武昌万象城内的蛮溯自助小火锅深受年轻人欢迎。

胡赞威 摄

■长江日报记者陈永权  
通讯员莫湘雨

近日，国家统计局武汉调查队发布数据显示，4月份，武汉市居民消费价格指数(CPI)同比上涨1.7%，涨幅比上月扩大0.5个百分点，以人工智能终端产品为代表的数字经济成为拉动价格上行的核心动力。

长江日报记者梳理发现，八大类商品及服务价格同比“七涨一降”。其中，其他用品及服务类价格上涨7.4%，交通通信类价格上涨6.5%，衣着类价格上涨3.0%，生活用品及服务类价格上涨2.5%，教育文化娱乐类价格上涨1.6%。武汉4月份CPI涨幅均高于全国、全省平均水平，在19个副省级及以上城市中排名第4位。

工业消费品领涨，AI产品成“流量担当”

“工业消费品价格上涨是拉动CPI上行的主要因素。”国家统计局武汉调查队相关负责人介绍，4月份，扩内需促消费政策持续显效叠加原材料价格上涨，武汉工业消费品价格上涨4.5%，涨幅比上月扩大1.9个百分点，影响总指数上涨约1.30个百分点。

AI手机、智能穿戴、智能家居加速从“尝鲜”走向“常用”，从单一功能模拟迈向情感陪伴与趣味互动，全面融入市民日常生活。

数据显示，4月份，文娱耐用消费品价格同比上涨10.2%。其中，电视机及投影设备、可穿戴智能设备、无人机及运动相机等涨幅均在5%以上。大型家用电器价格上涨3.7%，地面清洁器涨幅达16.1%。工贸家电汉口城市广场销售人员说，当前智能电视不再局限于观影娱乐，借助算法优化、手写笔交互等功能，可覆盖亲子涂鸦、居家办公、智慧搜片等多元生活场景，售价10999元的华为高端机型，上市后成爆款，消费者认可度高。

在京东MALL王家湾店，售价8999元至25999元的蔚蓝阿尔法机器人，每日吸引众多市民驻足体验、打卡观赏。“人工智能终端产品正从单纯功能模拟，加速向情感陪伴、趣味互动方向升级，撬动了消费活力。”该店负责人说。

“悦己消费”带动服务价格上涨0.8%

与此同时，国际地缘政治因素推动能源及贵金属价格走高。4月份，汽油价格同比上涨19.1%，黄金饰品上涨45.3%。原材料与物流成本攀升也助推家具等部分耐用消费品价格上涨。武昌居然之家某款沙发受五金、木材等原材料及物流成本攀升传导，售价上调12.5%。

“服务价格上涨有力支撑了CPI的上涨。”国家统计局武汉调查队相关负责人称，4月份，武汉服务价格同比上涨0.8%，春季出游热潮带动文旅消费释放。旅行社收费、在外住宿、交通工具租赁价格分别上涨8.4%、3.8%、2.8%，机票价格上涨21.5%。值得关注的是，消费方式正从走马观花向沉浸式体验转型，“悦己”消费趋势明显，医美、宠物服务、摄影等服务价格均有不同程度的上涨。武汉某整形外科医院隆鼻手术、玻尿酸填充等医美项目纷纷上调价格，涨幅均超10%。

与消费热潮呼应的是，民生领域则透出“价格清风”。调查统计数据显示，4月份，武汉食品价格同比下降0.4%，其中猪肉价格下降10.4%，鲜菜供应充足、价格稳中有降，监测的28种鲜菜中，有26种均价低于7元/斤。预计5月份蔬菜、水果逐步进入供应旺季，价格将保持季节性下降趋势。

“数智赋能，需求升级、韧性彰显。”业内人士称，从4月份CPI走势看，武汉正以科技与消费的“双向奔赴”，跑出市场回暖加速度。

## 汽车出口占全市近九成 中国车谷百余家车企出海

长江日报讯(记者徐丹 通讯员高玲玲 陈莹)近日，2026湖北自贸试验区(中国车谷)外贸主体培育活动在武汉经开区举行。会上透露，武汉经开区整车及汽车零部件出口企业已超百家，汽车出口额占全市比重约85%，成为武汉汽车出海的核心引擎。

近年来，武汉经开区依托“自贸+综保+口岸”政策叠加优势，构建起全链条出海服务体系。2025年，汉南港区获批一类口岸临时开放，先后开通“车谷号”汽车滚装班轮、经开港至太仓港集装箱直达航线及至日韩近洋直达航线，持续畅通汽车出海通道。

汽车出口规模快速提升。2025年，武汉经开区汽车出口达20万台，同比增长70%；2026年1—4月达10.8万台，全年目标力争完成25万台。东风品牌已覆盖欧洲、东南亚等100多个国家和地区，岚图成为唯一深耕欧洲市场的央企高端新能源品牌。今年4月，“武汉造”汽车在巴黎集中亮相，十余款车型加速融入全球汽车产业新生态。

“海外出口成为行业增长新引擎。”中国汽车流通协会副会长罗磊表示，中国汽车品牌正加快从单纯的“整车出口”向“技术输出+全产业链协同+售后生态共建”阶段转型升级。

活动为首批4家“湖北省武汉经开区国家外贸转型升级基地(汽车及零部件)重点企业”授牌。长江汽车产业供应链有限公司副总经理罗萌在接受采访时说：“去年出口额1.2亿美元，今年预计超2亿美元。我们已与东风合作在墨西哥市场引入了猛士汽车，同时拓展东风皮卡、商用车出口业务。”

武汉经开区有关负责人表示，该区力争到“十五五”末汽车出海规模达50万台，年均增速超20%，打造中部地区汽车出海物流枢纽，加速从“中国车谷”迈向“世界车谷”。

本版统筹:陈永权

## 老旧保税仓库升级改造

# 经开生物医药创新园启动区提前一年投用

长江日报讯(记者徐丹 通讯员蒋秋雨 陈佳 关昊)近日，位于武汉经开区的经开生物医药创新园启动区全面投入运营，武汉细胞与基因治疗药物研究院等项目率先落户。这标志着武汉经开区在生物医药产业载体建设与产业培育方面取得重要突破。

此次率先投用的启动区由经开产投集团旗下创服公司统筹运营，该启动区毗邻主园区西侧，由一处原有老旧保税仓库实施升级改造而来。据创服公司相关负责人介绍，该保税仓库改造面积达4686.93平方米，全部用于启动区建设。

改造工程仅耗时半年，除保留建筑主体结构外，对内外空间、功能布局、配套设施等进行了全面升级。启动区定位为园区的窗口展示区、企业招引落户区和平台搭建先行区。得益于这一高效改造，该片区较原计划提前一年实现企业入驻，填补了主园区竣工前的产业载体空白，为项目早落地、早研发、早见效提供了有力支撑。

值得一提的是，经开生物医药创新园采取“边建设、边招商”模式，在项目尚处于建设阶段时，武汉细胞与基因治疗药物研究院便已确定入驻意向并签约。该研

究院由经开产投集团与海特生物、布林凯斯合作共建，聚焦病毒与非病毒载体两大技术路线，重点建设细胞与基因治疗(CGT)药物研发与中试平台。

“目前，CGT药物中试平台实验设备已全部投用，科研团队已启动相关研发工作，将助力区域细胞与基因治疗领域的创新发展，提升武汉经开区在该细分领域的核心竞争力。”武汉细胞与基因治疗药物研究院相关负责人表示。

经开产投集团相关负责人表示，将以经开生物医药创新园启动区为重要载体，积极引进行业领军企业，集聚上下游产业链资源，加速更多创新成果转化落地，推动武汉经开区生物医药产业高质量发展，打造区域生物医药产业发展新标杆。

经开生物医药创新园是武汉经开区重点打造的8个集中式、专业化“园中园”之一，由经开产投集团与海特生物合作共建。园区总建筑面积约7万平方米，总投资超5亿元，集研发孵化、中试生产、展示交流、人才公寓、商业空间等综合配套功能于一体，致力于打造一站式生物医药产业集聚区。去年12月，项目实现主体结构封顶，计划今年10月整体竣工投用。



经开生物医药创新园启动区。