

# 近3亿老年人! 中国“养老”加速变“享老”

我国60周岁及以上人口近3亿。让所有老年人都能有一个幸福美满的晚年,是家事,也是国事。

最新发布的《中国健康老龄化发展蓝皮书(2023-2024)》,针对新形势下养老产业的新趋势、新挑战,倡导“积极老龄化、健康老龄化”,从养老服务模式、数字养老、银发经济等多方面,探索中国式养老新理念、新举措、新画卷,以更好适应快速增长的养老需求。



## ——新理念:编织养老服务幸福“网”

人口老龄化发展有多快?专家预测,2035年前后老年人口将突破4亿,到本世纪中叶将达到约5亿。

“家家都有老人,人人都会变老。”中国科学院院士韩启德表示,健康老龄化的内涵是动态发展的,是“积极应对人口老龄化”战略和“健康中国”战略的有机融合,涉及亿万民众切身利益,是重大的民生工程,也是必须面对的时代课题。这是实现老年群体美好生活向往的现实需求,也是经济社会高质量发展的新动能体现。

蓝皮书提出,要树立“积极老龄化、健康老龄化”新理念,从生命观的优化、老年健康新内涵等方面,兼顾“为老”和“备老”,对中国式养老具有较强的前瞻性。

如何树立“积极老龄化、健康老龄化”理念?解决好老年人健康的急难愁盼,是出发点和落脚点。

中国卫生经济学会副会长兼秘书长朱洪彪说,加快编织养老服务幸福“网”,让老年人用智慧、经验、劳动拥抱新生活,增加社会活力、社会创造力、社会亲和力,收获更多老年人口健康红利。

健康老龄化发展,如何进一步健全体系?专家建议从三个维度把握:一是社会保障体系,解决养老资金“从哪里来”的问题;二是养老服务体系,解决由谁提供养老服务、提供什么样的养老服务等问题;三是健康支撑体系,解决老有所医、老年康养、医养结合的问题。

## ——新举措:助力构建支撑保障体系

“9073”——这是中国养老模式基本构成,即约90%居家养老,7%依托社区支持养老,3%机构养老。

照顾好居家和社区养老的日常需求是重中之重。

提供家庭适老化改造,建设智慧型家庭养老床位,发展老年活动中心,发展老年食堂……蓝皮书建议,让老年人在“家门口”能享受到便捷的养老服务。

数据显示,截至2023年底,我国累

计完成困难老年人家庭适老化改造近150万户,累计建设家庭养老床位23.5万张,逐步构建完善的养老服务体系。

一些地方在探索:北京市加快构建“预防、治疗、照护”三位一体的老年健康服务模式,江苏省聚焦体医养融合社区慢病老人运动干预新模式,黑龙江省打造中医药康养发展方案……

## ——新画卷:满足养老服务新诉求

一面是老年人越来越长寿,一面是“多病共存”,护理需求、长期照护需求等日渐加大。

“不同年龄段老年人有不同诉求,困难老年人困难也各不相同。”中国老年医学学会会长范利建议,要直面问题,在发展中补短板,在解决老年群体期盼中培育新的经济增长点。

培育银发经济新业态。中国卫生经济学会老年健康经济专业委员会联合北京大学“健康中国理论与实证研究”课题组表示,面对老年人多元化、差异化、个性化需求,亟待探索多样化养老新业态。据相关测算,目前,我国银发经济规模在7万亿元左右,到2035年有望达到30万亿元左右。

推动“智享养老”。应对人工智能时代之变,养老也要创新。蓝皮书提出,应特别注意解决养老产品、服务“不适老”问题。“黑科技”要关爱老年用品,让“为老”服务更显“科技范儿”,使用更便捷。”范利说。

健全农村养老服务网络。目前,我国农村养老面临一些“坎”。北京大学教授王红漫建议,为农村老年人编织一张覆盖县乡村三级的幸福“网”,充分发挥农村熟人社会互助互惠特点,力争让老年人实现不出村、不离乡就能吃上热乎饭、看个小病等。

“养老是一项系统工程,中国式办法就是要调动每一个社会细胞力量,尽可能用小投入解决大问题,大力推进老年友好型社会建设。”韩启德表示,守护好今天的“夕阳红”,也是善待我们的明天。

新华社北京7月15日电  
新华社记者李恒

## 暑期出境游,这些安全风险要注意!

新华社北京7月15日电 眼下正值暑期,不少家庭已经准备踏上出境游旅程。然而对于旅行者来说,若没有提前了解目的地可能出现的极端天气、当地法律法规、安全状况等,就可能引发“小插曲”乃至“大麻烦”。

近期,多国游客遭遇各类大小事故,可从中汲取的经验值得出行者们了解关注,以便计划行程时未雨绸缪。

### 警惕极端天气及其引发灾害

入夏以来,热浪侵袭全球多个热门旅行目的地。俄罗斯首都莫斯科7月2日气温达32摄氏度,是当地134年来同期最高温;欧洲多个度假胜地在月初发布恶劣天气警告,其中希腊刚经历了60

多年来最热6月,多名游客因高温死亡;美国拉斯维加斯近日连续6天出现高温天气,最高气温逾46摄氏度,打破当地纪录。

夏季的暴雨、洪涝天气及其造成的地质灾害也对游客构成安全威胁。刚刚过去的6月底,瑞士遭受暴雨侵袭,主要河流罗讷河及多条支流水位暴涨,河水越过河岸,引发洪涝和山体滑坡。瑞士警方说,该国东南部提契诺州丰塔纳地区发生山体滑坡,两名游客死亡,另有1人失踪。

此外,全球变暖导致海洋表面温度升高,台风和热带气旋发展得更加迅猛,有意前往沿海地区的旅游者需提高警惕。2024年大西洋飓风季第一场飓风

“贝丽尔”在7月初曾一度达到最强的五级强度,后对墨西哥尤卡坦半岛等旅游胜地造成破坏,登陆美国后造成至少9人死亡。

### 旅行还需“量力而行”“因势而为”

近日,日本富士山景区接连发生游客死亡事件,引发有关登山、徒步、骑行等运动类旅行需量力而行的呼吁。日本媒体7月14日报道,救援人员当天在富士山静冈县一侧登山路线发现一名男性游客死亡。至此,富士山静冈县一侧登山路线开放5天内,已有4名游客死亡。当地救援人员还接到不少登山游客的救援请求。静冈县知事铃木康友呼吁游客不要在恶劣天气登山,也不

要连夜一口气登顶。此外,旅行者需注意遵守目的地当地法律法规,避免招致麻烦。日前有媒体报道,5名游客今年4月在美国夏威夷被逮捕,原因是他们穿过私人领地,擅自进入一处名为“天堂阶梯”的地方,而这处美景早在1987年就停止对游客开放。被捕游客面临一级非法入侵罪起诉。

如计划出境游,外交部网站的相关安全提醒值得关注。今年以来,外交部网站发布了多条安全提醒,包括提醒中国公民谨慎前往帕劳,秘鲁阿普里马克河、埃尼河和曼塔罗河流域等地。

(记者:荆晶、刘曦、李彦南、郭洋、陈文仙、王宏彬、张旌)