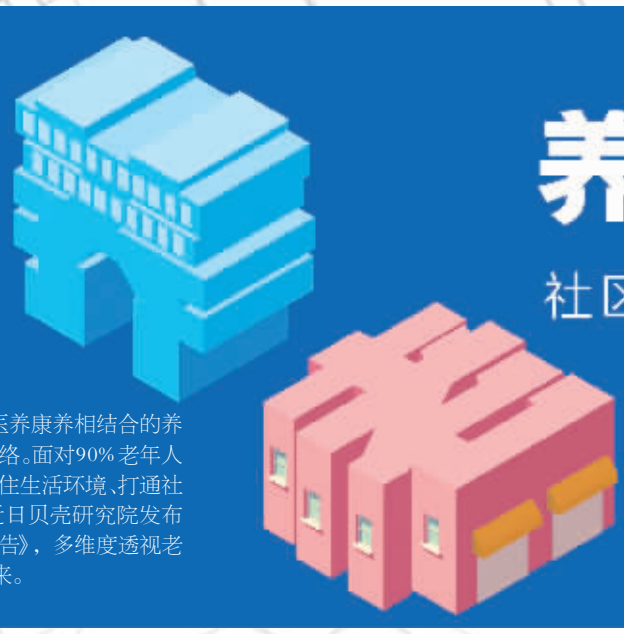
当你老了，怎样“老有所养”？聚焦“中国式”养老未来

人口老龄化持续加深的背景下，老年人的养老居住问题备受关注。当老龄化趋势已避无可避，“如何养老？怎样养老？”是值得大家深思和探讨的一个现实话题。受传统思想观念的影响，中国人普遍有“落叶归根”的想法，因此社区居家养老是大部分家庭首选的养老形式，也是目前我国养老比例最大的一种养老形式，被视为“中国式”养老的主流。

当你老了，怎样“老有所养”？“十四五”规划建议指出，大力发展普惠型养老服务，构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系，完善社区居家养老服务网络。面对90%老年人的居家养老需求，如何完善老年人的居住生活环境、打通社区居家养老服务的“最后一公里”？近日贝壳研究院发布《2021社区居家养老现状与未来趋势报告》，多维度透视老年人居住“痛点”，聚焦“中国式”养老未来。



【现状】“独立居住”是老年人的主流居住形态

伴随着人口出生率下降和预期寿命延长，中国老年人口规模大、增速快、高龄化的特征日益突出。根据第七次人口普查数据，我国老年人口的数量和比重持续攀升，2020年65岁及以上老年人口数量达到1.91亿人，占总人口比重为13.5%，即将步入深度老龄化社会。从老年人口内部结构看，高龄人口（80岁及以上）占比由2000年的13.61%增长至2015年的17.65%。

随着三次生育高峰的出生人口相继进入高龄期，未来老年人口高龄化现象将更加凸显。

人口老龄化持续加深背景下老年人养老居住问题备受关注。自2010年以来，我国推行“以居家养老为依托，机构养老为支撑”的养老政策，逐步形成了以上海“9073”模式、北京“9064”模式为代表的养老居住格局，即90%的老年人居家养老、6%-7%的老年人依托社区养老、3%-4%的老年人入住养老机构。

社区内居家养老是未来主流的养老方式，而社区硬性配套建设、软性配套服务的完善，是构筑居家养老体系的重要环节。

报告调查发现，超六成老年人处于“独立居住”状态。随着家庭结构趋于小型化和核心化，老年人与子女同住的比例逐渐下降，调研数据显示，65.5%的老年人选择独立居住（一人独居或与老伴同住），仅26.8%的老年人当前居住状态是与子女同住，甚至在80岁及以上高龄群体中，老年人独立居住比例达48%。

老年人高独居比例的表面原因是其认为自己身体好、喜欢自由，更根本的原因则是养老观念的变化和拥有较充足的经济资源。以“50后”“60后”为代表的这一代老年人，经历了经济实力的增强、住房条件的改善和健康状况的提升，不再仅仅满足于生存型、基本保障型居住需求，开始逐步追求自由、高品质的老年生活，在居住形态上则表现为越来越多老年人开始从被动独居走向主动独居。

老年人选择独立居住并不意味着远离子女，调查显示，老年人与子女非同住的群体中，21.3%住在同一个社区，60%住在同一个城市，老人与其子女住在不同城市的比例尚不足两成。老年人与子女之间的这种居住分离模式，不仅能够保证老年人获得及时的照料，又能够满足老年人对于隐私和独立的需求。

【痛点】社区软硬件建设不适应老龄化发展趋势

在我国老年人居家养老模式为主的背景下，当前社区硬性、软性配套建设与老龄化发展趋势之间的矛盾较为突出。

住宅室内环境方面，建筑配套设计未能充分考虑老年人的生理变化特点，地面防滑、扶手设置、呼救设施等均没有满足老年人独立生活的安全方便诉求。调查显示，46.4%的老年人认为室内居住空间缺少必要的扶手，46.3%认为室内地面过于光滑易摔倒，42.8%认为住宅内的厕所或浴室不方便，42.8%表示室内没有安装呼叫或报警装置，由此可见，室内空间安全性问题是摆在老年人面前的居住痛点之一。

除此之外，老年人活动需求与社区活动设施供给之间存在矛盾。老年人由于身体机能老化、活动能力与活动范围受限，对于社区内部和周边的环境、设施配套需求更加突出。老年人出行频率并不低，近八成受访者在社区内或附近活动的频率为一天一次或一天多次。

老年人日常高频活动行为有散步或锻炼身体、坐着聊天、打牌下棋等，但是当前社区配套建设尚不能满足不同层次老年人的多样化需求，社区内部及周边公园/广场的配套率稍高，仍有36.5%的老年人表示缺少此项休闲配套；运动健身场地、休息座椅、老年活动室的配建比例均不足六成；社区图书馆/书报阅览室、老年大学的建设比例更低，超七成受访者表示并未享受到此类配套设施。

社区老龄服务项目普及度不高，紧急呼叫和走失定位服务需求迫切。多样化的社区老龄服务已成为老年人生活的必需，老年人对社区老龄服务项目表现出较大的需求，紧急呼叫（68.3%）、走失定位（60.4%）、陪同出行（46.4%）三类服务占比最高。

调研数据显示，社区保洁维护、室内维修、紧急呼叫等多项老龄服务项目的提供率均不高，其中57%的老年人表示社区没有提供走失定位的服务，55.1%的老年人表示社区没有提供陪同出行的服务。

【未来】老年友好居住环境的营造策略

我国老年人口规模大、增速快、高龄化特征对社区居家养老模式带来挑战。

一方面，社区居住环境的不适老化问题突出，当前城市住宅规划设计更多是从中青年角度出发以满足健康人的需求，并未考虑到老年人的实际生活状况和精神需要，难以适应规模日益壮大的老年人口居住需求。

另一方面，公共服务设施体系对老年人居家养老的服务保障能力薄弱，无法满足老年人多样化、复杂的需求。因此，需要构建覆盖住宅、室外环境、社区配套三个层面的软性、硬性环境建设，以改善老年人现有的居住条件，营造良好的老年友好居住氛围。

当老龄化趋势避无可避，“如何养老？怎样养老？”是值得大家深思和探讨的一个现实话题。

报告指出，要围绕“增量开发、存量改造”建设舒适安全的老年居住空间。新建开发居住区内应配建适量老年住宅，建筑规划设计充分考虑老年人居住的舒适性与安全性，采用无障碍设计，减少地面的高低差，设置防滑地面，在走道、门廊、卫生间等区域预留或安装扶手等，且应重视居住空间的可持续性，能够使住宅建设进行灵活性、可改性调整，满足不同生命周期的老年人对室内空间布局的多元需求。

此外，要完善设施配套，打造老年友好社区生活圈。逐步完善老年社区生活圈范围内的配套设施建设，基于老年群体高频活动需求，在社区内部或周边增设公园/广场、健身场地、休息座椅等适合老年人的配套设施。同时，加强社区内外部公共空间或设施的无障碍改造，对照明设施、监控与求助设备、出入口坡道扶手、出行道路等进行必要的优化。老年友好社区生活圈建设应当遵循适度适老原则，充分考虑到社区内部不同年龄段人群居住需求的差异性与兼容性，构造能够适应住区全龄化的公共服务设施布局，避免社区成为老年住区。

最重要的是，要以需求为导向，完善社区支持、健康服务等软性配套。加快社区养老服务体系与服务网络建设，构建涵盖保洁维护、健康咨询、定期体检、家庭医生、送餐服务、陪同出行等多类别服务项目，为老年人提供便捷、全面的养老服务支持。同时，充分利用现代化智能信息技术，将智慧养老应用于老年人的衣食住行、医疗、休闲娱乐等方面，提高老年人的居住生活质量。