

新民环球

本报国际新闻部主编 | 第 743 期 | 2021 年 9 月 30 日 星期四 本版编辑:丁珏华 编辑邮箱:xmhw@xmwb.com.cn

应对老龄化要建立让个人和社会都快乐的机制 日本福岡描绘“100岁社会”的模样

文 / 本报记者 吴宇桢

作为世界上老龄化最快的国家,日本 65 岁及以上老年人口已多达 3640 万, 占总人口比例高达 29.1%, 其中百岁老人超过 8 万人。如何创造一个能从容变老的未来? 理想中人生的黄昏又是什么颜色? 这不仅是一道个人选择题, 也是一道社会选择题。

作为日本最宜居的城市之一,九州地区最大的城市福岡正在尝试给出自己的答案。近年来,福岡市在老龄经济支持体系、社会支持体系和公共政策选择等方面积极探索实践, 提出一个具有雄心的目标——到 2025 年, 创建一个着眼于“100 岁人生”的健康社会发展模式。

享受100岁的“野心”

福岡市一家养老院里,118 岁的田中力子的人生目标是活到 120 岁。她通常每天早上 6 点起床,保持着有活力的生活节奏:做广播体操、解数学题和下棋, 还像年轻人一样喜欢巧克力和可乐。

作为福岡市的“长寿名片”,被吉尼斯世界纪录认定为“全球在世最长寿老人”的田中力子常常收到人们的惊叹与祝福。事实上,福岡市一直被认为是日本最适合养老的地方之一, 在有关世界宜居城市的调查中也常常榜上有名。近日《福布斯》杂志评选“2021 年全球生活方式最健康城市”,福岡市位列第七。

往返中日之间的建筑师金清源在福岡生活工作近 10 年,认为那是个与自然和谐相融、城市功能发达的宜居城市, 当地具有活力的长寿老人也不断增加。截至 8 月,福岡市总人口超过 162 万人, 其中老年人口约 63 万人,100 岁以上老人有 1500 多人。虽然这有令人鼓舞的一面,但也是老龄化社会的鲜明注脚。

事实上, 全日本都面临着深度老龄化的“2025 年问题”。上海大学东亚研究中心主任马利中指出, 日本战后第一次婴儿潮中出生的人口将在 2025 年全部进入 75 岁高龄老人行列, 届时日本将迎来前所未有的“超老龄社会”: 每 3 人中就有 1 人是 65 岁以上老人, 每 5 人中就有 1 人是 75 岁以上老人, 将在劳动力结构、社会保障、财政预算等方面带来一系列挑战。对此, 日本作出了一系列应对: 修改《高龄者雇用安定法》, 支持老年人就业至 70 岁; 实施推迟领取养老金激励机制, 缓解社保和财政压力; 加大引进外国人才力度; 鼓励以技术创新、开发 AI 设施和机器人来弥补劳动力不足。

福岡市希望应对老龄化的脚步能更快一些。2017 年 3 月, 福岡市制定“健康先进城市战略”, 提出名为“福岡 100”的具体行动计划, 被认为是日本第一个在应对老龄化问题上直接列出“挑战清单”的城市。从老人生活的各种细节入手,



▲ 福岡城市景色
▲ 世界最长寿老人田中力子庆祝 118 岁生日
▼ 福岡市为老人开设护牙讲座 本版图 GJ



这份清单上的“闯关任务”包括定期给高龄者举办上网培训、健康知识讲座、网络就诊指导、再就业支持、创造社交机会等一系列具体措施。经过几年努力, 目前福岡市已经完成清单上的 88 个任务。

马利中曾多次造访福岡市, 认为福岡市对自身发展有清晰的定位, 以福利理念和政策闻名。以“福岡 100”行动计划为例, 围绕打造“100 岁社会”, 福岡市提出要做到三大转变: 从基于“经验”的养老到基于“实证”的养老, 依靠科技和科学研究的专业性; 从制定统一规则到尊重个体多样性, 用更柔软的方式尽量兼顾每个人的需求; 从养老资源分散到有机整合, 从更加综合和融合的视角看待养老问题。

打造可以享受 100 岁人生的社会, 福岡市在“健康先进城市战略”中明确提出要力争成为日本甚至亚洲的先进范本, 打造亚洲护理技术企业和长期护理教育的基地, 为老龄化问题的应对提供“福岡答案”。

留住熟悉的“日常”

日本很早就着手应对老龄化问题, 但如何度过一个有尊严和丰盈的晚年依旧考验着不少老人, 年金问题、“孤独死”问题、医疗费问题等无不是日本老龄化社会的沉疴。

对 50 岁的小川雄二来说, 没有什么比 84 岁的母亲固执地在雨中打扫院子那一幕, 更刺痛内心。7 年前, 他意识到母亲患上了阿尔茨海默症, 便辞职照顾母亲。

小川在福岡市开了一家“阿尔茨海默咖啡馆”, 为患病的老人和看护者提供建议、支持和理解。他在脖子上挂着一系有橙色带子的绳子, 表明自己是“阿尔茨海默症的支援者”, 随时准备提供帮助。

小川的选择并不孤独, 官方统计, 福岡市已经建成了 37 家这样的咖啡馆。值得一提的是, 这些由政府倡议的咖啡馆面向全社会招募经营者, 政府根据开设年限而给予金额不同的补助。据调查, 福岡市的“阿尔茨海默咖啡馆”大部分由企业申办经营, 大多数开在社区附近。

这些特殊的咖啡馆, 帮助患阿尔茨海默症的老人留住了在家生活的“日常”。事实上, 这也是福岡市近年在发展养老产业时重点考虑的方面: 除了硬件建设, 更关注软件建设——关心老人生活状态, 构建居家养老和社区养老的支撑, 在减轻国家和社会养老压力的同时, 尽量帮助老人维持熟悉的生活方式。

在福岡市的“相聚”养老院里, 护理人员们对待老人就像对待邻居, 该帮忙的时候帮忙, 不需要帮忙

的时候就留给他们自己活动的空间, 维持老人的自理能力。日本护理行业咨询专家小嶋胜利指出, 护理业的根本是“人”。

如何守护老人珍视的“日常”? 福岡市给出的答案是, 让所有人觉得这也是自己生活的“日常”。

福岡市着力营造一种全民参与养老的社会氛围, “福岡 100”行动计划的参与者几乎涵盖企业、普通市民、研究机构、医疗单位等大部分社会主体。金清源认为, 福岡市不是为养老而养老, 而是把养老当作一份社会整体的健康促进事业。

值得一提的是, 大学和科研机构发挥了重要作用。细致的科学研究和社会调研, 为科学制订和动态调整政策提供了重要参考。在近 40 页的福岡市“健康先进城市战略”最后几页列有战略制定和审阅者, 几乎全部是来自大学和科研机构的专业人士。此外, 不少大学还为养老事业普及知识和培育人才。

这样广泛、多元和多角度的全民参与, 让马利中印象深刻。他曾在福岡市街头看到过“健康福利便利店”, 一家普通的便利店参与养老事业后引入了测量血压等保健服务, 有效利用了现有资源。同时, 老人作为一个群体并没有在政策表达中被过多突出。马利中说: “他们强调的

是全社会, 营造全民参与的氛围, 逐渐培育市民对养老事业的使命感。”

打造温暖的“纽带”

打开福岡市政府网站, “促进老年人的社会参与”被放在显著位置。在老人“孤独死”日渐成为日本社会一大问题的背景下, 制造温暖的“纽带”成为养老事业的重要课题。

调查显示, 福岡市老人约有四分之一处于独居状态。福岡市多年来持续推进社区嵌入式养老服务, 盘活养老资源, 整合社会医疗、长期护理、长期护理预防、住房和生活支援等方面, 形成“自助、他助、公助、共助”相结合的多主体参与、多元服务的养老模式。金清源对这样的“纽带”感同身受, 他自己就曾是独居的邻居老太太松本的固定联络人, 老太太有急事时他会去帮忙。

有利于实现代际交流的场景也不断增加。福岡市政府与福岡大学建立合作机制, 鼓励学生们住在社区而不是宿舍, 要求学生们邀请老人参加活动, 并定期与他们交流。在闹市区天神商业区, 老人只需付一点象征费用便可购买一杯咖啡坐下休息的店铺也在增多, 这样的细节设计增加了年轻人与老人的交集。

年轻人被福岡市视作“纽带”的重要一环。专家认为, 来自年轻人的力量可以在养老事业中发挥重要作用, 不仅能促进城市经济发展, 还能让城市充满活力。在创业加速器“福岡成长下一站”支持下, 福岡市在创新创业上推出一系列措施, 吸引了来自国内外的年轻人定居和工作。“福岡成长下一站”拥有 100 多家初创公司, 其中有 24 家前几年便已获得总计 71 亿日元的投资。综合支援中日创业创新加速器“匠新”的创始人兼 CEO 田中年一表示, 福岡市对护理领域的创业支援也非常积极, 将医疗健康和护理领域的创业专门列为“护理科技创业”, 还创立了“护理科技推进协会”。

对不少日本老人来说, 安心的“纽带”还来自工作。调查显示, 去年仍在工作的日本老人有 906 万人, 连续 17 年增加并创历史新高。这些老人有各自的考虑, 有的是为了经济上的安全感, 有的是为了寻找同伴和归属感。日本今年正式实施修订后的《老年人雇用安定法》, 要求企业确保 70 岁以内人员就业机会。

福岡市早在 2012 年就成立“70 岁在职应援中心”, 据该中心调查, 整个福岡县能让老人工作到 70 岁的企业今年已增加到 649 家, 以服务业、医疗看护等领域为主。该中心负责人野田亮子认为, 引导老人的角色意识转变也很重要: “让他们从被帮助的人转变为帮助别人的人。”

“福岡 100”行动计划中有句话引人深思: 应对老龄化挑战, “要建立让个人和社会都快乐的机制”。