



①②③ 逸和源颐养中心，常住老人近七成来自上海  
首席记者 陈昆玮 摄



扫一扫  
看视频

# 嘉兴 他们在这“安了家”

在浙江嘉兴，离南湖20分钟车程的湘家荡大道上，有一家名为逸和源的颐养中心，基地1600张床位800多名常住老人中，近七成来自上海。环境、服务、价位、配套的护理医院……每一个来这里的老人都有各自的原因，而选择“生活在别处”的他们，又有怎样的故事和期待？



②

## 老克勒的新生活

“我也希望在上海养老，跨出第一步确实是不容易。”早上9点的阳光透过阳台连排的玻璃窗，洒在C区3楼的走廊上，84岁的王虎韵斜斜地靠在椅背上，一旁的桌子上摆满了隔壁“邻居”悉心培育的盆栽，房间里老伴沈庆芳刚做完理疗，正悠闲地坐在沙发上休息，电视里戏曲频道咿呀地唱着。

算算时间，王虎韵和老伴人住逸和源已经3年又5个月。3年多前，这个在上海生活了80多年的老人，离开了静安区的家，搬到嘉兴养老。这一切源于一场突如其来的变故。

“老伴脑梗，身体不好，需要人照顾，我们也试过找24小时住家保姆，还是吃不消，如果我垮了，我们两个人怎么办？”子女们有自己的工作、生活，

天都坚持康复训练，你能看出来我中风过吗？”

医疗配套和医保报销是否方便，是老人选择异地养老时肯定会考虑的问题，这些顾虑王虎韵都明白也能理解。“上海的医疗条件好，但老人看病有时不大方便，就算医院就在家附近，看病人多，排队时间长，跟自己去医院、随到随看还是不好比的。”为了看病方便，王虎韵早就把医保关系转到了嘉兴。“回上海照样能看，没什么影响，而且我始终觉得，医生，只要认真就是好医生。”

早上起来，冲上一杯手磨咖啡，吃好早饭做理疗，下午打打桥牌，打打斯诺克……如今，王虎韵的日子过得惬意且有腔调。他说，在这里日子过得飞快，而“日子过得快就说明日子过得好啊”。离上海远？“从市中心到这里也就一个小时，火车12.5元，长三角交通打通只是时间问题，以后只会越来越方便。”跨出第一步的王虎韵，显然已经走出了一片新天地。

## 开心舒心最重要

时近中午，高彩英锅里的鸡汤冒出了香气，放点木耳、黄花草，盖好锅盖，她的话匣子就在“咕嘟咕嘟”的慢炖里打开了。

“你知道大鸣钟吗？我家就在那边，现在应该叫长寿路、常德路吧。房子不大，30来平方米的一室户，现在就空关着。”因为工作关系，年轻时的高彩英总是全国跑，两个孩子的户口也在贵阳，上海的家就剩她和老伴盛庆宝两个人，老伴比她大10岁，已经92岁高龄。

说起来这里的原因，高彩英指了指正在屋外走廊上晒着太阳听收音机的老伴说：“2017年，老头子摔了一跤，上海医院住不进去，听说这里有护理院，正好C区开放，我们就直接搬了过来。”

性格开朗的高彩英喜欢旅游，退休后来了很多国家。“美国、英国、俄罗斯、法国、澳大利亚、新西兰……”70岁以前赶快跑，现在年纪大了，也不想出去。说起住在颐养中心的日子，高彩英说“蛮开心的”，腰鼓队、合唱团、运动会都能看到她的身影，“你看我墙上挂着的奖牌，就是运动会上得的，投球、掷弹子我都拿了冠军”。

高彩英和老伴的退休金加起来9000元左右，在这里两个人一个月开销不到6000元。看病护理不出园，开药随去随开的便利，打消了她的顾虑，决心在这里终老。“我和老伴都跟嘉兴红十字会签了遗体捐献协议，心定了。一方面是科研需要，另一方面孩子也不用买墓地了，不给他们增加负担。”聊天时，高彩英对“生死”的话题毫不避讳，当下活得开心、舒心才最重要。“没有疫情的时候，平时有空我们常出去，打个车到八佰伴，吃吃喝喝，再打个车回来，很开心的。”

“不想回去了。”或许是因为子女不在上海，高彩英多了几分洒脱，不过有个事，她还是一直挂在心上：“你看，这里80%住的都是上海的老人，我们不能申请上海的长护险，也不能申请嘉兴的长护险，要是这个问题能解决，对于我们来说就更贴心了。”

高彩英还有一个心愿，希望嘉兴能开个上海银行。“我的工资卡是上海银行的，每次都要回上海取钱，有点麻烦。”掀开锅盖，放上葱、姜、料酒，鸡汤马上就上了上桌了，而高彩英一直都乐呵呵的。

## 准备学到80岁

在逸和源颐养中心，像高彩英这样和嘉兴红十字会签下遗体捐赠协议的上海老人并不少，76岁的郭炎也是其中一位。

让人意外的是，郭炎的人住是为为了和“家人”拉开距离。16岁支盟，学俄语的郭炎愣是靠自学，在新疆教了40年英语。退休后回到上海，帮着女儿照顾小外孙女，幕名上门来求学的孩子也不少。“外孙女从小是我带着，跟我感情非常好，一些亲戚朋友的孩子都让我帮忙辅导英语，从小就带着上课，根本停不下来。”就是因为外孙女和自己关系过于亲密，甚至有时会因为自己和女儿“起冲突”，深知这

本版撰文 记者 毛丽君

等你退休了，你会在哪儿养老？截至2020年底，长三角地区常住人口2.35亿，其中60周岁及以上老年人口数为4786.25万人，占人口总数的20.35%。65周岁及以上老年人口数为3550.13万人，占人口总数的15.09%。

老龄人口比例高、基数大，低龄老人增速快，老龄人口流入多……随着异地养老这一新概念进入人们视野，长三角区域养老的热度随之升温。或市场推动，或自发选择，越来越多上海老年人来到周边城市养老，规模越来越大，样式也越来越多样。



③

种感受的郭炎决定“离开”。

因为一直在新疆，女儿小时候就是外婆带大的。作为母亲，郭炎非常能体会女儿和外婆更亲密时的那种失落。“有句话不是说嘛，母爱是一场体面的退出。只是外孙女知道我要走一直在哭，我都是偷偷走的。”之前还是满脸笑意，说到外孙女，郭炎的眼中已经溢满泪水，让她释怀的是，她的“用心”，女儿都懂。

选择在逸和源，是因为之前有同学住在这里，来看了之后觉得环境好。2018年入住后的一年多时间里，郭炎开始了“双城”生活：周一到周四在颐养中心休息、备课，周五至周日在上海，陪家人的同时还要给学生们上课。但是，这样的生活节奏，因为疫情，被打断了。

“我已经差不多两年没回上海了，女儿每个月都来看我，外孙女放假了会过来跟我住一段时间，周末用iPad给学生上网课，上网课真费嗓子。”不用上海、嘉兴两头跑的郭炎多了很多时间，可她却从没让自己闲着，颐养中心的手工课、桥牌课她都没落下，“这里聪明的老人、心灵手巧的老人太多了，我准备学到80岁”。

铺满阳光的书桌上，码着许多英语教学相关的书籍，书桌的抽屉是郭炎的百宝箱，放满了她平日用珠子串起来的小玩意儿，老虎、足球、粽子……十分精致，有人来看她，她总会大方地送出几个当礼物。“女儿也喜欢，每次来都带走许多，我也喜欢做这些，有时手磨疼了，包上创可贴接着串。”

非要说还有什么期待，郭炎说，希望在外地养老的上海老人能和上海的老人一样，享受“同等待遇”。“我们在嘉兴养老，但我们是上海人，比如说长护险，我们现在两边都不能申请，希望这个问题可以解决。”

“这个送你们。”采访结束时，作为“娘家人”，记者收到了郭奶奶的礼物，珠子串的老虎活灵活现，尾巴一抖一抖，十分可爱。“我常让它们一个个在上海来，便露出了亲切的笑容。

“我是龙游（浙江）人，10多岁就到上海

太仓市的东北部，有个叫璜泾的小镇，镇中心新开的九如城（璜泾）护理院，和被命名为“知青时代家园”的小区一路之隔。“那里住了很多来自上海的知青。”护理院院长徐斌说。太仓和上海的距离，在这里仿佛有了一个“缩影”。

## 给家人减负 让照护加分

如果从2016年开始算，今年94岁的江吟梅离开上海已经5年有余，她和退休的儿子、媳妇一起，在距离上海市区80公里左右的江苏省太仓市璜泾镇安家了。2020年中，因为儿子突然中风，需要在医院做长期康复治疗，媳妇一人两头照顾负担太重，在江吟梅的要求下，家人把她送到了璜泾护理院，离家仅几分钟车程。而这一住，就是一年多。

“但凡有一点办法，我也舍不得把婆婆送到这里。”媳妇刘小英是温州人，已年近六旬，穿着厚厚的羽绒服，隔着口罩，眼睛里透着一丝疲惫，“我妈妈80多了，身体也不好，今年医院都进了好几次了，我现在就是三个地方轮着跑。”

平日得空，刘小英总会抽空来看看婆婆，陪她聊聊天。“快过年了，我准备来接婆婆回家过年，谁知道她说她不回去了，这里很好，要在这里过年。”刘小英眼里的婆婆，虽然高龄，但脑子清楚，喜欢与人交流，当初选择住进护理院，除了日常吃饭、洗澡有人照顾，减轻她的负担，和老人们住在一起，还有人陪着聊天解闷。

在璜泾护理院，入住的老人多数是像江吟梅这样，家庭照护压力大。护理院让他们原本不堪重负的家庭得以喘息。

见到江吟梅时，吃过午饭的她坐着轮椅，在护理院三楼的老人公共活动区域晒太阳。黑色的呢子外套，黑白格子的羊毛围巾，紫色

打工了，从卢湾到闸北，在上海住了70多年。退休后本来想和老伴一起回老家买个房子养老，又帮儿子带了段时间孩子，孩子大了，我也80多岁了，走不动了。”儿子、媳妇机缘巧合选择在太仓养老，江吟梅也一起过来了，“儿子生病了，媳妇一个人照顾不过来，这边空气好，条件好，住得舒服，他们有空就会过来看我。”

住在护理院里，江吟梅满心牵挂的还是儿子的近况。“我已经5个月没跟他碰面了，他在医院做康复，手脚都不能动，行动不方便，上次过来看我，还是护理院里3个人帮忙，把他抬进抬出。”说起春节不回家的事，江吟梅说，儿子在医院没回家，媳妇还要去温州照顾她母亲，自己待在护理院各方面都挺好的，有人照顾，不给家里增加负担，“你看现在护理院的老人不算多，再过两三年，这些床位肯定不够用的。”

## 上海下一站 下一站上海

目前，像江吟梅这样在九如城（璜泾）护理院养老的外地老人并不多，徐斌一只手就能数得过来。“我们是太仓第一家公建民营养老机构，2020年1月1日正式投入运营，一共300床位，设置了内科、康复科、临终关怀科、检验科等，按照医疗机构配备了专业的医生、护士、药剂师、康复治疗师等专业技术人员，但现在总共收住的老人只有70多位，以太仓本地为主。”入住率不高，和疫情影响直接相关。自投入运营以来，为保证老人安全，护理院不时封园，老人收住工作时也时断时续，看着楼里配套的医技功能科室空置着，徐斌有些无奈。

徐斌算了一笔账，按照不同的需求，护理



④

# 太仓 上海养老“下一站”

④ 璜泾护理院外景

⑤ 江吟梅已经在这住了一年多了  
毛丽君 摄

院一个月的收费2000元至4600多元不等，包括床位费、护理费、餐费。受益于医保异地结算，目前入住的老人，绝大多数床位费都能通过医保报销，报销比例50%至90%不等。而和嘉兴逸和源不同的是，璜泾护理院作为上海九如城分支机构，被纳入了首批15家长三角区域长护险异地结算试点单位名单，这就意味着，选择在这里养老的上海老人，可以通过定点申请、评估，享受上海老人的长护险同等待遇。

“具体的操作路径文件2021年底正式下发了，我们也通知了刘小英，后续他们是否会提出申请，可以自行决定，但申请、评估、结算的渠道已经畅通了。如果再减去长护险的补贴，老人在养老上的支出负担将进一步减轻。”因为长护险异地结算的优势，徐斌对于璜泾护理院的“定位”十分清楚：“太仓是江苏离上海最近的地方，南边和嘉定相接，我们在满足当地老人养老需求的基础上，会把剩余的养老资源向长三角开放，第一站就是上海。”

站在护理院门口，阳光很好，院外一墙之隔的西塔是当地的地标建筑，不远处的璜泾镇人民医院向护理院开放了绿色通道，徐斌看着门前一片被设计成小公园的空地，开始畅想护理院“后疫情时代”的发展前景。“太仓有句口号，叫‘上海下一站，下一站上海’，我们也一样。虽然受疫情影响，上海过来的老人还不多，但我们一直准备着，去年上海老博会，太仓市特地为我们摆了一个摊位，就是面向上海的老人做宣传、推介。”

而徐斌眼前的这片空地，本身就是璜泾护理院的“储备”，在老龄化程度日益加大的当下，终将成为立足当地，面向长三角甚至全国的“基地”。



⑤

## 让老人在长三角 实现“养老自由”

多年来一直关注养老课题的上海智库养老研究院常务副院长曾浩博士，明显感受到了近年来长三角区域养老需求的增长，也看到了沪苏浙皖四地在异地养老上所做的努力及取得的成果。

“目前，长三角区域20个城市、57家机构的25698张床位跨区域开放；总投资700亿元的长三角（东台）康养小镇项目在南京正式签约；长护险异地结算试点也稳步推进，已发布15家长三角区域养老机构长护险费用延伸结算试点机构名单……”异地养老作为长三角区域养老服务一体化的重要举措与发展方向之一，在这几年内获得了长足的发展。”

但异地养老在实际应用和操作层面上，许多问题有待解决。“首先便是老年人在异地旅居的接受程度依然较低，多数老人对于采取异地养老的养老方式意愿不高。”曾浩说，原因是多方面的，有传统的安土重迁思想与子女养老观念难以改变，也有因为获取养老服务信息的手段不足，对异地养老的概念难以全面认知。

“长护险异地结算仍存在一定困难。”在曾浩看来，虽然目前在长三角范围内的老人享受异地养老服务时，长护险异地结算在一定程度上得到了实现，但是长护险异地地办申请与备案手续依旧繁琐，长护险的不同地区在于不同地区也存在一定差异等，这些都在无形中增加了老人的政策享用成本，降低了老人主动选择异地养老的意愿。

“地区间养老服务政策标准越接近，对于推进区域间养老服务一体化和提升一体化水平越有利，更能促进异地养老的发展。”曾浩建议，“建立跨区域的政策标准互通互认机制，针对老年人在异地难以实现养老服务同城待遇的问题，可探索建立长三角养老服务数字管理综合平台，完善老年人电子档案的收集、录入、备案机制，加强医养数字平台的联动，以逐步实现老年人电子档案与电子病历的对接。”

对于养老机构与有需求老人之间信息不对称的问题，曾浩说，相关机构应破除信息壁垒，搭建一体化的养老服务信息平台，比如提供本区域不同地区关于养老机构设施、环境、费用标准、服务项目等具体信息，让有异地机构养老需求的老年人通过比较选择合适的地点和机构。“养老服务地图”只是一体化工作的起步，还应将信息平台积极辐射传统媒体，“例如利用电视广告、纸质媒体等渠道，宣传发布养老服务信息，重视老年人信息资源的获取途径与获取门槛，减少老年人资源获取的难度，依托小册子、养老地图等宣传手段鼓励异地养老，展示养老服务一体化发展成果。”