



关键词 养老服务

► 五里桥第一日间照料中心内，附近的老年居民来到这里用午餐
本报记者 周馨 摄

本报记者 姚丽萍

上海，早在上世纪70年代末就已进入老龄化社会，是我国最早步入老龄化的城市，也是老龄化程度最深的城市之一。

截至2022年底，全市户籍60岁以上老年人口超过553万，常住人口老龄化比例达25%。预计2030年至2035年间，上海老年人口将增长至峰值，80岁以上高龄人口持续增长。

数字时代，在申城“9073”的养老格局中，应对深度老龄化，“大城养老”如何探索家门口幸福养老新路径？



原居安养有五边 消弭鸿沟靠数治

“大城养老”探索家门口幸福养老新路径

老了，去哪里？原居安养，是多数人的心愿。

事实上，上海已形成“9073”养老格局——3%的老人机构养老，7%的困难老人在社区接受政府购买服务的养老，90%的非困难老人居家养老；换言之，97%的老人要在社区“原居安养”。面对现实，申城积极构建15分钟社区养老服务体系，打造原居安养幸福圈。这个幸福圈长啥样？“五边形”——床边、桌边、身边、周边、手边，让体面养老有保障！

在床边，如何照护？试试“家床”。

2022年，申城完成持续三十年的成片旧改。搬了家，人户分离，养老服务还能继续吗？能，因为有家床照护。黄浦区率先推出“家床照护”，以优质养老机构为支撑，排摸老人个性化养老需求，设计专属上门照护方案，采用双方议价、签约购买服务的市场化运作机制，老人在家就能享受专业养老服务。迄今，“家床照护”覆盖黄浦区10个街道，累计签约家庭1642户，服务量与稳定性名列前茅。

在桌边，如何助餐？试试老字号吧！

目前，申城有社区长者食堂300多家、老年助餐点1300多个，覆盖城乡、类型多样、总体可及。

去年，申城老年助餐的一大创新——

问问身边的老人们，有没有在线支付受阻，打车招手不停，电信诈骗受损……面对“数字”，老人们难免茫然。

移动互联网时代，如何让老年人享受数字便利，而不是遭遇数字鸿沟？“智慧养老”，就是人民城市数字治理带来的养老服务新形态。

在上海，大城之中的“智慧养老”，已经并将呈现怎样的“智慧模样”？

首先，数字赋能，让生活更美好，美好的前提，是自由、无障碍、非歧视。所以，大城之中“智慧养老”，第一要务，就是消除数字鸿沟，推动老年人信息无障碍。

这件事，上海做得怎么样？市人大常委会《上海市养老服务条例》执法检查显示，2021年申城首次将“开展100万人次长者智能技术运用能力提升行动”纳入实事项目，市民政局、市大数据中心开展一系列智能手机学习培训和帮办服务，提升老年人数字化技能水平。截至当年，全市4600多个服务点、8000多名志愿者服务老年人超过150万人次。与此同时，乐龄申城·G生活、数字伙伴计划等志愿服务活动，引导老年人融入“智慧社会”。

尤其值得一提的是，大城之中“智慧养老”带来的“自由”，对于消除了“数字鸿沟”的老人而言，可以是，会拿出智能手机扫一扫二

原居安养 探索“五边形”

● 全国人大代表、中国太保战略研究中心主任周燕芳——
推广养老金融知识，引导长期参与

“五边形”是申城家门口“原居安养”的新探索，要在全国推广，实现幸福养老，少不了未雨绸缪。全国人大代表、中国太保战略研究中心主任周燕芳说，预计2050年，我国将全面进入深度老龄化，90后届时也将步入花甲，老年人口规模将突破5亿。

2023年，我国个人养老金账户累计开立达5000万户，参与人数已达2022年全国纳税人数的76.8%。

如何促进年轻人参与个人养老金配

“老字号长者助餐联盟”成立，丰裕、大富贵、沧浪亭、老人和……满足老人个性化、多样化的用餐需求。

目前，新世界集团、淮海集团、豫园集团旗下17个品牌34家门店加盟老字号长者餐厅，日均服务2700客，8.5万名老人受益。五里桥街道先行试点的5家老字号长者餐厅已全部运营，日均提供老年食堂食逾800客。其中，丰裕餐饮店率先试点近一年，门

置？推广养老金融知识，加大税收激励，引导长期参与，都很必要。同时，针对年轻人差异化设计产品，提升个人养老金吸引力和灵活性。比如，增加个人养老金提前取出的条件，以备不时之需。具体而言，可以考虑将本人及直系亲属重大疾病、伤残等特殊状况列为法定全额领取的条件；探索将子女教育、赡养老人、偿还债务等情形纳入部分领取范围，平衡制度的刚性与灵活性，提高账户资金的使用效率。

店适老化改造很用心。门店里，爱心小餐桌，桌子四边，各有一个把手，握住把手，老人起身不费力。老人家评价老字号助餐，一个字——嗲！

在身边，如何帮扶？适老化改造用起来。居家无障碍，截至2022年，申城已累计为1.3万多户家庭提供了居家环境适老化改造，2023年完成改造7715户，“分阶段”有序推进，“分梯度”实行补贴，“分类别”满足需

求。同时，既有公共建筑、公园场地和街道空间，试点整体性适老化改造，都在推进中。

在周边，如何布点？均衡充实可共享。

目前，申城着力推进家门口养老服务站建设，场地不大，专为社区老人提供养老“微服务”——无论是“微助餐”“微日托”，还是“微健康”“微社交”……出家门，走走就到，很便捷。

离家不远，就是隔壁街道的老年日间活动中心，“活力老人”能不能天天来这里读书看报呢？可以！原居安养，布点共享，服务设施布局要均衡充实，点位服务集成性、功能综合性，都在提升。

在手边，如何响应？数字赋能。

一位老人，日子过得怎么样？看看“画像”，就知道了。以老年人信息库为基础，精准获取60岁以上老人的基本情况、生活状况、健康状况、享受政策等情况，形成老人“画像”数据池，精准匹配政策。

2017年，“居家乐”一键通服务开启，为“人在户在”的老人提供紧急呼叫、主动关爱、健康管理、政策咨询服务。2022年，申城为养老服务“一键通”已实现高龄独居老人全覆盖。

在申城，聚焦多元需求，盘活各类资源，因地制宜均衡社区养老服务布局，让“原居安养”成为体面养老新模式，目标是——老有所养、老有所依、老有所乐、老有所享！

智慧养老 应用场景多

● 全国人大代表、上海市工商联副主席周桐宇——
反养老诈骗，保护好“银发钱袋子”

“智慧养老”，让老人安全享受数字的便利，一个重要事项是，保护好“银发钱袋子”。全国人大代表、上海市工商联副主席周桐宇说，以“养老”为名的诈骗，行骗手段更具迷惑性，选择诈骗对象更具精准性。老年人往往情感缺失、认知滞后，手中有钱、跟风投资，更易上当受骗。同时，“道高一尺魔高一丈”，针对老年人的诈骗手段不断翻新。因此，反诈骗、反非法集资，预防工作更需持续发力、以应变变、以新应新。

码，畅通无阻；也可以是，不用智能手机，拿出身份证扫一扫，一样畅通无阻。这样的“自由选择”，在申城，已是老年生活的常态。

总归，数字赋能为老服务，两大核心关键：一个是，要帮助老人们共享数字便利；另一个是，要允许老人们不用“数字”，不仅保留传统服务方式，更要不断完善传统服务方式。

其次，数字赋能，让生活更美好，大城之

保护好“银发钱袋子”，预防、打击和整治涉养老犯罪，依法维护老年人合法权益，是一项复杂、艰巨的系统性工程。跨区域涉众型非法集资犯罪打击整治有待加强协调；涉养老诈骗犯罪涉及的法律问题和社会问题综合交织，还需要加强统筹，强化养老领域溯源治理。建议全国人大围绕包括涉养老犯罪在内的涉众型经济犯罪案件，协调公检法司开展相关监督，作出法律性决定，或围绕维护老年人合法权益、发展养老事业和养老产业开展专项监督。

中“智慧养老”，就是让养老需求和养老服务匹配更精准。于是，上海引入物联网、云计算、大数据等新一代信息技术手段，积极探索，鼓励基层社区、养老机构、社会组织打造养老服务数字化转型场景，重塑数字化养老服务流程。

目前，效果怎么样？在老龄化程度位列前三的虹口区、静安区、黄浦区，看看“智慧养老”应用场景展示，不难见微知著。

其中，“一键叫车”，解决出行难，满足高龄、独居老人日常出行、紧急叫车、康复出院用车、特殊用车需求；“智慧助餐”，为助餐场所提供更加精准、快速、便捷的智能结算，降低网络支付门槛，便利老人就餐体验，老年人即便没有手机、不会线上扫码支付，仍能顺利就餐；“认知障碍老人防走失”，戴上智能手环定位，即便轻度认知障碍老人出了门，忘记了回家的路，依然不会走失；“老年人用水用电智能监测”，独居老人家中安装门磁、水、煤气智能监测设备，老人居家安全一旦出现异常情况，就会发出预警，通过完整的闭环解决方案，实现老人居家安全监测……

可以说，“智慧养老”应用场景，覆盖了老年生活的方方面面——安全防护、照护服务、健康防护、情感关爱，无不以数字赋能精准服务，让高品质养老成为可能。来自上海市民政局的一组数据显示，2025年底，上海将建成100个智慧养老院、1000个数字化社区养老服务场所，培育一批智慧养老应用示范基地、社区和品牌；同时，努力消除老年人生活“数字鸿沟”。

一个目标——数字时代，大城养老，志在推动养老服务数字化转型，让“智慧养老”赋予每一位申城老人获得感、幸福感、安全感！