

# 看中国超老龄城市如何养老

如何给父母养老?又如何给自己养老?即便是当当年的年轻人,也不得不去焦虑这件事情。而在一些中国城市,养老是更为迫在眉睫的难题。

如果要去猜中国老龄化最严重的城市,不少人会想到东北的城市。实际上,一座富饶的江苏城市——南通,堪称中国老龄化程度最深的城市之一。

## ▶ 超老龄城市的养老难题

南通,已经进入了超老龄化社会。这并非横空出世的结果,1982年,南通的老龄化率就超过了7%,早于全国17年迈入了老龄化社会。

2000年、2010年、2020年的第五、六、七次人口普查结果显示,南通市65岁及以上常住人口占比分别为12.44%、16.50%、22.67%,高于江苏省和全国的水平。

除此之外,南通还是首个“世界长寿之都”。七普数据显示,南通有百岁以上老年人1236人,占全省13.6%,每百万人中有百岁以上老年人160人,为江苏省设区市最多,比全省平均多53人。

南通市的老化进程会比全国更早出现。有预测显示,到2035年,南通市的老龄化问题会比全国提前达到一个关键的转折点。

2023年,南通现有备案养老机构314家,养老机构床位数5.7万张。但是,南通60岁及以上年龄的常住人口为231.86万,65岁及以上年龄的常住人口为175.13万。

作为中国老龄化程度最高的城市,南通的养老压力不可谓不大。

链式养老,是南通探索出的一条路径。通俗来讲,南通将家庭、社区、机构这三个养老环节连接起来,形成了一条“养老服务链”。

南通市民政局养老服务处处长俞灏表示,过去养老机构的专业服务只局限在养老机构的围墙之内,但如今他们把养老机构的专业人员、专业技术延伸到社区,“我们打破养老机构的围墙界限。”

而这种链式养老能打通,关键还在于被称为“社保第六险”的长护险制度。

长护险制度,是为长期处于完全失能或半失能状态的参保人员提供基本生活照料和与之密切相关的医疗护理服务的社会保险制度。

为了满足失能人员的基本护理需求,以及避免老年返贫,中国从2016年开始试点长期护理保险。而南通,正是第一批试点城市。

## ▶ 长护险制度的南通试点

四川大学经济学院教授赵绍阳指出,相对于补贴养老机构床位的政策,补贴需求侧的长护险政策可以更加有针对性地满足失能老人的需求,使得补贴更加精准。

以南通为例,南通长期照护保险作为全国首批试点城市试行以来,已覆盖全市700多万参保人员,累计9万余人享受到照护保险待遇,目前在享受待遇6万多人,居家照护服务200多万人次。

首先,在筹资方面,南通已经建立了政府补贴、医保统筹、个人缴纳、

社会捐助的多元化筹资机制。

筹资标准是每人每年100元,其中个人缴纳30元,医保基金支付30元,政府补助40元。而个人缴费部分和基本医保缴费联动,职工医保参保人由个人医保账户划转。

假设家中有失能老人,首先需要根据进食、穿衣等日常生活活动能力和认知能力、感知觉与沟通能力进行失能评定,确定失能等级并享受照护保险待遇。

当失能老人通过失能等级评估后,有居家上门服务、定点照护机构、收入补贴三种模式可供选择。

在居家上门模式中,服务公司每周提供1-2次的上门服务,服务所需的费用由保险基金打入个人账户。就南通而言,个人每次仅需自付5元,而这5元还是直接从照护基金的家庭账户中打入,无须另外掏钱。

2023年,南通正式发布《长期护理保险居家照护服务规范》,对洗头洗澡、进食排泄、口腔清理、沐浴、理发等三十多个生活照料类及医疗护理类项目进行了详细地说明。这也意味着,南通在居家照护服务方面有了可参照、可执行、可复制的规范化标准。

另外,南通不仅补贴服务,对于照护的辅具,也纳入了服务范围。一定限额内,基金和个人按照8:2的比例支付。

## ▶ 长护险的全国推广挑战

南通试点长护险政策,至今已八年。不可否认的是,即使是财政相对充足的南通,在实施中也面临一些挑战。

首先是长护险对医保基金的依赖较大。一项基于29个试点城市基金可持续性测算的研究显示,广州、南通、苏州、长春、上饶、荆门、宁波、承德和安庆一直处于基金赤字状态。而目前正向结余的上海将在2041年出现基金赤字,青岛将于2047年出现基金赤字。

2023年,南通市微调长护险筹资,意在逐步实现“财政断奶”:个人缴费维持原状,医保统筹基金改分险种定比筹集(职工3%,居民1.5%),财政停补职工医保,居民医保每年人补40元。

大部分试点城市在实施长护险时,面临服务供给不足的问题:专业养老机构进入市场有一定的政策门槛,竞争不足;养老护理员工资回报低,人员不足且年龄偏大,专业能力有限。

将非正式照料纳入长护险基金支付范围来缓解目前照料供给不足的问题,更像是一种权宜之计。

长护险试点已扩展至49个城市,在全国推广,让长护险发挥为老人兜底、为家庭托底的作用,仍面临严峻挑战。筹资问题、平衡专业照护与家庭负担等,都是需要持续关注和解决的关键问题。

张秋红

# 年轻人“超前养老”,擦出什么火花

前不久,杭州市第二社会福利院的“养老一日”体验火了:邀请年轻人花一天时间入院,喝茶、画画、聊天,提前数十年与入住老人一起感受“退休生活”。招募一出,名额秒空。

这届年轻人为何热衷“超前养老”?年轻人中开始流行的“青年养老院”,带来什么新火花?我们应该支持养老青年吗?

## 年轻人热衷“超前养老” 他们想要的到底是什么

逃离高压的“慢生活”。以云南西双版纳的某“青年养老院”为例,每天的日程表大抵如此:早上起床先去吧台喝杯咖啡,在小院打套八段锦后,上山“禅坐”,下午去捕鱼或种地……这里没有KPI,只有蓝天、阳光、大自然。

反向体验的“内啡肽”。不单是入住养老院,那些曾被看做是老年人兴趣爱好的生活方式,如今也正在成为年轻人的新宠儿。数据显示,八段锦、金刚功等相关的投稿视频同比增长90%。更有不少年轻人自嘲是“皮囊年轻人,精神老年人”,借以表达对老年生活的喜爱。而看似年龄错位的“超前养老”体验背后,实则反映出他们对文化娱乐的多元需求。

未老先谋的“先手棋”。当代年轻人处于“老龄化”和“少子化”并存的社会阶段,在深入体验和理解老年生活后,提前为银龄生活做准备,“超前养老”的做法反映出他们未雨绸缪的积极筹划。数据显示,为了备老,目前54.6%的年轻人正在理财攒钱,39.5%的年轻人已有购买保险的规划。

## 年轻人“超前养老” 带来了什么

弥合“代际撕裂”。伴随网络的发展,作为数字原住民的年轻人与年长一代的对话可能存在不平等和误解,加剧代际鸿沟的扩大。相反,若年轻群体沉浸式进入“当我老了”的共情体验,方能真正理解老年人的不便。当全社会越来越多的年轻人参与其间,

青老代际间的共同爱好会形成群体效应,从而推动全社会老年友好氛围的营造。

从容“向老而生”。年轻人“超前养老”的火爆出圈,一方面有助于提醒大众,在未老阶段进行物质和财富储备、健康管理,从而更好地实现老有所养、老有所为、老有



所乐;另一方面,也有助于相关部门未雨绸缪,先行一步做好财富储备、人力资源、物质服务、科技支撑、社会环境等方面的工作,积极应对人口老龄化。

## 年轻人会否彻底“躺平” 我们能从中获得什么启发

对年轻人来说,短暂“躺平”是为了更好地出发。“养老青年”的火爆反映出当代年轻人面对“压力山大”时的心理需求。年轻人选择“超前养老”并不意味着他们会躺平,他们将从短暂的喘息中获得休整、学习,获得重新出发的力量。

对银发经济来说,拥抱“年轻”是创新发展的密钥。年轻人热衷“超前养老”的现象启示着银发经济值得倾力开发,而“拥抱朝阳”就是创新思路之一。不难发现,银发族的生活方式正成时下流行于年轻人中的一股潮流。老年人喜欢光顾的中医推拿馆出现许多年轻人的身影、越来越多的年轻人购买保健食品……凡此种种,无不涉及养老服务被学习借鉴的体现。未来,养老行业应当在加强代际交融方面好好下一番功夫,积极融合传统养老理念与现代青年生活态度,加快丰富涉老产品业态,提升养老服务水平。这一做法将一改人们刻板印象中的老年生活,向全社会展现一种积极、健康、活力的老年生活态度和价值观。

眼前的热闹喧嚣终会过去,年轻人需要在“青年养老院”重获再次出发的力量,而“青年养老院”的经营者也需要在理想主义和商业运营之间找到平衡点和持续之道,让我们拭目以待。

陶悦清

# 大连海参 蜂胶

个大、刺好、口感棒的野生辽刺参平均1斤198元

1、野生鲜食海参:5-6年深海壮年刺参,筋粗肉厚口感好,特惠7斤999元,本周16斤1998元。

2、大连壮年刺参:个大刺好,壮年参,肉厚、口感佳,4斤999元,本周特惠10斤1998元。

2、纯淡干辽刺参:深海野生大连淡干刺参,5-6年壮年参,涨发10斤以上,原价1斤2399元,2980元、3960元,本周买1送1。

3、蜂胶、羊奶粉:高品质黑蜂胶,好原料,黄酮高含量。本周特惠298元买2送2吃两个月。羊奶粉,纯羊乳易吸收,特惠398元买1桶送1桶。

4、沂蒙山成熟蜂蜜:无任何添加纯蜂蜜,味道浓郁,营养丰富,特惠12斤299元。

电话:186-1519-3097(各地免费送货)