

2025年3月14日  
星期五 农历二月十五

国内统一刊号:CN37-0099  
邮发代号:23-207

# 老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

## 我国人均预期寿命达79岁 山东等8省份人均预期寿命超80岁

日前,国家卫生健康委员会主任雷海潮在全国两会民生主题记者会上介绍,2024年中国居民的人均预期寿命达到79岁,比2023年提高了0.4岁,提前实现了“十四五”规划的目标要求。

### 人均预期寿命提高,代表了什么

“人均预期寿命是衡量一个地区人口健康水平的重要指标。”郑州大学公共卫生学院党委书记吴建认为,人均预期寿命代表社会整体健康水平,人均预期寿命越高,说明医疗条件、环境卫生、生活质量越好。计算人均预期寿命可以帮助政府做决策,比如养老金要准备多少年、医院该重点防治哪些疾病等。

雷海潮介绍,在对53个中高收入国家人均预期寿命的统计中,中国排名第4;在G20国家中,中国排在第十;即使与高收入国家相

比,中国居民的人均预期寿命仍然超过21个高收入国家的人均预期寿命。这说明中国的优秀传统文化、良好生活方式,对于改善健康所产生的效果是直接的。

北京、天津、上海3个直辖市和山东、江苏、浙江、广东、海南5个省,上述8个省份的人均预期寿命超过了80岁。“中国居民人均预期寿命提高的潜力是明显的。我们在健康水平改善的同时,也认识到老百姓追求健康改善的愿望越来越强,我们的努力也需要持之以恒。”雷海潮说。

郑州大学第一附属医院主任医师张水军认为,人均预期寿命的提高,是我国社会进步与医疗卫生水平提高的结果,体现了国家医保政策与健康中国战略在全民健康中发挥了重要作用。另一方面,人均预期寿命的提高,也预示着老龄人口的增加。

### 人均预期寿命提高,各方面要做好哪些准备

华中科技大学人口与政策研究所所长石人炳认为,长期来看,需要制定并落实好促进生育政策,发放育儿补贴,提高生育水平。“同时,相关部门要提前预测和规划如养老金赤字、护理短缺、老年人就医难等问题,也要加强研发和投入‘人工智能+养老’‘人工智能+就医’等新科技和新模式,解决老年人在陪护、紧急救助、基本生活方面的需求。”石人炳说。

张水军建议,可通过增设养老机构,加快人工智能在养老中的应用,使老年人活得幸福长寿又有尊严。

我国在深化养老服务改革方面有哪些举措?民政部部长陆治原介绍,去年12月,中共中央、国务院印发《关于深化养老服务改革发展的意见》,对加快建设

适合我国国情的养老服务体系、更好保障老有所养作出顶层设计。

在深化养老服务改革方面,加快健全城乡三级养老服务网络,在已有的养老服务设施基础上,推进在县区一级健全综合养老服务平台,在乡镇、街道一级健全区域养老服务,在村、社区建立健全养老服务站点,构建县—乡—村三级养老服务网络,形成“一刻钟养老服务圈”。

贯通协调居家、社区、机构三类服务形态,优化居家为基础、社区为依托、机构为专业支撑,医养结合的养老服务供给格局。大力开展助餐、助医、助洁、助急等上门服务,让老年人享有更好的“家门口”服务。按照兜底、普惠、市场分类推进养老机构改革,发展兜底保障型、普惠支持型、完全市场型三类养老机构,满足老年人多样化的养老服务需求。

吴君 张文豪 徐阳

“相亲交友俱乐部”活动来袭  
海边单身交友  
请到崂山沙子口

3月28日,青岛崂山沙子口“海边寻友记”相亲交友活动来袭!中老年单身朋友们,在这里,您可结识新朋、重逢老友。通过丰富多彩的游戏互动,让您在欢乐中对朋友加深了解,增进默契。无论您是否能找到心仪的伴侣,都将收获满满的友情,让晚年生活不再孤独。

活动费用:68元/人,涵盖意外险、中式团餐及组织费用,让您无忧参与,尽享欢乐时光。名额有限,赶快行动吧!

欢迎您拨打电话 0532-66988698、66988903咨询报名。  
(详见4版)

“适老家具新标准”助推  
老年人高品质生活

**本报北京讯** 随着我国人口老龄化趋势加剧,老年人的生活品质备受关注。为此,国家市场监管总局(国家标准委)批准发布的《适老家具通用技术要求》国家标准已于近日正式实施。

该标准主要适用于椅类、柜类、沙发类、桌台类、单层床类、床垫类等适老家具,充分考虑老年人的身心特点和生活需求。新标准的实施解决了三大痛点:一是安全性与适老化能缺陷;二是市场无序竞争与低质供给;三是需求认知与产品代际错配,将智能语音交互功能纳入技术要求,推动产品升级。适老家具新标准的实施,将满足老年人对高品质生活的需求。

(清风)



## 老年大学开启新学期多彩文化之旅

近日,沉寂了一个寒假的青岛市多所老年大学又热闹了起来,老年学员们怀着对新学期的美好向往走进课堂,开启了新学期丰富多彩的学习生活。开学首日,拉丁舞班、肩颈瑜伽班、形体模特班、声乐班、古琴班、非洲鼓班、中医针灸班等都陆续开课。

据悉,2025年春季学期,青岛市老年活动中心新开设了现代舞专项班、经络禅拍功、平面艺术摄影、咖啡文化与品鉴、新文人画等兼具现代艺术与实用主义相结合的新课程,新学期共开设264个班次,超7000人次报名学习。(详见2、3版)

主办:青报集团老年生活报 | 青岛市教育局老年大学 支持:青岛书院万达广场

## “呼唤春天”老年教育庆典暨招生推荐

- ★观看教育局老年大学学员精品文艺展演(秧歌舞、旗袍秀、小合唱等)
- ★咨询解答老年大学的专业设置、收费标准、师资介绍等。

时间:3月15日(周六) 上午10:30-下午13:00

地点:书院路37号 青岛书院万达广场(室内负一楼)

青报集团志愿服务单位:

- ◆泰康人寿 ◆城润家
- ◆光大银行 ◆青岛市精神卫生中心
- ◆城运颐养 ◆天道中医

活动咨询:(0532)82933171

乘车路线:①乘313、230路,书院路峰山路站下,步行9米;②乘303、9路,峰山路站下,步行100米;③乘地铁2号线,李村站D口出,步行614米;④乘地铁1号线,胜利桥(纺织谷)站C2口出,步行265米,乘9路(胜利桥始发站),峰山路站下,步行100米;⑤乘地铁3号线,李村站D口出,步行531米。