

## 本报评出2025“十大老龄新闻”

中央首次发文  
深化养老改革

1

1月7日,《中共中央 国务院关于深化养老服务改革发展的意见》发布,这是我国首次以党中央、国务院名义印发关于养老服务工作的意见。意见从养老服务网络、服务形态等方面提出目标路径,以更好保障近3亿老年人安享晚年,强调深化养老服务改革发展对实施积极应对人口老龄化国家战略、保障改善民生、促进社会和谐稳定意义重大。4月,青岛市人民政府办公厅印发《青岛市养老服务高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》,明确到2027年建成覆盖城乡、持续发展的养老服务体系,实现养老服务事业与产业协同发展。

## 弹性退休制度正式落地

1月1日,人力资源社会保障部等三部门发布《实施弹性退休制度暂行办法》。自2025年1月1日起,我国用15年逐步延迟法定退休年龄,男职工延至63周岁,女职工分别延至55周岁、58周岁。职工按月领基本养老金最低缴费年限,可自愿弹性提前退休,提前最长不超过3年且不低于原法定退休年龄,需提前3个月书面告知单位;也可与单位协商弹性延迟退休,最长不超过3年且可提前终止。

居民基础养老金  
最低标准上调

3

2025年政府工作报告提出,将城乡居民基础养老金最低标准提高20元。同时,退休人员基本养老金总体调整水平为2024年月人均基本养老金的2%,重点向中低收入及高龄群体倾斜。

全国60岁及以上  
老年人口达3.1亿

4

民政部、全国老龄办发布《2024年度国家老龄事业发展公报》。截至2024年末,全国60周岁及以上老年人口31031万人,占总人口的22.0%;全国65周岁及以上老年人口22023万人,占总人口的15.6%。全国65周岁及以上老年人口抚养比22.8%,全国人均预期寿命达79岁。

机器人“养老”  
成为现实议题

5

“具身智能”写入今年政府工作报告,“机器人养老”成两会热门话题。2024年中国60岁及以上人口占比22.0%,预计2035年突破4亿,全国养老护工缺口达550万,机器人可减轻照料负担。海尔集团董事局主席周云杰表示养老机器人全面进家庭仍需攻克安全与隐私挑战。

全国“敬老月”活动开展  
老年友好蔚然成风

6

全国“敬老月”活动如期举行,全国老龄委印发通知,以“弘扬孝亲敬老美德 共建老年友好社会”为主题,部署开展人口老龄化国情教育、走访慰问和关爱帮扶老年人等6项活动。青岛市民政局等28部门发布《关于印发〈青岛市加强老年友好型社区建设实施方案〉的通知》。

山东发布居家  
适老化改造补贴方案

7

民政部等部门启动全国“养老服务消费季”活动。在多项政策措施的综合支持下,我国银发经济朝着更高质量发展。为巩固居家养老基础、促进养老消费,今年3月山东省民政厅等六部门印发《山东省消费品以旧换新居家适老化改造补贴实施方案》。补贴对象为全省60周岁及以上老年人,收货地址在省内。各市明确本地补贴产品清单、参与主体和产品品牌型号,超范围或未在参与商家购置不予补贴。单件产品补贴额度上限是其实际销售价格的30%,且不重复参与其他补贴。

山东明确  
“父母护理假”待遇

8

1月18日,山东省十四届人大常委会第十三次会议表决通过相关决定,明确六十周岁以上老年人患病住院,独生子女每年

累计十日、非独生子女每年累计七日护理假,期间工资照发、福利待遇不变。山东省卫健委等提出指导意见,明确国家法定节假日等不计入假期,护理假应在父母住院期间休,可分开休但不能结转下一年,还规定了子女特殊情况配偶可享假及养子女、继子女相关权益。

“银龄行动”全面展开  
志愿服务方兴未艾

9

2025年,“银龄行动”在区域上已实现省级全覆盖,在参与主体上已惠及全体有社会参与意愿的老年人。《青岛市新时代“银龄行动”实施方案》印发,青岛市在全省率先开展“青荷携手”“银龄行动”,组织银龄志愿者赴菏泽市开展智力援助。“青心银龄”品牌成功入选全国“银龄行动”老有所为重要品牌项目。

## 10 青岛打造“中国康湾”

7月10日,养老服务消费工作推进会暨全国“养老服务消费季”启动仪式在青岛举行。启动仪式上,《青岛市加快推进“中国康湾”建设三年行动计划(2025-2027)》发布。青岛将通过开展三年行动,提升康养产业整体能级,形成更高水平的服务供给。到2027年,全市生命健康产业产值达到1000亿元,打造有国际影响力的“山海康养名城、活力健康湾区”。

## 养生健康

一把年纪了  
也要戒烟

“都抽二三十年了,现在戒烟还有啥用?”“一把年纪了,身体早就被烟毁了,戒不戒都一样”——很多烟民都抱着这样的想法,不愿戒烟。其实,戒烟没有“过期”一说,无论何时戒烟都能给身体带来健康回报,且早戒早受益,晚戒也不迟。

60岁以上的很多老年烟民觉得“一把年纪没必要戒烟”,事实并非如此。65岁戒烟者平均能多活1.7年,75岁戒烟者也能多获得0.7年的额外寿命,且14.2%的晚年戒烟者能实现一年以上的寿命延长。此外,戒烟对老年人健康改善作用明显,能减少他们患上慢性阻塞性肺病、中风、癌症的风险。戒烟后,老年人可告别咳嗽、气短的困扰,拥有更有活力的晚年。所以,即便年纪大了,戒烟依然很有必要,能为健康和生活质量带来积极改变。

## 弘扬积极老龄观 共建老年友好社会

山东省老年学与老年医学学会第六次会员代表大会召开

本报讯 12月27日,山东省老年学与老年医学学会第六次会员代表大会在济南召开。

学会第五届理事会会长、现任党支部书记方宏建代表第五届理事会作工作报告。报告指出,六年来,在省民政厅、省卫健委等上级部门的正确领导和大力支持下,第五届理事会团结带领全体会员,高举“学术为本、为老服务”旗帜,在强化政治引领中开创党建工作新局面,在夯

实内部治理中推动自身建设迈上新台阶,在坚持学术为本中取得研究新成果,在搭建交流平台中实现行业影响力新提升,在践行社会责任中展现为老服务新作为,圆满完成第五届理事会确定的各项目标任务。

报告强调,面向未来,学会要继续强化战略支撑,服务科学决策;推动学科融合,促进协同创新;拓展服务内涵,助力基层实践;弘扬积极老龄观,共建老年友

好社会,努力为山东省老龄事业高质量发展贡献更大力量。

大会选举产生第六届理事会和第二届监事会。张成博当选为第六届理事会会长,王宏杰当选为第二届监事会会长。

张成博在发言中向全体会员的信任与支持表示感谢。面向未来,张成博表示,新一届理事会将在党政领导班子的带领下,牢记使命、凝聚共识,团结全体会员,聚焦战略协同与平台赋

能,强化学术引领与成果转化,深化专业服务与治理创新,为持续提升全省老年人的获得感、幸福感、安全感贡献更大力量!

随后,学会召开第六届理事会第一次会议。四位代表分别围绕“闭环管理体系赋能中老年运动健康”“糖尿病防治的实践之路”“老年健康产业关爱行动”以及“中国自主养老知识体系构建”等主题作了典型发言。

(记者 朱振东)