

# 不只是养老,更是253.2万老年人的新生活

——2025年青岛市银发经济调查

记者 王镜 岚硕 尚美玉

以全链条创新释放银发经济多元价值

刘文俭



老年公寓里正在上绘画课的老人们。

## 1 机构+家门口“双线养老” 托起幸福晚年助燃银发经济

随着社会老龄化程度加深,养老需求日益多元化。近年来,青岛在持续完善优质机构养老服务供给的同时,加快推进“15分钟养老服务圈”建设,通过“机构+社区”双路径提升养老服务覆盖面与可及性,让老年人安享晚年。

优质机构养老逐渐成为不少老年人的新选择。“在这里住得比家里还舒服。”73岁的淄博老人崔奕,带着82岁的老伴来青岛宏远健康颐养中心旅居,住了11天就决定“定居”,还把户口迁到了莱西。康养中心里,50平方米的一居室能拎包入住,旁边就有二级老年病医院,24小时能看病,还有60亩有机蔬菜基地,吃的都是新鲜菜,书画室、泳池、KTV样样齐全。84岁的王莲莲入住太保家园青岛社区已两年,从以往“闷在家里”到如今积极参与书法、合唱、外出活动,成为社区艺术团骨干。社区每周五组织“超市日”,专车接送老人采购,行动不便者还有照护师陪同。王莲莲表示:“能自己挑选生活用品,感觉更踏实。”截至目前,青岛市已建成优质康养机构297家,其中三星级以上占比达61%。

另一方面,“家门口的养老服务”也为老年人提供了灵活便捷的照护选择。74岁的白玉兰做完脚部手术,康复期间不能下地,家住7楼的她复查、康复都成了难题。这时,她想到了离家不远的市南区八大峡街道综合养老服务心,这里的短托、日间托养服务正好适配她的需求。“我和老伴住这儿,价格适中,环境好、靠大海,房间干净,洗头洗澡、吃饭都不用愁,还有专业康复指导。”白玉兰说,原本只打算住1个月过渡,结果一住就是3个多月。这种短托养老模式正在青岛逐步兴起,为不少上班族解决了照护老人的难题。

据了解,目前青岛已织密“15分钟养老服务圈”,建成135处镇街综合养老服务心、1300余处村(社区)养老服务站,将医疗康养、文娱学习等服务精准送到老人家门口,城乡老人均可就近享受贴心照料。从配备齐全的康养社区,到贴近居民的短期托养,多样化养老服务正融入老年人的日常生活。贴合实际需求的供给体系,在提升老年人生活质量的同时,也为银发经济发展注入持续动力。

## 2 适老化改造暖心落地 青岛银发生活添保障

“以前洗菜弯腰疼得直不起身,洗澡总怕滑倒,现在智能橱柜能升降,卫生间装了扶手,过日子踏实多了!”青岛市崂山区70岁的冯越和老伴李彤,是当地居家适老化改造的直接受益者。如今在青岛,已有近8000户老年家庭通过改造改善了居家环境,智能马桶、恒温花洒、安全扶手等设施,正让老年生活更具品质与安全感。

青岛2025年启动的消费品以旧换新居家适老化改造项目,政策力度十足。项目打破户籍限制,只要年满60周岁、住房位于青岛行政区域内的老年人,即可享受产品成交价格30%、每人最高1.5万元的补贴。补贴覆盖地面门改造、如厕洗浴设备、智能辅助产品等六大类25种刚需品,从0.15秒弹开的智能防摔马甲,到夜间自动感应的小夜灯,全方位守护老年安全。

改造过程也让老人省心省力。冯越回忆,签约后工作人员次日便上门沟通需求、定制方案,施工时细心保护家具,全程噪音小、不扰邻,3天就完成了

走进养老机构,适老化改造后的医养空间精准适配老年需求,尽显“比老年人更懂老年人”的贴心;穿戴智能健康装备,智慧养老服务实现紧急情况“一键触达”的安心;登上定制化银发旅游列车,在山海康养旅途中寻觅“诗与远方”的舒心……作为全球老龄人口数量最多、银发经济消费潜力最大的国家,我国正迎来银发经济蓬勃发展的黄金时期。

《中国老龄产业发展报告》预测,2050年我国60岁以上老年人口消费市场规模将超过100万亿元。“十五五”规划建议着眼长远、科学部署,明确提出“积极开发老年人力资源,发展银发经济”,为产业创新突破、市场扩容升级指明了清晰方向。截至2024年年底,青岛市60岁以上老年人口达253.2万人,在这里,这场关乎“老有所养、老有所安、老有所乐”的实践,正以多维创新姿态,书写着银发经济的鲜活答卷。



居民正在体验已完成适老化改造的卫生间。

价格争议也时有发生。此外,企业各自为战,单一产品难以满足局部改造需求,积极性受限。

针对这些问题,青岛市民政局正积极施策。计划与大型家居卖场合作设立适老化产品专区,降低企业成本、扩大覆盖;构建“1+20+N”展销体系,通过社区海报、媒体解读等拓宽宣传面。

未来还将持续丰富补贴产品库,优化线下服务网络,让适老化改造真正走进更多老年家庭,为银发经济发展注入温暖动能。

## 3 社交为伴,康养为核 新一代银发族重塑旅居消费生态

过去,老年人旅游常被贴上“节衣缩食”“走马观花”的标签。然而,新一代银发族正彻底颠覆这一刻板印象。他们工作期间积累了丰富的休闲度假经验,退休后更是将这种对生活的热爱延续到旅游中。

64岁的周玉莲退休后频繁短途出游,钟情于青岛周边的套餐式微度假。

日照的非遗盘扣体验、莱西的美食、蓬莱阁的汉服旅拍……都让她乐在其中。对她而言,旅游不再是简单的观光,而是用空间转换实现健康管理和社会价值再造。

从市场反馈来看,55~75岁的活力老人是微度假主力军。他们闲暇时间充裕、消费能力稳定,对高品质旅居、康养服务需求旺盛,追求社交陪伴和情绪价值。正如一位民宿老板的形象描述:

“现在的老人出来玩不仅是为了打卡,他们还渴望交朋友、找乐子。”

现实中,银发族不再只看价格,还会综合比较住宿配套、餐饮口味、娱乐设施和交通便利度等。形体模特老师杨晓露告诉记者,她与学员一起出游时,就会考虑将形



体验汉服主题旅拍活动的银发族。



**温馨提示:**  
现在手中还有尚未激活报卡的读者,  
请您抓紧时间扫描左侧二维码  
了解开卡流程后启报  
(也可直接到发行站启报)  
以免影响您正常阅读2026年度老年生活报

咨询热线:(0532)

82933711



银发经济的核心是“以人为本”,需精准匹配老年群体的多元需求。随着60后、70后新一代老年人成为消费主力,他们的需求已从基础的“老有所养”向高品质的“老有所安、老有所乐、老有所为”升级,既注重养老服务的专业性、适老化改造的安全性,也追求康养旅居的体验感、社交性。青岛构建的“机构+社区”养老服务网络、覆盖全场景的适老化改造项目,以及特色康养旅居产品,正是契合这一需求转变的有益探索。

政策引导与市场活力协同是银发经济发展的关键。青岛推出的适老化改造补贴政策、“15分钟养老服务圈”建设等举措,为产业发展筑牢了基础,但要破解推广中的梗阻,需进一步打通政策落地的“最后一公里”。建议持续优化政策实施细节,比如简化补贴申领流程、拓宽线下服务网络覆盖,同时搭建企业协同平台,整合资源形成服务合力,避免单一主体“各自为战”,降低运营成本的同时提升服务效率。

银发经济的潜力释

**您口袋里的  
“报卡”,还没  
激活吗?**



扫描二维码了解  
报卡开卡流程