

# 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 臧硕 尚美玉

专家观点

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中心,这里的短托、日间养老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中心、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

旧橱柜、马桶、花洒的更换。“工作人员还手把手教我们用智能设备,现在橱柜调到90公分,洗菜不用弯腰,洗澡抓着扶手心里有底,我们给改造打满分。”

近年来,青岛陆续出台《促进银发经济发展增进老年人福祉实施方案(2025-2027年)》等文件,构建起“1+N”养老服务体系,覆盖居家、社区、机构三大场景。数据显示,2024年以来,全市有2.7万户家庭享受到了财政补贴。政府不仅“出钱”,更“出标准”——联合居然之家、海博家居设立适老化产品专区,推动产品标准化、价格透明化,打通政策落地“最后一公里”。

然而,这项惠民工程的推广仍面临多重梗阻。据青岛市适老化改造项目实施相关负责人介绍,线下销售网络覆盖不足,企业门店因成本压力收缩至六七家,难以辐射七区三市,而老人更倾向于前往居然之家等大卖场采购,导致政策信息断层。宣传触达有限,不少社区老人对补贴政策仍不知情。信任与支付难题突出,产品



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展示专区,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交价值再造。

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

体模特的课程带入旅途中,“将课堂延伸到旅游中,根据我们的需求来选择路线、选择服饰等,让学员们获得独特体验。”

从人群看,60后、70后数量在社会总人口中占比较大,其成长经历与社会变革、经济文化发展紧密相连,他们的观光、度假、娱乐、康养方式与其他代际游客差异明显。

面对新趋势,政府部门也在积极行动。今年发布的《青岛市加快推进“中国康湾”建设三年行动计划(2025-2027年)》,以“山海康养名城、活力健康湾区”为目标,前瞻性提出“全域康养、全龄健康”理念,创新构建“引进来+走出去”双向康养旅居服务体系,将“中国康湾”建设与银发经济、文旅消费深度绑定。

除了政府部门的顶层设计,旅游行业的市场主体应深入地研究他们的消费心理和需求,并设计出更多差异化、高品质的文旅产品来引领需求。



体验汉服主题旅拍活动的银发族。

# 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

**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)以免影响到您正常阅读2026年度老年生活报

咨询热线:(0532) 82933711

