

# 适老化改造“有爱” 老年人生活“无碍”

我市开展适老化改造项目 在居家、社区、数字化服务方面破解老人如厕难、洗澡难、出行难、生活难等

适老化改造

探访

“改造完以后，生活更加方便了，在家里不容易磕着碰着了，遇到紧急情况也有很多方式及时向社区、家人求助了。”家在市南区八大湖街道的黄馥阿姨脸上露出幸福的笑容，她口中所说的“改造”指的是青岛市开展的居家适老化改造项目。为了确保老年人居家生活安全有保障，青岛市聚焦经济困难老年人和特殊困难老年人，通过施工改造、设施设备配置、辅具适配等专业、高效的方式，改善困难老年人居家照护环境，提高困难老年人居家生活质量，推动居家养老服务提质扩容，把对老年人而言充满隐患的房子变成了一座座“安全屋”。

## 居家适老化改造 打造一间“安全屋”

今年75岁的黄馥和老伴在八大湖社区居住了40年。由于房屋建筑年代久远，屋内家具比较老旧，布局也略显狭小，黄馥和老伴平时经常碰到墙角或家具边角，卫生间内光洁的瓷砖地面也有滑倒的风险。“在自己家里都得小心翼翼的，特别不方便。去年我老伴还摔了一跤，把胯骨摔骨折了，两三个月起不来床。”老两口为此苦恼不已。

这时，市南区民政局将居家适老化改造服务送上门来，适老化评估员上门进行调查评估，观察老人家室内环境，询问老人需求、测量基础数据，为老人的家量身打造了一份详细的问题清单：马桶高度与老人身高不匹配，老人蹲下、起身难，需要安装扶手；黄馥的老伴胯骨骨折，暂时不能独立行走，需要轮椅辅助代步；老人在卫生间站立洗澡存在滑倒风险，需要放置防滑垫；家里老旧家具多，棱角锋利，需要进行防撞处理……

如今，黄馥老人家里进行适老化改造已经一年多了，“你看，这边墙壁转角比较坚硬的这个边，还有这些床角柜角，全部都包上了防撞条。防撞条柔软有弹性，安全系数很高，怎么碰都不要紧，也不疼。”黄馥一边说，一边又指向房间门口的小夜灯，那是一款声感应灯，半夜如果老人想去洗手间，再也不用摸黑找开关了。“屋子里还装了门磁感应器和燃气报警器，只要家里大门长时间敞开，或者燃气有泄漏，报警器就可以及时把危险告知给社区和子女。”

同样住在市南区的田震今年74岁了，患有哮喘病的她需要定期去医院检查，有时候病情发作喘得厉害，便无法正常行动。适老化评估员上门查看情况后，为她送来了防滑四脚拐杖、轮椅，还为她配备了扶手平滑、四脚稳定、没有棱角的扶手椅，方便老人日常出行和居家休息。

家庭环境是居家养老的重要空间载体。2022年，民政部等4部门印发《关于推进“十四五”特殊困难老年人家庭适老化改造工作的通知》，计划“十四五”期间完成200万户改造目标。截至2023年底，全国共完成特殊困难老年人家庭适老化改造148.28万户，青岛有超过15000户老人享受到了适老化改造带来的便利和实惠。

“目前，我们的改造项目主要包括施工改造、设施设备配置、辅具适配等。”市南区民政局相关负责人告诉记者，截止到2023年，市南区完成76户



▲田震展示墙体防撞条。  
►洗手间里安装扶手，可防止老人起坐时摔倒。



▲社区居民正在使用便民设备。



老年人家庭适老化改造，建设标准为每户3000元。

记者了解到，岛城各区市都在积极推进适老化改造项目。2023年，崂山区适老化改造共涉及本区户籍60周岁老年人106户。“居家适老化改造的项目细分下来有很多种，要根据老人家里的实际情况进行改造，有的老人住在老旧小区里，房屋布局复杂；有的老人身体情况特殊，需要相关的辅具，所以就需要我们工作人员上门进行评估，制定详细的改造方案，对症下药。”崂山区民政局相关负责人表示。

以地面改造为例，为了防止老年人滑倒，可以在卫生间、厨房、卧室等区域铺设防滑砖或者防滑地胶。家里有高差，可以通过铺设水泥坡道或者加设橡胶等材质的可移动式坡道，保证路面平滑、无高差障碍，方便轮椅进出；还可以在高低变化处安装扶手，辅助老年人通过。在卧室改造中，可配置护理床以帮助失能老年人完成起身、侧翻、上下床等动作；配置防压疮垫，避免长期乘坐轮椅或卧床的老年人发生严重压疮等。记者在走访中发现，老年人对报警设备的需求也很大，包括烟感报警、燃气报警、漏水报警以及房门传感等。除此之外，还有针对门、厨房设备、如厕洗浴设备的改造及老年用品的配置。

## 社区适老化改造 让爱“无碍”通行

家里需要改造，公共环境也要改造。作为老年人最主要的生活场景之一，社区是公共环境改造的重要一环。2023年青岛全市60周岁以上户籍人口215万人，占全市户籍总人口的25.17%，高于全国和全省老龄化水平。近年来，各区市越来越多的社区将适老化改造融入老

小区改造和市政配套建设中。

住在市南区湛山社区的李大爷70多岁了，过去，他每天都要爬几十级台阶到家对面的社区公园下棋。“之前走这段路觉得特别漫长，因为有一片闭合的绿化带，要绕一下才能过去。现在好了，社区改造以后，一些台阶做了无障碍坡道，还在绿化带这头打通了一条小路。”李大爷告诉记者，社区内部分道路拓宽了不少，部分台阶进行了坡道改造，台阶的高度统一降低到不超过20厘米，打通了部分大跨度围栏，缩短了通行距离。据了解，每一步的改造都有工作人员亲自操作轮椅进行通行试验，以确保改造工作合理完善。除此之外，社区内还增添了扶手50余处。李大爷指着居民楼间一处新铺好的路面，原本这条小路十分狭窄，车辆无法通行，经过改造后，不论是消防车还是救护车都可以顺利驶入居民区。

让李大爷感到暖心的，还有社区内不少契合老年人需求的新变化。湛山社区党群服务中心内，多功能警务一体机，发票代开自助终端等便民机器摆放整齐，居民无需费力费神前往服务大厅，便可以在社区完成身份证、驾驶证等证件的补换业务，自助缴纳罚款、办理社保费业务、查询纳税信息等。

“我们根据网格自管会收集的老年人意见建议，积极协调相关部门，构建了‘8分钟老年政务服务圈’，在社区一楼设置‘自助慧’服务大厅，增添了政务服务自助终端、智慧警务驿站、税务自助驿站、共享智慧书亭、公交卡自助充值等13种老年人日常需要自助设备，全年无休，老年人在家门口就可以自助办理证照审批、居民身份证补换、政务查询等300余项服务。”湛山街道湛山社区党委书记王斌介绍，社区的网格自管会在网格巡防、入户走访基础上，把家家户户老人的问题和需求按照网格微治理、志愿微行动、圆梦微心愿等多



▲湛山社区的老人在工作人员指导下熟悉电子设备。

个“微项目”菜单，通过网络员的专业服务，党员和居民的志愿行动、结对帮扶，以及商家的认领认管等方式，做到了精准对接、高效服务，一年多来共有50余位老年人受益。

和湛山社区一样，市北区延安路街道延安二路社区老旧小区较多，为方便老年人出行，社区为部分楼座加装了电梯，并在路边设置方便老年人休息的长凳，主要交通路口实现人车分流，并且及时修整道路路面，满足救护车通达要求。

## 数字技术适老化改造 帮助老人跨越数字鸿沟

“信息化时代，我们也不能落后，要跟上步伐！”住在胶州、今年79岁的张阿姨告诉记者，之前自己不会使用智能手机，仿佛和社会脱节了。儿子为她买了一部智能手机后，她感觉像打开了“新世界”的大门：“现在我能通过手机了解国内外大事，也能用微信和子孙女聊天，听说还可以网络购物，真是太方便啦！”

然而，并非所有老人都能解锁“新技能”。随着互联网及数字技术的普及，从生活缴费、看病就医，到交通出行、用餐娱乐，智能化的操作已经成为绝大多数生活场景的“标配”。但是，这样的便利给一些老年人带来不少烦恼，甚至成为难以逾越的“数字鸿沟”：一旦碰到线上业务或遇到日常扫码支付，很多老人就犯了难。以打车为例，数据显示，目前74%的老年人仍习惯在路边招手打车，即便在使用过手机叫车的老年人中，可以不求助他人而独立叫车的仅占20%。

为帮助老年人更好适应并融入数字生活，《关于切实解决老年人运用智能技术困难

的实施方案》《移动互联网应用(App)适老化通用设计规范》等文件相继出台，648家网站和App完成适老化改造。记者发现，多款手机App切换到“长辈模式”或“关怀模式”后，字体变大，色彩变强，界面简化。此外，应用场景更丰富，部分App推出语音搜索、内容朗读、一键订票、一键叫车等功能，使用门槛大大降低。

除了电子设备的自我更新，很多社区也在积极帮助不熟悉电子设备的老人寻找对策。比如湛山社区专门为老人开设了电子设备学习班，还有社区工作人员上门一对一、手把手教学。

听到老人在茶馆喝茶聊天时提及“玩不转”手机的烦恼后，上流佳苑社区针对这一民意诉求投资建设了“上流佳苑智慧电视服务平台”。

11月9日，记者来到上流佳苑党群服务中心，只见大厅的大屏幕上“社区治理频道”的大字十分显眼。据了解，该频道嵌入了六大类52项便民服务事项，涵盖了党建、社会救助、民生服务、就业培训、民意调查、电视订餐购物、远程问诊、物业安防、社区视频等方面，每一项服务按钮都十分醒目，字体设计较大，还有语音播报功能。

“居民只要打开电视就能实时查询社区服务明细，了解社区活动动态，足不出户就能享受到便利服务。有了这个平台，老人不用手机也可以实现线上订餐，只需要一只遥控器，按动方向键就可以进行操作，毕竟对他们来说，比起手机App，更加熟悉电视遥控器。你看，一旦按下这个按钮，‘一键呼叫’智慧养老系统就会通过电话和短信等方式通知我们的工作人员和老人家属，并迅速确认情况，不会使用智能手机的老人就可以通过这个平台完成一些需要手机才能完成的事情。”上流佳苑社区物业管理人一边说，一边按下了呼叫按钮，很快，中心工作人员便接起了电话，为呼叫者提供服务。

对话

## 适老化改造最高补贴3000元

问：目前青岛市适老化改造对象和补贴标准是如何制定的？

答：青岛市2024年超长期特别国债资金支持困难老年人居家适老化改造项目由超长期特别国债资金支持，对居家适老化改造所用物品和材料购置给予补贴。已享受同类补贴的家庭不重复享受该项目改造补贴。项目根据困难老年人不同情况实行差异化补贴，具体分为3000元、2000元两个改造补贴标准，超出改造补贴标准的费用，由被改造方自行承担。

具体来说，本市户籍60周岁及以上分散供养的城乡特困人员、低保老年人和计划生育特殊家庭中的老年人家庭进行适老化改造的，最高给予每户一次性3000元的适老化改造补贴；本市户籍独居、空巢、留守等老年人中的1—4级失能(失智)、重残和80周岁及以上高龄老年人家庭进行适老化改造的，最高给予每户一次性2000元的适老化改造补贴。

问：目前适老化改造过程中容易出现哪些问题？如何改进？

答：近年来，老年人家庭适老化改造工作取得很大进展，但改造过程中也面临着改造不规范、质量难保证、售后无人管等问题。目前青岛市除了对居家适老化改造列出了7个大类、34个小类的推荐清单外，还明确要求各区(市)民政部门联合镇(街道)对适老化改造完成情况进行验收，对于验收不合格的，由改造服务单位及时整改，直至验收合格。青岛还依托省级养老服务平台，建立适老化改造信息系统，实现全流程信息化、追溯化管理，动态监测评估各区(市)实施情况。

妥善解决适老化改造中的现实难题，除了需要制定标准、严格监管，也离不开行业的自律自觉。为了保证居家适老化产品的质量和售后问题，需要养老服务公司给出质保承诺，才让老年人和家人吃下“定心丸”。除此之外，通过畅通消费举报通道，完善相关纠纷处理机制，也能进一步确保适老化改造的质量。

链接

## 智慧化养老产品助力改造升级

“为老年人家庭提供最优解决方案，需要针对性地研发智能化设备等产品，并合理运用到老年人家庭适老化改造当中，目前，我们正在研发推广的智能养老设备就可以应用到家庭、养老院等多个场景，满足老人的需求。”中康健康产业集团互联网公司负责人国霖向记者介绍了多款智能养老产品。

生命体征监测仪(毫米波雷达)适用于关注睡眠健康的人群、独居人群，用于监测睡眠质量，实时监测用户呼吸、心率、体动、翻身、入睡时间、深浅睡眠等情况。可按日、周、月输出睡眠报告分析，提供健康建议和趋势警告；跌倒报警仪(毫米波雷达)适用人群为独居、高龄老人。可以在20平方米范围内精准识别人体跌倒行为，及时通知亲属，信息可同步至运营平台及推送至小程序，运用点云成像技术，检测和感知人体的变动而不采集人像画面，保护个人隐私；智能穿戴手表具有G-SENSOR计步、心率监测、血氧监测、状态指示灯、GPS定位+北斗定位+WIFI定位+基站定位、运动轨迹查询、电子围栏报警、实时位置、SOS紧急求助、亲情号码、低电告警、语音播报、二维码名片、查找设备、通话、省电模式等多种功能。

“除此之外，多功能护理床、护理床垫这些设备，我们很多应用于养老院，在很大程度上减轻了工作人员的工作量，也能够让护理员们将更多的精力投入到对老人的陪伴关怀上。”国霖告诉记者，除了这些肉眼可见的科技产品，一些基础的适老化产品的改进也很有技术含量。“像床边扶手、马桶扶手、助浴椅这些常见的产品，也要考虑材料的强度，要求做到既轻便又稳固，也要考虑人体工学，所以需要不断探索，更新技术，让老人用得舒服、用得放心。”国霖说。

本版撰稿摄影 观海新闻/青岛早报记者 吴涵