

积极老龄化背景下适老化理念融入银发旅游的实践进路

方 惠

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年12月4日; 录用日期: 2025年1月13日; 发布日期: 2025年1月22日

摘 要

随着全球人口老龄化的不断加剧, 积极老龄化的理念逐渐受到重视。银发旅游作为老年人休闲娱乐的重要方式, 其适老化理念的融入对于提升老年人的生活质量、促进银发经济的发展具有重要意义。本文通过分析积极老龄化的背景与意义, 探讨适老化理念在银发旅游中的实践进路, 包括优化旅游产品和服务供给、构建全过程无障碍的旅游环境、丰富旅游业态等, 以期为银发旅游的发展提供参考。

关键词

积极老龄化, 适老化理念, 银发旅游, 旅游服务

Practical Approach to the Integration of Aging-Friendly Concepts into Silver-Haired Tourism under the Background of Active Aging

Hui Fang

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Dec. 4th, 2024; accepted: Jan. 13th, 2025; published: Jan. 22nd, 2025

Abstract

With the continuous intensification of global population aging, the concept of active aging has gradually received attention. As an important way of leisure and entertainment for the elderly, the integration of aging-friendly concepts into silver-haired tourism has great significance in improving the quality of life of the elderly and promoting the development of the silver-haired economy. This paper

analyzes the background and significance of active aging, discusses the practical approach of the concept of aging suitability in silver-haired tourism, including optimizing the supply of tourism products and services, building a barrier-free tourism environment throughout the process, enriching tourism formats, etc., in order to provide a reference for the development of silver-haired tourism.

Keywords

Active Aging, Aging-Friendly Concept, Silver-Haired Tourism, Tourism Services

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

人口老龄化是指一个国家或地区 60 岁及以上老年人口占总人口比重不断上升的过程[1]。随着全球人口老龄化的不断加剧,老年人口在社会总人口中的比重日益上升。据统计,2022 年我国正式进入人口负增长时期和老年人口高速增长时期,以人口老龄化为核心的人口结构性矛盾日益突出。根据全国老龄办的预测,“预计到 2025 年,我国 60 岁及以上老年人口数将达到 3 亿,占总人口的五分之一;到 2033 年将突破 4 亿,占总人口的四分之一左右;而到 2050 年前后将达到 4.87 亿,约占总人口的三分之一,老年人口数量和占总人口比例双双达到峰值”[2]。老龄化问题不仅是一个社会问题,更是一个经济问题。如何积极应对人口老龄化,推动银发经济的发展,成为当前社会关注的焦点。银发旅游作为老年人休闲娱乐的重要方式,其市场潜力巨大。然而,当前银发旅游市场仍存在诸多问题,如旅游产品单一、服务品质不高、适老化设施不完善等,制约了银发旅游的发展。因此,将适老化理念融入银发旅游,优化旅游产品和服务供给,构建全过程无障碍的旅游环境,成为推动银发旅游发展的重要路径。

2. 积极老龄化的背景及意义

2.1. 积极老龄化的背景

积极老龄化是指老年人以积极的态度和方式参与社会、经济和文化活动,保持健康、独立和尊严的生活方式。积极老龄化的理念源于工业革命后期的西方社会,随着人口老龄化的加剧,国际社会开始关注老年人的生活质量和福祉。1990 年,世界卫生组织提出“健康老龄化”概念,强调老年人在身体、心理和社会适应方面的全面发展[3]。2002 年,联合国将“健康老龄化”的概念更新为“积极老龄化”,核心要义为“健康”、“参与”和“保障”,涵盖物质和精神双重层面内容,进一步强调了老年群体要积极地面对晚年生活。

2.2. 积极老龄化的意义

积极老龄化的意义在于:一是提升老年人的生活质量。通过积极参与社会、经济和文化活动,老年人可以保持身心健康,提高生活满意度和幸福感。二是促进银发经济的发展。老年人口规模的不断扩大,为银发经济的发展提供了广阔的市场空间。通过发展银发旅游、银发教育、银发健康等产业,可以带动相关产业的发展,促进经济增长。三是推动社会和谐稳定。老年人积极参与社会活动,有助于增强社会凝聚力和向心力,推动社会的和谐稳定。“真正认识到老年人在经济社会发展中的重要作用,推动老年人更好地融入社会、参与社会,形成‘以为促养’的社会氛围,营造和完善促进老年人社会参与的友好

‘软’‘硬’环境，将老年人视为社会宝贵财富的同时充分发挥其作用”[4]。

3. 适老化理念的内涵及意义

3.1. 适老化理念的内涵

适老化是指通过建设适合老年人居住、生活和参与社会活动的环境和社会制度，满足老年人的居住、生活、健康和社会参与等需求，并提高老年人的生活质量和幸福感的过程。“以老年人‘个体’与‘群体’的需求为导向，在充分考虑老年人居住需求、社交需求的基础上，融入文化需求、自我发展需求，营造一个具有归属感与幸福感的生活空间”[5]。适老化是社会对老年人的一种关怀和照顾，旨在促进老年人的健康、幸福和自主。其核心目标是提供适合老年人生活的环境和服务，使老年人能够享有健康、安全、舒适的居住环境，并得到社会、经济和心理上的支持。

适老化理念包含生理学、心理学和社会文化等多个方面的基础：

第一，生理学基础。人的身体功能会随着年龄的增长而逐渐衰退，包括听力、视力、记忆力、行动能力等。这些变化不仅影响老年人的生活质量，还会增加跌倒等意外事件的风险。适老化设计应考虑这些因素，通过改善空间布局、提高安全性、增强适应能力等方式来应对这些挑战。

第二，心理学基础。老年人往往面临着孤独、失落、无助等心理问题。适老化设计应关注老年人的心理健康，通过创造舒适、安全、有意义的环境来帮助他们克服这些问题。这包括提供社交互动的场所、创造积极的视觉效果、提供有意义的活动等。

第三，社会文化因素。老年人在社会中的地位 and 角色也会影响他们的生活质量和幸福感。适老化设计应考虑老年人的社会文化背景，通过提供适当的社会参与机会、尊重他们的价值观和习惯等方式来帮助他们融入社会。

3.2. 适老化理念的价值

适老化环境改造在共创友好型社会中具有重要的社会价值与意义，具体体现在以下几个方面：

首先，适老化环境改造对于老年人来说，可以提升生活质量。通过安装扶手、防滑地砖、紧急呼叫系统等措施，为老年人创造一个更加安全、舒适的生活环境，减少跌倒等意外事故的发生，提高他们的生活安全感和幸福感。

其次，可以带动养老服务产业发展，包括养老服务设施的建设、养老产品的研发和销售等。适老化改造需要引入一系列适老科技和智能设备，这将促进相关科技的创新和应用，推动社会科技进步和产业升级，将为社会创造更多的就业机会和经济增长点，推动经济的持续稳定发展。

最后，适老化改造体现了社会对老年人的尊重和关爱，有助于弘扬敬老爱老的传统美德，形成尊老、敬老、爱老的良好社会风尚，可以促进家庭成员、社区成员以及社会各界对老年人的关注和帮助，增强社会的凝聚力和向心力。

3.3. 适老化理念对于银发旅游的作用

银发旅游是指面向老年人群体提供的旅游服务。适老化理念在银发旅游中发挥着至关重要的作用，具体体现在以下三个方面：

第一，提升旅游服务质量。旅行社、景区、酒店等机构在提供银发旅游服务时，应遵循适老化理念，对旅游产品、设施和服务进行适老化改造，以满足老年人的特殊需求。例如，在旅游线路和产品设计上，应针对老年人的身体状况和兴趣爱好进行专门设计，确保旅游活动的安全性和舒适性。在景区内，应设置无障碍设施，如轮椅通道、防滑地砖等，以保障老年人的安全。

第二，增强老年人旅游体验。适老化理念的应用可以显著提升老年人的旅游体验。通过提供个性化的旅游服务，如配备专职导游、提供专属餐饮服务等，可以让老年人在旅游过程中感受到更多的关爱和尊重。同时，适老化理念还强调对老年人心理健康的关注，通过提供社交互动的机会和创造积极的视觉效果，可以帮助老年人克服孤独感和失落感，享受愉快的旅游时光。

第三，推动银发旅游产业发展。随着老龄化社会的到来，银发旅游市场逐渐扩大。适老化理念的应用可以推动银发旅游产业的发展，促进相关产业链的形成和完善。例如，通过开发适合老年人的旅游产品、建设无障碍旅游设施、提供优质的旅游服务等，可以吸引更多的老年人参与旅游活动，从而带动旅游消费和相关产业的发展。

综上所述，适老化理念在提升老年人生活质量、促进养老服务产业发展、推动银发旅游产业发展等方面发挥着重要作用。因此，我们应该高度重视适老化改造工作，积极推动相关政策的制定和实施，为老年人创造一个更加安全、舒适、便利的社会环境。

4. 适老化理念在银发旅游中的实践进路

人口老龄化与人口负增长交汇致使有限的养老资源难以满足日益增长的养老需求，“‘三驾马车’变序的客观事实与经济高质量发展的战略需要对扩大内需、刺激消费提出了更高要求，推进经济适老化具有现实需求”[6]。适老化理念融入银发旅游，即是指运用旅游经济措施主动迎接人口老龄化的挑战，旨在优化养老产业的结构调整，确保供给与养老需求的精准对接。不仅有面向老年人旅游的商品与服务供给，还在产业布局上展现出全产业链覆盖、产品多元化及服务定制化的特点。在参与主体方面，它吸引了大量小微企业以及多种所有制形式的广泛参与，形成了更为丰富的市场生态。

4.1. 优化旅游产品和服务供给

4.1.1. 丰富旅游产品种类

当前，针对老年消费者的高品质旅游产品相对不足，制约了银发旅游的发展。因此，应丰富旅游产品种类，满足老年人多样化的旅游需求。一方面，可以开发适合老年人身体条件的旅游产品，如休闲度假、文化体验、健康养生等。另一方面，可以推出符合老年人兴趣爱好的旅游产品，如红色旅游、乡村旅游、生态旅游等。通过丰富旅游产品种类，吸引更多的老年人参与旅游活动。

4.1.2. 提升旅游服务品质

旅游服务品质是影响老年人旅游体验的重要因素。因此，应提升旅游服务品质，为老年人提供优质的服务体验。一方面，应加强旅游从业人员的培训和管理，提高他们的专业素养和服务意识。另一方面，应完善旅游服务设施，如设置老年人专用通道、提供老年人专用车辆等。通过提升旅游服务品质，增强老年人的旅游满意度和忠诚度。

4.1.3. 注重旅游产品的适老化设计

在旅游产品的设计中，应注重适老化设计，以满足老年人的特殊需求。例如，在行程安排上，应充分考虑老年人的身体状况和兴趣爱好，避免过度紧凑和劳累的行程安排。在住宿选择上，应选择环境优美、设施齐全、服务优质的酒店或民宿。在餐饮安排上，应注重营养搭配和口味选择，为老年人提供健康可口的餐饮服务。

4.2. 构建全过程无障碍的旅游环境

4.2.1. 完善旅游交通设施

旅游交通是老年人旅游的重要环节。因此，应完善旅游交通设施，为老年人提供便捷、安全的交通

服务。一方面，应加强公共交通设施的建设和管理，如设置老年人专用座位、提供无障碍设施等。另一方面，应发展旅游包车服务，为老年人提供定制化、个性化的交通服务。通过完善旅游交通设施，提高老年人的出行便利性和安全性。

4.2.2. 加强旅游景区适老化改造

旅游景区是老年人旅游的重要场所。“坚持智能化服务与传统方式并行，重视有针对性的人工帮扶与信息引导，加强对老年游客的服务”[7]。因此，应加强旅游景区的适老化改造，为老年人提供舒适、安全的旅游环境。一方面，应完善景区的无障碍设施，如设置无障碍通道、无障碍卫生间等。另一方面，应优化景区的游览路线和景点布局，避免老年人因体力不足而无法游览全部景点。同时，应加强景区的安全管理和应急救援工作，确保老年人在旅游过程中的安全。

4.2.3. 推动智慧旅游的发展

智慧旅游是旅游业发展的重要趋势。通过推动智慧旅游的发展，可以为老年人提供更加便捷、智能的旅游服务。“利用大数据和人工智能技术，精准分析老年人的新需求，为补齐旅游产品、旅游服务等短板提供现实依据，为银发游客提供更加智慧化的旅游服务”[8]。例如，可以利用大数据、云计算等技术手段，为老年人提供个性化的旅游行程规划和推荐服务；可以利用移动支付、电子门票等技术手段，提高老年人的支付效率和便利性；可以利用智能导览、虚拟旅游等技术手段，为老年人提供更加生动、有趣的旅游体验。

4.3. 丰富旅游业态，提升服务品质

4.3.1. 开发多元化的旅游产品

随着老年人群体的不断壮大，他们的旅游需求也日益多样化。因此，应开发多元化的旅游产品，以满足老年人的不同需求。“新时代‘银发族’旅游比拼的重点不是物美价廉，因此，银发文旅市场发力点在于创设富有文化底蕴、令人增长见闻的应用场景，提供更具文化气息、令人心情愉悦的情绪产品。各地要善于挖掘文化内涵，对接旅游的冲动萌发，以此满足游客内心深处的真实意愿”[9]。例如，“中国铁路西安局集团有限公司(简称‘西安铁路局’)不断优化运输组织，提升客运服务品质，让人民群众在共享铁路现代化发展成果的同时，获得感、幸福感、安全感不断增强”[10]。中国铁路西安局集团有限公司将陕西汉唐历史文化、秦岭自然资源和陕北红色文化与银发经济贯通起来，开发“慢游”、“定点游”等多个产品，打造“铁路 + 文旅”消费新场景。该公司结合老年人的身体状况和兴趣爱好，推出了一系列适合老年人的旅游产品。

4.3.2. 提升旅游服务质量

旅游安全是老年人旅游的重要保障。因此，应加强旅游安全保障工作，确保老年人在旅游过程中的安全。例如，可以加强对旅游景区的安全管理和监督，确保景区的各项设施符合安全标准；可以加强对旅游交通的安全管理和监督，确保老年人的出行安全；还可以加强对旅游从业人员的培训和管理，提高他们的安全意识和应急处理能力。

4.4. 强化健康与安全管理體系

4.4.1. 健康监测与应急响应

鉴于老年人群体的特殊性，健康监测在银发旅游中显得尤为重要。旅游企业应建立完善的健康监测体系，包括旅游前的健康筛查、旅游中的健康监测以及紧急情况下的医疗救援。例如，可以在旅游团中配备专业的医护人员或急救人员，确保在老年人突发疾病或受伤时能够迅速响应并提供有效的医疗救助。

同时, 旅游企业应与当地的医疗机构建立合作关系, 确保在紧急情况下能够及时转运病人并接受专业的医疗治疗。

4.4.2. 安全教育与防范措施

安全教育是提升老年人旅游安全意识的重要手段。旅游企业应在旅游前对老年人进行必要的安全教育, 包括旅游中的注意事项、常见的安全问题及应对措施等。此外, 还应加强旅游过程中的安全防范措施, 如设置安全警示标识、加强景区巡逻等, 确保老年人在旅游过程中的安全。

4.4.3. 心理健康关注

除了身体健康外, 老年人的心理健康同样不容忽视。在银发旅游中, 旅游企业应关注老年人的心理需求, 提供必要的心理支持和辅导。例如, 可以组织心理健康讲座、心理咨询等活动, 帮助老年人缓解旅游中的焦虑、孤独等负面情绪, 提升他们的旅游体验和幸福感。

4.5. 促进老年人在旅游中的社交与互动

4.5.1. 建立老年社交平台

社交是老年人生活中的重要组成部分。在银发旅游中, 旅游企业可以建立老年社交平台, 为老年人提供一个交流互动的场所。例如, 共比邻是一家聚焦银发聚会旅游的企业。他们以社交为抓手, 以聚会为切入点, 实现以低价高频消费带动高价低频消费, 推动旅游收入可持续增长。共比邻通过线下聚会和线上平台相结合的方式, 为老年人提供了一个交流互动的平台。在聚会过程中, 他们可以结交新朋友、分享生活经验、感受不同的文化氛围。同时, 共比邻还为老年人提供了适合他们的旅游产品, 如周边游、本地游等。这些旅游产品不仅价格实惠, 而且行程安排合理, 适合老年人的身体状况和兴趣爱好。共比邻的成功在于他们准确地把握了老年人的旅游需求和心理特点。他们通过聚会旅游的方式, 让老年人在旅游过程中找到了归属感和认同感。同时, 他们还注重提升旅游服务质量, 为老年人提供贴心、周到的服务[11]。

4.5.2. 鼓励老年人参与旅游活动

在银发旅游中, 旅游企业应鼓励老年人积极参与各种旅游活动, 如文化体验、户外运动等。这些活动不仅可以丰富老年人的旅游体验, 还可以促进他们的身心健康。例如, 可以组织老年人参加当地的民俗活动、手工艺制作等, 让他们感受不同地域的文化魅力; 还可以组织老年人进行适量的户外运动, 如散步、瑜伽等, 提升他们的身体素质和免疫力。

4.5.3. 促进家庭与社会的参与

家庭和社会的支持是老年人参与旅游的重要动力。旅游企业应积极与家庭和社会合作, 共同推动银发旅游的发展。例如, 可以与社区、养老机构等建立合作关系, 共同组织老年旅游活动; 还可以邀请家庭成员一起参与老年旅游团, 增进家庭成员之间的情感交流, 提升老年人的旅游体验和幸福感。“在此基础上, 各类企业更应该有战略思维和行业远景谋划, 把老年弱势群体的产品开发为有温度的产品和服务, 抓住时机树立起与时代和社会共同发展进步的责任型企业” [12]。

5. 结语

积极老龄化背景下适老化理念融入银发旅游的实践进路是一个复杂而系统的工程。它不仅需要旅游企业的积极创新和市场开拓, 还需要政府、社会、家庭等多方面的共同努力和支持。通过优化旅游产品和服务供给、构建全过程无障碍的旅游环境、丰富旅游业态等措施, 可以推动银发旅游市场的健康发展, 提升老年人的生活品质和幸福感。

未来,随着科技的进步和社会的进步,银发旅游市场将呈现出更加多元化、个性化的特点。一方面,随着大数据、人工智能等技术的广泛应用,银发旅游将实现更加精准的市场定位和个性化的服务提供;另一方面,随着社会对老年人权益的日益关注和重视,银发旅游将更加注重老年人的身心健康和幸福感提升。因此,旅游企业应不断创新旅游产品和服务模式,满足老年人的不同需求;政府应加强银发旅游的规划与监管工作,确保银发旅游市场的健康发展;家庭和社会应加强对老年人的关爱和支持,共同推动银发旅游的发展。同时,我们也需要认识到银发旅游市场的发展仍面临一些挑战和问题。例如,老年游客的旅游需求和偏好不断变化和升级;旅游企业之间的竞争日益激烈;旅游资源和环境的承载能力有限等。因此,我们需要持续关注和研究银发旅游市场的发展动态和趋势,不断调整和优化旅游产品和服务模式,推动银发旅游市场的可持续发展。

总之,积极老龄化背景下适老化理念融入银发旅游的实践进路是一个长期而艰巨的任务。只有通过多方面的共同努力和支持,才能实现银发旅游市场的健康发展和社会效益的最大化。让我们携手共进,共同推动银发旅游事业的发展,为老年人的幸福生活贡献我们的智慧和力量。

参考文献

- [1] 黄毅, 佟晓光. 中国人口老龄化现状分析[J]. 中国老年学杂志, 2012, 32(21): 4853-4855.
- [2] 中华人民共和国中央人民政府. 到 2050 年老年人将占我国总人口约三分之一[EB/OL]. https://www.gov.cn/xinwen/2018-07/19/content_5307839.htm, 2024-12-03.
- [3] 世界卫生组织. 老龄化与健康[EB/OL]. <https://www.who.int/zh/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>, 2024-10-21.
- [4] 刘尚君. 高质量发展背景下的人口老龄化应对——论“十五五”时期我国积极应对人口老龄化的战略重点[J]. 人口与发展, 2024, 30(5): 7-14.
- [5] 秦健, 杜博宇, 崔楚峤. 基于可供性理论的城市既有居住空间适老化设计研究[J]. 工业设计, 2023(10): 64-67.
- [6] 原新, 于佳豪, 金牛. 经济适老化: 形态变迁、战略前提与进路建构[J]. 江西社会科学, 2024, 44(7): 158-166.
- [7] 李雪. 数智化服务助力老年人舒心旅游[J]. 民生周刊, 2024(7): 68-69.
- [8] 王念, 周列琴, 石珊. 大数据背景下旅游业适应银发经济发展的研究策略[J]. 中国商论, 2024, 33(20): 74-77.
- [9] 孙丛丛. 激活新动能 银发也“青春” [N]. 中国文化报, 2024-10-18(004).
- [10] 梁璠. 为“银发族”打造更舒心的旅游专列[N]. 西安日报, 2024-10-20(002).
- [11] AgeTravel. 营业一年创收数亿, 服务 500 万中老年用户! 共比邻如何以聚会切入, 撬动银发旅游市场? [EB/OL]. <https://www.ageclub.net/article-detail/4215>, 2024-12-03.
- [12] 陈德权, 杜天翔. 数字适老化的实践逻辑、概念阐释与实现路径[J]. 电子政务, 2022(12): 101-110.