

现代化背景下我国人口老龄化存在的问题与建议研究

陈筑燕

贵州大学马克思主义学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2025年6月27日; 录用日期: 2025年7月28日; 发布日期: 2025年8月8日

摘要

人口老龄化问题日益突出, 成为制约社会可持续发展的重要因素。积极应对人口老龄化是我国重要的国家战略, 事关地区的可持续发展与广大农民的福祉, 对促进社会和谐稳定、经济可持续发展和维护社会公平正义具有重要意义。本文基于当前我国人口老龄化的现状, 系统分析了老龄化带来的经济负担、社会问题及劳动力市场影响, 指出养老金压力、医疗资源紧张、家庭养老功能弱化、养老服务供给不足等关键问题。文章探讨了应对人口老龄化不仅有助于优化劳动力资源配置、推动经济可持续发展, 也对完善社会保障体系、促进社会和谐具有重要意义。为此, 本文从政策支持与制度创新、社会服务体系建设、经济发展与就业支持、社会参与与文化关怀、技术创新与老年服务产品优化等方面提出建议, 旨在为构建老年友好型社会提供参考与建议。

关键词

人口老龄化, 问题, 建议

Research on the Problems and Suggestions of China's Population Aging under the Background of Modernization

Zhuyan Chen

School of Marxism, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: Jun. 27th, 2025; accepted: Jul. 28th, 2025; published: Aug. 8th, 2025

Abstract

The problem of population aging is becoming increasingly prominent, which has become an

important factor restricting the sustainable development of society. Actively responding to the aging of the population is an important national strategy in China, which is related to the sustainable development of the region and the well-being of the majority of farmers, and is of great significance to promoting social harmony and stability, sustainable economic development and maintaining social fairness and justice. Based on the current situation of China's aging population, this paper systematically analyzes the economic burden, social problems and labor market impact brought about by aging, and points out the key problems such as pension pressure, shortage of medical resources, weakening of family pension function, and insufficient supply of pension services. The paper emphasizes that coping with the aging of the population will not only help optimize the allocation of labor resources and promote sustainable economic development, but also be of great significance to improve the social security system and promote social harmony. Therefore, this paper puts forward suggestions from the aspects of policy support and institutional innovation, social service system construction, economic development and employment support, social participation and cultural care, technological innovation and optimization of elderly service products, aiming to provide reference and suggestions for building an age-friendly society.

Keywords

Population Aging, Problems, Recommendations

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

党的二十大报告指出要以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴，任重道远。而在这一进程中，一个最突出的难题是“未富先老”，尤其是地区老龄化问题的应对策略，这将对现代化的进程产生深远的影响。我国老年人口数量庞大，且已迈入持续高增长阶段^[1]。《中国统计年鉴 2024》显示，我国已步入中度老龄化阶段，预计至 2035 年，60 岁及以上老年人口数量将突破 4 亿，占比超 30%，届时将进入重度老龄化阶段¹。当前，我国老龄化进程呈现数量大、速度快、差异大、任务重的特点，高龄化与空巢化趋势使问题愈发严峻。人口老龄化不仅对经济和社会发展带来挑战，也对家庭养老模式和社会保障体系提出了新的要求。现代化背景下，如何有效应对人口老龄化，已成为亟待解决的重要问题。基于已有研究成果，本文尝试结合最新的人口老龄化特征，剖析现存的突出问题，并据此提出建议，以期应对人口老龄化提供有益参考。

2. 人口老龄化存在的问题

人口老龄化是经济社会发展过程中面临的重要挑战，其带来的问题涉及多个方面，包括经济、社会以及劳动力市场方面。

2.1. 经济负担

人口老龄化对经济领域带来的最直接影响，主要体现在养老金压力和医疗保健支出两个方面。

养老金压力。随着老年人口比例的不断上升，养老金体系面临着前所未有的挑战。首先，养老金缺口问题日益突出。由于我国养老金制度实行的是“现收现付”模式，即当前在职人员缴纳的养老保险用

¹国家统计局发布：首次！我国 60 岁以上人口突破 3 亿人！_老龄化_服务_老年人(sohu.com)。

于支付当前退休人员的养老金[2]。然而，随着人口老龄化的加剧，在职人员与退休人员之间的比例逐渐失衡，导致养老金收入难以满足支出需求，形成资金缺口。如果不采取有效措施，未来我国养老金缺口将持续扩大，给财政带来巨大压力。其次，养老金体系的可持续性问题也备受关注。在人口老龄化背景下，养老金缴费人数减少，领取人数增加，养老金体系的长期平衡面临严峻考验。此外，养老金投资收益率较低，资金保值增值能力有限，进一步加剧了养老金体系的不可持续性。

医疗保健支出。老年人口的增加对医疗资源的需求也提出了更高的要求，给医疗保健支出带来了巨大压力[3]。首先，老年人由于身体机能下降，慢性病患率较高，对医疗服务的需求显著增加，这将直接导致医疗费用的快速上涨。其次，医疗资源分配不均衡问题在农村地区尤为突出。农村地区医疗设施相对落后，医护人员短缺，难以满足老年人口日益增长的医疗需求。此外，老年人医疗保障水平相对较低，部分老年人因经济困难而无法获得必要的医疗服务，进一步加剧了医疗资源分配的紧张状况。

2.2. 社会问题

人口老龄化对社会结构和社会服务带来了深远影响，主要体现在家庭结构变化和社会养老服务需求两个方面。

家庭结构变化。随着人口老龄化的加剧，家庭结构发生了显著变化，对家庭养老功能产生了重要影响。首先，少子化现象导致家庭规模缩小，子女数量减少，家庭养老资源相对不足。在传统家庭养老模式下，子女是老年人主要的照顾者和经济支持者。然而，随着计划生育政策的长期实施，家庭子女数量减少，独生子女家庭成为主流，单个子女需要承担更多的养老责任，养老压力显著增加。其次，人口流动和家庭结构变化也对家庭养老功能产生了冲击。随着城市化进程的加快，大量年轻劳动力流入城市，导致空巢老人现象日益严重。空巢老人由于缺乏子女的照顾，生活照料和精神慰藉难以得到有效保障，养老质量下降。

社会养老服务需求。人口老龄化的加剧对社会养老服务设施和人力资源提出了更高的要求。首先，养老服务设施不足问题在农村地区尤为突出。由于农村地区经济发展相对滞后，养老服务设施建设投入不足，养老机构数量少、规模小、设施简陋，难以满足老年人口的养老需求。其次，养老服务人力资源短缺也是制约社会养老服务发展的重要因素。养老服务行业对专业人才的需求较大，但由于行业吸引力不足，待遇较低，导致专业护理人员短缺，服务质量难以保证。此外，养老服务人员的专业培训体系尚不完善，服务人员的专业素质和服务能力有待提高[4]。

2.3. 劳动力市场影响

人口老龄化对劳动力市场的影响主要体现在劳动力短缺和劳动力素质变化两个方面。

劳动力短缺。人口老龄化导致劳动年龄人口比例下降，劳动力供给减少，给劳动力市场带来了巨大压力[5]。首先，劳动力数量减少直接影响了经济增长潜力。劳动人口的减少意味着生产要素的减少，经济增长速度可能放缓。特别是在劳动密集型产业，劳动力短缺问题尤为突出，企业面临招工难的问题，影响企业的正常运营。其次，劳动力短缺还可能导致劳动力成本上升。由于劳动力供给减少，企业为吸引和留住员工，可能提高工资待遇，增加企业的人力成本，进而影响企业的竞争力。此外，劳动力短缺还可能加剧各地区间的人才竞争，导致人才流失和区域发展不平衡。

劳动力素质变化。人口老龄化还带来了劳动力素质的变化，对劳动力市场产生了深远影响。首先，老年人口的就业意愿和能力对劳动力市场结构产生了影响。随着人口预期寿命的延长和健康水平的提高，部分老年人有意愿继续参与劳动，但老年人的技能和知识可能相对老化，难以适应现代产业的需求。其次，劳动力年龄结构的变化也对劳动力市场的创新能力产生了影响。年轻劳动力通常具有较强的创新能

力和适应能力，而老年劳动力的创新能力相对较弱。随着年轻劳动力比例的下降，劳动力市场的整体创新能力可能受到一定影响。

人口老龄化对经济、社会和劳动力市场带来了多方面的问题和挑战。为应对这些问题，需要采取综合措施，从政策、制度、社会服务、经济发展等多个方面入手，确保社会的和谐稳定和经济的可持续发展。

3. 应对人口老龄化的意义

随着现代化进程的加速，人口老龄化问题日益凸显，其对经济、社会和家庭结构产生了深远影响。应对人口老龄化不仅是一项紧迫的社会任务，更具有多方面的价值意义，对于实现地区的可持续发展、社会和谐与稳定以及完善社会保障体系具有重要意义。

3.1. 经济发展层面

在经济发展层面，应对人口老龄化对于优化劳动力资源配置和推动经济的可持续发展具有重要作用。一方面，人口老龄化导致劳动力短缺，尤其是年轻劳动力的外流，使得农业生产面临劳动力不足的困境。通过应对老龄化，可以采取吸引年轻劳动力回流，同时鼓励老年人参与适度的劳动活动，发挥其经验和技能优势，从而有效缓解劳动力短缺的问题。另一方面，开发适合老年人口的消费市场，有助于推动消费结构升级，挖掘新的经济增长点。例如，发展老年健康产品、老年旅游等产业，不仅可以满足老年人的需求，还能为经济注入新的活力。此外，应对人口老龄化还能够促进产业结构的优化升级。随着老年人口比例的增加，对养老服务、医疗保健等服务的需求也在不断增长。这为服务业的发展提供了广阔的空间，推动从传统农业向现代农业和服务业的多元化发展，提升经济的整体竞争力。

3.2. 社会和谐层面

在社会和谐层面，应对人口老龄化对于补充家庭养老功能、优化社会服务和公共资源配置具有重要意义。随着家庭规模的缩小和年轻劳动力的外流，传统的家庭养老模式面临巨大挑战。许多家庭难以承担起对老年人的全面照顾责任，导致部分老年人生活孤独、缺乏照料。因此，构建多层次的社会养老体系，发展社区养老、居家养老和机构养老相结合的模式，不仅能够有效补充家庭养老功能的不足，还能为老年人提供更加专业、多样化的养老服务，提升老年人的生活质量。同时，应对人口老龄化有助于优化社会服务和公共资源配置[6]。目前，地区的社会服务和公共资源配置相对不足，难以满足老年人口日益增长的需求。通过加大对养老服务设施、医疗卫生设施等的投入，可以提升公共服务水平，缩小城乡差距，促进社会公平与和谐。例如，建立社区养老服务设施，提供日间照料、康复护理、文化娱乐等服务，不仅能够满足老年人的日常需求，还能增强老年人的社会归属感和幸福感。

3.3. 社会保障体系层面

在社会保障体系层面，应对人口老龄化对于提高养老金制度的可持续性和完善医疗保障体系具有关键作用。当前，养老金制度面临资金缺口和保障水平不足的问题，许多老年人的养老金收入难以满足其基本生活需求。通过完善养老金制度，逐步提高养老金的发放标准，扩大养老金的覆盖范围，建立多层次的养老金体系，可以有效提高老年人的经济保障水平，确保其基本生活需求得到满足。此外，老年人口的健康需求日益增加，完善医疗保障体系和养老服务设施是应对人口老龄化的重要任务。目前，农村地区的医疗资源相对匮乏，老年人就医难的问题较为突出。通过推进长期护理保险制度，扩大医保报销范围，降低老年人就医负担，同时加强医疗卫生服务体系建设，提高医疗服务的可及性和便利性，可以有效提升老年人的健康水平，减轻家庭和社会的养老负担。

综上所述,应对人口老龄化在经济发展、社会和谐和社会保障体系完善等方面具有重要的价值意义。这不仅有助于提升老年人的生活质量,促进经济和社会的可持续发展,还能为完善社会保障体系提供有力支持,推动地区的全面进步与和谐发展。

4. 应对人口老龄化的建议

在现代化背景下,应对人口老龄化需要从政策支持、社会服务体系建设、经济发展与就业支持以及社会参与和文化关怀等多个方面入手,构建一个多层次、全方位的应对体系。

4.1. 政策支持与制度创新

政策支持与制度创新是应对人口老龄化的基础。首先,完善养老金制度是保障老年人基本生活的重要措施。当前,养老金制度存在保障水平较低、资金来源单一等问题。因此,政府应逐步提高养老金的发放标准,扩大养老金的覆盖范围,并建立多层次的养老金体系。例如,可以鼓励居民参加补充养老保险,通过个人缴费、集体补助和政府补贴相结合的方式,提高养老金的保障水平。此外,还应加强对养老金制度的管理和监督,确保养老金的合理使用和可持续发展。其次,推进长期护理保险制度是应对老年人护理需求的重要举措。随着老年人口的增加,特别是失能、半失能老年人的比例上升,护理需求日益增长。在地区试点长期护理保险制度,为失能、半失能老年人提供护理保障,可以有效减轻家庭和社会的养老负担。政府可以通过财政补贴、社会筹资等方式,建立长期护理保险基金,为符合条件的老年人提供护理服务补贴。最后,优化医疗保障体系是提升老年人健康水平的关键。目前,地区的医疗资源相对匮乏,老年人就医难的问题较为突出。因此,政府应加强医疗卫生服务体系建设,提高医疗保障水平。具体措施包括扩大医保报销范围,降低老年人就医负担;加强医疗卫生机构的建设和管理,提高医疗服务的可及性和便利性;开展健康教育和慢性病管理,提高老年人的健康意识和自我保健能力。

4.2. 社会服务体系建设

社会服务体系建设是应对人口老龄化的重要支撑^[7]。首先,发展社区养老服务是满足老年人多样化需求的重要途径。建立社区养老服务设施,提供日间照料、康复护理、文化娱乐等服务,可以有效满足老年人的日常需求。例如,可以在社区建立老年人活动中心,为老年人提供休闲娱乐的场所;开展社区志愿服务,组织志愿者为老年人提供生活照料、精神慰藉等服务。此外,还应鼓励社会组织和企业参与社区养老服务,形成政府、社会、家庭共同参与的养老服务格局。其次,推动居家养老服务是适应家庭养老模式变化的必然选择。随着家庭规模的缩小和年轻劳动力的外流,传统的家庭养老模式面临挑战。因此,需要完善居家养老服务体系,建立以家庭为核心、社区为依托、专业机构为支撑的居家养老模式。政府可以通过购买服务、补贴等方式,支持专业养老服务机构为居家老年人提供上门服务,包括生活照料、康复护理、精神慰藉等。同时,还应加强对居家养老服务的管理和监督,确保服务质量。最后,加强养老服务设施建设是提升养老服务水平的重要保障。目前,农村地区的养老服务设施相对不足,难以满足老年人口的需求。因此,政府应加大对农村地区养老服务设施的投入,建设一批标准化的养老机构和社区养老服务设施。例如,可以利用闲置的房屋和土地,建设小型养老院或社区养老服务站。同时,还应鼓励社会资本参与养老服务设施建设,通过公建民营、民办公助等方式,提高养老服务设施的供给能力。

4.3. 经济发展与就业支持

经济发展与就业支持是应对人口老龄化的关键。首先,促进经济发展是解决人口老龄化问题的根本途径。通过发展现代农业、电商、乡村旅游等产业,增加就业岗位,提高居民收入水平,可以增强经济的

自我发展能力。例如，发展电商可以拓宽农产品销售渠道，增加农民收入；发展乡村旅游可以带动服务业发展，创造更多就业机会。此外，还应鼓励老年人参与适度的劳动活动，发挥其经验和技能优势，增加老年人的收入来源[8]。其次，支持老年人就业创业是提升老年人生活质量的重要措施。政府应制定鼓励老年人就业创业的政策措施，提供职业培训和就业指导服务，帮助老年人提升就业能力。例如，可以开展适合老年人的技能培训，如手工制作、家政服务等；建立老年人就业信息平台，为老年人提供就业机会。同时，还应开发适合老年人的就业岗位，如社区服务、绿化保洁等，为老年人创造更多的就业机会。

4.4. 社会参与和文化关怀

社会参与和文化关怀是提升老年人生活质量的重要手段[9]。首先，鼓励老年人社会参与是增强老年人社会归属感和价值感的重要途径。组织老年人参与社会公益活动、文化活动和社区治理，可以有效增强老年人的社会融入感。例如，可以成立老年人志愿者队伍，参与社区环境整治、文化宣传等活动；鼓励老年人参与社区治理，为社区发展建言献策。此外，还应建立老年人协会等社会组织，发挥老年人在社会中的积极作用。其次，加强老年文化教育丰富老年人精神文化生活的重要措施。目前，老年人的文化生活相对单调，缺乏文化教育机会。因此，政府应开展老年文化教育活动，丰富老年人的精神文化生活。例如，建设老年大学或文化活动中心，开设书法、绘画、音乐、舞蹈等课程，满足老年人的文化需求。同时，还应加强老年文化设施建设，为老年人提供更多的文化活动场所。

4.5. 技术创新与老年服务产品优化

现代化背景下，技术创新为应对人口老龄化提供了新的机遇。引入先进的信息技术、智能设备和互联网平台，不仅可以有效提升养老服务的效率和质量，还能优化老年服务产品，满足老年人多样化的需求。智慧养老技术的应用是提升养老服务效率的关键。利用物联网技术和可穿戴设备，开发智能健康监测系统，为老年人提供实时健康监测服务。这些设备可以实时收集老年人的生命体征数据，并通过移动互联网将数据传输至云端平台，医护人员可以通过平台远程查看数据，及时发现健康问题并提供医疗建议，从而实现了对老年人健康的早期干预和管理。开发和推广适老化产品，满足老年人在生活、健康、娱乐等方面的需求。同时，构建智能养老服务平台，整合养老服务资源，为老年人提供一站式服务。平台可以提供养老服务机构信息查询、预约服务、在线支付等功能，方便老年人及其家属选择和使用养老服务。通过大数据分析，平台还可以为老年人提供个性化的服务推荐，提高服务的精准度和满意度[10]。促进老年服务产业的数字化转型是推动养老服务的重要手段。建立老年服务产业数据库，收集和整合老年服务产业的相关数据，包括养老服务机构、医疗保健机构、老年产品供应商等信息。通过数据分析，可以了解市场需求，优化资源配置，推动老年服务产业的健康发展。

综上所述，应对人口老龄化需要从政策支持、社会服务体系建设、经济发展与就业支持以及社会参与和文化关怀等多个方面入手。通过完善养老金制度、推进长期护理保险、优化医疗保障体系、发展社区和居家养老服务、加强养老服务设施建设、促进经济发展与就业支持、鼓励老年人社会参与和加强老年文化教育等措施，可以有效应对人口老龄化带来的挑战，促进经济、社会和家庭的和谐发展。

5. 结语

应对人口老龄化是一个系统工程，需要政府、社会、家庭和个人共同努力。通过政策支持、社会服务体系建设、经济发展与就业支持以及社会参与和文化关怀等多方面的综合措施，可以有效应对人口老龄化带来的挑战，促进地区的可持续发展和社会和谐稳定。

参考文献

- [1] 刘维林, 杨勇, 李志宏, 林宝, 郝晓宁, 张文娟, 谢立黎. 新形势下我国应对人口老龄化的策略研究[J]. 中国工程科学, 2024, 26(6): 19-31.
- [2] 贾丽萍. 全面实施个人养老金制度的多维困境及优化策略——基于国际借鉴的角度[J]. 经济问题, 2025(3): 42-50.
- [3] 王刚. 人口老龄化对我国经济增长的影响探析[J]. 市场周刊, 2025, 38(19): 27-30.
- [4] 邓俊芬, 高丽芳, 郭蕊, 赵文娟. 人口老龄化背景下养老护理员培训状况调查分析[J]. 卫生职业教育, 2025, 43(13): 104-107.
- [5] 王红柳. 人口老龄化进程中劳动力短缺问题研究[J]. 市场瞭望, 2025(7): 199-201.
- [6] 钟仁耀. 积极应对人口老龄化战略下养老服务的均衡发展[J]. 社会保障评论, 2024, 8(4): 102-120.
- [7] 王金营, 朱骏惠. 应对人口老龄化需适老化: 基础设施与社会人文[J]. 中央民族大学学报(哲学社会科学版), 2024, 51(5): 91-99.
- [8] 鲁晓明. 老龄少子时代之高龄者就业制度[J]. 山西大学学报(哲学社会科学版), 2023, 46(1): 125-131.
- [9] 贺雪峰. 应对老龄化的中国方案[J]. 贵州社会科学, 2024(9): 133-144.
- [10] 高成运. 我国老年友好型社会建设存在的问题及对策[J]. 中国行政管理, 2022(9): 74-79.