

# 社区应对老龄化问题的路径研究

罗梦鑫

贵州大学人文学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年3月12日; 录用日期: 2026年5月20日; 发布日期: 2026年5月29日

## 摘要

随着我国人口老龄化程度的不断加深, 社区作为老年人生活的主要场所, 其应对老龄化问题的能力直接影响老年群体的生活质量和社会和谐。本文基于积极老龄化理论、社会支持网络理论与协同治理理论, 系统剖析社区应对老龄化问题的内涵演变、现状与困境, 聚焦于社区资源配置不均、设施适老化不足、服务供给失衡等结构性矛盾, 从社区设施优化、多元主体协同、数字技术应用、政策保障强化、居民参与提升五个维度, 提出针对性的研究路径。研究旨在破解社区在老龄化进程中的治理障碍, 推动社区服务与老年需求精准对接, 助力积极老龄化战略实施, 为构建老年友好型社区提供理论支撑与实践参考。

## 关键词

社区, 老龄化, 应对路径, 积极老龄化

# Research on Adaptation Paths for Community Responses to Aging Issues

Mengxin Luo

College of Humanities, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: March 12, 2026; accepted: May 20, 2026; published: May 29, 2026

## Abstract

With the deepening of China's population aging, communities, as the primary living spaces for the elderly, play a crucial role in addressing aging issues, directly impacting the quality of life for the elderly and social harmony. Based on theories of active aging, social support networks, and collaborative governance, this paper systematically analyzes the evolution of connotations, current status, and dilemmas in community responses to aging. Focusing on structural contradictions such as uneven resource allocation, inadequate age-friendly facilities, and imbalanced service supply, it proposes targeted adaptation paths from five dimensions: optimizing community facilities, multi-

stakeholder collaboration, applying digital technologies, strengthening policy guarantees, and enhancing resident participation. The research aims to overcome governance barriers in communities amid aging processes, promote precise alignment between community services and elderly needs, assist in implementing active aging strategies, and provide theoretical support and practical references for building age-friendly communities.

## Keywords

Community, Aging, Adaptation Paths, Active Aging

Copyright © 2026 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

第七次全国人口普查数据显示,我国60岁及以上人口占比18.7%,65岁及以上占比13.5%,人口老龄化已进入快速发展阶段[1]。这一人口结构变化不仅带来劳动力供给减少、养老金压力增大等宏观挑战,更在微观层面深刻影响家庭和社会支持体系。社区作为老年人日常生活的核心载体,其应对老龄化问题的能力已成为提升老年生活质量的关键。近年来,随着医疗卫生条件改善、人均预期寿命持续延长以及“421”家庭结构日益普遍,老年人对社区公共服务的依赖程度显著增强,他们不再满足于基本的物质保障,而是对健康照护、社交陪伴、文体娱乐、精神慰藉等更高层次需求表现出强烈诉求。然而,现实中许多社区仍存在基础设施老化陈旧、服务内容单一重复、治理机制相对滞后等问题,导致老年群体普遍面临“需求多样化但供给跟不上、参与意愿强烈但实际渠道有限”的尴尬困境[2]。

国家层面对此高度重视,《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》明确提出要加快构建以居家为基础、社区为依托、机构为补充的养老服务格局,并特别强调社区在养老服务中的基础性、兜底性作用;《国家积极应对人口老龄化中长期规划》进一步指出,要大力推进社区适老化改造工程,提升社区环境对老年人的友好程度[3]。尽管政策导向清晰、资源投入持续加大,但社区层面的实际应对仍面临诸多现实制约:城乡之间发展严重不平衡、东部沿海与中西部内陆差距明显、城市社区资源相对充裕但使用效率不高、农村社区基础设施薄弱且服务覆盖面狭窄等。这些问题如果得不到有效解决,将直接削弱积极老龄化战略的落地效果,甚至可能放大社会矛盾。本文尝试结合积极老龄化理论、社会支持网络理论等前沿视角,对社区应对老龄化问题的核心概念进行清晰界定,深入剖析其理论基础与内在逻辑关联,同时对当前发展现状与突出困境进行全面诊断,在此基础上构建一套系统化、可落地的研究路径框架,以为学术研究深化和政策实践优化提供新的思路和参考。

## 2. 核心概念和理论基础

### 2.1. 核心概念界定

社区应对老龄化问题,是指在人口老龄化快速推进的宏观背景下,社区作为基层治理和社会服务的基本单元,通过系统整合内部资源、持续优化物理设施与服务供给模式、积极动员多元主体参与等方式,有效满足老年人日益增长的健康维护、生活照料、社交互动、精神文化等多层次需求的全过程。这一概念不仅涵盖硬件层面的适老化改造,如无障碍通道建设、适老家具配置等,还包括软件层面的服务创新,如日间照料中心运营、志愿陪伴项目开展等,更延伸至治理层面的居民自治与多方协同,呈现出明显的

城乡融合特征、多主体协作特征以及长期可持续发展的内在要求[4]。

所谓积极老龄化社区，则是指那些通过科学的环境设计、社会支持体系构建以及政策制度保障，帮助老年人尽可能长时间地保持身体健康、维持社会参与、享有基本安全保障的社区形态。其本质在于将老年人视为具有潜力和贡献能力的积极主体，而非单纯的被照顾对象，从而实现健康老龄、参与老龄与保障老龄的有机统一[5]。

研究路径则特指针对社区老龄化问题所暴露出的具体特性与深层困境，以多主体协同治理为主要实施途径，在社区设施硬件优化、治理机制创新、服务模式升级等方面所形成的系统性、针对性解决方案体系。其根本目标在于实现社区各类资源要素与老年人真实需求的精准、高效对接，逐步消除各类参与壁垒与结构性矛盾，不断提升社区整体的韧性、包容性和可持续发展能力。

## 2.2. 理论支撑

积极老龄化理论由世界卫生组织于2002年正式提出，其核心观点是通过优化健康、参与和保障三大支柱条件，充分激发老年人的内在潜能，支持他们在晚年继续参与社会、经济和文化活动，从而显著提升生命质量与社会价值感[6]。这一理论为社区层面的老龄化应对提供了根本的价值导向：社区不应仅仅停留在提供被动式、救济式服务的层面，而应当通过环境赋能、能力建设等方式，鼓励老年人主动融入社区生活，实现个人价值与社会价值的双重统一。

社会支持网络理论则从社会学视角强调，个体尤其是弱势群体(如老年人)的福祉高度依赖于正式支持系统(政府机构、养老服务组织)和非正式支持系统(家庭成员、邻里朋友、志愿团体)的有机结合与良性互动[7]。该理论为诊断社区资源分配不均、支持网络断裂等问题提供了重要分析框架，同时也为构建应对路径指明了方向——即必须着力编织覆盖正式与非正式、多层次、多维度的社会支持网络，从而全面提升社区对老年群体的支撑效能。

协同治理理论进一步突出，在复杂社会问题面前，单一主体(尤其是政府)已难以有效应对，必须推动政府、市场、社会组织、居民家庭等多方主体在平等、协商、互信的基础上开展深度合作，形成资源共享、责任共担、利益共赢的治理格局[8]。这一理论直接回应了当前社区老龄化治理中存在的“政府包揽过多、社会力量参与不足”的突出矛盾，为构建多元协同的社区应对机制提供了坚实的理论依据。

## 2.3. 社区与老龄化问题的内在关联

社区与老龄化问题呈现“挑战与机遇并存、需求驱动与治理创新互促”的耦合关系。从机遇看，社区可通过适老化改造释放“银发经济”潜力，推动可持续发展；大数据可实现服务个性化，提升老年人满意度[9]。从严峻挑战角度看，长期积累的城乡二元结构导致资源配置严重失衡：城市社区虽然硬件设施相对完善，但往往因人口密度高而出现拥挤、竞争激烈的问题；农村社区则普遍面临基础设施薄弱、网络覆盖不足、年轻劳动力外流等困境。

此外，传统治理机制的滞后性、居民参与渠道的狭窄性，进一步加剧了老年人社会孤立感和心理失落感[10]。二者关联的本质在于一种动态平衡机制：老龄化进程的加剧不断倒逼社区治理体系进行结构性变革，而社区治理能力的持续提升又反过来为老年人更好地融入社会、实现价值提供坚实支撑。只有不断放大正向互动、化解负向制约，才能形成良性循环，推动社区向更高水平的老年友好型方向演进。

## 3. 社区应对老龄化问题的现状与困境

### 3.1. 发展现状

我国社区应对老龄化需求强劲，并呈现出群体差异化和城乡分化的特征。中国老龄科学研究中心调

查显示,超 70%老年人将社区服务列为日常生活重要依赖,低龄老人占比达 82%,高龄老人则降至 58% [11]。需求结构向“健康管理、社交互动、文体休闲、精神慰藉”等多维度拓展,数字技术激发了线上需求,形成传统与数字需求并存的格局。城市老人数字文化需求强烈(超 60%),例如通过 APP 预约医疗或参与在线社区活动;农村老人则以传统需求为主(仅 23%),更多依赖线下邻里互助和文化站服务[12]。社区养老体系初步形成,覆盖率逐年上升,如城市社区养老服务中心普及率达 80%以上,但城乡不均明显:东部发达地区社区服务多样化,而中西部农村社区仍以基本保障为主,整体呈现出从被动养老向主动参与转型的趋势。通过这些现状,不仅反映了老龄化进程的加速,还为后续路径设计提供了数据支撑[13]。

### 3.2. 面临的困境

社区应对老龄化问题仍面临多重深层次结构性障碍。首先,社区设施适老化水平严重不足,成为老年人日常生活最直接的物理障碍。农村高龄、低收入老人普遍面临基础设施短缺,如道路硬化不足、照明缺失、公共厕所无障碍改造滞后;城市老旧小区则因历史遗留问题导致电梯加装率低、坡道扶手不完善。根据国家卫健委和民政部联合发布的《2023 年度国家老龄事业发展公报》[14],全国城镇社区无障碍设施覆盖率约为 52.3%,农村社区仅约 38.7%,这直接增加了高龄、失能老人的跌倒风险和出行难度 [14]。同时,多功能中心、休憩空间、康复设施配置不均,难以满足健康管理和文体活动需求,导致老年人“想出门但出不去、想活动但没场所”的普遍困境。

其次,多元主体协同机制不完善,资源配置与支持网络存在明显断裂。政府虽承担主要责任,但企业、社会组织和家庭参与度低,导致供给主体失衡。农村社会组织力量薄弱,企业适老产品研发动力不足,家庭情感支持碎片化。城乡联动缺失进一步放大区域差距。这种协同不足直接制约社区韧性。

第三,数字技术应用与服务模式创新滞后,加剧数字鸿沟与供需错位。低数字素养老人操作技能不足,高龄老人因生理退化难以适应复杂界面;服务内容同质化,缺乏个性化定制,多数社区仅提供标准化活动而忽略精准健康监测或情感陪伴。物联网、大数据等技术嵌入不足,线上线下融合缺失。中国老龄科学研究中心 2022 年调查显示,农村老人数字设备拥有率不足 30% [15]。

第四,政策保障与制度支持体系尚不完善,财政投入与监管机制存在短板。专项政策针对性不强,财政资源城乡分配不均,适老化标准未全面纳入绩效考核,监管缺失导致“重建设轻运营”。

第五,居民参与度低,社区自治与凝聚力不足。老年人参与渠道狭窄、激励缺失,中青年志愿服务参与率低,家庭支持难以持续嵌入,导致老年人“想参与但没平台、想融入但被边缘化”。

## 4. 社区应对老龄化问题的研究路径

### 4.1. 优化社区设施,提升适老化水平

社区设施的适老化优化无疑是应对老龄化问题的最基础、最直接路径,其核心目标是通过系统性物理环境改造,最大限度消除老年人日常生活中的物理障碍与安全隐患。政府部门应进一步加大财政投入力度,优先推动老旧小区无障碍改造工程,例如全面增设坡道、安装扶手、配置适老高度座椅与床铺、完善紧急呼叫系统与感应照明等,确保高龄、失能老人能够安全、便捷地完成出行、如厕、洗浴等基本活动[16]。借鉴日本“社区养老站”模式,在社区内建立多功能中心,提供医疗、文娱和康复服务,整合社区闲置空间,形成“15 分钟生活圈”。同时,利用大数据分析老年人行为轨迹,实现设施精准配置,例如在高龄老人密集区优先部署智能照明和防滑地面,提升社区包容性。此外,鼓励社区开展绿色改造,增加公园绿地和休闲座椅,促进老年人户外活动,减少孤独感。通过这些措施,不仅能改善硬件环境,还能激发老年人参与社区建设的积极性,形成可持续的适老化循环[17]。

## 4.2. 推动多元主体协同，构建支持网络

多元主体协同治理是破解社区老龄化难题的核心机制，必须从制度设计到实践操作全面强化政府、企业、社会组织、居民家庭等多方力量的深度融合与高效协作。首先，应建立以政府为主导、责任清晰的协同框架：政府负责顶层设计、政策引导与资源统筹，通过税收优惠、购买服务等方式激励企业积极参与适老产品研发与服务供给，例如鼓励科技企业开发智能家居、健康手环等适老化智能设备；社会组织则应在志愿服务、心理关怀、邻里互助等领域发挥独特优势，如组建“银发互助小组”，为独居老人提供日常陪伴、购物代办等贴心帮助[18]。探索“五社联动”模式，整合社区、社工、社团、社企和社会资源，形成互助网络。同时，加强城乡联动，推动城市社区资源向农村倾斜，例如通过“城乡结对”项目，共享医疗和教育资源。实践中，可借鉴上海“社区治理共同体”案例，建立联合理事会，定期评估协同效果，确保资源公平分配。通过这种协同，不仅能弥补政府资源不足，还能增强社区韧性，实现老龄化问题的综合治理[19]。

## 4.3. 应用数字技术，创新服务模式

数字技术的深度应用已成为提升社区老龄化治理效能的重要引擎，能够实现服务供给从传统线下向线上线下深度融合的根本性转变。应加快推进智慧社区建设，利用物联网、5G、大数据等前沿技术，对老年人健康指标(如心率、血压、活动量)进行实时监测，并通过算法模型精准推送个性化医疗提醒、健康指导与紧急干预服务[20]。借鉴杭州“数字养老”案例，开发社区 APP，实现一键求助、活动报名和邻里互动功能。构建“15 分钟养老圈”，通过大数据优化服务布局，例如在社区内设立数字体验区，提供 VR 虚拟旅游和在线学习课程，满足老年人精神需求。同时，注重数字包容，针对低数字素养老人开展培训，避免数字鸿沟扩大。创新服务模式，如引入 AI 聊天机器人提供情感陪伴，结合线下活动如社区讲座，形成混合模式。通过这些创新，不仅能提高服务覆盖率，还能降低成本，促进社区可持续发展。

## 4.4. 强化政策保障，完善支持机制

政策保障是社区应对老龄化的制度基础，需要多层次完善。制定专项政策，明确社区适老化标准，例如要求新建社区至少 30% 设施符合无障碍规范，并将其纳入地方政府绩效考核。建立多元资金机制，以财政投入为主，吸引社会资本通过 PPP 模式参与，例如设立老龄化基金，支持设施改造和服务创新。同时，健全监管评估体系，从满意度、覆盖率和匹配度等维度定期评估服务成效，将结果与政策支持挂钩。加强立法保障，推动地方各级政府及有关部门修订《社区养老条例》，明确多元主体责任，避免政策碎片化。实践中，可借鉴欧盟“银发政策框架”，以应对人口老龄化带来的经济与社会机遇为核心，强调通过跨部门、跨层级政策协调，将老年友好型设施建设主流化到所有政策领域。实际搭建上包括制定年龄友好建筑标准、推广无障碍住房与公共空间设计、支持多功能社区中心和绿色休闲设施开发，以确保老年人独立生活、社交参与和健康活动等。通过这些机制，不仅能提升政策执行力，还能激发社会活力，形成长效支持体系。

## 4.5. 提升居民参与，凝聚社区合力

居民参与是社区治理的内在动力，需要从多角度激发。政府应发挥统筹作用，建立居民议事厅，鼓励老年人参与决策，例如通过投票选定社区活动项目。企业履行社会责任，将适老化理念融入产品开发，借鉴支付宝老年版模式，实现商业与公益结合。扶持社会组织开展公益帮扶，建立志愿者积分激励机制，提供培训和保险支持。家庭则应加强情感陪伴，鼓励子女协助老人学习数字技能，将家庭支持纳入社区评估体系。通过“邻里节”等活动，增强社区凝聚力，避免老年人孤立。实践中，可借鉴重庆“居民自治

试点”，通过线上平台收集意见，实现民主参与。这些措施不仅能提升居民满意度，还能构建和谐社区生态，助力老龄化应对。

## 5. 结语

社区应对老龄化问题既是挑战，也是机遇。切实满足老年人需求，不仅关乎其生活质量，更是落实积极老龄化战略的关键。本文基于相关理论，从设施优化、协同治理、数字应用、政策保障和居民参与等方面构建路径框架，其核心是赋能社区、改善生态，实现资源与需求的精准耦合。实践中需关注城乡差异，分类施策，例如农村社区重点加强基础设施，城市社区强调数字创新；同时，注重动态调整，随着技术进步和人口变化持续优化路径。展望未来，随着老龄化深化，社区治理将向智能化、包容化方向演进。政府、企业、社会组织与家庭应共同秉持以人为本理念，加强协作，破解老年人融入社区的障碍，使其真正共享发展红利，实现“老有所养、老有所乐、老有所为、老有所安”。通过这些努力，不仅能提升社区韧性，还能为社会和谐发展贡献力量，推动老年友好型社会的全面建成。

## 参考文献

- [1] 陆杰华, 刘沁. 中国老龄社会新形态的特征、影响及其应对策略[J]. 社会学研究, 2021(5): 31-48.
- [2] 张思诺. 我国社区养老服务面临的问题及对策研究[J]. 老龄化研究, 2024, 11(2): 278-284.
- [3] 高晓路, 吴丹贤, 许泽宁, 等. 中国老龄化地理学综述和研究框架构建[J]. 地理科学进展, 2015, 34(12): 1480-1494.
- [4] 封铁英, 胡毓群. 空间正义视角下中国养老服务高质量发展水平测度与空间非均衡性研究[J]. 西安交通大学学报(社会科学版), 2025, 45(4): 55-68.
- [5] 骆骏杭, 黄瓴. 社区生活圈视角下老龄化社区居住空间环境规划提升策略分析[J]. 城市建筑, 2020(36): 17-22.
- [6] 王红漫. 重视中国老年人群健康状况推进健康老龄化国家战略[J]. 中华流行病学杂志, 2019, 40(3): 259-265.
- [7] 张文宏, 阮丹青. 城乡居民的社会支持网[J]. 社会学研究, 1999(3): 12-24.
- [8] 陈功. 积极应对人口老龄化背景下社会保障的战略思考[J]. 社会保障评论, 2024, 8(5): 57-72.
- [9] WHO (2015) Ageing and health in China.  
[https://www.who.int/china/health-topics/ageing?f\\_link\\_type=f\\_linkinlinenote&flow\\_extra=eyJpbmxbmVfZGlzcGxheV9wb3NpdGlvbil6MCwiZG9jX3Bvc2l0aW9uJjowLCJkb2NfaWQiOiJmN2JiZjMxMDk1NzhhYWZILTU5MWZiNzEzNGQ3OTQ4NDYifQ%3D%3D&os=av](https://www.who.int/china/health-topics/ageing?f_link_type=f_linkinlinenote&flow_extra=eyJpbmxbmVfZGlzcGxheV9wb3NpdGlvbil6MCwiZG9jX3Bvc2l0aW9uJjowLCJkb2NfaWQiOiJmN2JiZjMxMDk1NzhhYWZILTU5MWZiNzEzNGQ3OTQ4NDYifQ%3D%3D&os=av)
- [10] 徐文洋, 俞世伟. 治理现代化视域下老年群体的数字社会排斥与消解[J]. 重庆大学学报(社会科学版), 2024, 30(3): 306-318.
- [11] 民政部, 全国老龄办, 国家卫生健康委, 等. 第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报[R/OL]. <https://www.mca.gov.cn/n152/n165/c1662004999980001877/part/19971.pdf>, 2026-03-23.
- [12] 林宝. 老年群体数字贫困治理的难点与重点[J]. 人民论坛, 2020(29): 129-131.
- [13] 叶长胜, 杨子仪. 老年群体数字社会化及教育支持路径[J]. 教育与职业, 2025(5): 72-80.
- [14] 民政部, 全国老龄办. 2023 年度国家老龄事业发展公报[R/OL]. [https://www.mca.gov.cn/n1288/n1290/n1316/c1662004999980001780/content.html?f\\_link\\_type=f\\_linkinlinenote&flow\\_extra=eyJpbmxbmVfZGlzcGxheV9wb3NpdGlvbil6MCwiZG9jX3Bvc2l0aW9uJjowLCJkb2NfaWQiOiJlZmE5MWVkbMDY5NzgzMjhhLTg2YzglNGVkbmZmYwZjQ0MGMifQ%3D%3D](https://www.mca.gov.cn/n1288/n1290/n1316/c1662004999980001780/content.html?f_link_type=f_linkinlinenote&flow_extra=eyJpbmxbmVfZGlzcGxheV9wb3NpdGlvbil6MCwiZG9jX3Bvc2l0aW9uJjowLCJkb2NfaWQiOiJlZmE5MWVkbMDY5NzgzMjhhLTg2YzglNGVkbmZmYwZjQ0MGMifQ%3D%3D), 2026-03-27.
- [15] 民政部, 全国老龄办, 国家卫生健康委, 等. 第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报[R/OL]. <https://www.mca.gov.cn/n152/n165/c1662004999980001877/part/19971.pdf>, 2026-03-23.
- [16] 苏文敏, 刘桂华. 态势分析法视角下适老化综合类 APP 的设计策略研究[J]. 科技经济市场, 2023(9): 46-48.
- [17] 苗政军. 老年群体数字鸿沟之弥合路径[J]. 长白学刊, 2023(1): 123-130.
- [18] 李丽娜. “老有所为”积极老龄化视域下老年教育发展[J]. 现代商贸工业, 2024, 45(1): 31-33.
- [19] 吴新叶, 毛天昊. 民情视角下的社区治理: 多样化路径的底层逻辑及其展开——一项来自上海的多案例比较分析[J]. 上海行政学院学报, 2025, 26(6): 37-48.

- [20] 人口老龄化背景下的重庆市养老服务体系建设研究[R/OL].  
[https://www.cqrd.gov.cn/site/article/1211408758355808256/web/content\\_1211408758355808256.html?f\\_link\\_type=f\\_linkinlinenote&flow\\_extra=eyJkb2NfcG9zaXRpb24iOiAsIm-RvY19pZCI6ImM0NDA3MWQyYzg1NjI4ZWVtZTQ2OGNkMmJjNjZhNzRiZSIsImlub-GluZV9kaXNwbGF5X3Bvc2l0aW9uIjowfQ%3D%3D](https://www.cqrd.gov.cn/site/article/1211408758355808256/web/content_1211408758355808256.html?f_link_type=f_linkinlinenote&flow_extra=eyJkb2NfcG9zaXRpb24iOiAsIm-RvY19pZCI6ImM0NDA3MWQyYzg1NjI4ZWVtZTQ2OGNkMmJjNjZhNzRiZSIsImlub-GluZV9kaXNwbGF5X3Bvc2l0aW9uIjowfQ%3D%3D), 2026-03-29.