

# “候鸟迁徙”旅居养老模式研究

李习莱, 朱 宸

南京师范大学泰州学院商学院, 江苏 泰州

收稿日期: 2026年3月17日; 录用日期: 2026年6月19日; 发布日期: 2026年6月29日

## 摘 要

论文探讨了在中国步入中度老龄化社会的背景下, 传统养老模式面临的挑战, 如医疗资源不足、生活环境适配性低和精神服务缺失等。为应对这些问题, 论文提出了一种创新性的“候鸟迁徙”式养老模式。该模式以江苏省泰州市为实践案例, 依托“银发经济”和旅游产业的发展, 旨在通过分层对接老年群体在精神、医疗、经济三个层面的核心需求, 实现跨区域旅居与养老服务的深度融合。具体而言, 该模式通过定制化旅游计划 and 专业化团队配置, 为老年人提供季节性的、可移动的养老方案。论文认为, 这种模式不仅能满足老年人的多元化需求, 还能促进跨区域产业联动和地方经济发展, 为中国老龄化社会的养老服务创新提供了新的理论与实践思路。

## 关键词

银发经济, “候鸟迁徙”式养老模式, 旅居养老

# Research on the “Migratory Bird” Sojourn Elderly Care Model

Xilai Li, Chen Zhu

School of Business, Nanjing Normal University Taizhou College, Taizhou Jiangsu

Received: March 17, 2026; accepted: June 19, 2026; published: June 29, 2026

## Abstract

This paper discusses the challenges faced by traditional elderly care models against the background of China's entry into a moderately aging society, including insufficient medical resources, low adaptability of living environments, and a lack of spiritual support services. To address these issues, the paper proposes an innovative “migratory bird” elderly care model. Taking Taizhou City, Jiangsu Province as a practical case, and relying on the development of the “silver-haired economy” and the tourism industry, this model aims to deeply integrate cross-regional sojourn and elderly care

services by hierarchically matching the core needs of the elderly at three levels: spiritual, medical, and economic. Specifically, the model provides seasonal and mobile elderly care solutions for the elderly through customized tourism plans and the allocation of professional teams. The paper argues that this model can not only meet the diversified needs of the elderly but also promote cross-regional industrial linkage and local economic development, providing new theoretical and practical ideas for the innovation of elderly care services in China's aging society.

## Keywords

Silver Economy, "Migratory Bird" Elderly Care Model, Sojourn Elderly Care

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. 研究背景及研究意义

目前中国老龄化程度较高, 据统计, 2024 年末, 中国 60 岁以上人口已突破 3.1 亿, 占总人口数的 22%, 65 岁及以上老年人口占 15.6%, 已达到中度老龄化社会标准<sup>1</sup>。

当前, 中国社会正经历着从传统养老体系向现代化、多元化养老体系的深刻转型, 养老模式与银发经济的发展已步入系统化构建与规模化扩张的关键阶段。在养老模式方面, 我国已跨越了以家庭养老为主体, 社区养老、机构养老并行的初级阶段, 面临服务专业化以及专业医养结合质量养老的挑战。

同时, 本研究可为现有的传统的养老模式带来理论上的拓展以及行业的交融。传统的养老模式理论围绕着家庭养老、社区养老以及机构养老展开, “候鸟迁徙”式的养老模式能够打破这种传统理论中存在的空间地理上的局限性, 打造动态融合的创新型养老模式, 吸收保留传统的养老模式中家庭养老的自由性、社区养老的社交性以及机构养老的专业性, 进一步在静态的养老体系中构建更加有活力、有弹性的“候鸟迁徙”式养老模式; 同时, 新模式极大地拓宽了养老模式曾经固有的理论边界, 为区域协调发展提供新的研究角度。并在实践上可解决当前养老服务模式中较为棘手的痛点, 同时带动产业发展合作的价值。其一, 满足老年群体精神需求群体的核心诉求, 刺激跨地域消费。其二, 保障医疗需求群体的健康权益, 推动医疗资源区域间流动。其三, 降低经济需求群体的养老成本, 促进志愿公益与银发经济协同发展, 带动当地公益产业和基础服务产业的发展, 吸引社会资源向基层服务领域流动, 提高区域间服务产业的经济运作效率。

## 2. 相关概述

2020 年我国提出“发展银发经济”这一概念, 首次在国家层面明确银发经济的发展方向; 2024 年国务院办公厅发布《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》<sup>2</sup>, 首次发布以“银发经济”命名的国家级专项政策文件, 将银发经济政策落地; 2025 年, 政府工作报告对银发经济的定位实现进一步推进, 将其纳入“扩大内需”战略的关键领域, 从此银发经济进入发展的关键时期。

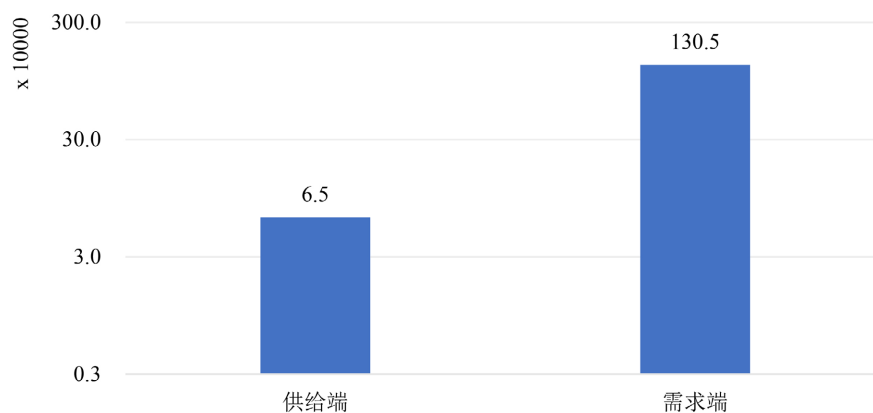
陈铎等(2026)研究构建三链协同模型, 借鉴薪春经验提出资源配置、品牌打造、线路建设、人才培育等路径, 为东北康养产业转型提供参考[1]; 马存财(2026)以宁波横街镇为例, 探讨田园式旅居康养下村镇养老存量空间改造, 提出优化室外空间、强化适老改造、融入竹文化、接入智慧养老系统策略, 以盘活

<sup>1</sup><https://www.mca.gov.cn/n2623/n2684/n2703/c1662004999980005407/content.html>

<sup>2</sup>[https://www.bygc.gov.cn/zfxxgk/bmdwxzjd/xzjd/wjsz/fdzdgnr/ylfw/art/2024/art\\_e65251b3d9b94b96893691cffb525f4b.html](https://www.bygc.gov.cn/zfxxgk/bmdwxzjd/xzjd/wjsz/fdzdgnr/ylfw/art/2024/art_e65251b3d9b94b96893691cffb525f4b.html)

存量、赋能乡村康养发展[2]; 金磊, 黄晴, 张强(2026)结合老年人生理、社交与价值实现需求, 提出以文化保护、可持续发展为原则, 优化功能布局、空间设计与社区营造, 设计适配传统村落的旅居养老策略, 实现文化传承与乡村振兴双赢[3]; 原明明等(2025)以某三甲中医院为例, 提出医联体协同、智慧中医康养、中医药特色旅居养老三大模式, 助力中医医养结合高质量发展[4]; 林泽恺(2025)结合城乡融合背景, 提出融合乡村特征的模式, 有助于优化资源配置、促进产业融合、构建新型城乡关系, 并从政策保障、数字应用、资源整合三方面提出具体实施路径[5]; 张泽等(2025)指出新一代银发群体消费升级推动旅居养老兴起, 在推动旅居供需匹配、价值共创、政策协同三方面形成耦合逻辑, 需通过政策引导、供需精准匹配、科技赋能三位一体路径推进, 实现银发经济与乡村振兴协同发展[6]; 顾洪婷(2025)指出目前传统养老模式均存在局限, 进而探索医养结合、互联网 + 养老、旅居养老、互助养老四种创新模式, 提出需政府、社会、家庭协同发力, 以多元创新模式满足多层次养老需求[7]; 王菲(2025)提出以生态化、综合化、智能化为核心理念, 明确五大关键主体及功能定位, 并制定四大实施策略, 旨在优化资源配置、升级服务品质, 满足老人个性化养老需求, 推动旅居养老产业高质量可持续发展[8]。

本项目的供给端数据依据江苏省旅居养老市场的规模进行测算(见图 1), 以全省 350 家具备旅居养老接待能力的养老机构为测算基础, 总计约 8750 张旅居床位, 且年平均约 7 次的床位周转率进行测算, 可得供给端年实际供给规模约为 6.5 万人次, 在 6 万~7.5 万人次之间浮动; 根据问卷实际收集到 434 份有效问卷为样本, 其中 283 位受访者表示“愿意旅居养老”, 意愿率达到 65.2%, 并将全省 2025 年年末老年人口数 2175 万作为基数, 按照 6% 的潜在需求比例进行测算, 全省潜在旅居养老需求规模为 130.5 万人次, 在 120 万~140 万人次之间浮动。根据测量结果, 当前江苏省旅居养老市场供需失衡现象较为严重, 供给满足率仅为 4.2%~6.25%, 年供需缺口超过 110 万人次, 潜在的多元化养老需求与传统有限的服务供给能力之间存在显著矛盾, 为旅居养老模式的创新提供了较为明确的方向和依据。



**Figure 1.** Comparison of estimated data between the supply side and demand side of senior living tourism

**图 1.** 旅居养老供给端与需求端预估数据对比

### 3. 研究设计与数据来源

本研究针对 55 岁及以上老年旅居养老需求进行问卷调查, 共设置 13 道封闭式选择题, 以简洁易懂为问题设计核心, 问卷题目包含年龄统计、旅居养老意愿、康养服务偏好、现存问题反馈等, 题型为单选或多选。问卷采用线上扫码填写、线下纸质填写和问答结合的方式, 保证数据真实性和回收率, 调研范围覆盖徐州、宿迁、淮安、连云港、盐城等江苏中北部城市, 以社区、公园、便利店等公共场所为主要调研点位, 以随机抽样方式选取调研对象, 抽样框为城乡常驻老年居民。调研累计回收线上以及线下问

卷 447 份, 回收后统一录入线上问卷表格, 借助问卷星平台进行数据归纳和整理, 最终有效问卷为 434 份, 有效问卷回收率为 97.09%。

## 4. 养老模式现状及存在问题

### (一) 养老模式现状(见图 2)

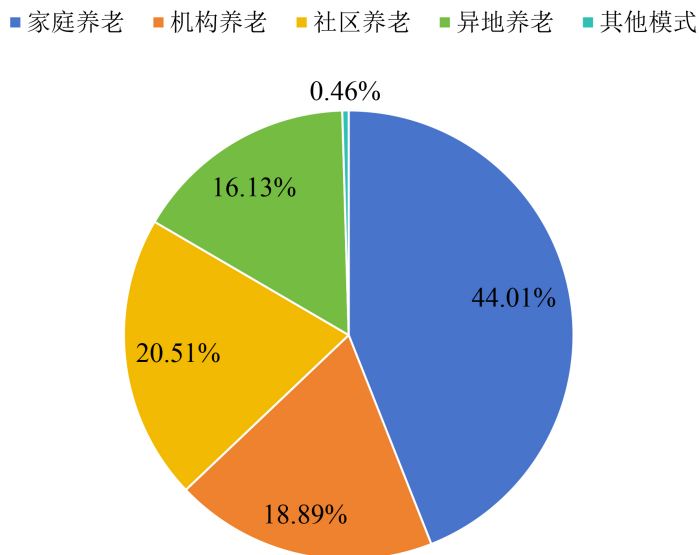


Figure 2. Distribution of elderly respondents' preferred elderly care models  
图 2. 受访老年人的养老模式情况分布图

#### 1. 社区养老

我国社区养老模式正处于快速发展阶段, 各地普遍加快了养老服务设施建设, 通过多种机制保障场地供给, 并积极运用信息化平台整合资源, 服务内容也从传统的生活照料向医疗保健、康复护理、心理慰藉等多元化方向拓展, 同时公办民营、民办民营等市场化运营模式日益普遍, 专业化、社会化水平不断提升。

#### 2. 家庭养老

近年来, 家庭养老支出呈现出快速增长的态势。主要有三方面的支出增长, 分别为老龄化加速、医疗服务价格上涨和家庭对专业化服务的需求升级, 从结构上看, 这些增长的支出主要体现在经济、机会和精神三大成本上。其中, 经济成本是核心, 包含了日常饮食、医疗和照顾费用; 机会成本体现为子女因照料老人而损失的收入与职业发展; 精神成本则包括照料者压力与老年人孤独感等难以量化的因素。

#### 3. 机构养老

从分类来看, 机构养老可按主体分为公办与民办。公办机构承担兜底保障功能, 面向特殊老年群体; 民办机构市场化程度高, 是服务体系中最具活力的部分。按服务功能与护理等级, 又可分为综合型、护理型和医养结合型。从整体评价来看, 机构养老面临供需失衡、人才短缺、质量参差和医养结合深度不够等挑战, 然而其在满足专业照护需求方面仍不可替代。

### (二) 存在问题

#### 1. 精神慰藉服务缺失, 社交圈层固化

通过图 3 可得, 娱乐活动少、没有游乐景点、文化资源短缺的问题在中老年群体反映现有养老模式

存在的问题中各占半数左右,这反映出现有养老模式中精神文化服务供给的严重短板。心理中国对中老年认知障碍流行率进行调查时发现,老年群体轻度认知障碍流行率随着年龄的增加显著上升,自75~79岁之后,流行率大幅超过平均值17.4%。同时,在问卷调查中反映的社交环境局限问题占比42.58%,体现了在现有养老模式中社交互动的单一性和社会参与的局限性。中老年群体的社交活动范围相对较为狭窄、场景较为单一,多局限于养老机构内或附近社区内的同龄人,在跨年龄、跨圈层方面较为单薄,在日常生活场景里沟通交流机会匮乏。

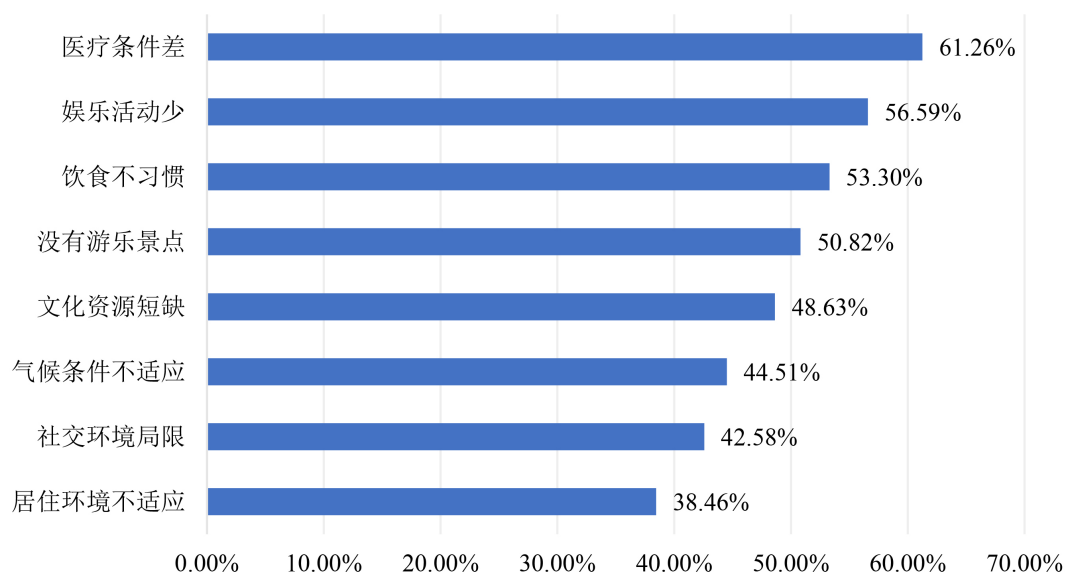


Figure 3. Feedback from middle-aged and elderly groups on problems with existing elderly care models

图3. 中老年受访群体对现有养老模式存在的问题反馈

## 2. 医疗资源供给不足,气候条件较难适应

在填写问卷的中老年群体中,医疗条件差作为占比61.26%的最突出的问题,反映出当前养老模式在健康保障问题上的短板,养老机构存在缺乏常驻专业医护人员、急救设施不完善、慢性病日常风险控制水平低下等问题,在中老年群体出现突发身体健康问题时难以采取快速且合理的措施。同时,有44.51%的受访者表示存在气候条件不适应的问题,温度差、湿度差剧烈变化或极端天气的发生,会对老年群体的健康方面造成较大的影响,并加重康养护理方面的压力。

## 3. 娱乐项目短缺,生活环境适配性低

当前养老机构定价悬殊,根据城市地理位置、经济水平不同,有较大价格差异,平均将近3000~6000元/月的价格水平,对经济有限的老年群体而言,缺乏适配其消费水平的养老餐饮、休闲娱乐场景,从收集到的调查问卷数据中显示,有56.59%的中老年群体存在饮食不习惯的问题,同时,有过半的中老年群体反映游乐景点的缺失,固定餐饮供给和室内娱乐形式的单一,使低成本养老群体在娱乐和日常生活上的体验感缺失。

# 5. “候鸟迁徙”式养老模式设计

## (一) 目标市场分析

### 1. 精神需求市场

根据中国老龄科学研究中心于2021年的第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查数据显示(见表1),

我国 9.1% 的老年人曾于 2020 年花费 10,000 元以上外出旅游, 同时旅游花费在 3000 元及以上的老年人占比超过三成, 对于有一定积蓄, 追求精神富足的老年群体, 可通过前期问询调查, 根据个人喜好并结合旅游地特色项目进行多元化方案创造, 让老年群体在季节性迁徙中获得精神满足和情感共鸣。

**Table 1.** Average tourism expenditure of the elderly in China by urban and rural areas in 2020 (Units: %)

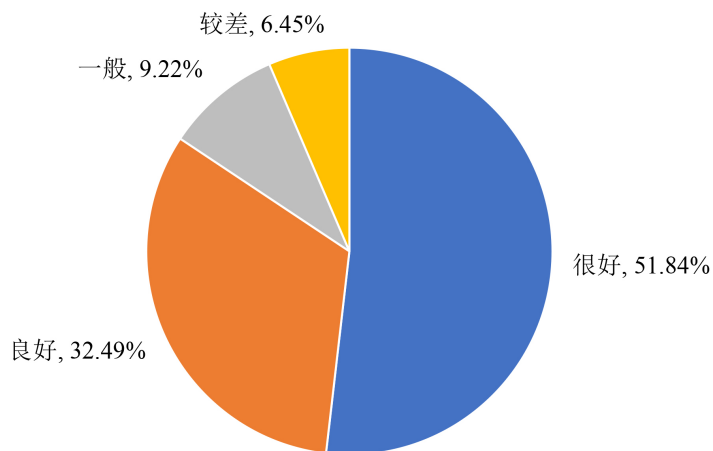
**表 1.** 2020 年分城乡我国老年人旅游平均花费情况(单位: %)

	1000 元以下	1000~2999 元	3000~4999 元	5000~9999 元	10,000 元及以上
合计	44.3	22.0	14.5	10.1	9.1
城镇	37.3	22.6	16.5	12.2	11.4
农村	64.6	20.2	8.7	3.9	2.6

数据来源: 中国老龄科学研究中心。

## 2. 医疗需求市场

根据图 4 可得, 自评健康“很好”的老人占 51.84%, 他们对健康品质要求较高, 定制化体检套餐、异地沉浸疗养等中高端服务存在市场潜力; 自评健康“良好”的老人占 32.49%, 这部分群体对日常健康监测、慢性病预防、迁移休养等普惠型健康服务需求迫切; 自评健康“一般”、“较差”的老人分别占 9.22% 和 6.45%, 这部分群体对专业医疗康复、长期照护等需求强烈, 是健康市场中刚需型服务的核心受众。



**Figure 4.** Self-assessment of health status by the surveyed group

**图 4.** 受访群体自评健康状况

## 3. 经济需求市场

如图 5 所示, 中国老年群体中, 积蓄基本够用的老年群体占总体比重较大, 同时对于养老机构的费用, 较大消费承受能力占比分布在小于 1000 元的区间内。同时, 从问卷调查收集到的数据显示, 中老年群体的月均收入呈现相对集中分布在中低收入的特征, 其中, 占比最高的月收入区间分布在 1001~3000 元之间, 占比达到 40.55%, 在 1001~5000 元的区间内分布着超过七成的中老年群体, 是中老年消费市场的主要群体。

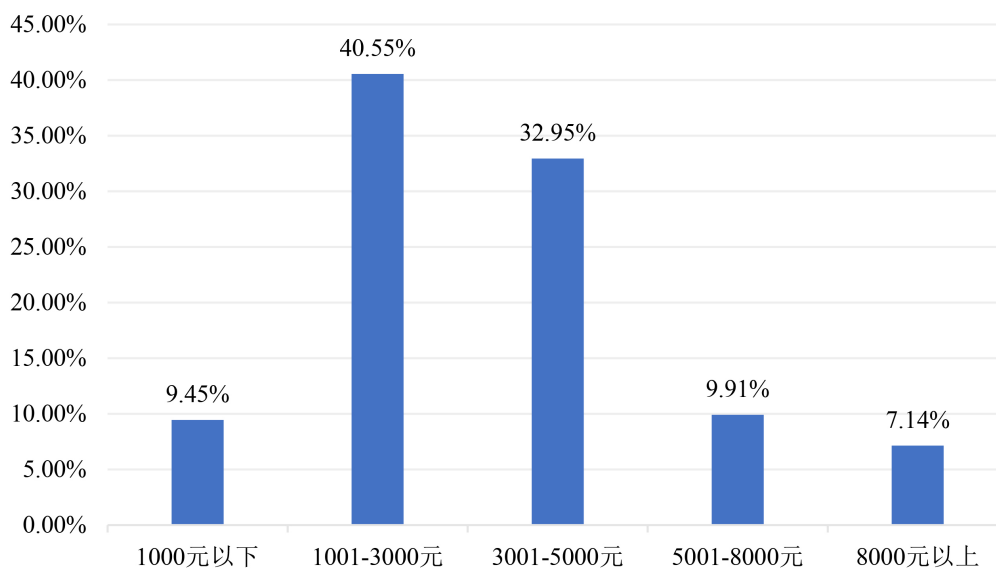


Figure 5. Monthly average income distribution

图 5. 月均收入分布

## (二) 模式设计

### 1. 精神需求市场

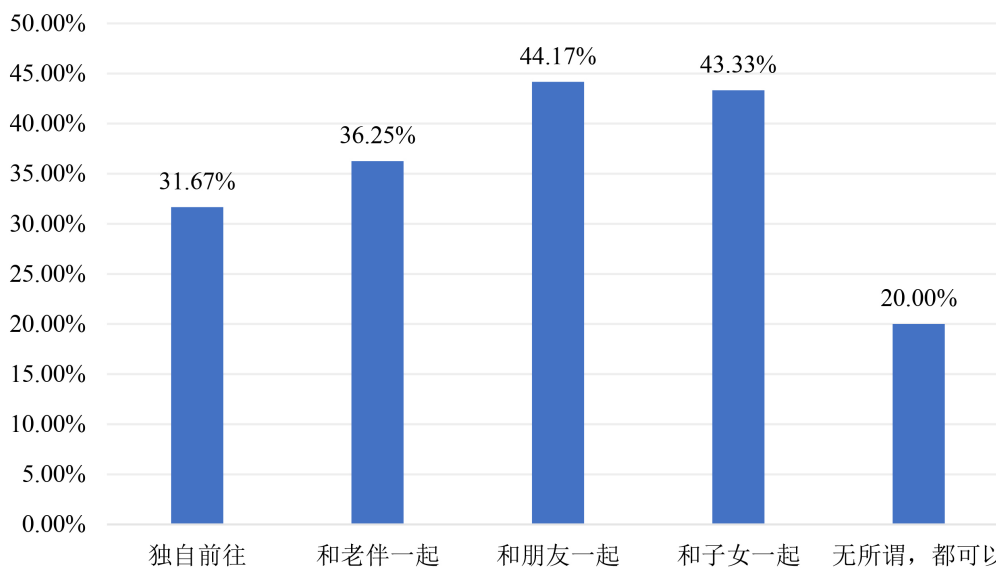


Figure 6. Distribution of willingness for companion-based inter-regional retirement living among respondents

图 6. 受访群体结伴异地养老意愿分布

对于部分有社交需求的群体, 根据选择的结伴对象不同进行活动模式的区分。从问卷调查中可以得出(见图 6), 中老年群体在异地养老时的结伴出行意愿社交属性较为突出, “和朋友一起”与“和子女一起”的选项选择占比分别为 44.17%和 43.33%。如选择与朋友一同出行的中老年群体, 可以为其提供有一定底蕴的老年兴趣社团或者活动中心, 并定期组织特色社交体验活动, 强化社交关系; 对于选择子女陪伴的中老年群体, 设计亲子活动, 在活动中互动增进亲子感情关系, 并安排家庭自由时间, 给予充足的

相处时间;对于选择与老伴一同出游的中老年群体,可针对性提供双人类项目的活动空间,例如陶艺制作、温泉疗养等;对于选择独自前往旅居的中老年群体,可以对其发放安全健康手环,以保证在日常生活以及活动中的人身健康,并在行程安排上给予较为宽松的选择与安排空间,对有社交需求的老人定期开展住户交流会,满足其日常社交需求。

可以根据泰州特色的戏曲资源、红色革命资源以及特色园林资源,打造红色精神主题的旅居活动。整体以了解报名、旅居入住、实施服务、回访反馈、结束旅居为一个完整流程,保证服务质量和旅居体验。以红色革命为例,可设计每周一次的沉浸式红色革命研学,每次约 2.5 小时,由专业导览带队参观杨根思烈士陵园、泰州市烈士陵园以及周边红色革命纪念馆等,对革命历史进行深度讲解;同时,每月开展红色革命主题实践活动,以诗歌朗诵、故事宣讲、手工制作等为多元主题,邀请相关专业老师进行指导,并设置作品展示,提升老年群体在活动中的获得感和成就感。在日常生活中,对老年群体的兴趣爱好进行统计并展开相关活动设计,并建设兴趣俱乐部,搭建有相同兴趣的老年群体的沟通渠道,丰富社区精神生活。同时,组建专业老年教育团队开展多元课程教学,如戏曲、历史、书画等,对报名课程的老人进行每周两次、约为 2 小时的知识讲解和技能培训,采用小班制授课、课后即时回访等有效方式,确保教学质量和老人积极性。根据不同活动主题进行灵活定价,设置基础套餐 3800 元/月,搭配多项可挑选的增值服务如特殊饮食照顾、活动场地等,并推出优惠政策。在风险方面,构建健康实时监测、应急风险应对、定期综合考核机制,并随机对旅居老人进行回访、设置固定时间的现状谏言活动,以提升实际实施效果并及时调整问题。

## 2. 医疗需求市场

注重健康管理和医养康复的老年群体,可以联动泰州本地优质的医疗资源和康养服务,打造安心、便捷的医疗康养旅居活动。整体流程分为入住前体检、入住后诊疗、定期指标跟踪、回访收集意见、结束医养旅居等环节。依托泰州本地二级及以上医院和专业康养机构,将溱湖旅游度假区作为旅居基地,发挥其生态优势,为老年群体提供天然的治疗环境,配合专业医师诊断和理疗服务,开展具有针对性的康复理疗活动。医护团队会为每位老人展开健康评估,建立个人健康档案;同时借助智能检测设备,将老年群体每日健康状态上传至健康大数据平台;每月为老年群体进行全方位体检,及时发现病灶对症下药,为老年群体身体健康提供有效且高效的保障。设置基础套餐为 4200 元/月,搭配多项可挑选的多项增值服务如专属医师随访、定制化康复理疗等,并推出优惠政策。在风险方面,重点聚焦于健康安全部分,实施排查旅居基地安全隐患、设置医院应急绿道、安排全天候全科值班医生等措施。

## 3. 经济需求市场

经济预算有限、有旅游需求的老年群体,可以联动泰州本地普惠性公共资源提供服务,打造高性价比、轻松休闲的旅居活动。整体流程为报名、入住、服务、反馈、离住。结合泰州市群众艺术馆免费公益课程、社区老年大学兴趣班以及各个公园等,为老人提供知识拓展、休闲放松与情绪慰藉服务;定期组织老年群体参与乡村文化墙绘制、乡村故事会等活动,和旅居地村民进行生活分享与思想交流;与社区卫生服务中心合作,对基础健康知识进行科普讲座,提供每月一次的免费体检;同时,联系当地附近公益组织进行志愿活动,通过为老年群体表演节目、播放影片、讲述时事等,丰富老年群体旅居生活。设置基础套餐为 1200 元/月,无强制消费,并推出团体优惠政策。在风险方面,排查旅居住宿、活动场地安全问题,规范公益资源对接流程,保障服务质量,控制运营成本,优化资源配置,并建立应急响应机制,以解决突发性问题。

## 6. 结语

本项目的实践,能为泰州市老年群体增进民生福祉,也能带动泰州市健康服务等产业的发展,创造

更多就业岗位, 为地方经济注入新活力。未来, 应继续以政策为指引, 以需求为导向, 不断优化实践细节, 在实践中完善服务体系, 让创新动力与人文关怀有机结合, 在银发经济持续发展和老龄化社会民生改善中贡献力量。

## 基金项目

项目编号: S202513843003; 项目来源: 江苏省大学生创新训练计划。

## 参考文献

- [1] 陈铎, 刘厚君, 潘俊岩, 等. “健康中国”视角下吉林省中医药与康养旅游融合发展研究[J]. 资源开发与市场, 2026, 42(5): 780-790.
- [2] 马存财. 乡村振兴背景下传统村落旅居养老设计策略研究[J]. 艺术教育, 2026(4): 197-200.
- [3] 金磊, 黄晴, 张强. 田园式旅居康养模式下的村镇养老存量空间改造提升研究——以宁波市横街镇为例[J]. 城市建设理论研究(电子版), 2026(4): 98-100.
- [4] 原明明, 王敏, 白淑然, 等. 银发经济背景下健康养老服务模式探究[J]. 中国集体经济, 2025(36): 21-24.
- [5] 林泽恺. 城乡融合视域下的农村旅居智慧养老发展路径[J]. 中国管理信息化, 2025, 28(24): 127-129.
- [6] 张泽, 郎雪好, 黎贵优. 乡村旅居同银发经济的耦合逻辑与实践路径[J]. 农业与技术, 2025, 45(22): 155-158.
- [7] 顾洪婷. 养老模式创新: 满足不同层次养老需求的研究[J]. 社会与公益, 2025(11): 95-98.
- [8] 王菲. 旅居养老产业生态圈构建研究[J]. 中国经贸导刊, 2025(8): 76-78.