

从养老负担到长寿红利：银发经济的结构转型与路径重构

赵玉寒

扬州大学马克思主义学院，江苏 扬州

收稿日期：2026年6月9日；录用日期：2026年8月21日；发布日期：2026年9月1日

摘 要

人口老龄化背景下，“养老负担”叙事长期主导政策逻辑，将老年人视为社会资源的消耗者。通过认知转换，老龄化完全可以释放“长寿红利”。实现从“负担”到“红利”的转变，关键在于推动银发经济从“生存型照料”向“发展型参与”的结构转型，具体包括需求端从被动刚需转向主动发展、供给端从碎片化转向集群化、价值端从单一经济核算转向综合价值评估。在此基础上，从产业、技术、治理三个维度重构实现路径，激活老年消费、人力资本与创新潜力，最终构建全龄友好型社会。

关键词

人口老龄化，养老负担，长寿红利，银发经济

From Pension-Burden to Longevity Dividend: Structural Transformation and Path Reconstruction of the Silver-Hair Economy

Yuhan Zhao

School of Marxism, Yangzhou University, Yangzhou Jiangsu

Received: June 9, 2026; accepted: August 21, 2026; published: September 1, 2026

Abstract

Against the backdrop of population ageing, the narrative of the “pension-burden” has long dominated

policy logic, framing older adults as consumers of social resources. Through cognitive shift, population ageing can well unlock the “longevity dividend”. The key to the transformation from “burden” to “dividend” lies in advancing the structural transformation of the silver-hair economy from “survival-oriented care” to “development-oriented participation”. Specifically, on the demand side, it shifts from passive rigid needs to proactive development-oriented demands; on the supply side, from fragmentation to clustering; on the value side, from mere economic accounting to comprehensive value evaluation. On this basis, this paper reconstructs implementation paths from three dimensions: industry, technology and governance, so as to stimulate elderly-oriented consumption, human capital and innovation potential, and ultimately build an all-age-friendly society.

Keywords

Population Ageing, Pension-Burden, Longevity Dividend, Silver-Hair Economy

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

人口老龄化已成为中国面临的重大挑战，需要“积极应对人口老龄化”。长期以来，“养老负担”叙事主导了政策与市场逻辑，老年人被视为社会资源的消耗者与经济增长的拖累。然而，这种静态视角存在根本局限。随着健康预期寿命延长、老年群体资产积累和社会参与意愿增强，老龄化完全有可能释放出“长寿红利”。实现从“负担”到“红利”的转变，关键在于推动银发经济从“生存型照料”向“发展型参与”的结构转型，并在产业、技术、治理三个维度上系统重构实现路径。唯有如此，才能真正构建全龄友好型社会，将人口老龄化转化为可持续发展的新动能。

2. 历史背景：从“养老负担”到“长寿红利”的观念演变

观念转变从来不是凭空发生的，而是根植于现实压力的累积与发展条件的成熟。从“负担”到“红利”，这一认知演进背后是中国人口结构变迁与经济社会发展阶段的深刻互动。理解这一历史语境，是把握银发经济转型与路径重构的前提。以下从“负担论”的形成、“红利论”的提出及其时代必然性三个层面，呈现这一观念演变的全过程。

2.1. “养老负担”叙事的形成

人口老龄化是 21 世纪全球性挑战，中国尤为突出。2000 年第五次全国人口普查主要数据公报显示：“2000 年，65 岁及以上人口 8811 万，占总人口 6.96%。”^[1]中华人民共和国 2021 年国民经济和社会发展统计公报显示：“2021 年末，65 岁及以上人口 20,056 万人，占总人口 14.2%，迈入深度老龄化。”^[2]截至 2025 年底，“60 岁及以上人口突破 3.2 亿，占总人口 22.86%，进程之快、规模之大前所未有。”^[3]与发达国家“先富后老”不同，中国“未富先老”，应对挑战的财政空间更为有限。

“负担论”将老年人视为纯粹的消费者和社会资源的消耗者，把老龄化简化为劳动人口减少、社保支出增加的经济学问题，进而解读为经济增长的拖累。然而，这种静态逻辑忽略了老年群体的异质性、健康寿命延长趋势以及技术进步对劳动方式的改变。更重要的是，“负担论”暗含代际对立的假设，掩盖了代际合作的可能性。正是这一局限性，催生了对“负担论”的反思与超越。

2.2. “长寿红利”概念的提出与认知转向

“长寿红利” (Longevity Dividend)概念来源于 2006 年科学期刊《科学家》(The Scientist)上的一篇名为《追求长寿红利》的文章[4]。它强调：更长的寿命不是负担，而是人类发展的重大成就；老年人口不是包袱，而是拥有经验、技能、资产和时间的潜在资本。这一认知转向的核心在于：将老年人从“问题”转变为“答案”的一部分。当社会不再以年龄划线，而是创造条件让老年人持续参与、贡献和消费时，老龄化便从一种财务压力演变为一种发展机遇。长寿红利不是对负担论的简单否定，而是对老龄化复杂性的更全面把握。

长寿红利本质上是对人口老龄化社会属性的重新解构，跳出传统人口学以生命周期损耗为核心的分析框架，重构老年阶段的价值评判范式。该理论不再将老龄群体默认为社会消耗单元，将寿命延长拓展出的生命阶段看作社会可挖掘的内在禀赋。其内核认为，老龄化的社会效应并非先天既定，而是制度安排、社会环境与个体能力相互作用的结果。老年人积累的人力资本与社会资本不会因年龄自然消退，长寿红利能否释放，核心在于社会体系能否搭建适配老年群体禀赋的价值转化机制。这一视角打破“老龄化等同于社会风险”的单一叙事，视老龄化为社会进步催生的客观现实。社会无需仅仅被动应对老龄化带来的各类挑战，更应通过制度与文化调适，激活老年群体蕴藏的资源，推动寿命增益转化为社会发展动能，实现从被动防范老龄化风险到主动挖掘老龄社会发展潜能的范式转变。

2.3. 观念转变的时代必然性

从“负担”到“红利”的转变，不是单纯的学术概念更替，而是中国经济社会发展阶段演进的必然要求。改革开放以来，人口结构也从“人口红利”急剧转向“老龄化加速”。这种压缩式发展带来独特窗口期：一方面传统人口红利消退，另一方面经济总量、产业体系、科技实力为应对老龄化提供了前所未有的资源基础。如今，中国正处于从“未富先老”向“边富边老”过渡的关键时期，中等收入群体扩大，数字技术深度渗透社会生活。与发达国家进入老龄化时人均 GDP 相比，中国的财政基础仍有差距，但市场规模和技术追赶速度形成了补偿优势。提升移动互联网普及率，使数字适老服务可低成本触达城乡；完整制造业链使智能辅具量产成本远低于欧美。这些优势使中国有条件走出一条不同于西方的“积极老龄化”道路。

同时，这一转变也是应对老龄化的必然选择。若固守“负担论”，政策将局限于“如何分配有限资源”的零和博弈——养老金切年轻人的蛋糕，医疗支出挤占发展资金。反之，转向“红利论”，将老年人视为内需引擎、经验资本和创新场景，才能将老龄化转化为新动能。日本、德国等老龄化先行国家在经历了“负担恐慌”后，通过延迟退休、银发产业等政策实现了从“社会成本”到“发展资源”的转型。中国有条件、也有必要走得更快、更稳。

3. 银发经济的结构转型：从“生存型”到“发展型”

银发经济是以老年人核心消费和服务对象的经济形态。传统银发经济呈现出典型的“生存型”特征——聚焦于失能照护、疾病治疗、基本生活支持等被动刚需。而要实现从负担到红利的转变，银发经济必须完成从“生存型”到“发展型”的三重结构转型。

3.1. 需求结构转型：从被动刚需到主动发展

第一重转型发生在需求端。“50 后”“60 后”这代新老人与他们的先辈有本质不同——他们经历了改革开放，有更高的教育水平和财富积累，消费观念更为开放。他们对老年生活的期待不再是“安度晚年”，而是“精彩晚年”。

这种转变体现在多个方面：预防性健康管理需求增长(体检、健身、功能食品)；精神文化需求爆发(老年大学课程供不应求)；社交和自我实现需求凸显(老年旅游、社团活动、才艺展示)；适老化生活品质需求提升(改善型住房、智能家居) [5]。

这一转型的根本意义在于：它将老年人从“被照顾者”转变为“积极消费者”乃至“价值共创者”，为银发经济从福利事业转向朝阳产业提供了市场基础。

3.2. 供给结构转型：从碎片化到集群化

第二重转型发生在供给端。当前银发经济供给呈现典型的“小散乱”特征——市场主体以小微企业和非营利机构为主，服务标准参差不齐，产业链条短且断裂。

转型的方向是从“碎片化”走向“集群化、专业化、融合化” [6]。集群化意味着围绕老年人多元需求，形成涵盖“医药制造→康复护理→辅具生产→智能设备→适老家居→健康保险→老年教育→文化娱乐→旅游旅居”的完整产业链。专业化要求企业深耕细分场景——活跃老人、慢病老人、失能老人需要完全不同的产品和服务。融合化强调养老服务与医疗、社保、住房等公共服务体系的衔接，医养结合、康养小镇、以房养老等新型业态正在涌现。

3.3. 价值结构转型：从单一经济核算到综合价值评估

第三重转型发生在价值评估层面。“负担论”根植于狭隘的成本-收益核算——养老金支出是成本，医保报销是成本。这种核算方式忽视了银发经济的多重价值。

转型要求在价值评估中引入更综合的框架。社会价值方面，老年人参与社区服务和代际互助，降低了公共支出和社会治理成本。经济价值方面，银发产业本身创造就业和税收。代际价值方面，健康活跃的老年人通过照看孙辈、支持子女购房，间接释放了劳动年龄人口的生产力。

这三种转型相互关联、彼此强化，共同构成了银发经济从“生存型”到“发展型”的质变。

4. 路径重构：产业、技术与治理的协同推进

实现从结构转型到红利释放，需要系统重构实践路径。一是产业重构，从养老事业转向银发市场，培育创新生态与代际融合；二是技术重构，从数字鸿沟转向普惠包容，打造适老化主动健康与社交连接；三是治理重构，从单一主体转向多元协同，构建线上线下融合的社区服务网络。三大路径协同并进，共同将长寿红利从愿景转化为现实。

4.1. 产业路径：培育银发创新生态

优先发展银发科技创新产业[7]。智能监测、康复机器人、适老家居、健康大数据平台是银发经济中技术含量最高的板块。我国在 AI、物联网、机器人领域具备全球竞争力，为银发科技提供研发基础。建议设立专项基金，通过财政贴息、风险补偿等政策支持技术研发和规模化应用，同时推动医疗机构与科技企业共建联合实验室，加速产品从实验室走向应用场景，丰富适老产品和老年服务供给。

培育老年生活服务业。老年生活服务是整合医疗、照护、文娱、旅游、教育、金融的综合性业态。应鼓励大型企业进入市场，推动行业走向品牌化、连锁化、标准化。制定统一的服务质量标准，解决消费者信任困境；支持头部企业整合上下游资源，打造从健康管理到适老改造、从旅居养老到遗嘱服务的一站式闭环方案。该业态的成熟，标志着银发经济从生存型向发展型的跃迁。

探索代际融合型产品[8]。传统“老年公寓”将老人与社会隔离，导致疏离与隔阂。应摒弃“隔离式养老”，开发代际共居社区、跨龄学习平台、老少共享公共空间等产品。代际共居社区设计混合年龄住宅单元，让老少共享设施；跨龄学习平台鼓励互教互学；共享空间设置服务于不同年龄的图书馆、健身

房等。代际融合既提升老人生活品质，也为企业开辟差异化市场。

4.2. 技术路径：从数字鸿沟到数字红利

数字适老化改造是基础工程。有专家指出：“面向生理弱化的适老化设计思考老年人由于身体机能退化等生理问题导致交互障碍，感官代偿作为一种行之有效的适老化设计方法。”^[9]但是，适老化不是简单放大字体，而是从交互逻辑到硬件终端的系统性重构，包括界面的大字体、高对比度、简化流程，交互的语音优先，以及老年手机、智能音箱等终端。当前工信部规范覆盖面有限、执法偏软，应扩大适老化涉及政务、银行、医疗等关键领域，建立定期检测与违规通报机制，使适老化从“可选”变为“必选”。

健康主动管理技术是重要应用场景。传统医疗以治疗为中心，被动低效。可穿戴设备、家庭监测终端、慢病管理 APP 能实时采集心率、血压等指标并预警，帮助老年人从被动治疗转向主动管理，减少急性事件和住院需求。应推动健康管理设备纳入医保或长期护理保险报销范围，降低使用门槛。

社交连接与精神支持同样需要技术介入。孤独感是老年期最隐蔽的问题之一。VR 可为行动不便者提供虚拟旅游；视频平台连接分散的家人；线上兴趣社区满足社交归属需求。应鼓励开发“老年模式”社交产品，降低使用难度，并依托社区开展数字技能培训，帮助老年人享受技术带来的温暖连接。

4.3. 治理路径：多元协同与社区载体

多元主体协同是必然选择。政府保基本、兜底线，保障弱势老年人基本照护；市场提效率、促创新，在高端养老、智能辅具等领域发挥优势；社会组织补短板、增温度，开展志愿服务、精神慰藉。三类主体分工协作，形成政府引导、市场主导、社会参与的治理格局。

社区作为核心载体具有不可替代的优势。多数老年人倾向“原居安老”，社区是服务成本最低、响应最快的治理单元。应推动“15 分钟养老服务圈”全覆盖，大力发展社区嵌入式设施：日间照料中心、长者食堂、康复站、老年活动室等，既维持社会连接又降低成本，是实现普惠养老的有效路径。

构建线上线下融合的治理网络。将社区实体服务与智慧养老平台深度融合，打造“线上预约 + 线下响应 + 数据驱动”网络。建设区县级统一信息平台，整合普惠、市场、公益服务资源。老年人可通过电话、APP、自助终端等多渠道查询预约，平台对接紧急救援系统，实现一键呼叫、就近派单。同时保留人工窗口，确保不熟悉智能设备的老人无障碍获得服务。

5. 结语

从“养老负担”到“长寿红利”，这是中国应对人口老龄化的认知革命，也是银发经济发展逻辑的根本转向。其核心追问在于：如何认识老年人的社会角色、如何定位银发经济的价值目标、如何构建全龄友好型社会的实践路径。本文的论述表明，这一转变并非概念更替，而是从“生存型”向“发展型”跃迁的系统性重构，在历史维度上实现了从“负担论”到“红利论”的观念突破，在结构维度上完成了需求、供给、价值三重转型的内在协同，在路径维度上形成了产业、技术、治理三轮驱动的实践框架。银发经济转型贯穿三条核心逻辑：人民中心的价值逻辑，即以回应老年人多元需求为根本依归；市场赋能的实践逻辑，即政府兜底与市场配置有机统一；系统协同的治理逻辑，即兼顾效率与公平、当下与长远。释放长寿红利需要实事求是因地制宜、统筹兼顾系统谋划。新征程上，银发经济发展应紧扣高质量发展首要任务，引导社会各界既做“显功”——发展银发产业、创造就业税收，也做“潜功”——建设适老环境，培育敬老文化，满足老年人精神文化需求^[10]，创造经得起检验的长寿红利，推动国家治理现代化与人民美好生活向往的实现。

参考文献

- [1] 2000 年第五次全国人口普查主要数据公报[EB/OL]. 2001-03-28.
<https://www.stats.gov.cn/sj/pcsj/rkpc/5rp/html/append21.htm>, 2026-06-17.
- [2] 中华人民共和国 2021 年国民经济和社会发展统计公报[EB/OL]. 2022-02-28.
https://www.stats.gov.cn/sj/zxfb/202302/t20230203_1901393.html, 2026-06-17.
- [3] 2025 年全国 1%人口抽样调查主要数据公报[EB/OL]. 2026-05-22.
https://www.stats.gov.cn/sj/zxfb/202605/t20260522_1963788.html, 2026-06-17.
- [4] (西)何塞·科尔代罗, (英)大卫·伍德. 从长寿到永生[M]. 刁孝力, 徐尉良, 冯德炜, 译. 北京: 东方出版社, 2024: 145.
- [5] 李群群. 新时代文化供给适老化改革的现实堵点与破解机制[J]. 理论探讨, 2025(3): 76-82.
- [6] 魏炳堃. 银发经济发展的挑战与回应——基于青岛市问卷调查的实证研究[J]. 全国流通经济, 2026(13): 113-116.
- [7] 彭希哲, 陈倩. “十五五”时期中国银发科技高质量发展的定位与实践路径[J]. 人口与社会, 2026, 42(2): 1-13.
- [8] 张顺峰, 吴剑斌. 代际融合视角下“一老一小”社区教育服务设计研究[J]. 大众文艺, 2026(1): 216-219.
- [9] 候冠华. 感官代偿与赋能 数字适老化设计理论、方法与实践[M]. 上海: 三联出版社, 2025: 43.
- [10] 黄燕芬, 杨宜勇. 完善基本公共服务制度体系[M]. 北京: 中国言实出版社, 2025: 129.