

人口老龄化背景下适老化城市更新的需求识别与空间响应

朱单靖

中冶南方工程技术有限公司 四川 成都 610000

摘要: 人口老龄化背景下, 适老化城市更新意义重大。本文从需求识别维度与方法入手, 将核心需求分为安全、便利、舒适、社交四类, 并分析不同老年人需求差异。指出当前城市空间在居住、出行、公共服务、社会交往方面存在适老化不足问题。针对这些问题, 提出居住、出行、公共服务、社会交往空间适老化更新策略, 旨在提升城市空间适老性, 让老年人安享晚年, 促进城市可持续发展。

关键词: 人口老龄化; 适老化城市更新; 需求识别; 空间响应

引言: 随着我国人口老龄化进程的加速, 老年人口数量不断增加, 对城市空间适老化提出了更高要求。城市作为老年人生活的主要场所, 其空间环境的适老性直接关系到老年人的生活质量与幸福感。然而, 当前许多城市空间在设计和建设时, 并未充分考虑老年人的特殊需求, 存在诸多不适老的问题。因此, 准确识别适老化城市更新需求, 并采取有效的空间响应策略, 已成为亟待解决的重要课题。

1 人口老龄化背景下适老化城市更新的需求识别

1.1 需求识别的维度与方法

在人口老龄化的大背景下, 准确识别适老化城市更新的需求是开展有效工作的前提。需求识别可从多个维度展开, 首先是生理维度, 老年人的身体机能随着年龄增长逐渐衰退, 视力、听力下降, 行动不便等问题普遍存在, 因此对城市空间的物理环境, 如无障碍设施、光线照明、地面防滑等方面有着特殊需求。例如, 老年人需要楼梯有扶手、电梯运行平稳且按钮位置适中, 以便安全便捷地出行。其次是心理维度, 老年人往往渴望得到尊重和关爱, 希望在城市空间中感受到归属感和安全感。他们可能更倾向于安静、舒适、熟悉的环境, 避免过于嘈杂和复杂的地方。比如, 社区中的小花园如果布置得温馨宜人, 能让老年人放松心情, 缓解孤独感。社会维度也是重要的一环, 老年人需要参与社会活动, 与他人交流互动, 以维持社会联系和精神健康。这就要求城市空间提供适合老年人社交的场所和活动, 如社区活动中心、老年大学等^[1]。在需求识别方法上, 可以采用问卷调查法, 通过设计详细的问卷, 了解老年人对城市空间各方面的需求和意见。实地观察法也十分有效, 深

入老年人的生活场景, 观察他们的行为习惯和遇到的困难。此外, 还可以组织焦点小组讨论, 邀请老年人、专家学者、社区工作者等共同参与, 深入探讨适老化城市更新的需求。

1.2 核心需求分类

根据上述维度的分析, 适老化城市更新的核心需求可分为以下几类。安全需求是首要的, 老年人身体较为脆弱, 容易受到意外伤害, 因此城市空间需要保障他们的安全。这包括交通安全, 如设置合理的交通信号灯、人行横道, 减少老年人过马路的风险; 建筑安全, 确保建筑物内的消防设施完备、疏散通道畅通; 以及日常活动安全, 如在公园、广场等场所设置防滑地面、防护栏杆等。便利需求也至关重要, 老年人在出行、购物、就医等方面希望更加便捷。城市应提供便利的公共交通系统, 增加老年专用座位, 优化公交线路, 方便老年人到达各个目的地。同时, 商业设施和医疗机构的布局要合理, 距离老年人居住地较近, 减少他们的出行距离和时间成本。舒适需求体现在城市空间的环境质量上, 老年人对空气质量、噪音水平、温度湿度等环境因素较为敏感。城市应加强绿化建设, 增加公园、绿地等休闲空间, 改善空气质量。合理规划城市功能区, 减少噪音污染, 为老年人创造一个安静舒适的居住和生活环境。社交需求反映了老年人对人际交往和社会参与的渴望, 城市需要提供多样化的社交场所和活动, 如社区文化活动室、老年俱乐部等, 组织各种适合老年人的兴趣小组和社交活动, 让他们能够结交新朋友, 丰富精神生活。

1.3 需求差异分析

不同年龄段、健康状况和生活方式的老年人对适老化城市更新的需求存在差异。从年龄段来看, 低龄老年人(60-70岁)身体相对较好, 活动能力较强, 他们更注重社交和休闲需求, 希望城市中有更多的文化娱乐设施

作者简介: 朱单靖(1990.09), 男, 汉族, 湖南郴州人, 硕士研究生, 中冶南方工程技术有限公司, 中级工程师, 主要研究方向: 公共建筑设计。

和运动场所,如健身房、游泳馆、图书馆等,以满足他们丰富生活、保持活力的需求。而高龄老年人(80岁以上)身体机能下降明显,行动不便,对安全需求和便利需求更为迫切,他们更需要无障碍设施、上门服务。健康状况也是影响需求的重要因素。身体健康的老年人能够积极参与各种社会活动,对城市空间的功能性和多样性要求较高。而患有慢性疾病或行动不便的老年人,则更关注医疗服务的可及性和无障碍设施的完善程度,如医院距离、轮椅通道等。生活方式方面,独居老年人更渴望社交互动,希望城市中有更多适合他们交流的场所和活动,以缓解孤独感。与子女同住的老年人可能对居住空间的舒适性和便利性有更高要求,如房屋的布局、装修等。

2 当前城市空间在适老化方面的问题

2.1 居住空间适老性不足

当前许多城市的居住空间在设计时并未充分考虑老年人的需求。老旧小区普遍存在楼梯陡峭、没有电梯的问题,给老年人出行带来极大困难。一些小区的房屋布局不合理,房间狭小、采光不足,不利于老年人的生活和健康。此外,居住区的配套设施也不完善,缺乏适合老年人的休闲娱乐设施和医疗服务点。例如,小区内没有设置健身器材、休息座椅,老年人无法在附近进行简单的锻炼和休息;周边没有社区医院或诊所,老年人看病就医不方便。

2.2 出行空间障碍突出

城市出行空间对老年人存在诸多障碍。道路方面,人行道狭窄、不平整,存在坑洼、障碍物等,容易导致老年人摔倒。一些路口没有设置足够的等待时间,老年人行动缓慢,难以在规定时间内通过马路^[2]。公共交通方面,虽然部分公交车设置了老年专用座位,但数量有限,且在高峰时段老年人很难坐到。地铁站的楼梯和扶梯对老年人来说也存在安全隐患,尤其是携带重物或行动不便时。城市中的共享单车、电动车等交通工具随意停放,占用人行道和盲道,进一步影响了老年人的出行。

2.3 公共服务空间供需失衡

公共服务空间在适老化方面存在供需失衡的问题。医疗资源方面,大型医院集中在城市中心区域,老年人居住较远的地区医疗资源相对匮乏。而且医院的就医流程复杂,对于不熟悉电子设备的老年人来说,挂号、缴费、取药等环节存在困难。文化教育方面,适合老年人的文化活动现场较少,老年大学、社区文化中心等设施不足,无法满足老年人学习新知识、丰富精神生活的需求。商业服务方面,一些商场、超市的布局不合理,货

架过高,老年人取放物品不方便;部分商家没有提供针对老年人的服务,如送货上门、优先结算等。

2.4 社会交往空间缺失

城市中缺乏专门为老年人设计的社会交往空间。虽然有一些公园、广场等公共空间,但往往没有考虑到老年人的特殊需求。这些场所缺乏舒适的休息设施、遮阳避雨的地方,且活动内容单一,无法满足老年人多样化的社交需求。社区内部的社交空间也不足,缺乏组织有序的社区活动,老年人之间的交流和互动较少,容易导致他们产生孤独感和失落感。

3 适老化城市更新的空间响应策略

3.1 居住空间适老化更新策略

针对居住空间适老性不足的问题,需采取全面且细致的更新策略。对于老旧小区而言,加装电梯改造是关键一步。政府应积极发挥作用,出台相关扶持政策,不仅给予一定比例的资金补贴,降低居民的经济负担,还要提供专业的技术支持,确保电梯安装的安全与合规。同时,要大力推动小区环境的整体升级,全面拓宽人行道,保证其宽敞平坦,方便老年人行走。增加休息座椅,让老年人在散步过程中有地方歇脚;合理设置健身器材,满足他们日常锻炼的需求。在房屋内部改造方面,要充分考虑老年人的特殊需求进行个性化设计^[3]。在楼梯、走廊等位置安装坚固的扶手,为老年人提供支撑;铺设防滑地砖,降低摔倒风险;安装紧急呼叫系统,一旦老年人遇到突发状况,能及时联系到家人或相关救援人员。对于有条件的家庭,进行无障碍卫生间改造十分必要,设置坐便器、淋浴椅等设施,让老年人在如厕和洗浴时更加安全便捷。在居住区周边建设配套的养老服务设施也至关重要,如社区日间照料中心、老年食堂等,为老年人提供生活照料、餐饮服务等,解决他们的后顾之忧。

3.2 出行空间适老化更新策略

为切实改善出行空间的适老性,全方位满足老年人的出行需求,需从多个关键方面进行系统且细致的优化。在道路设计层面,应着重拓宽人行道,精心规划其宽度,保证路面平整无坑洼、无障碍物,为老年人打造安全又舒适的步行环境。同时,要科学合理设置盲道,严格遵循相关标准,确保盲道走向清晰、连贯,且不被任何杂物占用,切实方便视障老年人顺畅出行。在路口处,要适当增加交通信号灯的等待时间,充分考虑到老年人行动相对缓慢的特点,给他们留出足够从容过马路的时间。并且,设置先进的行人过街提示装置,像清晰的语音提示或者醒目的闪烁灯光,及时提醒老年人注意

来往车辆,保障过街安全。公共交通方面,要大力增加老年专用车辆的数量,根据老年人的出行规律和分布情况,优化公交线路,让线路尽可能覆盖更多的老年人居住区域,极大地方便他们日常出行。在公交车上,配备更多显眼且舒适的老年专用座位,设置醒目的标识,同时加强宣传引导,鼓励其他乘客主动为老年人让座。地铁站要全面完善无障碍设施,安装垂直电梯,设置宽敞的无障碍通道,确保老年人能够轻松、安全地进出站。另外,要加强对共享单车、电动车等交通工具的管理,制定严格的停放规范,安排专人进行监督引导,严禁其占用人行道和盲道。还可以积极推广适合老年人的出行工具,如电动代步车,并在城市中合理设置专门的停车区域,方便老年人使用和停放。

3.3 公共服务空间适老化更新策略

在公共服务空间适老化方面,医疗服务无疑是需要重点着力的领域。为切实满足老年人的就医需求,需合理布局医疗资源,在老年人居住集中的区域精心建设社区医院或诊所,同时大力提升基层医疗服务能力,让老年人无需长途奔波,在家门口就能享受到便捷、高效的医疗服务。就医流程的简化也至关重要,要专门开设老年人专用窗口,提供贴心的导诊服务,安排专业且耐心的专人,全程协助老年人完成挂号、缴费、取药等繁琐环节,及时解决他们在就医过程中遇到的各种困难,让就医之路不再艰难。还应充分利用互联网技术,积极开展远程医疗服务。通过线上平台,老年人在家中就能与医生进行面对面咨询,获取专业、精准的医疗建议,避免了往返医院的奔波与劳累。文化教育领域同样不能忽视,要大力增加适合老年人的文化活动场所,比如建设更多设施完备的老年大学、温馨舒适的社区文化中心等。丰富活动内容,开设书法、绘画、摄影、舞蹈等多样化课程,充分满足老年人不同的学习需求,让他们在晚年生活中也能不断学习、充实自己。同时,组织各种精彩纷呈的文化活动,如文艺演出、展览等,为老年人搭建展示自我的平台,丰富他们的精神文化生活。商业服务方面,商场、超市等商业场所要进行全面的适老化改造,合理调整货架高度,方便老年人轻松取放物品;提供送货上门、优先结算等贴心服务;在商业区设置舒适的休息区域,配备柔软的座椅、干净的饮水机等设

施,为老年人打造舒适的购物环境。

3.4 社会交往空间适老化更新策略

为满足老年人的社会交往需求,打造专门的社会交往空间至关重要。在社区内部,要大力建设社区活动中心,配备多功能活动室、棋牌室、阅览室等设施,为老年人提供多样化的活动场所。组织各种丰富多彩的社区活动,如节日庆祝活动,让老年人在欢乐的氛围中感受节日的喜悦;开展兴趣小组活动,如摄影小组、书法小组等,让有相同兴趣爱好的老年人聚在一起交流分享^[4]。在城市公共空间方面,要规划建设老年公园或老年广场,设置舒适的休息设施,如长椅、遮阳伞等,为老年人提供遮阳避雨的地方。安装适合老年人的运动器材和娱乐设施,如太极推手器、扭腰器等,满足他们的运动需求。可以根据老年人的兴趣爱好,举办各种主题活动,如园艺展览、音乐会等,吸引老年人参与,增进他们之间的交流与互动。此外,还可以利用互联网技术,搭建老年人社交平台,开发适合老年人使用的社交软件,让他们能够在线上交流分享生活点滴,扩大社交圈子。通过这些空间响应策略,为老年人创造一个友好、舒适、充满活力的社会交往环境。

结束语

人口老龄化是不可逆转的趋势,适老化城市更新刻不容缓。准确的需求识别为更新工作指明方向,针对性的空间响应策略是提升城市适老性的关键。通过居住、出行、公共服务和社会交往空间的优化改造,能为老年人创造更友好、舒适的生活环境。这不仅能让老年人安享幸福晚年,也是城市践行人文关怀、实现可持续发展的重要体现。未来,还需持续探索与创新,不断完善适老化城市建设。

参考文献

- [1] 邹宏坡.老龄化背景下住宅室内空间适老化设计探究[J].鞋类工艺与设计,2024,4(23):129-131.
- [2] 谢津,孔令娟.老龄化背景下住宅室内空间适老化设计研究[J].纺织报告,2024,43(02):84-86.
- [3] 朱静,张明.人口老龄化背景下的养老产业融合发展路径选择[J].中阿科技论坛(中英文),2023(2):49-53.
- [4] 梁文凤.人口老龄化背景下农村养老的现实困境与路径选择[J].经济纵横,2022(10):82-88.