

城市更新视角下老龄化社区的适老化改造策略研究

张艺璇

宁波市镇海规划勘测设计研究院 浙江 宁波 315200

摘要：在城市更新进程加速与人口老龄化加剧的背景下，老龄化社区适老化改造成为亟待解决的重要问题。本文深入剖析老龄化社区人口结构、基础设施及公共服务设施现状，指出其存在设施老化、无障碍缺失等问题。阐述适老化改造在城市更新中的关键地位，从完善设施、优化空间、加强资源配置及推动智慧养老等方面提出改造策略，旨在提升老年人生活质量，推动城市可持续发展。

关键词：城市更新；老龄化社区；适老化改造；策略研究

1 老龄化社区的基本情况

1.1 人口结构特点

随着社会经济的发展和医疗水平的提高，人口老龄化已成为全球趋势，我国也不例外。老龄化社区作为老年人口集中居住的区域，其人口结构呈现出显著特点。首先，老年人口占比极高，通常超过社区总人口的20%，部分老旧社区甚至达到30%以上。这些老年人中，60-79岁的低龄老人占比相对较高，但80岁及以上的高龄老人数量也在不断增长，高龄化趋势愈发明显。从性别结构来看，女性老年人数量往往多于男性老年人。这一方面是因为女性平均寿命普遍高于男性，另一方面，男性老年人在生活习惯、健康状况等方面存在差异，导致部分男性老年人在老年阶段的生存状况不如女性老年人。此外，老龄化社区中独居老人和空巢老人的比例也不容小觑。由于子女外出工作、定居等原因，许多老年人长期独自居住，缺乏家人的日常照顾和情感陪伴，面临着生活照料、精神慰藉等方面的诸多问题。

1.2 社区基础设施状况

老龄化社区的基础设施建设状况与社区的发展历史紧密相关。对于一些建成时间较早的社区，其基础设施普遍存在老化、陈旧的问题。供水管道经过多年使用，出现了腐蚀、漏水等现象，不仅影响居民正常用水，还可能造成水资源浪费和经济损失；排水系统不畅，在雨季容易出现积水，给居民出行带来极大不便，甚至可能引发安全事故^[1]。供电设施方面，老旧的电线线路存在老化、负荷不足等问题，难以满足现代居民日益增长的用电需求，存在较大的安全隐患，容易引发火灾等事故。道路设施同样不容乐观，路面破损、坑洼不平，部分道路狭窄，不利于老年人出行，尤其是行动不便的老年人，使用轮椅或拐杖时极易摔倒受伤。此外，小区内的绿化景观也缺乏维护，植被枯萎、景观设施损坏，影响

了社区的整体环境和居民的生活质量。

1.3 公共服务设施配置

在公共服务设施配置上，老龄化社区存在明显的不足。首先是医疗卫生设施，社区内的医疗机构数量有限，且医疗设备陈旧、医疗技术水平不高，难以满足老年人日常的就医需求。许多老年人患有慢性疾病，需要定期检查和治疗，但社区周边缺乏专业的医疗机构，导致他们不得不前往较远的大医院，增加了就医成本和时间成本。其次，文化教育设施匮乏。社区内缺乏专门的老年活动中心、图书馆等文化场所，老年人的精神文化生活单调乏味。虽然部分社区设有一些简单的文化活动的场地，但设施简陋，活动内容单一，无法满足老年人多样化的文化需求。另外，社区的养老服务设施也相对不足，缺乏专业的养老机构和养老服务人员，难以提供全面的养老服务，如日间照料、康复护理等。

2 老龄化社区存在的问题

2.1 基础设施老化与安全隐患

基础设施老化带来的安全隐患在老龄化社区中尤为突出。除了前文提到的供水、供电、排水等设施问题外，建筑物本身也存在诸多安全隐患。一些老旧楼房的墙体出现裂缝、剥落现象，屋顶漏水，电梯设备老化、故障频发，这些问题严重威胁着老年人的生命财产安全^[2]。社区内的消防设施配备不足或老化失效，消防通道被占用，一旦发生火灾等紧急情况，后果不堪设想。燃气管道老化、煤气泄漏等问题也时有发生，老年人由于记忆力下降、行动不便等原因，在使用燃气时更容易发生意外。而老旧的监控设施无法有效保障社区的安全，对于盗窃、抢劫等违法犯罪行为的防范能力较弱，使得老年人的人身和财产安全面临较大风险。

2.2 无障碍设施缺失与出行不便

无障碍设施的缺失是老龄化社区面临的另一个重要

问题。许多社区的出入口、楼道、公共厕所等场所没有设置无障碍通道、扶手等设施,给行动不便的老年人出行带来极大困难。楼梯台阶过高、过陡,没有安装电梯,导致一些坐轮椅的老年人难以走出家门,限制了他们的活动范围。在社区道路方面,盲道不连续、被占用的情况较为普遍,给视力障碍的老年人出行带来安全隐患。此外,公交站点与社区的衔接不畅,缺乏无障碍公交设施,使得老年人乘坐公共交通工具时面临诸多不便。这些无障碍设施的缺失,不仅影响老年人的生活质量,也限制他们的社会参与,加剧老年人的孤独感和边缘化。

2.3 公共空间不足与活动需求不匹配

老龄化社区的公共空间普遍不足,且现有公共空间的功能和布局与老年人的活动需求不匹配。社区内可供老年人活动的场地有限,且分布不合理,一些公共空间被车辆停放、杂物堆积等占用,进一步压缩了老年人的活动空间,现有的公共空间缺乏适老化设计,如座椅数量不足、缺乏遮阳避雨设施、地面不防滑等,无法满足老年人休息、交流、娱乐等多样化的活动需求。社区内缺乏专门的康复健身场地和设施,无法满足老年人强身健体、康复训练的需求。对于一些患有慢性疾病或身体机能衰退的老年人来说,缺乏合适的康复健身设施,不利于他们的身体恢复和健康维护。而社区内的文化设施也较为简陋,无法为老年人提供丰富多彩的文化娱乐活动,难以满足老年人日益增长的精神文化需求。

2.4 社区服务与养老资源匮乏

社区服务与养老资源匮乏是老龄化社区面临的核心问题之一。在社区服务方面,缺乏专业的养老服务机构和服务人员,无法为老年人提供全面、优质的养老服务。现有的社区养老服务主要以简单的生活照料为主,如送餐、保洁等,缺乏康复护理、医疗保健、精神慰藉等高端服务。同时,社区养老服务的质量参差不齐,缺乏规范的服务标准和监管机制,难以保障老年人的合法权益。在养老资源方面,养老床位严重不足,尤其是护理型床位缺口较大。许多老年人面临着“一床难求”的困境,无法得到及时、有效的养老服务。社区周边的养老资源分布不均衡,优质的养老机构和医疗资源主要集中在城市中心区域,而老龄化社区周边相对匮乏,给老年人的养老选择带来了限制。同时养老服务的价格过高,超出了许多老年人的经济承受能力,使得他们无法享受到优质的养老服务。

3 适老化改造在城市更新中的地位与作用

3.1 适老化改造是城市更新的重要组成部分

城市更新是推动城市可持续发展、提升城市品质的重要举措,而适老化改造作为城市更新的重要组成部分,对于满足老年人的生活需求、提高老年人的生活质量具有重要意义。随着人口老龄化程度的不断加深,老年人在城市人口中的占比越来越高,他们对城市环境、基础设施、公共服务等方面的需求也日益多样化。因此,在城市更新过程中,必须充分考虑老年人的需求,进行适老化改造^[3]。适老化改造不仅包括对老旧社区基础设施、公共空间的改造和优化,还涉及到养老服务设施的完善、智慧养老技术的应用等多个方面。通过适老化改造,可以改善老年人的居住环境,提高社区的安全性和便利性,满足老年人的生活、娱乐、医疗等需求,使城市更加包容、宜居,实现城市的可持续发展,适老化改造也是践行以人为本的发展理念,促进社会公平正义的重要体现。

3.2 适老化改造有助于提升城市品质与竞争力

适老化改造对于提升城市品质与竞争力具有积极作用。首先,通过适老化改造,可以改善城市的人居环境,提升城市的形象和品位。一个充满人文关怀、适合老年人居住的城市,能够吸引更多的人才和投资,促进城市的经济发展。其次,适老化改造可以推动养老产业的发展,形成新的经济增长点。随着适老化改造的推进,养老服务、康复护理、老年用品等相关产业将迎来广阔的发展空间,为城市经济增长注入新的动力。另外,适老化改造有助于提升城市的社会凝聚力和居民的幸福感和归属感。一个关爱老年人的城市,能够营造良好的社会氛围,增强居民的归属感和认同感。同时适老化改造可以提高老年人的生活质量,使他们能够更好地融入社会,发挥余热,为城市的发展贡献力量。因此适老化改造不仅是满足老年人需求的重要举措,也是提升城市品质与竞争力的关键环节。

4 老龄化社区的适老化改造策略

4.1 完善基础设施与无障碍设施

完善基础设施与无障碍设施是老龄化社区适老化改造的首要任务,直接关系到老年人的生活安全与便捷。针对当前老龄化社区存在的设施老化、安全隐患突出、无障碍设施缺失等问题,需以系统性改造提升社区适老水平。在基础设施改造上,需对供水、供电、排水、燃气等管道设施进行全面更新。老旧供水管道易出现腐蚀、渗漏,不仅浪费水资源,还可能污染水质,应更换为耐腐蚀的新型管材;供电线路老化易引发短路火灾,需重新铺设符合现代用电负荷的线路,并加装智能电表与漏电保护装置。对于老旧楼房,重点排查墙体裂缝、

屋顶渗水等问题,采用加固墙体、防水涂层等技术进行修缮;针对频繁故障的电梯,更换为运行平稳、具备紧急呼叫功能的适老化电梯。按标准配置消防栓、灭火器等消防器材,清理楼道杂物,确保消防通道全天候畅通,定期开展消防演练,提升居民应急能力。在无障碍设施建设方面,从社区入口到公共空间进行全场景覆盖。在社区出入口、楼道、公共厕所设置宽度不低于1.2米的无障碍通道,安装防滑扶手与感应照明设备;对多层无电梯楼房,通过外挂式电梯或台阶改造,降低台阶高度至13厘米以下,增设休息平台。社区道路采用彩色防滑铺装,完善盲道系统,设置触感提示砖,确保盲道连续无中断;在公交站点与社区连接处,增设无障碍坡道与候车座椅,推动公交公司配置低底盘、带轮椅固定装置的无障碍公交车,让老年人出行全程无忧。

4.2 优化公共空间与活动设施

优化公共空间与活动设施是满足老年人活动需求的重要举措。首先,应合理规划社区公共空间,增加老年人活动场地的面积,改善公共空间的布局。清理被占用的公共空间,恢复其使用功能。在公共空间中设置足够的座椅、遮阳避雨设施,为老年人提供休息、交流的场所。同时对公共空间的地面进行防滑处理,确保老年人的行走安全。其次,加强康复健身场地和设施建设,根据老年人的身体特点和需求,设置适合老年人的康复健身器材,如漫步机、太极揉推器等,并配备专业的指导人员。另外,建设专门的老年活动中心、图书馆等文化设施,丰富老年人的精神文化生活。在老年活动中心内,设置棋牌室、舞蹈室、书画室等功能区,为老年人提供多样化的文化娱乐活动。

4.3 加强社区服务与养老资源配置

加强社区服务与养老资源配置是解决老龄化社区养老问题的关键。在社区服务方面,应引入专业的养老服务机构,培养和引进专业的养老服务人员,提高社区养老服务的质量和水平。建立完善的社区养老服务体系,提供生活照料、康复护理、医疗保健、精神慰藉等全方位的养老服务。加强对社区养老服务的监管,制定规范的服务标准,保障老年人的合法权益。在养老资源配置方面,应增加养老床位数量,尤其是护理型床位。鼓励社会资本参与养老机构建设,通过政策扶持、资金补贴

等方式,引导社会力量投资养老产业^[4]。优化养老资源的分布,在老龄化社区周边建设更多的养老机构和医疗设施,方便老年人就近养老和就医。建立养老服务信息平台,整合社区内的养老资源,为老年人提供便捷的养老服务信息查询和预约服务。

4.4 推动智慧养老与技术创新应用

推动智慧养老与技术创新应用是提升老龄化社区养老服务水平的重要手段。利用物联网、大数据、人工智能等技术,开发智慧养老产品和服务,如智能手环、远程医疗设备、智能家居系统等。通过智能手环,老年人可以实时监测自己的身体状况,如心率、血压等,并将数据传输给家人和医疗机构,实现远程健康管理。远程医疗设备可以让老年人在家中就能享受到专业的医疗诊断和治疗服务,减少就医成本和时间成本。智能家居系统可以实现家居设备的自动化控制,如自动开关灯、调节温度等,方便老年人的生活。建立智慧养老服务平台,整合社区内的养老服务资源,为老年人提供个性化、精准化的养老服务。通过智慧养老与技术创新应用,提高养老服务的效率和质量,满足老年人多样化的养老需求。

结束语

老龄化社区的适老化改造是应对人口老龄化、实现城市更新的关键路径。通过解决现存问题,落实各项改造策略,不仅能切实改善老年人的居住与生活环境,也有助于提升城市整体品质与竞争力。未来,需持续深化适老化改造研究与实践,结合新技术、新理念,探索更贴合老年人需求的改造模式,让城市发展更具温度与人文关怀。

参考文献

- [1]刁维,张俊峰.浅析朝鲜族养老型住宅需求及适老化改造策略研究[J].四川建材,2023,49(01):63-65.
- [2]黄春华,齐鹏,李莹.既有住宅建筑套内空间适老化改造设计策略[J].广西城镇建设,2022,(10):57-64.
- [3]张文阁,李兢兢,田永英.老旧小区适老化改造策略研究[J].建筑经济,2022,44(08):99-104.
- [4]张莉.城市更新中的老旧小区适老化改造[J].智能城市,2022,9(07):99-101.