

编者按

截至2023年底,全区有60周岁以上户籍老年人口110.6万人,占全区总人口的15.7%,较2022年增加了7万人。15分钟养老服务生活圈不断完善,持续进行居家适老化改造,跨城养老成为晚年生活新选择,一张免费的护理床撑起经济困难失能老人的安稳晚年……我区聚焦老年人新需求,不断提高养老服务供给质量。

今年6月,习近平总书记考察宁夏时指出,要加强普惠性、基础性、兜底性民生事业建设,着力解决人民群众急难愁盼问题,扎实推进各族人民共同富裕。

养老服务是民生工程,关系千家万户。宁夏持续推进养老服务体系建设,实现“从有到优”的新突破。

# 让幸福养老就在身边

——宁夏不断提高养老服务供给质量,满足老年群体高品质生活需求

## 家门口的食堂

### 老饭桌“升级”,安享幸福“食”光

本报记者 陈瑶 杨嘉琪 实习生 周泽莹

7月26日11时30分,在银川市金凤区长城花园社区日间照料中心一楼的社区食堂门口,小黑板上写着当天的午餐菜品:大盘鸡、麻婆豆腐、鱼香茄子……长城花园社区探索打造多方参与的新型社区食堂,让更多老年人能够安享幸福“食”光。

“社区食堂提供一日三餐,针对不同群体就餐需求提供相应餐食,比如适合老年人的绵软食品、低糖低油食品、粗粮食品;适合中、青年人的快餐、打包饭、小火锅,还提供特色小份菜、熟食、地方特色小吃等。”长城花园社区居委会副主任吴雪介绍,社区食堂实行阶梯价格,60岁以上居民及残

疾人、退役军人办理就餐卡可享受8折优惠,其他人群办理就餐卡可享受9折优惠。

每天,在长城花园社区食堂固定堂食的人有近300人。在社区食堂内,83岁的居民牛兰英正在挑选小碗菜:“走几步路就能吃上热乎、可口的饭菜,还有免费的西瓜、绿豆汤提供,饭菜价格也实惠,还能和老伙计们一起聊家常。”

同一时刻,银川市金凤区上海西路街道清水湾社区食堂也排起了队:独居的爷爷、牵着小孙女的奶奶、刚下班的工人……黄焖鸡、焖面、意面等丰富的菜色,兼顾不同年龄段人群的口味。

“我们将原有60平方米的‘老饭桌’改造升级为260平方米的社区食堂,并通过‘公益+低偿+市场’的运营模式,向辖区全龄人群开放。”清水湾社区书记吴海明告诉记者,社区食堂运营一年来,已辐射至周边20多个小区,日均高峰就餐人数达600余人,不仅解决了社区老年人用餐问题,还让忙碌的上班族、学生等群体都能享受到物美价廉的餐食。同时,针对高龄独居等因特殊情况无法来到社区食堂的老年人,社区还提供送餐上门、近距离照料等贴心服务。

近年来,银川市已经建成200多家社

## 送餐上门服务

### “搭伙”助餐,让老年人少跑路

本报记者 杨嘉琪 贺紫瑞

“秦阿姨,我们来给您送餐了。”7月29日11时30分,在银川市西夏区建工佳苑小区,北京西路街道育林巷社区的工作人员身穿“志愿服务队”红色马甲,戴着食品卫生帽,拎着保温桶,敲响了秦存英老人的家门。

打开餐盒,里面是精心搭配的一荤两素——大盘鸡、红烧茄子和酸辣土豆丝,工作人员又从保温桶里为秦阿姨盛上一

碗香菇鸡肉汤,秦阿姨感慨:“实惠又方便!助餐服务太贴心了。”

今年4月,为解决社区空巢、高龄、独居老人等特殊群体居家做饭难、吃饭难的问题,育林巷社区设置“邻里时光”助餐点,与距离1公里的机床厂社区幸福食堂“搭伙”进行资源共享,调动物业、社区志愿者等多方力量,组建了一支搭伙助餐服务队,每周一至周五为提前预订午餐的老

人提供上门送餐服务。

作为搭伙助餐服务队的一员,网格员谢雪岚在工作日雷打不动地取餐、送餐,和社区老人也熟络起来,每次送餐,老人们还要拉着她聊一会儿家常。她说:“现在年轻人上班都比较忙,跟老人们一起做顿饭的时间很少,助餐服务帮助老年人吃上新鲜热乎的饭菜,我们还能陪他们聊聊天,看到他们开心,我们也觉得满足。”

## 身边的“养老驿站”

### 提升服务功能,减轻家庭照护压力

本报记者 杨嘉琪 贺紫瑞

“我们老年舞蹈队的姐妹要演出啦。”家住银川市贺兰县银光村的王阿姨的微信朋友圈里,村民流行“晒午餐”“秀幸福”。

2022年2月,银光村日间照料中心和金贵老年大学合并,服务对象扩展为金贵镇所有六十岁以上老年人,重点服务高龄、空巢等老年群体。

8月2日,记者看到,来自银光村日间照料中心的老年舞蹈队队员正伴着音乐起舞。老年舞蹈队长路金伟说:“在这里能学跳舞唱歌,还有各种各样的文化活动,丰富了村里老年人的精神文化生活,

还提升了老年人的归属感、幸福感。”

平日里,老人们在日间照料中心还能吃到可口的饭菜。“我们每天的饭菜以口感松软、味道清淡为主,注重营养搭配,让老人吃得舒心,吃得健康。”德胜村日间照料中心负责人夏学玲说。

近年来,贺兰县针对城乡社区居民需求,探索盘活社区老年人日间照料中心资源,投入建设银光村、江南村等14家社区日间照料中心,打造老年人家门口的“养老驿站”。

对于有子女但不在身边、失去自理能

力,以及无人照料的老人,有何良策?

记者在银川市贺兰县第二敬老院护理病房看到,护理员马春霞正在为老人调整靠枕高度。今年66岁的刘炳老人,因病无法下地行走,老伴李爱琴也因脑梗卧床,两人完全失能。今年4月,刘炳和李爱琴一起入住贺兰县第二敬老院接受照护。“多亏了党和政府的好政策,让我和老伴能有人照顾,安心度过晚年时光。”刘炳说。

“我们为老人提供安全、良好、适用的照护,不仅让老人舒心,让家属安心,也让政府放心。”贺兰县第二敬老院办公室主任

## 适老化改造

### 精细呵护,提升居家养老品质

本报记者 杨淑琼 陈瑶 实习生 周泽莹

“党和政府的政策好,免费为我家安装了这么多方便老年人生活的设施,尤其是坐便器一侧的扶手和浴室防滑垫,特别实用!”8月8日,家住银川市兴庆区福嘉公寓的老人蔡晓兰说。

蔡晓兰因突发脑梗导致半身不遂。去年,在兴庆区民政部门支持下,为老人家中进行了相应的适老化改造,配备了扶手和呼叫器等设备。

“居家适老化改造是以满足老年人安全、便利、舒适、健康等需求为目的,根据实际需求,对其居家环境关键区域或部位进行适老化改造、智能化改造及老年用品配备。”兴庆区民政局负责人宋辉介绍,扶手

是居家适老化改造中最常见的改造项目,恰当地设置扶手能够帮助老人借力完成起身、如厕等,还能有效避免在遇到眩晕、腿脚乏力等紧急情况时摔倒。通过这些看起来不起眼的小改造,能有效增强老年人居家生活的安全性和便利性。

聚焦老年人现实需求,我区持续优政策、强投入、建机制,建立家庭养老床位适老化改造项目和智能化改造设备清单,按照“一户一策”改造提升方案进行安装改造,切实增强老年人居家生活的安全性、便利性和舒适性。

在石嘴山市大武口区民生小区居民朱焕老人家中,记者看到,屋内不仅配置

了助力扶手、门磁开关、防压疮床垫等适老化产品,甚至厨房台面的高度,都是为老人量身定制的。

“在改造时,我们会先在系统中对老人进行综合能力评估,根据每个老年人的身体状况及需求,制定出不同的适老化改造方案,安装相适宜的产品。”石嘴山市青岛颐居养老服务有限公司助老员黄福梅说,日常工作中,助老员还会为有需求的老人提供清扫、助浴、洗头居家养老服务,让老人居家养老时不仅更安全便捷,也更加舒心暖心。

“这个‘小电话’我随身带着,假如摔倒了,一按,就有人知道了。”朱焕向记者

## “候鸟式”养老兴起

### 我区探索“旅居+养老”新模式

本报记者 何耐江

“这个暑期我一直待在固原,享受这里气温18度的夏天,我还在养护院结识了很多朋友,大家一起唱歌、打乒乓球,过得很舒心,这里真是一个特别适合老年人朋友居住养老的地方。”日前,来自外省的旅居老人张先生对固原的养老环境连连称赞。

“这里夏季凉爽,还有丰富的红色旅游资源,来旅居的老人们生活在一起,宛如多年好友。养护院里健全的适老生活设施、娱乐设施,让来自全国各地的老人

们感到舒心和快乐。”老人们纷纷表示。如今,旅居养老逐渐成为不少老年人的全新养老选择。这些老年人对生活品质有着更高的追求,他们从外地来宁夏追寻心中的“诗与远方”,享受充满乐趣的晚年生活。

“宁夏地处祖国西北腹地,温带大陆性气候形成宜居条件,‘星星的故乡’等独特的文旅IP切实增强来宁意愿,‘鱼米之乡,塞上江南’的特色更适宜老年人旅居。”自治区民政厅相关负责人表示。

走进中卫市康养中心的“开心农场”,西红柿、黄瓜和人参果等各类瓜果蔬菜长势喜人,前来旅居养老的老人们在这里享受着田园生活。“中卫是一座与沙漠为邻的城市,让我们感受深刻,大漠、黄河、高山、绿洲和谐共融的美景,让大家尽情享受悠闲慢生活。”老人们纷纷表示。

近年来,宁夏将旅居养老作为推进健康养老产业发展、满足老年群体高品质生活需求的重要抓手,探索创新“旅居+养老”新模式,联合广东、山西、云南、福建等

区食堂(老年助餐

点),培育养老助餐服务品牌。聚焦老年人所需所盼,不断提升和完善社区生活空间,打造更为丰富的服务场景,以免费或低于市场价的方式为老年人提供“就地、就近、就熟、就便”的服务,让社区食堂不仅仅是就餐的场所,更成为社区睦邻的重要载体。

育林巷社区共有6个小区,近1万人居住。片区大、人口多,育林巷社区党委书记路红一开始也有过开设社区食堂的想法,然而社区食堂的选址又是个大难题。“有的小区老年人如果走到社区助餐点集中用餐,走路得用半个小时,这不符合老年人实际,我们就想出来了‘搭伙助餐’的办法,满足老年人和14岁以下的青少年的用餐需求,让他们能够吃得饱、吃得好,也让年轻人少一些后顾之忧。下一步,我们也会探索‘共享儿女’邻里互助模式等为老服务模式,调动更多人关爱老人,更及时地帮助老人解决生活中遇到的困难,精细化做好社区服务。”路红让说。

任王巧玉说,敬老院为每位老年人建立了健康档案,从生活护理、健康管理、膳食服务、文化娱乐等方面进行全方位护理。

贺兰县民政局副局长张喻花介绍,围绕老年人养老的堵点、痛点,政府鼓励引导专业养老服务机构依托社区向老年人提供集中照护服务。“通过集中照护服务,我们希望实现‘供养一人、解困一家’的目标,以提升养老机构的照护服务功能来减轻家庭的照护压力,提升老年人的生活品质。”

截至目前,我区已累计摸排经济困难失能、半失能老人6764人,累计试住187人,首批经过评估确定完全失能、有意愿且入住实际机构的76人,提出入住申请待评估42人。

展示随身携带的紧急呼叫器。如今,不少失能、半失能及重度残疾老年人都可以通过智能化设备链接养老服务资源。当老人遇到紧急情况,摁下呼叫器后,家里的报警器与服务器相连,便会立即通知相关工作人员,值班人员接到报警后,会在黄金时间内进行处置和回访。

“我们不仅会对困难老人家庭进行改造,也会对小区楼梯坡道、路面等室外环境进行适老化改造,进一步扩大居家和社区基本养老服务的供给。”石嘴山市大武口区人民路街道民生社区党支部书记沈玲玲说。

近年来,为更好满足失能、半失能及重度残疾老年人居家养老的需求,我区坚持补短板、强弱项、提质量,按照“一户一策”的方式,变“人找服务”为“服务找人”,扎实推进困难老年人家庭适老化改造工作。目前,已实施万余户困难老人居家适老化改造,提前2年超额完成“十四五”规划任务。

省区签署旅居养老合作框架协议,启动赴闽旅居养老体验“首发团”,加快推进协议省区“候鸟式”互动旅居养老。

“近年来,我区大力发展区内外‘候鸟式’旅居养老产业,逐步形成多元化、多业态的养老产业发展新格局。民政部门不断深化旅居养老合作,深度挖掘宁夏特色,推动旅居养老向产业化、特色化、品牌化迈进,促进全区养老事业高质量发展。”自治区民政厅相关负责人表示。



“塞上湖城”,为“候鸟式”养老提供舒适体验。  
本报记者 何耐江 摄

## 短评

让夕阳更红,晚年更美,是家事,也是国事。

当前,老龄化进程逐年加快。聚焦老年人新需求、回应现实关切,使他们老有所享、老有所乐,正成为全社会高度关注的话题。养老事业发展,对宁夏而言,该如何发力?

服务保障好老年人的生活,需要的是精耕细作,推动养老服务体系实现“从有到优”的新突破。要深入调研、摸清家底,找准问题,做好养老体系建设等重点领域改革工作,坚持老年人关心什么,就解决什么。在居家养老方面,打造供给多元、配套完善、全域覆盖的“一站式”养老服务平台,激发社会力量参与养老服务积极性,提高养老服务供给质量。在适老化改造方面,注重统筹城市老旧小区改造、无障碍设施环境建设等方面工作。在智慧养老方面,用好宁夏养老服务博览会平台,加强产品创新、服务创新和模式创新,充分发挥各类经营主体和社会组织作用,着力打造智慧健康养老新业态。

养老服务,是服务上的多方发力,也是情感上的双向奔赴。各级领导干部要用情用心用力做好养老事业,持续紧盯特殊困难群体、基层保障基础、机构安全监管等具体工作精耕细作,努力让老年人的获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。

期待各方从老年人所需所盼出发,合力破解银发经济堵点痛点,推动“养老”向“享老”转变,让老年人乐享幸福生活。

## 精耕细作,协力绘就「养老」变「享老」的实景图

本报记者 姜璐 实习生 李果阳



朱焕(右)老人家中配置了手动轮椅、防压疮床垫、紧急呼叫器等适老化产品。  
本报记者 杨淑琼 陈瑶 实习生 周泽莹 摄



贺兰县银光村老年舞蹈队成员在排练演出。  
本报记者 杨嘉琪 贺紫瑞 摄