

分钟城系列专题之——老年社区生活圈

打造老年友好社区生活圈，提升社区居家养老幸福感

近年来，自家门口和近邻的社区空间成为全球城市居住者和规划者的关注热点。贝壳研究院提出“分钟城”概念，即以家为中心，在适合城市的步行时长范围内，满足人们日常生活一切之需，强调人们对于城市美好居住生活的可获得感，研究“人”的生活状态及由此引起的生活圈互动需求，努力完善需求满足。

对于老年群体而言，他们的生活与社区的联系更加紧密。根据第七次全国人口普查数据，2020年我国65岁及以上老年人口数量达到1.91亿人，相较2010年增长60.3%，且规模增速远远超过总人口数变化，人口老龄化持续加深背景下老年人养老居住问题备受关注。在目前社区内居家养老作为主流养老方式的环境下，社区硬性配套建设、软性配套服务的完善，是构筑居家养老体系的重要环节。然而当前老年人居住环境的适老能力、社区对居家养老的服务支撑能力都还比较弱。

作为“分钟城”的系列研究之一，本篇文章通过调研和数据分析对老年群体的社区活动特征与配套需求、社区生活圈配套现状展开描述，并提出策略建议，共同推动老年友好社区生活圈建设来提升老年群体的居住生活品质和幸福感。

01 老年人社区活动特征与配套需求：就医、锻炼、买菜等基本需求高

户外锻炼、坐着聊天和买菜购物是老年人日常在社区的高频活动。老年人由于身体机能老化、活动能力与活动范围受限，对于社区内部和周边的环境、设施配套需求更加突出。调研显示，老年人出行频率并不低，近8成受访者在社区内或附近活动的频率为一天一次或一天多次。老年人对公共服务设施有多元化需求，户外活动占比最高，69.4%的老年群体曾在社区及附近散步或户外锻炼；其次是休闲娱乐活动，47.4%的老年人偏好社区公共公共场合坐着聊天，打牌下棋和遛狗遛鸟也是时常从事的活动；再次是生活物料采买活动，44%的老年人经常有买菜等购物行为；老年人自我提升与社会参与类活动较少，包括去老年活动室读书、参加志愿活动或慈善活动、参加老年教育课程培训等。这也说明老年人比较注重户外锻炼与休闲娱乐等活动，能够增强自身健康体质与丰富精神生活。

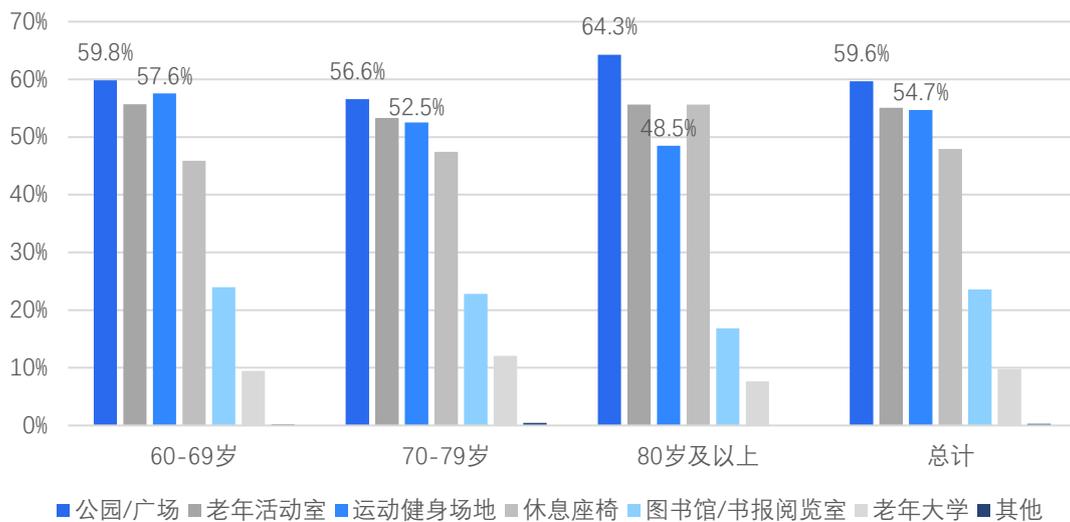
图：老年人高频社区日常活动



数据来源：贝壳研究院调研整理

公园/广场成老年人首要日常活动配套需求。不同年龄段群体经常从事的日常活动略有不同，相应对社区及周边配套设施的需求亦有差异。60-69岁、70-79岁低龄老年人更偏好散步或户外锻炼、打牌下棋、遛狗遛鸟等活动，相比之下对运动健身场地的需求度高于80岁及以上的高龄老年人；高龄老年人因身体机能弱化严重，更倾向于坐着聊天，相比之下对公园/广场、老年活动室、休息座椅的需求度高于低龄老年人。

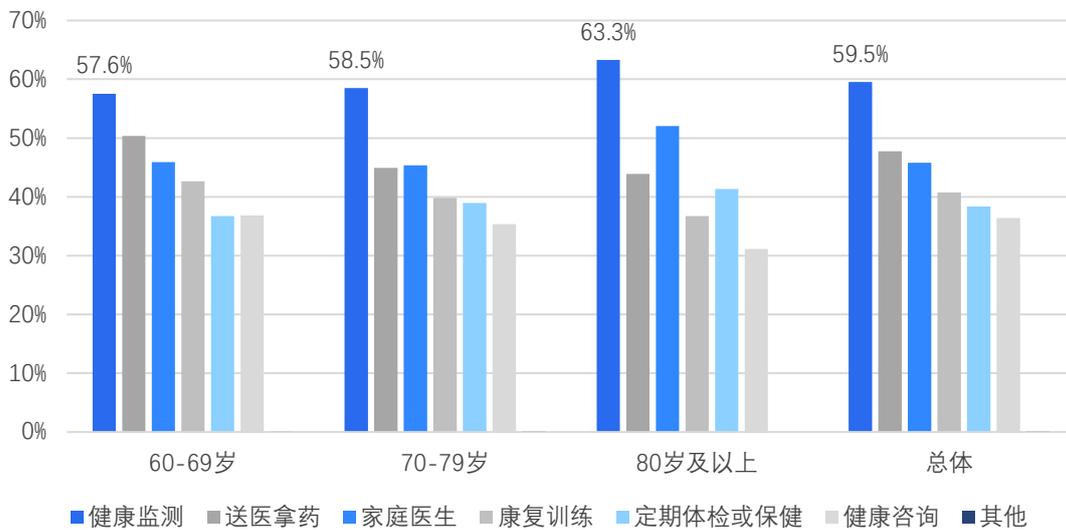
图：老年人社区日常活动配套需求



数据来源：贝壳研究院调研整理

注重医疗环境便捷性，健康监测和送医拿药需求较高。相较于年轻群体，老年人的就医频率更高，尤其是患有慢性病的老年人更需要便捷、完善的医疗健康服务。调查数据显示，老年人对社区医疗服务项目的需求强烈，健康监测（59.5%）是各年龄段老年群体最希望配置的社区医疗服务项目，其次是送医拿药（47.7%）和家庭医生（45.8%）。分人群看，80岁及以上高龄老年人对健康监测、家庭医生、定期体检或保健的需求度明显高于低龄老年群体；60-69岁、70-79岁老年人对送医拿药、康复训练、健康咨询的需求度高于高龄老年人。

图：老年人社区医疗服务项目需求



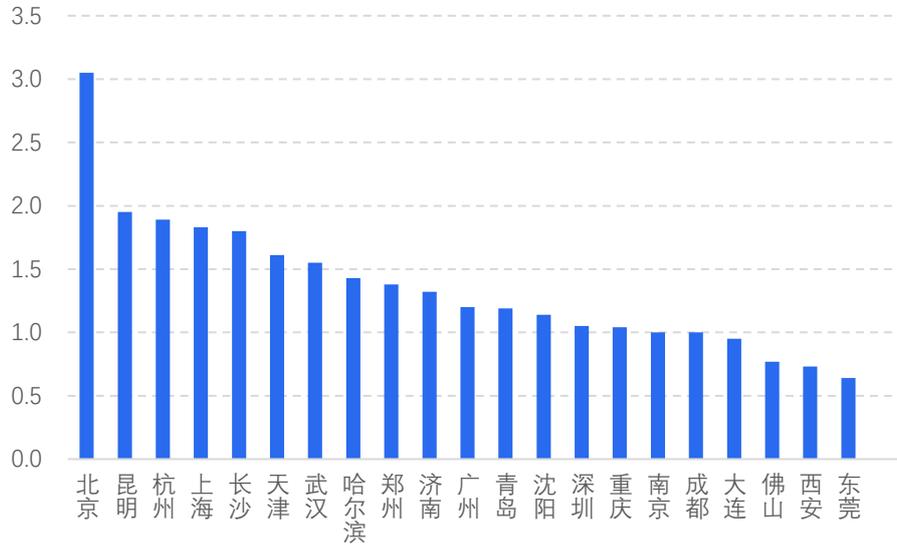
数据来源：贝壳研究院调研整理

02 老年人社区生活圈配套现状：配套资源空间分布不均

医疗配套：北京、昆明、长沙社区医院一公里覆盖率达80%以上。近两年来，国家卫生健康委全面推进社区医院建设，通过分级诊疗使医疗资源下沉社区，成为居家社区养老服务体系的重要一环。在基于第七次全国人口普查数据公布的21个超大和特大城市（以下简称“21城”）中：从分位数情况看，半数以上社区在半径一公里范围内至少有一家社区医院，其中北京、昆明、长沙八成以上社区至少有一家；从均值情况看，平均每个社区周围一公里的社区医院数量，北京最高，有3.05个，昆明、杭州、上海、长沙、天津、武汉等城市有1.5-2个，大连、佛山、西安、东莞等地不足1个。在城市内部，社区医院主要集中在城市中心区，某些区域几乎每个社区都配有一个社区医院，加上社

区密度大，一些社区半径一公里范围内有十个以上社区医院，而一些城市边缘社区距离最近的社区医院也远超出步行 15 分钟可达的范围。

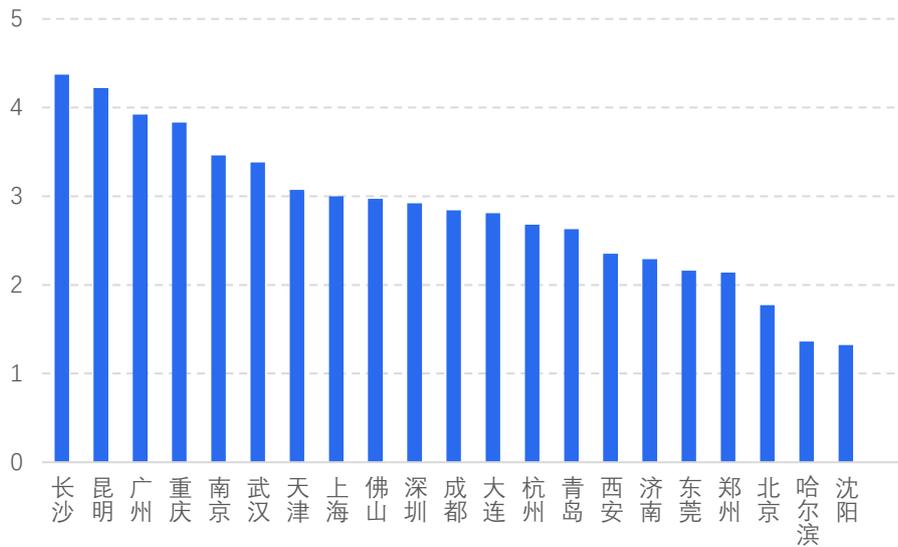
图：超大、特大城市社区半径一公里范围内社区医院平均数量（个）



数据来源：贝壳研究院

商业配套：长沙、昆明九成以上社区实现一公里内买菜自由。菜市场不仅是老年人生活物料的主要来源，还是老年人社会交往的重要场所之一。21 城中有 18 座城市 75% 以上的社区一公里范围内有菜市场，平均来看每个社区周围一公里有 2 个以上。长沙和昆明九成以上社区一公里范围内可达菜市场，全市平均每个社区周边有 4 个，居于 21 城中的一、二位。沈阳、哈尔滨、北京在 21 城中菜市场的覆盖率稍低，但半数以上社区实现了菜市场一公里覆盖，平均每个社区周边的菜市场也大于 1 个。针对菜市场环境嘈杂卫生落后的现状，很多传统农贸市场正在经历标准化、智能化的改造，生鲜超市、智慧菜场等新型市场使老年人享受现代化的配套体验。

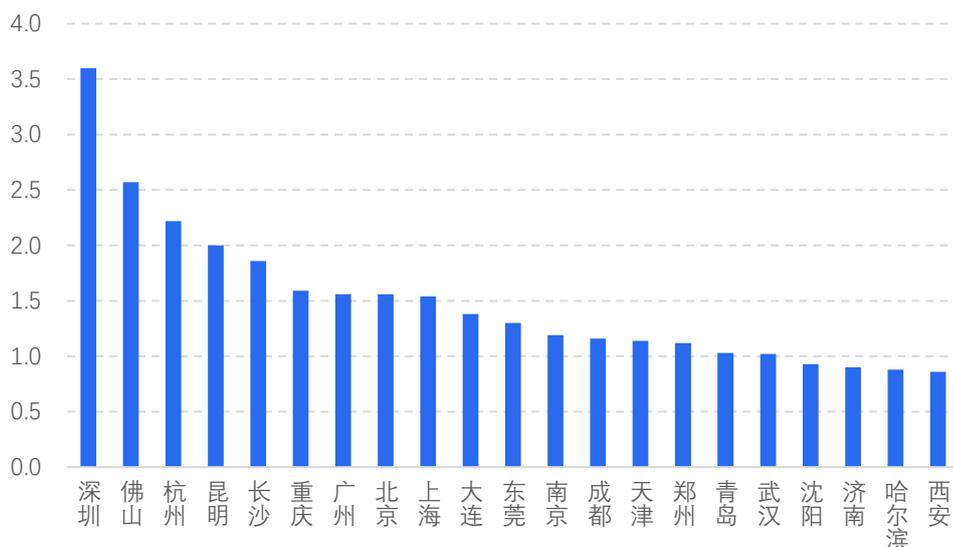
图：超大、特大城市社区半径一公里范围内菜市场平均数量（个）



数据来源：贝壳研究院

休闲配套：深圳 90%以上社区出家门一公里范围内有公园。社区周边环境影响老年居住幸福感，公园可以起到净化空气、隔离噪音的效果，还能为老年人提供自然的休闲活动场所。21 城中总体上南方城市的公园覆盖率优于北方城市，北方城市中公园的社区可达情况较好的是北京和大连。据国家统计局年度数据，广东省以近 4000 个公园总数几年来一直居于全国首位，具体到社区可达层面，深圳和佛山分别以一公里范围内平均 3.6 和 2.6 个公园处于领先，广州和东莞也处于 21 城的中上游水平。公园也存在着空间分布不均的情况，21 城中的多数城市有四分之一的社区在半径一公里范围内没有公园。而深圳 90%以上的社区出家门一公里范围内有公园，其中社区公园占公园总数的 34%，相比于城市公园，社区公园能够满足老年人的基本需求，更贴近老年人的生活。

图：超大、特大城市社区半径一公里范围内公园平均数量（个）



数据来源：贝壳研究院

03 打造老年友好社区生活圈：配套设施适老化建设

社区作为老年群体居家养老的重要载体，需要高度优化与整合社区生活圈范围内的助老资源。逐步完善老年社区生活圈范围内的配套设施建设，基于老年群体对户外散步、体育锻炼、休闲娱乐活动的高频需求，在社区内部或周边增设公园/广场、健身场地、休息座椅等适合老年人的配套设施，为老年群体创造适于居家养老、户外活动的空间场所与环境。同时，加强社区内外部公共空间或设施的无障碍改造，对照明设施、监控与求助设备、出入口坡道扶手、出行道路等进行必要的优化，为老年人营造便捷安全的出行环境。老年友好社区生活圈建设应当遵循适度适老原则，充分考虑到社区内部不同年龄段人群居住需求的差异性与兼容性，构造能够适应住区全龄化的公共服务设施布局。