宁波日报 NINGBO DAILY

从“养老”到“享老”

宁波15个社区（村）凭什么跻身全国示范？



金桥社区为高龄老人举办集体生日宴，老人们欢聚一堂。

老年友好，家门口见！

最新一批全国示范性老年友好型社区名单日前出炉，宁波15个社区（村）上榜。

这份荣誉背后，是一套涵盖居住环境、出行设施、公共服务、社会参与、孝亲敬老、数字赋能、管理保障等多维度的评价体系。从社区生态环境建设到居家适老化改造，从社区养老服务到开展“银龄行动”，每一项都指向老年人日常生活中的具体所需。

宁波已步入中度老龄化社会。15个社区（村）的入选，不仅是一份荣誉，也引出一份思考：当“养老”走向“享老”，社区这个社会治理的基础单元，如何让“友好”更好落地？

记者 **王佳** 实习生 **叶涛** 通讯员 **甬珉宣**
照片由民政部门及相关社区（村）提供



峰南社区“6080”帮帮团互助结对仪式。

从“底线”到“品质”

把安全和服务送到老人身边

在北仑区郭巨街道峰南社区，胡正德老人家门口有一把旧矮凳，是送餐志愿者最熟悉的物件。每到饭点，这位九旬老人会打开家门，坐在那儿静待送餐的人。前来的，有网格员，也有“XIN管家”和“6080帮帮团”的志愿者。

饭菜送到了，志愿者们会多留一会儿，看看老人吃得怎么样。有一次，志愿者像往常一样领着热腾腾的饭盒上门，发现桌上留着小半碗剩饭已微微发酸。老人低下头，呢喃道：“扔了可惜，我吃得少，还能吃几餐。”

没有责备，没有说教，志愿者默默帮老人处理剩饭，又帮着老人摆好碗筷、热饭热菜，陪着他慢慢吃、慢慢聊，问问身体、说说家常，听他讲过去的故事，听他讲菜园里的细碎日常。

一顿饭的背后，是峰南社区一套邻里互助机制在运转。社区依托邻里互助模式打造“没有围墙的养老院”，用资源、需求、服务三张清单实现精准对接。邻里能人、医护站点、共建单位等资源汇聚一处，网格员逐户走访摸清高龄、独居老人的需求，以无偿普惠、低偿补充、有偿个性化三类服务适配老人不同实际。

“我们是助浴师，来帮您洗澡！”在宁海县跃龙街道塔山社区，79岁的王奶奶又听到熟悉的声音。老人长年卧床，虽有家属照护，但洗浴难题始终困扰全家：怕滑倒，且因缺乏专业洗护技巧，老人的皮肤开始出现状况。

宁波“益年养老”提供的专业助浴服务，解了这一家子的难题。3人团队中，医生为老人测血压、查血氧，检查皮肤状况；助浴师熟练地排查环境易滑隐患；护理员快速组装充气式浴槽和恒温加热器。三人配合默契，轻柔地为老人转移、洗浴，涂抹润肤露，再做舒缓按摩。

这样的上门服务，源于塔山社区三年前试水推出的“养老合伙人”机制。社区腾出宝贵的场地资源，以“空间换服务”模式，围绕社区内有特殊需求或共同需求较为强烈的事项，招引各方“合伙人”。“益年养老”这样的企业、宁海县第二医院等公共服务机构，以及众多社会组织、热心居民等多元主体陆续加入，推出健康筛查、上门助医、文娱活动等30余项养老服务，融进老人日常生活的方方面面。

在江北区庄桥街道天沁社区，网格员走访发现，小区店面多集中在南侧，住在最北侧楼栋的老人步行到南门外要近5分钟，一来一回不便。不少老人反映：买早餐不方便，想买手工包子、花卷也不好找。

社区党委牵头，引入第三方养老机构浙江“新日月”居家养老服务部承接早餐服务。该项目属面向老年群体的公益性服务。

早餐供应点设在小区中庭的社区居家养老服务中心，老人买早餐的路程比原来缩短了一半，也避开了早间的人流和车流。中心里一张大餐桌、二十多把椅子，老人买了早餐可坐下来慢慢吃，不会淋雨受寒。包子面皮松软、馅料切得细，口味偏清淡，适合老年人。



鸣山社区健康义诊现场。

无独有偶。一次走访中，慈溪市浒山街道鸣山社区网格员胡雪丹被一位老人拉住，问起白内障检查去哪儿做合适。她随即在片区内挨家走访，发现有相同需求的老人不在少数，便与鸣山社区民生服务综合体的工作人员一起对接资源，专门为辖区老年人开展了眼底筛查公益服务。

为实现服务精准化，鸣山社区民生服务综合体专门制定了《群众服务需求采集办法》，通过常态化走访、线上问卷调研、路边议事交流等多元形式，收集梳理群众的操心事、烦心事，形成专属需求清单，精准对接资源，靶向开展服务。比如面向老年人，常态化开展中医理疗、阿尔茨海默病早期筛查等健康服务。

高新区新明街道滨江社区创新推出“四色服务卡”，按照年龄、健康状况、居住情况，将辖区老人划分为绿、黄、橙、红四个层级，服务内容逐级叠加、资源按需滴灌。

高龄独居老人胡奶奶，是红卡服务对象，一次因操作失误报了线上声乐课并付款4000余元，申请退款时遭平台推诿，网格员及时疏导情绪，全程跟进，对接平台并联动消保委调解，为老人追回全部款项。

在象山县泗洲头镇墩岙村，卫生服务站、健康小屋、老年活动中心、灵南敬老院和居家养老服务中心等设施一应俱全，乡村老人就近就能就医问诊、休闲康乐。

从“被照顾”到“被需要”

让银发力量嵌入社区肌理

要老有所养、老有所乐，也要老有所为。

让老人从“被照顾”走向“被需要”，光有热心不够，得有舞台。在浓厚的孝老敬老氛围中，近年来，依托“银龄行动”等载体，社区和乡村搭台，把有意愿、有专长的老年人组织起来，参与基层治理、公益慈善、邻里互助，越来越多老年人发光发热。

每到周一，陈平儿的孙女就会提醒她：“奶奶，您明天要去值班啦。”让71岁的陈平儿惦记着去“上班”的，是海曙区南门街道万安社区的“乐活老闺蜜”咖啡馆。

咖啡馆招募志愿者时，她和住在对面楼的邻居卢秀兰一起报了名，两个人都想学点新东西。刚“入职”时顾客一多就紧张，拉花做不好，就用牙签手工雕琢。为了提高技术，她们自己在家用洗洁精代替，反复练习打泡与拉花。面对扫码支付等电子设备，她们也从一头雾水练到驾轻就熟，后来连咖啡机的保养都能自己做了。这份固定的“值班”，让她们退休后的日子多了些忙碌，也多了些新朋友。

在海曙区集士港镇井亭社区，小亭公益食堂把78岁的“倪阿哥”陈正火与许多老邻居联系在了一起。

担任社区老年协会会长后，他发现一些高龄、独居老人吃饭常常凑合，便找社区商量，对接供餐资源，和大家一起张罗起食堂。食堂交由第三方运营，他仍主动来帮忙。

食堂之外，陈正火操心的事还有不少。小区刚开始收停车费时，一些居民不习惯，常因两元钱在出口僵持不下。陈正火便和老年协会成员换来两大袋一元硬币，分别守在两个出入口。遇到不愿交费的居民，他一边耐心劝说，一边先替对方垫上，让车先过。垫得多了，居民看着老人替自己掏钱，反倒有些过意不去，渐渐开始主动交费。半个月下来，堵在出口的这件烦心事，慢慢化解了。

每月1日，余姚市凤山街道东江社区，银辉志愿者裘秀菊都会带着退休医护人员支起义诊摊，每月9日，再走进小区巡回义诊，量血压、测血糖、解读体检报告，同时开展心理疏导。有一回义诊，团队排查出一位老人血压异常高危，赶紧提醒送医，及时化解了危险。至今团队已累计义诊360余次，开展健康讲座58次。

象山县西周镇儒雅洋村，老人杨金法把子女平日给的钱攒了多年，凑出11万余元，委托镇慈善分会，给村里600余名60岁以上老人置办春节礼包，包含了米、油等生活物资。

舞台如何搭？社区和乡村的做法，归结起来有几条：给“岗位”、建队伍、链资源。

给“岗位”。邀请老人监督村务、财务，担任村环境监督员；社区图书室安排退休居民值班，帮着办理图书借还、参与日常管理；修缮古建筑时，请掌握砖作、木作、瓦作等传统技艺的老工匠参与，让老手艺继续发光发热。

建队伍。社区和乡村按老人的兴趣和专长，把大家组织到文体、志愿、公益等团队中，开展理发、修补、义诊、精神慰藉、慰问演出、代购代办、纠纷调解等服务。同时通过培训赋能、建立激励机制，让更多老人想参与、能上手，把一时的热心变成长久的热情。

链资源。社区和乡村把辖区内的场地和师资整合起来，开办“家门口的老年大学”；依托假日学校等平台，邀请有医疗、教学经验的长者来授课；链接企业、银行、商户等社会力量参与，让老人参与的公益项目有稳定支持。还有社区把闲置地块用来建设共享农场，请农业技术推广站等团队提供种植培训，指导老人管护作物。



东江社区乐龄学堂里，老人们提笔伏案，专注书写。

从“达标”到“长效”

用制度和技术托住“可持续友好”

数字助老，落到老人家中是什么样？

在鄞州区潘火街道金桥花园社区，张凤娣老人煮着菜去看电视，忘了灶上还开着火。锅烧干后冒出烟，触发了家里的烟感报警器，物业监控室随即响起警报。网格员收到预警，第一时间赶到老人家中，关闭气源、开窗通风。

张凤娣和社区老人家中的烟感报警器，都接入了社区治理平台，和燃气报警器、一键报警装置一起，社区能及时留意老人家里的情况。设备发出预警时，具体地址也会一并上传到网格员手机上。社区还按网格为重点家庭明确了上门照应的负责人，报警信息发出后，能及时找到接手的人。



井亭社区每月开展便民理发服务。

“用电曲线异常，请关注。”一个冬日的早上，鄞州区湾底村党委书记收到“乡村大脑”的短信提醒，立即赶往独居老人桑奶奶家。往常，她每天早上6点左右起床做饭，中午睡会儿午觉，冬天开空调，晚上看电视，一个月下来用电特征基本“持平”。当天，系统监测到她家用电曲线与平日明显不同，村党委书记和供电公司社区经理上门一看，所幸是虚惊一场——原来是当天降温又下雨，桑奶奶多睡了一会儿。

“乡村大脑”是国网宁波市鄞州区供电公司和湾底村于2021年共同打造的能源大数据智慧系统。村里独居老人都升级了非接入式电表，用电数据接入“乡村大脑”。系统24小时监测、分析老人家里的用电情况，会及时把异常信息推送给家人和村委会。

镇海区庄市街道勤勇村给高龄、独居、失能老人家里装上智能监测设备，实时监测心率、定位、自来水使用等数据；建立24小时应急响应机制，紧急情况5分钟内响应。

江北区文教街道大闸社区独居老人潘奶奶，过去吃饭常常凑合。如今，社区“甜蜜蜜营养加油站”每天为她送去一份营养餐，紫薯、鸡蛋、时令茶饮等换着来，还邀她参加食养茶空间的趣味活动，与老伙伴们见面聊天。

为了让这样的服务可持续，大闸社区推出宁波首个社区慈善信托，将企业捐赠、义卖收益等多元资金纳入统一管理，确保项目资金充足；引入“红色合伙人”精心打造甜蜜蜜食养茶空间，定期推出公益助老活动，以“公益+低偿”的创新经营模式运作。社区还联合专业养老服务机构，引入智慧化服务平台，为每位受助老人建立“三色”电子健康档案，详细记录饮食偏好、营养摄入、健康状况等信息，方便随时调整服务方案。

奉化区萧王庙街道滕头村把养老产业与生态产业、文旅产业结合，开发康养旅居项目，反哺养老事业；从村集体收入中划拨固定比例用于养老服务；引入企业赞助、公益捐赠，探索“公建民营”“民办公助”等合作模式。村里还成立了农村老年基金，专项用于保障老年人生活。

为老服务没有终点。15个社区（村）把一件件小事办到了老人心坎上，让“养老”二字有了“享老”的成色，让“老龄”岁月活出“乐龄”的精气神。未来，这样的“老年友好”场景会越来越多，更多老年人在家门口就能遇见。