

# 足不出户，享受养老服务

当前，社区养老已成为很多老年人的养老新选择。在政府引导、市场主导、需求带动下，社区养老正成为我国广覆盖、高质量、可持续养老服务体系的重要组成部分。

## 优势多 比传统的在家养老多了更加优质的养老服务，相比机构养老又具有居家的优势

“以前真不敢想，在家也能享受到这么好的养老服务。”今年69岁的北京朝阳区劲松北二区居民潘继红说。潘继红的老伴行动不便，患有多种老年疾病，需要长期服药。

“我每个月要带他到三家不同的医院，有4种药要取，每个月我们都要计划一下，哪天去哪个医院，早上几点出门，真是很麻烦。”潘继红说。她和老伴每次去医院，往往一去就一整天，排队、挂号、就诊、缴费、取药，她的腰椎又不好，每次从医院回来，人都累得够呛。

去年年底她在家中照顾老伴时，不慎将腰部摔伤，需要卧床休息。去医院给老伴开药该怎么办？潘继红一下子愁坏了。

“左右为难时，物业主动找上门来。”潘继红

说。今年2月，劲松北社区和北京愿景和家生活科技集团携手建立“物业+养老”服务建档。社区“为老服务领事”闫磊在上门收集老年居民的基础信息时，了解到潘继红的具体困难。

针对潘继红的情况，社区物业对接了有医保资质的互联网医院，帮助她办理了网络续方开药、送药上门服务，现在她老伴的4种药都可以通过网络代开来解决，这种方式一下解决了潘继红的开药难题。

“十四五”规划纲要提出，大力发展普惠型养老服务，支持家庭承担养老功能，构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系。在政府引导、市场主导、需求带动下，社区养老正成为我国广覆盖、高质量、可

持续养老服务体系的重要组成部分。

北京愿景和家生活科技集团相关负责人介绍，社区养老是指以家庭为中心，以社区为依托，以老年人日间照料、生活护理、家政服务和精神慰藉为主要内容，以上门服务和社区日托为主要形式，并引入养老机构专业化服务方式的居家养老服务体系。

和其他养老方式不同，社区养老的特点在于老人住在自己家里，在得到家人照顾的同时，由社区的有关服务机构和人员为老人提供上门服务或托老服务。相比传统的在家养老，社区养老多了更加优质的养老服务；而相比机构养老，社区养老又具有居家的优势。

## 内涵广 从衣食住行到文化娱乐，都是社区养老服务需要覆盖的范围

“没想到自己能康复这么快，多亏了人家专业的康复护理。”说起自己走下病床、逐渐康复的经历，今年82岁的北京外交部街社区居民张大爷对社区居家养老机构的服务竖起了大拇指。

去年，张大爷由于身体不适，在医院做了手术。出院康复的过程中，一直由老伴照顾。由于老伴年事已高，体力和精力明显不够，张大爷在家休养的过程中身体恢复进度不理想，还患上了褥疮。

了解到张大爷的情况后，大家保险外交部街护理站主动上门评估，并根据张大爷的实际情况，制定了短期（1至3个月）和长期（4至10个月）两种照护方案。在短期照护中，通过专业的日常护理让张大爷的褥疮明显改善

进而达到治愈状态，并通过专业的康复训练让张大爷使用轮椅不断扩大日常活动范围，增强老人的信心。在长期照护方案中，结合张大爷喜欢的乒乓球运动，逐步锻炼手部力量，进一步增强生活自理能力。

大家保险相关负责人表示，从供给侧来看，社区养老以上门服务和社区日托为主要形式，兼具一定的养老机构专业化服务特性，可以进一步丰富和完善我国多层次的养老服务体系；从需求侧来看，满足居家需求，兼顾照护需要，将有效地覆盖介于单纯家庭照顾和机构养老之间的广大老龄群体多样化养老服务需求。

老人对高品质生活的向往，往往不会随着年龄的增长而减少，社区养老必须聚焦服

务老人的高品质生活。从物质生活层面的衣食住行，到精神生活层面的文化娱乐，都是社区养老服务需要覆盖的范围。

要实现社区养老服务大规模发展，离不开社区软硬件设施的完善。让老人安心居家养老，首先要提升硬件方面下功夫，完善社区养老配套设施，包括设立家政、医疗、文体等多功能服务中心。在这个过程中，要统筹考虑老年人的基本生活需求和精神文化需求，用好智能家居、5G、远程医疗等新技术。

“现在每天的生活，真是有温度也有质量。”张大爷感慨地说，这次他感受到了专业养老服务的优势。以后他生活的方方面面，都可以在专业机构的帮助下，变得更有质量。“老年人过上高品质生活更有盼头了。”

## 空间大 老旧小区改造为社区养老带来了新的发展机遇

“以前谁能想到，老人在自己的社区里就能参加智能手机培训班，就能上老年手工课。”山东济宁市任城区皇营康桥华居小区居民胡稳平，对小区的适老化升级改造很是满意。

走进皇营康桥华居社区，中心广场上不少老年人正在锻炼，不时传来阵阵欢声笑语。“这里以前是一片空地，没有利用起来。现在，有了中心广场，小区里的老人再也不用为锻炼场所发愁了。”胡稳平说，每月28日为便民活动日，小区还会在中心广场举办义诊、义剪活动，给社区老人提供贴心的服务。

再往里走，会看到一座黄色外观、装饰时尚的建筑，门口“乐善会客厅”五个大字颇为显眼。胡稳平说，在乐善会客厅，每周都会举办社区养老活动，例如老年智能手机培训班、

老年手工活动、健康讲座等。其中，老年智能手机培训班的活动已开展3期，帮助老年人丰富晚年时光，满足老年人的情感、交往等需求。

“让我印象最深刻的就是老年智能手机培训班，老师们对老年人很有耐心，教我们很多使用手机的方法。以前，看到别人扫码支付、手机打车很羡慕，现在我也能带个手机就出门了！”胡稳平说。

记者在采访中发现，老年居民比例较高的社区，往往是老旧小区，而且这些老人对于社区生活的依赖程度非常高。以劲松北社区为例，60岁以上老人占常住居民总人数的41%，空巢和独居老人的比例也非常高，儿女多数不在身边。老旧小区存在房屋老化、未安装电梯、缺乏养老服务、没有物业管理等问题，给老年人的生活带来不便。

当前，各地不断加大老旧小区改造力度，为社区养老带来新的发展机遇。在推动社区养老服务设施建设方面，既要做好原有社区的升级改造，也要优化新建小区的规划配套。对于原有社区，可以社区为单位布局养老服务设施和机构。对于新建小区，要充分考虑社区养老服务设施规划建设要求，实现与住宅同步规划、同步建设、同步验收、同步交付使用。

社区养老还需加强社会各方力量整合。社区养老服务要靠市场，应当鼓励社会力量参与提供社区养老服务，积极引导民间资本广泛参与发展养老服务。另一方面，要完善落实各项扶持政策举措，充分发挥物业服务企业的优势，积极探索“物业服务+养老服务”模式，切实增加养老服务有效供给。

（据《人民日报》）

## 张居正



熊召政 著

别。此时夫人庙的前院，犹自游人如织。徐爵将冯保一行领到僻静地儿上轿。冯保看到徐爵似乎有话要说，便让梁梦龙与王篆启轿先行。看他们一溜烟儿地走得远了，徐爵才低声奏道：“方才陈应凤派人来禀报，张四维同他的门生雷士禎、褚墨伦、李植、王继光等人，在玉螭楼宴聚。”“他们说了些什么？”

“咱们东厂暗线拣耳朵，零零星星听了几句，张四维说老爷你是一堵墙，墙基稳固，想推是推不倒的，只能用掏墙法。”“怎么掏墙？”

“暗线正想往下听，却被张四维的管家发现了，暴露了身份。”

冯保顿时心绪烦乱，皱起眉头想了一会儿，有些心悸地说：“看来，昨日个皇上在平台单独召见张四维，一定给他讲了一些什么？”“老爷，你不能让这猢猻得势。”徐爵也急得抓耳挠腮。

冯保点点头，略一沉思，又问徐爵：

“上次你说，有人讲张四维能当首辅，是家里祖坟葬得好？”“是的。”“你迅速派人去山西蒲州。”“干啥？”冯保一跺脚，咬牙切齿地说：“挖他张四维的祖坟。”

### 第三十四回 慈宁宫冯保告刁状 西暖阁张鲸说奇毫

中秋节后第三天，紫禁城里仍旧保留了节日的气氛，京城里有名的诸如唱弋阳腔的李家班，唱昆曲的贺家班等，被轮流召进宫中演剧。两宫皇太后白天看孙子，晚上看戏，多少年来都没有这么开心过。自张居正死后正式开始亲政的朱翊钧，心情也从来没有现在这么开朗。他似乎找到了那么一点点君临天下的感觉，宸纲独断而不担心有人掣肘。这天上午，当他读到张四维呈上的阐述冯保为何不能封爵的条陈后，便命人将冯保召来，把这份条陈拿给他看。

冯保一心想借皇长子出生的吉庆晋封一个爵位，为此他找过李太后与皇

上，均都表示同意。他还以为这事儿铁板钉钉，却没想到半路上杀出个程咬金，张四维跳出来反对。冯保一字一句看过那份条陈，不禁联想到中秋节晚上妙尼所讲的话，越发相信昔日在他面前唯唯诺诺的张四维，如今已变成了他的克星。不怕对头事，就怕对头人。张四维搬出祖宗法典，说前朝十二个皇帝，除了武宗皇帝手下的巨奸刘瑾因为擅权自用封了伯爵外，断没有一个太监晋封爵号。他摆出这个道理，冯保纵有一肚子怒火也无从争辩，只得讷讷言道：“启禀皇上，老奴能否封爵，全凭皇上恩典，他张四维怎么能干涉？”

冯保哪里知道不肯给他封爵正是朱翊钧的意思。但朱翊钧此时却装出一副同情冯保的样子，在阁中一边踱着方步一边说道：“大伴，您多年来竭心事朕，既有功劳，更有苦劳。”