

更多养老资讯
扫描二维码关注



养老内参

中国养老网
WWW.CNSF99.COM

主编：苏博
编辑：王福达
责编：赵艳芳

汇聚每日养老产业时事动态，为您一站式提供全面养老资讯

2022年5月16日 星期一（2022第90期）壬寅年四月十六

银保监会：研究开展特定养老储蓄业务试点

可以在期限档次和产品品种上做更多创新



国家卫生健康委召开全国卫生健康系统打击整治养老诈骗专项行动部署推进会



- 5月13日上午，全国卫生健康系统打击整治养老诈骗专项行动部署推进（视频）会召开，委党组成员、全国老龄办常务副主任王建军同志出席并讲话。
- 王建军要求，各地卫生健康部门要深入贯彻落实习近平总书记关于老龄工作重要指示精神，深刻认识开展专项行动的重大意义，依法查处养老机构内设的无资质医疗机构、无行医资质相关人员擅自为老年人开展诊疗活动等违法行为，做好线索收集、宣传教育、核查督导、重点整治、建章立制等工作。

养老视点	4
北京市养老助餐政策“上新”	4
养老服务升级，北京鼓励餐饮企业参与养老助餐服务	4
山东：省市场监管局部署开展打击整治养老诈骗专项行动	4
山西：推动“一老一小”事业高质量发展	4
河南：启动专项行动打击，整治文旅市场养老诈骗	5
湖南：老年人新冠疫苗接种覆盖率达 87%	5
发现养老诈骗，快来这里举报，贵州省公安机关面向全社会征集线索	5
安徽：淮南市今年计划开展适老化改造 560 户	5
江西：启动文旅市场打击整治养老诈骗专项行动	5
海南：海口开展打击养老领域违法犯罪专项行动	5
黑龙江：哈市出台扶持政策纾解养老服务机构、社区照护中心（驿站）运营难题	6
APP 适老化改造：仍有五大难题待解	6
数字医疗让“养老”变“享老”	7
打击整治网上养老诈骗乱象，为老年人营造清朗、安全、可信的网络环境	7
跨越“数字鸿沟”，上海电信科技助老十大举措关爱银发群体	7
多地探索城市更新新路径：“适老化、无障碍改造”成趋势	8
国家卫生健康委召开全国卫生健康系统打击整治养老诈骗专项行动部署推进会	8
养老产业	9
华为：倡导推动 ICT 产品及服务适老化，让更多人从数字技术中受益	9
智慧养老	9
缩小“数字鸿沟”，让老年人融入数字社会	9
健康管理	9
中老年人每天睡多久才算健康？	9
书刊著作	10
老年经济的新理念：老年人的需求不仅仅是生活和健康	10
养老金融	11
银保监会：研究开展特定养老储蓄业务试点，专家：可在期限档次和品种上做更多创新	11
个人养老金制度落地，万亿级第三支柱养老市场加速“跑”	11
国际交流	12
日本经济停滞 30 年货币狂贬，根本原因是老龄化？一年减少近 70 万人	12
老年说法	12
警惕购买养老服务陷入非法吸收公众存款泥沼	13
关于我们	14
联系我们	14

- 养老行业专业社群
- 每日分享《养老内参》
- 最及时养老行业政策发布！
- 不定期权威行业线下分享活动！

加入我们

JOIN US



公众号



社群小助手

加入“社群”请扫描“社群小助手”微信二维码，备注：姓名+单位+职务
也可搜索微信号“ZMYL123”进行添加












养老视点

北京市养老助餐政策“上新”

近日，北京市出台《关于提升北京市养老助餐服务管理水平的实施意见》（以下简称《实施意见》），加强养老助餐服务保基本能力，提高市场化、便利化、多样化水平，重点解决失能、失智、高龄等老年人吃饭不便问题。

《实施意见》对养老助餐点的规范管理进行了明确，可简称为“四个统一”：统一台账管理，由各区民政局建立本区养老助餐点名册，主动公布养老助餐点地址及监督电话，依法受理并处理有关举报和投诉；统一管理标准，各区指导街道办事处（乡镇人民政府）与养老助餐点签订运营管理协议，明确食品安全、配送流程、服务价格、服务补贴及相关要求等事项，餐品类型逐渐覆盖有咀嚼吞咽困难的失能老年人、需慢性病饮食干预的老年人等，统一形象标识，养老助餐点统一悬挂民政部门设计的形象标识，由各区按照设计图组织制作、应用；统一设备要求，对纳入规范管理的养老助餐点，配备安装用于刷卡消费（民生一卡通）的POS机，支持老年人刷卡消费。

《实施意见》强调，将引入数字化养老助餐服务模式，老年人可依托数字化助餐专业平台查看并预订老年餐。行动不便、家中无人取餐的基本养老服务对象家庭，经评估确有需要的，由驿站工作人员或志愿者送餐到家，其他基本养老服务对象可通过低偿上门助餐、代为取餐等服务解决外出就餐就餐不便问题。居家养老基本养老服务对象在养老助餐点获取午餐或晚餐的，可获得每人每餐5元的就餐补贴，在给付就餐费用时自动扣减。养老助餐点开展助餐服务，可按实际助餐人数获得每人每天3元的运营补贴。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105103>

（来源：中国社报）

养老服务升级，北京鼓励餐饮企业参与养老助餐服务

5月13日，北京市民政局在线上召开新闻发布会，解读近期发布的《关于提升北京市养老助餐服务管理水平的实施意见》。《意见》旨在加强养老助餐服务保基本能力，提高市场化、便利化、多样化水平，重点解决失能、失智、高龄等老年人吃饭不便问题。随着《意见》的发布，本市养老助餐服务升级至3.0版，包括积极引导社会力量参与养老助餐服务，鼓励国有企业、优质社会餐饮企业参与养老助餐服务，引入数字化养老助餐服务模式，鼓励和引导老年人及代理人通过社会平台预订团餐或外卖送餐等。

目前，全市已经发展1000多家养老助餐点，包括发挥自身资源为周边固定老年人提供助餐服务的养老服务机构、社会单位内部食堂、老年餐桌，以及面向社会提供养老助餐服务的社会餐饮企业等四类形式。根据《意见》，各区将着眼构建“一刻钟养老服务圈”的目标，综合考虑地区老年人口规模及分布状况、用餐需求、服务半径、养老机构分布等因素，围绕老年人家门口，进一步增设养老助餐点，织密养老助餐服务网络，就近解决老年人吃饭不便问题。

《意见》提出，鼓励探索通过相对集中的制餐供餐，最大限度降低制餐成本；探索在此基础上最大限度增加服务量，以均衡实现餐品可选择以及成本最优化的目标。目前，全市具有食品经营许可证的集中制餐企业共有268家。各区可利用现有集中制餐单位或连锁品牌社会餐饮企业供餐也可培养具有国资背景的集中制餐企业负责老年餐供餐。原则上，城市地区每个街道对应有一个可持续提供老年餐的集中配送中心。既可以一个街道对应一家集中配送中心，也可以对应多家集中配送中心。对供餐能力强的集中配送中心，还可同时对多个街道，但至少应实现所有养老助餐点的配餐全覆盖。

值得一提的是，本市将积极引导社会力量参与养老助餐服务，鼓励国有企业、优质社会餐饮企业参与养老助餐服务。属地街道办事处（乡镇人民政府）可整合辖区餐饮资源，发动区域内诚信经营、管理规范、连锁品牌运营的社会餐饮企业参与养老助餐服务。支持机关企事业单位内部食堂挂牌养老助餐点，依法取得食品经营许可证资质和相应许可项目，开辟养老助餐专区，为周边固定老年人提供用餐或外送服务。

《意见》指出，社区养老服务驿站、街道（乡镇）养老照料中心及其他养老机构是养老助餐服务的重要渠道，要全面开放养老助餐服务，为周边老年人提供订餐、堂食、送餐服务。社区养老服务驿站必须具备养老助餐服务功能，具备制餐能力的驿站须取得市场监管部门颁发的食品经营许可证；不具备制餐条件的，通过从制餐企业或社会餐饮企业订餐、分餐等代取餐方式为老年人提供养老助餐服务。

养老机构应逐步全面开放养老助餐服务。养老机构内部食堂对周边老年人提供助餐服务的，需与周边居家老年人建立长期稳定供餐关系。对于事业单位的公办养老机构面向社会开放养老助餐服务可能存在的收费问题，各区要专题进行研究解决。

《意见》指出，要创新养老助餐服务方式，各区应充分考虑服务保障基本养老服务对象和高龄、独居老年人的身体状况和服务需求，积极采取到店就餐、代客下单，以及依托社会化平台线上订餐等方式，切实提升养老助餐服务的便利性、多样性。

同时，提升老年人就餐便利性，积极探索老年人就餐过程中实现身份识别与权益绑定的便利性、路径和方法。对于行动不便、家中无人到助餐点取餐的基本养老服务对象家庭，经评估确有需要的，应落实送餐到家。具体可由驿站通过工作人员或志愿者送餐到家。需要强调的是，并不是所有基本养老服务对象都需提供送餐服务。只有那些独居且行动不便的基本养老服务对象，经街道办事处（乡镇人民政府）评估后可成为驿站代取餐的服务对象。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105104>

（来源：北京青年报）

山东：省市场监管局部署开展打击整治养老诈骗专项行动

近日，按照省委工作安排，山东省市场监管局在全省市场监管系统部署开展打击整治养老诈骗专项行动。

本次专项行动，各级市场监管部门将围绕以下工作重点开展打击整治：一是严厉打击虚假宣传行为。将老年消费市场“食品”“保健品”作为执法重点之一，严厉打击虚假宣传不正当竞争行为。二是加大广告监管力度。加强广告监测，严厉打击违法广告行为，及时公开曝光典型案例，形成有力震慑。三是依法查处相关违法违规行为。加大违法行为打击力度，严格落实“四个最严”要求，依法查处涉老“食品”“保健品”案件。四是开展宣传引导。结合日常工作，采取多种形式广泛开展打击整治养老诈骗宣传教育活动。五是畅通投诉举报渠道。做好相关投诉举报处置工作，对于其他部门转办的案件线索，及时依法依规处置。

下一步，各级市场监管部门将进一步提高站位，按照全省统一部署，将本次专项行动与日常执法、监管等工作结合，统筹部署，强力推进，以实际行动维护好老年人的合法权益。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105105>

（来源：山东省市场监管局）

山西：推动“一老一小”事业高质量发展

养老托育健康事业发展事关民生福祉和发展全局。我省日前印发《关于促进养老托育服务健康发展的实施方案》（以下简称《实施方案》），明确6个方面25项重点任务，综合施策、统筹推进，健全老有所养、幼有所育政策制度保障，全面构建具有山西特色的养老托育服务体系，促进我省养老托育服务健康发展。5月10日，省政府新闻办新闻发布会上，省发改委、省民政厅等部门有关负责同志对《实施方案》进行解读。

综合施策，统筹推进

统筹解决“一老一小”问题，全方位推动养老托育服务高质量发展，对于促进山西人口长期均衡发展具有重要意义。省发改委副主任赵友亭介绍，《实施方案》将养老托育工作融入全方位推动高质量发展大局，围绕“一老一小”领域存在的共性问题，从城镇农村互补、政府社会共建、事业产业同步等多个维度统筹谋划养老托育服务体系，通过实施“431工程”、城镇社区养老幸福工程、普惠养老托育工程等示范牵引工作，全面构建具有山西特色的养老托育服务体系。同时，坚持从解决问题出发，针对我省养老托育服务存在的供给不足、发展环境有待改善、专业服务人才短缺等不平衡不充分难题，统筹谋划、综合施策。注重服务提质扩容，从家庭、社区、机构三方面入手，提升养老托育服务的便捷性与可及性；注重补齐农村服务短板；注重服务人才队伍建设，构建协调充分均衡的养老托育服务体系。

立足满足多样化服务需求，在发展原则上，《实施方案》提出保基本、促普惠、强市场、优服务等任务措施，鼓励多元主体参与养老托育服务供给保障。在发展内容上，通过促进医养康养发展、注重品牌产品研发、提升智慧化服务水平等举措，积极培育养老育幼新业态，构建我省养老托育多元供给、融合发展新格局。

此外，《实施方案》精准“点穴”我省养老托育发展要素瓶颈，通过完善用地保障、财税支持、金融服务、价格指导、人才培养等要素支持政策，强化政策的系统性、协同性和有效性，为养老托育发展打造创新融合、包容开放的发展环境。

加大设施供给，降低服务成本

场地设施是养老托育服务最重要的硬件成本。《实施方案》支持和引导开拓可用于养老托育服务的各类资源，降低服务成本。

《实施方案》要求，全力打造宜居便民设施环境。建设与常住人口规模相适应的养老托育服务及配套设施。新建住宅小区与配套养老托育服务设施同步规划、同步建设、同步验收、同步交付。在城市居住社区建设补短板工程和老旧小区改造中统筹推进养老托育服务设施建设，支持在社区综合服务设施开辟空间用于“一老一小”服务。支持农村社区新建或利用闲置乡村公共服务设施改扩建养老托育服务设施。探索采取公办学、民办公助等多种形式，在就业人群密集的产业聚集区和集中办公区增设完善养老托育服务设施。

《实施方案》明确，在提升养老托育服务供给能力方面，拓宽普惠性服务供给渠道。实施普惠养老托育专项行动，积极制定支持性“政策包”，带动企业提供普惠性“服务包”。允许有条件的行政事业单位住宅区将闲置用房转为养老托育用房。引导建设一批普惠性养老托育服务机构。支持用人单位采取单独或联合举办的形式，在工作场所或就近为职工提供福利性婴幼儿照护服务。支持大型园区建设服务区内员工的托育设施，在女职工较多、条件成熟的企事业单位和公共场所推广建设“妈咪小屋”（母婴室）。

在保障用地需求上，支持盘活利用存量资源建设养老托育服务设施，省直机关闲置土地和房产改建用于养老托育可按程序履行相关手续变更登记用途，保证就近养老、就近托育需求。

五方面发力养老服务，四个强化婴幼儿照护

“十四五”期间，我省将如何推进养老服务？省民政厅二级巡视员王黎介绍，“十四五”期间，我省将重点从五个方面发力，全方位推动养老服务高质量发展。一是聚焦社会参与，支持社会力量参与普惠养老服务供给，实行养老服务市场准入“零门槛”，构建政府推动、社会参与、示范引领的养老服务发展新格局。二是聚焦服务供给，大力推动社区养老服务多维度多层次多元化发展，提升养老服务质量。三是聚焦示范引领，“十四五”期间，实施养老服务“431工程”，创建4个养老服务模范市、30个养老服务模范县、100个养老服务模范机构；同时，实施社区居家养老服务“1251工程”，培育10个规范化、标准化、连锁化社区养老服务品牌，建成200个市场化、规模化、标准化社区养老示范机构，打造50个养老示范社区，发展100个社区养老服务组织，今年已经评选出4个社区示范品牌、2个社区示范机构、6个示范社区，下达奖补资金1160万元。四

是聚焦业态融合，加快建设一批康养社区、康养小镇、康养民宿村，打造康养产业集群，深化医养结合，推进智慧康养，满足高品质养老和康养需求。五是聚焦堵点难点，我省出台了养老服务机构及社区养老服务建设补贴、运营补贴、床位补贴、贷款贴息、政府购买养老服务等一系列要素保障政策，并全力推动各项扶持政策落地落实，助推养老服务高质量发展。

0岁—3岁婴幼儿照护服务事关婴幼儿健康成长，事关千家万户。省计划生协专职副会长李瑞兵介绍，我省将发展普惠托育服务体系作为保障和改善民生、促进三孩生育政策落地见效的重要举措来抓。在实际工作中，我省坚持做到“四个强化”，一是强化政策引导，出台《关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的实施意见》等，建立健全婴幼儿照护服务政策规范，将每千人口拥有托位数列为国民经济和社会发展一项重要指标，全面统筹，系统推进。二是强化托位供给，积极推进“普惠托育服务专项行动”。2020年以来，先后争取中央预算内投资2780万元，支持了24个项目建设，新增托位2780个。三是强化基础保障，将保育员培训纳入2021年“山西护工”职业技能提升培训计划，全年培训1300名保育员。鼓励发展社会托育机构，截至去年年底，我省备案托育机构有127家。四是强化示范引领，深入开展婴幼儿照护服务试点活动，在43个县（市、区）开展指导家庭科学照护婴幼儿工作试点，并积极推广试点经验。

开出清单，明确职责

随着人口老龄化程度进一步加深和“全面三孩”优生优育政策深入实施，我省养老托育工作将会呈现出高增速、高需求等特点，养老托育服务压力还会不断加大。《实施方案》推出的重大举措如何做好做实，做出成效？

省发改委社会发展处处长赵震介绍，省发改委将会同省民政厅、省卫健委等部门深入贯彻落实《实施方案》，对重点任务细化分解，明确责任主体、具体落实举措和分阶段进度要求，形成年度工作计划和方案落实的有效衔接，加强部门间的沟通协调和信息共享。指导我省地市级制定完善“一老一小”一揽子整体解决方案，分年度明确发展目标、重点任务和拟实施的重点项目，细化支持政策措施，持续推动“一老一小”问题在全省得到整体性推进、系统性解决。持续促进供给能力提升，坚持“兜底线”“促普惠”“市场化”协同推进、综合施策。通过持续用好国家养老托育建设中央预算内投资专项、地方政府专项债等投资支持政策，增加政府基本养老托育服务供给。通过实施普惠养老托育专项行动，采取政府投资补助、政策支持等举措，引导社会力量发展养老托育服务，增加普惠服务供给。通过促进业态融合、产品服务提质升级、智慧化发展等方式，满足广大人民群众多样化、多层次的养老托育需求。同时，加强监督评估，对《实施方案》确定的重点任务落实情况开展日常监测和分阶段评估，研究建立“一老一小”服务能力评价机制，形成养老托育年度发展报告，为我省养老托育服务高质量发展提供有力支撑。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105106>

（来源：山西日报）

河南：启动专项行动打击，整治文旅市场养老诈骗

记者昨日从省文旅厅获悉，为贯彻落实国家及我省打击整治养老诈骗专项行动工作要求，进一步规范文化和旅游市场秩序，维护老年人合法权益，该厅已部署开展全省文化和旅游市场打击整治养老诈骗专项行动。按照要求，各地文旅部门应加强文旅市场涉及养老诈骗问题隐患排查，重点摸排以艺术品经营为名实施诈骗、非法集资、非法传销等艺术品市场涉及养老诈骗问题隐患，重点摸排旅行社以预付卡、会员费、理财产品等形式诱导老年人“消费”“投资”的文旅市场涉及养老诈骗问题隐患。

各地文旅部门应进一步规范整治文旅市场突出问题，有诈反诈，有乱治乱；进一步加强执法检查和网络巡查，整治经营伪造造或者冒充他人名义的艺术品等侵害老年人权益的违规经营行为，严查未经许可经营旅行社业务、“不合理低价游”等侵害老年人权益的违法经营行为。

据了解，该厅已成立打击整治养老诈骗专项行动专班，并制定下发专项工作方案。同时要求网络文化执法骨干加强网络巡查，重点巡查以网络艺术品为名实施诈骗、非法集资、非法传销等艺术品市场和未经许可经营旅行社业务、“不合理低价游”等文旅市场涉及养老诈骗问题线索。

专项行动期间，各地文化和旅游行政部门将畅通举报渠道，宣传发动群众通过12337智能化举报平台、12345政务服务便民热线，或者全国文化和旅游市场网上举报投诉处理系统提供举报线索，以推动专项行动的普法宣传进社区、进广场、进景区、进家庭，揭露涉及养老诈骗问题隐患的“套路”手段，提升老年人法治意识和识骗防骗能力。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105107>

（来源：郑州日报）

湖南：老年人新冠疫苗接种覆盖率达87%

记者14日从湖南省疾控中心获悉，截至5月12日，全省60岁及以上人群疫苗接种覆盖1149万人，接种覆盖率达87%。湖南省疾控中心专家呼吁：还没有接种新冠疫苗的老年人，建议尽早去接种；接种疫苗一段时间后，抗体可能会有所下降，对于完成基础免疫6个月以上还没有打加强针的，建议尽早去接种加强针。

目前，全球新冠疫情仍处于高位，病毒还在不断变异。为此，要毫不动摇坚持“动态清零”总方针，要从严格落实常态化疫情防控举措，继续做好个人防护，积极推进新冠疫苗接种工作，特别是老年人新冠疫苗接种。

老年人多有基础性疾病，自身接种意愿不高，并且因老年人身体状况复杂，多重用药，禁忌症难以把握，一些老年人及家属存在接种顾虑，认为接种疫苗存在风险。湖南省疾控中心专家表示，大量监测数据表明，我国的新冠疫苗安全性高，老年人接种后发生严重异常反应的概率极低。另外，香港等地疫情数据披露，接种新冠疫苗对老年人感染新冠肺炎后减少发生重症、死亡具有重要作用。因此，对老年人来说，少接种一针疫苗将增加一份风险。对于疫苗的接种禁忌和一些暂缓接种的情况，如果担心特殊情况能否接种，建议在专家的指导下，做好疫苗接种的安排。

湖南省疾控中心专家提醒，各地要进一步提高对老年人接种新冠疫苗的认识，通过家属、儿童青少年“小手拉大手”等活动，打消老年人畏难情绪，杜绝侥幸心理，积极帮助他们尽快完成接种，做到“应接尽接”。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105108>

（来源：长沙晚报）

发现养老诈骗，快来这里举报，贵州省公安机关面向全社会征集线索

据省公安厅消息，省公安厅打击整治养老诈骗领导小组办公室面向社会广泛征集养老诈骗违法犯罪线索。

线索举报范围为，以提供“养老服务”、投资“养老项目”、销售“养老产品”、宣称“以房养老”、代办“养老保险”、开展“养老帮扶”等为名，实施诈骗、集资诈骗、非法吸收公众存款、组织领导传销活动、合同诈骗、制售伪劣商品等侵害老年人财产权益的各类违法犯罪。

全省各级公安机关打击整治养老诈骗领导小组办公室将依法保护举报人个人信息安全。举报线索对案件侦办发挥重要作用的，将依照公安机关《群众举报违法犯罪奖励办法》对举报人给予奖励。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105109>

（来源：贵阳晚报）

安徽：淮南市今年计划开展适老化改造560户

记者从市民政局获悉，根据《关于开展2022年度适老化改造工作的通知》，我市今年计划开展适老化改造560户家庭，比2021年适老化改造家庭数量增长68%，并且适老化改造的覆盖面也扩大至低边缘家庭及防止返贫监测对象、支出型困难家庭中的老年人，使社会福利惠及更多困难老人。

为满足老年人多层次、多样化养老服务需求，改善老年人居家生活品质，提升老年人居家生活品质，自2018年起，我市就启动了对特殊困难老年人家庭适老化改造工作，为分散供养特困人员、建档立卡贫困人口、城乡低保对象中的高龄、失能、残疾老年人进行无障碍、安全性、适老性、辅具适配等方面改造。

“通过适老化改造，楼梯间安装扶手，老人上下楼更方便；蹲便器改为坐便器，妥善解决老人的‘上厕所’；遇到紧急情况，按一下床头的按钮，工作人员或老人子女即可收到消息。”市民政局相关负责人告诉记者，适老化改造方案根据不同老人和家庭进行调整，做到“一户一策”，让老年人真正享受到社会发展带来的红利。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105110>

（来源：中安在线）

江西：启动文旅市场打击整治养老诈骗专项行动

为贯彻落实全国打击整治养老诈骗专项行动工作要求，依法维护老年人合法权益，近期，江西省文化和旅游厅启动为期半年的文化和旅游市场打击整治养老诈骗专项行动。

江西省文化和旅游厅要求，全省各级文化和旅游行政部门重点摸排以艺术品经营为名，实施诈骗、非法集资、非法传销等行为及诱导老年人“投资”“理财”等涉及养老诈骗问题隐患。重点摸排以“旅游年卡”“储值卡”“会员卡”等预付卡方式吸纳大额资金，以高额返息（佣）、低价旅游等方式发展会员，销售金融类理财产品等诱导老年人“消费”“投资”等涉及养老诈骗问题隐患。严查以不合理低价诱导老年人旅游，通过强制、诱导、捆绑销售等手段，诱导老年人以高价购买假冒伪劣“保健品”“养老食品”等商品的违规行为，整治经营伪造造或者冒充他人名义的艺术品，向消费者隐瞒艺术品来源或者在艺术品说明中隐瞒重要事项，伪造艺术品来源证明和艺术品鉴定文件等侵害老年人权益的违规经营行为。

江西省文化和旅游厅要求，全省各级文化和旅游行政部门在开展打击整治养老诈骗专项行动过程中，一是要拓宽问题线索发现渠道，加强文化和旅游市场投诉举报受理工作，对省政务热线12345转办、分办来的有关涉养老诈骗问题的投诉举报线索要尽快核实、查办、反馈，及时回应群众诉求；二是要加强宣传教育，通过政府官网、微信公众号推送宣传信息以及在旅游景区、旅行社门店发放宣传册、张贴标语等方式进行广泛宣传，揭露涉及养老诈骗问题隐患的“套路”手段，提升老年人法治意识和识骗防骗能力，挤压不法分子违法违规从事旅游经营业务的空间，切实铲除旅游市场养老诈骗滋生土壤；三是要突出精准打击，紧盯文化和旅游市场涉养老诈骗突出问题，采取有效措施，切实保证专项行动见真见效。全省各级文化市场综合执法机构要加强重点市场特别是旅游市场的执法检查，采取日常检查、专项检查、突击检查等方式强化市场监管。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105111>

（来源：中国旅游新闻网）

海南：海口开展打击养老领域违法犯罪专项行动

5月13日，海口市公安局发布关于开展打击养老领域违法犯罪专项行动的公告，决定自即日起至2022年10月，在全市范围内开展集中打击养老领域违法犯罪专项行动，并向社会公布专项行动的举报范围和方式，欢迎广大群众积极反映问题、举报线索。

举报内容包括以提供“养老服务”、投资“养老项目”、销售“养老产品”、宣称“以房养老”、代办“养老保险”、开展“养老帮扶”等为名实施侵害老年人合法权益的诈骗、集资诈骗、合同诈骗、非法吸收公众

存款、组织领导传销活动等各类诈骗违法犯罪。

受理时间为自即日起至2022年10月30日，举报电话：0898-66158110，受理电话时间为工作日（8:00-12:00，15:00-18:00），来信地址：海口市美兰区海甸岛万兴路7号海口市公安局刑事警察支队（海口市公安局打击养老领域违法犯罪专项行动办公室）。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105112>

（来源：海南日报）

黑龙江：哈市出台扶持政策纾解养老服务机构、社区照护中心（驿站）运营难题

5月16日，市民政局副局长王春华在哈尔滨市疫情防控第五十三场发布会上就对民办非营利性养老机构出台的扶持政策回应社会关切。此次市政府出台的扶持政策从三个层面纾解了养老服务机构、社区照护中心（驿站）的运营难题：

一是给予民办非营利性养老机构疫情补助资金支持。政策以4月30日在院老年人数为基数，每人300元的标准，单个机构不超过50万元予以支持。用于隔离观察点建设、疫情防控物资储备和一线养老护理员补助。目前，我市有近300家登记备案正在运营的民办非营利性养老机构可享受此政策。

二是提前支付民办非营利性养老机构建设补贴资金。由于受疫情影响，部分新建可享受建设补贴的养老机构因达不到政策规定的入住率，而暂时享受不到补贴。本次政策的出台，从实际出发人性化考虑养老机构的困境难题，决定对符合补贴政策的养老机构不受入住率标准的限制，在不限入住率的前提下给予发放建设补贴，用以缓解其投资压力。

三是对全市社区养老服务照护中心（驿站）运营资格顺延三年。运营方投入大量的人力、物力、财力后，受疫情影响，有近两年半的时间没有运营，而政府授权时间将至。为了更好的服务社区老人、造福百姓，培育养老服务社会组织（企业）、发展银发经济，本次政府给予再延续三年服务期的扶持。

第65号公告对养老机构接收老年人、家属预约探视，从业人员轮岗做出明确规定，这是市委市政府体察民生、关注民意、促进养老行业发展的重要举措。市民政局已连夜制定操作细则，细化工作措施，既要及时落实好公告精神，把市委市政府的关爱传导下去，也要确保养老机构放得开、接得住、防得好。各级民政工作者将持续发扬不怕苦、不怕累、勇担当的精神，齐心协力守护老人的健康平安。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=456&aid=105113>

（来源：哈尔滨日报）

APP适老化改造：仍有五大难题待解

编者按：5月17日是世界电信和信息社会日，国际电联（ITU）将2022年世界电信和信息社会日的主题定为“面向老年人和实现健康老龄化的数字技术”，体现了数字经济时代，信息通信行业助力老年人跨越“数字鸿沟”的责任与担当，同时也对ICT行业以创新技术推动信息通信适老化改造提出了更高要求。在世界电信和信息社会日即将到来之际，《中国电子报》记者深入走访，了解数字技术在服务老年群体方面的进展、问题和前景，并形成系列文章，以期引起全行业和社会对此方面问题的关注。

在微信上用“大号”模式聊天、看新闻，在拼多多上购物，用“长辈模式”支付宝买车票、交电费……北京丰台65岁的张阿姨说，常用的APP在经过适老化改造之后，对老年人更加友好，让自己的生活彻底数字化。随着APP适老化改造的不断提速，越来越多像张阿姨一样的“银发族”享受到了数字生活的便利。

APP适老化改造多点开花

2022年1月，工业和信息化部公布了首批通过适老化及无障碍水平评测的网站和APP，共有217家网站和APP合格；2022年4月，在国新办举行的2022年第一季度工业和信息化发展情况发布会上，工业和信息化部新闻发言人、运行监测协调局局长罗俊杰表示，有325家网站和APP完成适老化改造，为老年人使用智能技术提供良好的辅助。

APP适老化改造多点开花，数字消费是主要应用场景之一。比如，为提升老年人使用体验，京东到家特别推出针对老年用户的“长辈版”模式，聚焦老年人“超市功能”“生鲜果蔬”“粮油副食”“送药上门”等日常使用需求，软件首页功能更加简洁；“关怀版”支付宝将主界面的应用从14项缩减至6项，使老年人在使用APP时更聚焦自己需要的商品或服务，操作界面更加友好；百度“大字版”APP在底部工具栏开设了“百宝箱”专区，包含“语音搜索”和“生活便利”等各种实用日常服务。

APP上轻轻一触即可购票，老人们的路边招手拦车、火车站台购票已成为过去式。在数字出行场景，铁路12306APP上线适老化功能，不仅购票界面更简洁、字体更大，还新增了一键购票功能；滴滴出行APP上线“老人打车”模式，大号字体设计简洁，如有需要可优先派车车辆，高德地图APP则在“长辈地图”中将字体放大、将核心功能简化、优化页面设计风格，重点突出公共厕所、无障碍电梯、医院、银行、超市、公园等老年人出行常去地点，一键点击后显示步行路线及公共交通路线。

在数字金融方面，“关爱版”交通银行手机银行APP在首页精简了图标数量，只保留了老年人常用的“账户查询”“转账”“理财”等业务入口。

“目前，互联网头部公司的43个APP进行了适老化及无障碍改造，涵盖新闻资讯、社交通信、生活购物、金融服务、旅游出行、医疗健康领域。”作为一家长期服务老年群体的医疗健康科技类企业，北京恩福健康科技有限公司董事长兼CEO郭学志向《中国电子报》记者表示，很多APP都推出了个性化的“老年人关怀模式”，通过简约的页面设计、合理的颜色搭配、便捷的功能操作，给老年人提供更好的使用体验；不少APP还推出了专门服务老年用户的“人工客服”，提供更便捷、可触达的客服服务；有的APP还通过智能识别和默认项来简化老年用户的操作步骤。

总体来说，我国APP适老化改造在“广泛性”和“降门槛”这两个层面取得了成效。江苏中科西北星信息科技有限公司战略发展总监张闾年对《中国电子报》记者说，在广泛性方面，通过国家宏观政策推动，APP适老化改造的参与度较高，市面上主流APP基本都进行了适老化改造；在“降门槛”方面，部分适老化改造评分较高的APP在大字体、大图标、精功能、简操作等层面倾注精力，让更多老年人享受移动互联网带来的便捷服务。

五大问题亟待解决

在采访过程中，记者了解到，适老化改造过程中，不少应用场景尚未被覆盖，服务功能距离老人需求存在较大距离；部分APP为获取收益，包含了较多广告推销内容……截至目前，我国APP适老化改造虽然取得一定成效，但仍面临不少亟待解决的问题。

第一个问题是改造标准不统一。张闾年表示，各家APP运营商基于自身的业务特性对于适老化改造的理解各不相同，有“老年模式”“关怀模式”“长辈模式”等版本命名。由于要切换的入口名字不同，老年人在使用时容易无所适从。

中国人民大学国家发展与战略研究院研究员、中国人民大学智慧养老研究所所长左美云教授在接受《中国电子报》记者采访时提到，部分APP“关怀模式”的切换入口“隐藏”太深，老人不易发现。比如，有些APP的“关怀模式”要通过“设置”选项切换，还有些APP的相应模式要先点“设置”，再点“通用”选项进行切换。

“在APP适老化改造方面，各家APP存在‘单打独斗’现象，这导致了改造标准不统一。”左美云说。

APP适老化改造的第二个问题是“形式化倾向”，即改造内容不彻底与不完善。在左美云看来，APP除了改“面子”，还要改“里子”。左美云表示，工信部发布的规范中明确提到，禁止适老化改造的APP出现广告弹窗。但是，部分APP在新闻资讯等栏目中还会出现广告。

对此，赛迪顾问软件与信息服务业研究中心高级分析师李浩然也表示，部分APP的高级功能界面，或是APP链接的小程序仍是常规通用模式。在操作习惯上，部分APP的功能设计、功能词汇、术语等还是更加符合年轻人的使用习惯，老年群体在理解上存在困难。

功能的缺失同样是适老化改造不完善的一种体现。李浩然指出，一些APP，特别是独立发布的关怀版APP，在适老化改造之后存在功能缺失现象，让APP的可用性有所下降。李浩然认为，适老化改造不等同于大范围的功能删除。针对适老化APP最终应保留哪些功能，各大厂商需要深入调研之后再做决定。

第三个问题是设计者与使用者之间的信息不对称。张闾年向记者表示，适老化APP的设计者是年轻的程序员，使用者是老年群体，因此设计者很难切实理解使用者的实际需求。具体来说，研发人员的“惯性思维”会造成输出产品更符合自己的“审美”而远离“市场”，所以会出现一级菜单“适老化”，二级菜单却“回归自我”的现象。

第四个问题是APP适老化改造的监管和保障体系尚未形成。李浩然表示，老年群体与年轻群体在互联网信息的理解和甄别能力方面存在差异，因此相比于通用版APP，适老化APP应该在广告投放与控制、信息和财产安全保障、防“忽悠”和防诈骗方面多做文章，建立起围绕老年群体的信息监管和保障体系。

郭学志也指出，“科技适老”在为老年人带来便利的同时，还存在易被忽视的安全隐患。郭学志表示，因为老年人缺乏个人信息保护意识，信息辨别能力较弱，所以极易陷入“标题党”和“养生保健党”等虚假信息构建的网络信息场，进而被诱导充值或是购买理财产品、保健产品，最终导致网络维权困难。

第五个问题是企业的进一步改造意愿难以提升。张闾年表示，目前行业内只有少数头部企业愿意投入较大研发成本对APP进行持续性适老化改造。对很多企业来说，通过减少植入广告来简化APP界面，是一种较难接受的优化方案。

发展需要避“虚”就“实”

根据国家统计局公布的2021年最新数据，我国65岁及以上人口为20056万人，占全国人口的14.2%。在我国庞大的老年群体基础上，APP的适老化改造将创造出十分可观的社会和经济效益，老年人市场正是发展蓝海。我国APP适老化改造的过程其实需要避“虚”就“实”。张闾年对记者表示，适老化APP在满足老年人“看得清”和“点得到”基本使用需求后，还要逐步向老年人“愿意用”“可以用”和“经常用”的方向去发展。这就需要企业在APP适老化改造进程中，不仅进行内嵌式改造，还进行基础架构改造和适老化功能开发。

“理想的适老化APP除了具有字体大、图标大、界面简单等基本特点，还应具备无障碍功能、方言识别能力、读屏兼容和字幕配戴等智能化功能，以解决老年人操作能力弱、普通话不标准、指导需求强的APP应用痛点问题。另外，在人工智能技术无法满足老年人交互需求时，APP的客服端口还需要配置一定规模的人力客服团队。”张闾年说。

李浩然同样认为，适老化改造后的APP应具有更强的可感知性、可操作性、可理解性和兼容性，让广大老年群体在数字时代享受到更多获得感与幸福感。比如，APP的主界面功能模块布局更加简单、醒目；APP常用功能一键直达，各式广告投放得到有效控制，服务流程更加简化、内容更加“纯净”；智能语音交互、热线电话等途径能实时解决老年群体的各类问题。

“未来，适老化APP要从观阶段的‘可用’和‘能用’，发展为‘好用’和‘老人爱用’。同时，相对独立的互联网老年生态也要持续完善。”李浩然说。

APP适老化改造工作的持续开展离不开企业和政府的共同努力。

从企业角度来讲，各大企业要积极推动新兴技术在适老化领域的广泛应用。郭学志表示，围绕老年人衣食住行、娱乐、医疗等民生需求，企业要充分发挥大数据、人工智能等新一代技术的赋能作用，不断提升智慧健康养老技术研发能力，丰富适老化科技产品种类，拓展服务场景；在科技产品的用户端，企业要尽量简化操作，将复杂的操作、信息流转等过程转移至产品系统后台，让科技产品的设计和操作流程更符合老年人的操作习惯，节省学习成本。另外，企业还要将通用设计理念纳入产品全生命周期管理，在功能设计之初就兼顾老年人等群体的使用习惯，参照相关标准规范开展产品功能设计，将通用设计理念纳入产品日常维护流程，在产品升级迭代过程中关注适老化问题，保障功能的可持续运营。

李浩然表示，企业在推进适老化APP改造的过程中，应更重视适老化APP的可用性和便捷性。比如，企业统一“关怀模式”的入口标识并让其更加醒目；科学评估、布局“关怀模式”下的功能模块，推进APP高级功能和深层次小程序的适老化改造。

从政府角度来讲，政府有必要探索建立适老化APP通用术语和一般框架。左美云建议，通过建立适老化APP的统一入口，老年人只需要在某一APP上登录一次账号，就可以“畅游”所有APP，无需二次授权登录。

在提升企业参与APP适老化改造积极性方面，左美云表示，政府要通过资金支持，对参与APP适老化改造工作的企业一定补贴；政府还有必要引导企业建立与老年用户互利互惠的商业模式，以推动适老化APP提升质量并获得经济效益。

“适老化是一个长期过程。”在左美云看来，适老化改造要“久久为功”，要摒弃“运动式适老化”，将适老化改造纳入日常更新维护。只要老年人使用的APP或网站有新功能和新版本上线，开发者就要同步进行适老化建设。只有这样，适老化才能融入开发者的意识和开发计划，做到与时俱进。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=454&aid=105114>

(来源：中国电子报)

数字医疗让“养老”变“享老”

“老人独自在家，儿女们上班难免担心，而现如今数字化生活，可以让很多难题迎刃而解。”5月15日，在宁夏通信管理局组织召开的“面向老年人和实现健康老龄化的数字技术”5·17电信日主题活动中，该局相关负责人告诉记者，作为建设网络强国、数字中国和智慧社会的主力军，宁夏移动大力实施“5G+”计划，充分发挥自身在5G、云网融合、大数据、生态合作等方面优势，助力老年人接轨“数字化生活”，让“养老”逐渐变为“享老”。

“老人在适老化设备带来便利的同时，我觉得现如今我们打造公共服务，应该更贴心，去适应人们的生活习惯。”该负责人表示，以宁夏移动为例，目前已经在全区自有营业厅和加盟营业厅普及“银发服务”，定期组织开展老年人“微讲堂”，讲解如何防范电信网络诈骗、热门手机应用使用方法、网上预约挂号操作流程等，帮助老年人更好地融入智慧社会。同时，宁夏移动以云+网+医疗应用为核心，打造智慧医院、远程医疗、医疗大数据分析等重点产品，已在全区联合多家医院开展了远程超声、远程影像、动态心电图、远程脑电等多场景5G远程医疗服务，让更多老年人享受到优质的医疗资源。

另外，居家适老化方面，宁夏移动推出了以多形态智能摄像头为载体的智慧家庭看护服务，整合智能门铃、智能台灯、烟感器等八大类家庭安防产品，以及语音遥控器智能设备，帮助老年人打造更智慧、更安全、更舒心的生活空间，切实为老年人办实事、办好事、办身边事，让老年人充分享受数字技术成果带来的生活便利。

“技术改变生活，但通讯企业服务老百姓的初心和宗旨不能变，尤其企业应该肩负更多的社会责任，在服务更要发扬尊老爱幼的优良传统。”该负责人表示，传统服务方式和智能化服务创新并行，在将来通讯行业的发展过程中，企业也将为老年人提供更多能感知、有温度、更便利的“心级服务”。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=454&aid=105115>

(来源：宁夏日报)

打击整治网上养老诈骗乱象，为老年人营造清朗、安全、可信的网络环境

从日前召开的全市网信系统打击整治养老诈骗专项行动推进部署视频会议获悉，各级网信部门将聚焦打击整治网上养老诈骗乱象，坚持专项治理与系统治理、依法治理、综合治理、源头治理相结合，坚持宣传教育、依法打击、整治规范齐发力，为广大老年人安享晚年营造清朗、安全、可信的网络环境。

据悉，专项行动重点从依法精准打击、强化常态监管、广泛宣传发动、畅通举报渠道四方面推进。结合“清朗”系列专项行动，聚焦利用互联网、手机App等设置“套路”，诱导老年消费、投资、交友等涉诈突出问题，依法处置违法违规网站平台及账号，坚决查处一批影响大、关注度高的典型案件，形成严打高压的态势。压实属地监管责任和平台主体责任，加强对网站平台涉诈风险隐患的日常监管，结合平台特点督促其完善平台规则和社区公约，明确用户行为边界和责任后果，制定可操作可落地的规范细则，及时消除问题隐患。充分利用网络媒体渠道资源，创新宣传语态、方式、手段，做好权威信息网上宣传解读，结合典型案例揭露有针对性地开展网络普法，引导老年群体及时发现、识别、防范养老诈骗套路手法。发挥市、区两级互联网违法和不良信息举报中心作用，动员广大群众积极发现举报属地平台以提供“养老服务”、销售“养老产品”等名义传播违法和虚假信息行为，做好网上违法和不良信息举报及关联线索移交工作。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=454&aid=105116>

(来源：天津日报)

跨越“数字鸿沟”，上海电信科技助老十大举措关爱银发群体

今年世界电信和信息社会日(5月17日)的主题是“面向老年人和实现健康老龄化的数字技术”，在老龄化社会背景下，“用技术关怀老年健康”成为当下通信业关注的重点领域。上海电信积极响应市委市政府号召，探索运用物联网、AI等数字技术，大力推进科技适老、科技护老，助力银发一族跨越“数字鸿沟”。

客户服务无障碍，爱心翼站更贴心

上海电信为老年人提供线下营业厅爱心专柜，提供业务办理免排队、专人引导等服务；同时还实现了10000号客服热线“一呼就灵”服务，老人拨打中国电信客服电话时，可跳过语音提示、数字选择等环节，直接享受人工咨询服务，这些措施大大增加了老年人使用电信服务的便捷性。截至今年4月底，已累计直接接听65岁以上老年用户来电超过224万；全市360个营业厅爱心专柜服务老年客户近95万人次；为行动不便的老年人提供委托代办、上门服务超过4.5万次。

除了服务窗口的适老化改造，基于遍布全市的营业厅，上海电信大力推广“爱心翼站”建设。在爱心翼站，老人遛弯累了，可以进去歇歇脚，遇到不会的手机操作，也可以直接向爱心大使求助，是“翼站”，更是“港湾”。截至目前，上海电信已建成135家“爱心翼站”，232名爱心大使为市民提供爱心服务。

数字教育不间断，幸福课堂更有心

“为了让老人们在数字社会生活得更从容，我们能做些什么？”从演示连WiFi、打视频，到手把手教会亮“两码”、网上挂号、科普反诈小妙招，近年来，上海电信主动承担了“老年数字教育”的社会责任，帮助老人“触网”。

早在2021年1月，上海电信就定期开设助老微课堂，教老人一些基础的手机操作；2021年重阳节起，上海电信将助老微课堂升级为“幸福课堂”，每周二在全市102家营业厅固定开设。“幸福课堂”每月都有不同的主题，消费维权及反诈、养生之道、手机应用……均为与老年人生活息息相关的实用知识。根据反馈，中医养生和消费反诈小课堂深受老年用户喜爱，上海电信联手权威部门，不断开发新课程，邀请虹口区消保委从防止电信诈骗、消费陷阱，结合案例现场讲授；特邀嘉定中医医院院长，在嘉定张马路营业厅开展冬季养生专场讲座等。截止2022年3月底，共举办线下幸福课堂26期，2426场，线下参与6145人次。

作为首批“上海市数字为老培训基地”，上海电信是全国唯一一个102家营业厅在固定时间同步开展“幸福课堂”的电信公司，也是全国第一个将“幸福课堂”搬到线上的电信公司。今年疫情期间，电信营业厅暂停营业，上海电信紧急通过线上开设的方式保障“幸福课堂”不停课，自4月5日起，每周二上午在中国电信上海客服和上海电信微信视频号与用户见面。截至目前，线上幸福课堂已播出了六期，浏览量持续上升，不少老人甚至自发地将课堂内容制作成的点播视频转发至朋友圈。

有温度的热线114，“数字语音门户”更贴心

114作为上海老百姓耳熟能详的热线号码，在互联网时代的新形势下不断创新突破，聚焦老年用户寻医问药、出行养老等需求，根据老年用户的通信习惯，用最便捷的对话去满足他们的生活服务需求；为此上海电信充分投入AI智能语音、大数据分析、云计算等新技术新应用，并聚合社会的各项生活服务资源，共同为上海老人的居家养老提供精准、专业的服务。

这次全市人民共同抗击新冠疫情，许多被迫封闭在家的市民都遇到“买菜难、买东西难”。尤其对城市里的高龄独居老人，他们因不会使用“微信团购”、不懂“刷单抢菜”而面临着生活困境。为解决这些老人急需的必要物资的供应问题，由上海市经信委、商务委牵头，上海电信114共同携手保本市的供企业等多个街道，通过“电话外呼收集需求信息-对接社区及保供企业沟通-社区志愿者上门”的服务流程为疫情中的老人搭建保供“生命线”。114的联络员化身“爱心大使”，贴心地用沪语跟老人对话，不仅帮助老人订购保供套餐，还主动关心这些老人的身心健康，用聊天来缓解其紧张的情绪，根据老人需求帮他们登记看病、配药等需求，及时反馈给老人所住街道居委帮助解决。

自4月18日“上海市数字助老保供专线”正式运作，截至5月15日累计外呼了18638位高龄独居老人，帮助他们订购了1400单保供物资，累计通话时长超过40000分钟。114保供专线始终站在助老防疫的“第一线”，获得了长者群体的广泛认可。

114服务不仅仅在特殊时期发挥作用，作为上海电信一直着力打造的“数字语音门户”，今天的114将服务定位在“数字适老、服务助老”，上海电信先后在114助老服务环节中植入了法律咨询以及三甲医院专家门诊预约的“114名医导航”等专业咨询服务，方便老人“一键通服务”。

针对当下老人的“打车难”，上海电信携手“申程出行”开通代叫出租，帮助老人电话打车。运行至今“114代叫出租”已经为28837个用户提供了服务，有老人为此特地致电12345市民热线，要求表扬114。

下阶段，“114”、电话亭、营业厅将与电信云端服务融合，构建更系统完整的适老服务体系，帮助更多人跨越数字鸿沟，为更多的长者朋友带来“有温度”的数字生活。

公话亭“兼职”打车亭，智慧出行更暖心

上海电信持续聚焦老年人电信服务的各场景，坚持传统电信服务方式与信息化助老服务创新并行，联合申程出行在愚园路、福州路、西藏中路、淮海中路等城市道路边的公用电话亭加装了智慧屏，为上海市民，特别是老年群体提供更为便捷的出行新方式。

在通信尚不发达的年代，街头的公用电话亭承载着人情往来沟通的使命；而在移动互联网快速发展的今天，它不仅肩负着应急通信服务的重要功能，还被赋予了全新的使命。新改造橙色电话亭兼职“打车亭”的功能，除一台公用电话，还配备了“一键叫车智慧屏”，变身成为“智能叫车电话亭”。在这里，人们不仅可以坐下休憩、连接WiFi上网、给手机充电，还能通过简单操作呼叫出租车。点击“一键叫车智慧屏”，不用输入任何起止点信息，只需刷脸识别或输入电话号码，即可发出叫车需求。很快，屏幕上就会显示出哪辆出租车接单，以及车牌号以及距离有多远、预计到达时间等信息，同时，市民手机上也会收到司机联系电话等相关信息。遇

到雨雪天气，市民叫车后即可安心在公话亭中等待出租车到来，相比在路边等待扬招出租车体验更佳。

助老服务一键通，“小喇叭”陪伴更贴心

今年，上海电信推出“助老一键通-小喇叭”产品。通过电信“小喇叭”智能设备，平时老人可以方便地进行亲情通话、收听广播和音乐，让晚年生活不再寂寥；遇到紧急情况，按下设备上的按键，可以及时获得帮助。通过“小喇叭”智能设备和小程序联动，子女即使不在老人身旁，也可以远程提醒老人及时用药。尤为人性化的是，社区工作人员也能通过管理后台向“小喇叭”设备下发广播，通知老人可以下楼做核酸检测、领物资等。

安防守护有AI，智慧助老更用心

“检测到302家中烟雾和可燃气体浓度超标，请及时查看！”在照顾独居老人方面，上海电信充分借助物联网和AI力量，不断推陈出新。自行研发推出的物联网智能安防五件套，由智能烟感、智能燃气、智能门磁、智能红外和守护宝组成，这套“长辈守护神器”基于电信的物联网NB网络，配合物联网感知设备和平台，能够及时发现异常并实现远程实时告警。目前已在上海市长宁区、浦东新区的多个街镇进行了规模化部署，累计超过10万线。各街镇通过在一些独居老人家安装智能安防套件，进一步提升了“一网统管”社区治理服务质量。

今年电信日，上海电信智慧安防产品家族又添一新成员——AI安全守护。这款全新的AI智能服务产品，基于家庭云宽带、云资源和AI能力，可以实现360°看家、双向对讲等家庭智能监护功能，当检测到家中有陌生访客或客厅有人摔倒等特殊事件时，设备就会立即自动发起告警，为老人提供智能贴心的安全守护AI服务。

5G赋能基层医疗，健康服务更贴心

5G康复护理、5G远程影像、5G远程超声、移动病房……近年来，上海电信加快推进社区“便捷就医服务”数字化转型与数字医疗创新发展，探索高效便捷的社区医疗新模式，在徐汇区康健街道社区卫生服务中心打造了上海首家5G社区医院。

对于一些身患慢性病经常需要医疗随访但出行不便的老人，在家门口的社区医院进行健康监测是相对便捷高效的解决方案。在升级后的5G社区医院，居民可以直接由专业医生远程指导完成远程B超等检查，还可以通过远程视频家庭医生，完成简易门诊、快速开具处方、做好慢性病登记、康复随访等日常健康管理。此外，患者在院内就诊时无需排队付费和等待报告，支付和获取检查报告提醒都可以轻松地在手机上完成。

生命的脚步终将放缓，而科技发展却日新月异。从服务适老到数字助老，上海电信始终牢记央企使命，围绕科技助老发挥运营商优势，让老年人在享受数字生活的过程中获得幸福感、安全感，让数字化的产品、技术和服务真正传递出科技的温度。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=454&aid=105117>

(来源：中新网)

多地探索城市更新新路径：“适老化、无障碍改造”成趋势

今年的城市更新任务中“适老化”“无障碍”等关键词频繁出现。政府工作报告中提到，再开工改造一批城镇老旧小区，推进无障碍环境建设和适老化改造。

位于珠江南岸的琶洲村是广州最大的城中村之一，在改造前，这里城乡结构反差强烈，村外是一片广州地标建筑，而村内充斥着各种城中村常见的“城市病”。而如今，经过改造后的琶洲村焕然一新，高楼建筑、文化广场兴建，一些特色的传统建筑也被保留，历史与现代在这里相融共生。

这是城市更新时代下的一个缩影。今年，政府工作报告中提出有序推进城市更新。同时，城市更新被写入多个地方政府工作报告中。3月17日，发改委印发《2022年新型城镇化和城乡融合发展重点任务》，再次“点名”城市更新，将其列入今年的重点任务。

在去年各地密集出台城市更新条例基础之下，今年或将进入到城市更新工作全面展开的一年。

受访专家表示，在我国积极应对人口老龄化国家战略背景下，城市更新工作应结合中国特色和需求推进无障碍环境建设和适老化改造，补充社区养老模式和条件，以满足人民群众对美好生活的不断追求。除惠及民生外，城市更新也将成为扩内需、增投资的重要方式，未来应充分发挥市场主体力量，推动多方资本参与支持城市更新可持续化运作，发挥城市建设撬动内需的重要支点作用。

适老化、无障碍成“关键词”

2021年8月，住建部发布《关于在实施城市更新行动中防止大拆大建问题的通知》，否定城市更新沿用过度房地产化的开发建设方式，明确坚持“留改拆”并举，划定“2255”底线。而《2022年新型城镇化和城乡融合发展重点任务》中也再次提到“注重修缮改造既有建筑，防止大拆大建”。

而今年的政府工作报告在去年“实施城市更新行动”的基础上进一步提出“提升新型城镇化质量，有序推进城市更新”。目的是对过去城市更新模式的纠偏，抑制无序拆迁的“野蛮生长”，回归城市更新利国惠民的初心。

21世纪经济报道记者注意到，今年的城市更新任务中“适老化”“无障碍”等关键词频繁出现。政府工作报告中提到，再开工改造一批城镇老旧小区，推进无障碍环境建设和适老化改造。除国家层面外，地方政府工作报告中这一导向也十分明显，多地就老楼加装电梯提出量化目标，此外，湖北省提出完成适老化改造1.5万户，安徽省提出打造一批无障碍示范区。

广东省体制改革研究会执行会长彭澎在接受21世纪经济报道记者采访时表示，加快推进老旧小区适老化改造是实施积极应对人口老龄化国家战略的重要举措，步入老龄社会，“适老化”“无障碍”可能成为普遍需求，应该纳入城市规划、建设、更新的硬性规定。

去年12月，住建部透露，2019年以来，全国各地结合城镇老旧小区改造加装电梯近2万部，增设或改造提升养老、助餐等各类社区服务设施近3万个。但总体看来，老旧小区适老化改造仍在起步阶段，还存在一些问题。

彭澎认为，未来要优化城市更新适老化改造，应满足四个方面的需求。一是“行”的需要，阶梯加装坡道、防滑、扶手等设施，上楼、过街尽量有电梯等。二是“如厕”需求，公共厕所设置以及“六小件”配备、单位厕所对外尤其是老年人开放等。三是“急救”系统，如AED设置、救护车通道等。四是“托老”设施，如长者食堂、日托、星光老人之家、平安钟等。

“就老龄社会而言，要考虑到大多数中国老人以居家养老为主，多补充社区养老模式和条件，推动更加人性化、适老化的城市更新改造，从需求出发，从中国特色出发。”彭澎表示。

除民生方面，以城市更新优化产业布局也成为各地目标。如上海今年提出推动功能布局调整和产业结构升级，高标准推进南大智慧城、吴淞创新城、金山滨海国际文化旅游度假区等建设。青岛提出以保护、保留、利用、提升为主导，重塑产业与空间关系；通过推进低效片区再开发，进一步优化产业布局，完善城市功能，提升城市品质，为城市发展注入新动能、导入新产业、焕发新生机。

华南城市研究会副会长孙不热向21世纪经济报道记者表示，过去城市更新更像是房地产开发，所以现在地方文件均要求城市更新要有产业导入。目前很多大城市的老城区面临产业空心化的危机，通过城市更新可以将更多空间活化利用，吸引更多产业重新进入老城区，优化城市产业空间布局，形成新的产业增长点。

探索城市更新多元治理模式

城市更新不仅是民生工程，更是发展工程。在扩大内需战略下看，城市更新不仅对于补短板、扩内需、增投资意义重大，同时也将有助于畅通循环，建设强大的国内市场，促进经济长期持续健康发展。

根据2月24日举行的国新办新闻发布会上公开数据，据不完全统计，截至2021年底，全国411个城市共实施2.3万个城市更新项目，总投资达5.3万亿元。

2022年，城市更新继续延续热度，成为各地重点项目投资热点。例如《广州市2022年重点项目建设计划》和《广州市2022年重点建设预备项目计划》中提出，2022年，广州城市更新等重点工程项目共54项（含6个预备项目），总投资达9776.27亿元；石家庄发布的2022年重点建设项目名单中包含城市更新项目71项，总投资586.9亿元，年度预计投资300亿元以上。

而城市更新撬动的巨大内需空间和投资潜力，吸引多方资本进入这一新兴赛道。北京、上海、无锡、天津、成都、广州、石家庄等地纷纷成立城市更新基金，且呈现基金体量较大的特点。近日，上海城市更新引导私募基金合伙企业（有限合伙）注册成立并完成备案，注册资本为100.02亿元人民币，作为2021年6月发布的上海800亿元城市更新基金中的引导基金，其备案完成标志着上海在城市更新资金支持方面取得重大进展。除上述城市外，重庆也在积极拓宽城市更新资金来源渠道，提出力争今年完成城市更新基金筹建。

记者注意到，部分城市的城市更新基金呈现多元化构成特征，除政府和国企外，社会资本也能参与其中，这种政府、国企、社会资本多方参与城市更新的模式正被逐渐推崇。

近日，广州发改委发布《广州市关于支持社会力量参与重点领域建设的指导意见》，其中重提加大社会力量参与城市更新的力度。

城市更新项目周期长、成本大，相比之下，对民企而言，国企融资成本更低、风险更低，但民企也拥有效率高、经验足等优势，将在城市更新中发挥重要作用。

华兴证券（香港）首席经济学家兼首席策略分析师庞滨在接受21世纪经济报道记者采访时表示，如何撬动更多的增量资金参与并盘活存量资金，是关系到城市更新投资与建设能否顺利开展的关键。在加大财政资金支持力度的同时，应强调投资的有效性、适度性、可行性、持续性，合理设计盈利模式，精细安排融资方式，充分发挥市场主体力量，探索社会资本与民间资本平等参与城市更新的模式，鼓励行业龙头企业带动中小企业特别是科技创新型企业以多种方式参与城市更新。

多方资本参与将推动城市更新可持续化运作，充分释放我国城市发展的巨大潜力，发挥城市建设撬动内需的重要支点作用。同时，城市更新中基于数字化、网络化、智能化的新型基础设施建设，也将成为新的经济增长点。

庞滨表示，适度超前开展城市更新在内的基础设施投资，才能稳住我国经济的基本盘，夯实数字经济和中国智造发展基础，更好地推动经济高质量发展，促进我国经济社会转型发展，扩大有效投资和消费。“考虑到传统基建对经济增长的边际贡献逐步削弱等因素，城市更新对各方面都能产生较强的带动效应，并能作为承接新城建设、智慧城市建设和数字经济发展的基础。”

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=454&aid=105118>

(来源：常青藤LEX)

国家卫生健康委召开全国卫生健康系统打击整治养老诈骗专项行动部署推进会

5月13日上午，全国卫生健康系统打击整治养老诈骗专项行动部署推进会（视频）召开，委党组成员、全国老龄办常务副主任王建军同志出席并讲话。

王建军要求，各地卫生健康部门要深入贯彻落实习近平总书记关于老龄工作重要指示批示精神，深刻认识开展专项行动的重大意义，依法查处养老机构内设的无资质医疗机构、无行医资质相关人员擅自为老年人开展诊疗活动等违法行为，做好线索收集、宣传教育、核查督导、重点整治、建章立制等工作。

王建军强调，各地要把专项行动与提高老年健康服务水平、规范和促进医养结合发展结合起来，统筹做好老年人疫情防控和老龄工作各项年度工作任务，不断提升广大老年人的获得感、幸福感、安全感。

委办公厅、医政医管局、综合监督局、老龄司、宣传司及中国老龄协会负责同志在主场参会，各省（区、市）、新疆生产建设兵团卫生健康委负责同志及相关处室负责同志在分会场参会。
<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=455&aid=105127>

（来源：老龄健康司）

养老产业

华为：倡导推动ICT产品及服务适老化，让更多人从数字技术中受益

5月16日消息（李明）在2022年世界电信与信息社会日（517世界电信日）来临之际，华为公司高级副总裁、中国区总裁鲁勇表示，华为将携手更多路人，推动ICT技术赋能千行百业，打造数字经济新动能，同时还将继续秉承数字包容理念，让更多的人从数字技术中受益。华为倡导推动ICT产品及服务适老化，让老年群体同样享受到数字世界所带来的便捷。

四方面助力ICT技术创新、打造数字经济新动能

当前，数字经济已成为促进经济社会发展的强力引擎，ICT技术的持续创新为数字经济发展注入新动能。据鲁勇介绍，华为主要从以下几个方面进行ICT技术持续创新、助力数字经济发展。

第一，数字经济底层架构的核心是“联接”。“双千兆”奠定了当前中国数字经济发展的重要基础设施，但未来对联接的需求是无止境的。比如，工业场景下工控对实时性、可靠性要求非常高，需在带宽、时延和可靠性上至少提升10倍；家庭场景下，要实现超高清视频、VR、AR甚至全息通信，追求“身临其境”的体验。为应对上述挑战，华为联合国际标准组织等产业各方共同定义了无线5.5G和固网F5.5G产业愿景，实现10Gbps无处不在，满足家庭、工业等场景下对超低时延、超高安全性、可靠性的极致要求。

第二，数字经济发展的关键要素是数据，而算力是数据发挥作用的关键。当前对算力的需求呈爆发式增长，预测到2030年，全球通用算力将增长10倍，AI算力将增长500倍。为此，华为重新定义了计算架构，通过在节点架构、基础软件架构、数据中心集群计算架构三个层面去突破计算性能和效率的瓶颈，实现性能倍增，能效显著改善。

第三，上云已成为各行业数字化转型的共识，其具有高效、便捷、资源配置更弹性的优势。但在用云的过程中，普遍存在“不愿上”、“不会上”和“用不好”困境。华为提出“一切皆服务”战略，把基础设施、技术以及经验云化、服务化，让客户上云不再困难。以天津港为例，其作业计划非常复杂，须借助AI来提升效率。传统方式下，需购置设备，搭建环境，采集数据，再进行算法开发，需3-6个月，而利用华为云资源和AI开发环境，只要2-4周，极大提升了港口应用的开发效率。

第四，数字技术是实现绿色低碳发展的使能器。华为主要聚焦在两方面：一是供给侧，利用数字技术提升光伏行业发电量和运维效率，如在青海，华为助力客户建成了全球最大的2.2GW单体光伏电站，通过云和AI技术，使发电量提升超过2%，运维效率提升超过50%。二是用能侧，在有效控制ICT产业自身碳排放的同时，通过ICT技术帮助各行业大幅降低能耗和碳排放。

共创数字包容，倡导打造适老化的数字产品

虽然ICT技术的飞速发展给我们的生活带来了诸多便利，但很多老年人无法从适应快速迭代的数字生活，今年世界电信和信息社会日主题定为“面向老年人和实现健康老龄化的数字技术”，让全社会更加关注这一群体面临的困境。

据鲁勇介绍，2019年，华为提出了TECH4ALL数字包容倡议和行动，其中主要面向的群体之一就是老年人，华为倡导推动ICT产品及服务适老化，让老年群体同样享受到数字世界所带来的便捷。

一方面，华为倡导打造适老化的数字产品，如去年底发布的医疗级带血压计手表，可以用来监测老年人的血压、血氧、心电图等信息，在用户授权的前提下，数据可以上传到云端并分析生成报告，老年用户和他们的健康顾问、医生可以掌握这些信息。华为及伙伴可以根据这些信息提供全面的数字健康服务，如筛查解读、体征监测、慢性病管理等。

另一方面，华为倡导全社会共同努力帮助老年人掌握数字技能。今年以来，华为与北京市老年开放大学合作开设“鹤龄学堂”，线上直播与线下授课相结合，培训老年人更好地使用智能手机和移动互联网应用，更好地参与社会活动。

“前行不辍，未来可期。”鲁勇表示，华为将携手更多路人，推动ICT技术赋能千行百业，打造数字经济新动能，同时还将继续秉承数字包容理念，让更多的人从数字技术中受益。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=522&aid=105119>

（来源：C114通信网）

智慧养老

缩小“数字鸿沟”，让老年人融入数字社会

当前，老龄化已成为社会普遍关注的问题，全球60岁及以上的人口正在快速增加，预计2050年将超过16亿。今年世界电信和信息社会日（以下简称“电信日”）的主题是“面向老年人和实现健康老龄化的数字技术”。

国际电联呼吁成员国继续利用ICT，制定数字政策和战略，利用数字技术使老年人健康地步入老年，参与社会活动并作出贡献。国际电联呼吁各部门成员、部门准成员和学术成员继续促进在创新和数字知识/素养等领域的合作和伙伴关系，为经济、社会和政治增长创造机会并利用新的可能性，以加强数字包容性和对老年人友好的数字环境，并继续实现“连通目标2030年议程”。

在中国，通过ICT缩小“数字鸿沟”，使老年人享受数字化生活带来的便利成为共识。去年，互联网应用适老化及无障碍改造专项行动已经开始实施，针对老龄化社会的智慧养老、智慧社区解决方案不断在实践中应用。

多位业界专家表示，非常赞同本次电信日主题。93岁通信专家李进良表示，国际电联及时提出这一主题，我国积极响应，动员全体电信界考虑如何助力老人跨越“数字鸿沟”的责任与担当，这一举措非常好。清华大学教授吴金希认为，我国已深入迈进老龄化社会，目前老年人生活中使用(APP)和智能设备等都会遇到许多困难，电信日这一主题让通信企业都积极关注这一问题，有助于缩小数字技术的的不平等。

产业链多元解构适老工作

“实现健康老龄化的数字技术”这是从信息通信的角度寻求更健康老龄化的方式，同时帮助老年人跨越“数字鸿沟”，也是通信业在日趋老龄化社会中发展的新机遇。

作为信息通信业基石的运营商，践行社会责任，逐步完善电信业适老化改造。为老年人提供线下营业厅“银发族专席”，同时实现电话客服老年人“一键呼入”功能，优化手厅(APP)，老年关爱版一键切换……这些适老改造大大增加了老年人使用电信服务的便捷性。智慧家庭工程师为银发族提供电信业务上门指导、上门办理。并协同各方资源，加强创新智慧养老目标，以医疗、健康、护理为切入点，规模化普及服务银发族人群的异常行为监测、跌倒防护、一键呼救等。

作为智能终端产业的主管部门，工信部电子信息司2020年至今持续开展智能终端产品适老化改造工作，并取得了一定进展。日前，工信部发布通知，拟推广“银杏”适老产品标识。在适老方面，华为、小米、OPPO、vivo等终端企业早已有所行动。OPPO约15款可更新ColorOS11及以上系统版本的手机支持适老化相关功能；华为鸿蒙手机操作系统已实现标准中约80%的适老化功能，当前超过1.3亿部手机升级鸿蒙系统；4款终端产品通过了有关机构适老化测试认证，智能终端行业的适老化改造工作取得了一定的成绩。

野村综研数字化总监陶旭表示，要消除老年人“数字鸿沟”，数字化应该做到无感化。产品和应用如果老年人也能信任和轻松使用，肯定是人性化的。所以适老化设计是智能产品人性化设计的最高挑战。

2021年4月7日，工信部发布《移动互联网应用((APP))适老化通用设计规范》。互联网企业纷纷行动，腾讯公司对微信、QQ等产品深入推进适老化和无障碍改造工作；高德地图开发“一键叫车”功能，方便老年人出行；咪咕阅读等(APP)推出大字版、听书功能，丰富老年文化生活。截至今年4月，工信部已组织对300多家网站和(APP)完成适老化改造。

适老化乘风起航

智能化时代的技术飞速发展，而适老化的改革才刚刚开始。因为任重，所以道远。吴金希认为，目前无论是运营商、终端厂商，还是互联网应用的适老化的在老龄化社会中做得远远不够。希望今后从法律层面进一步出台相关适老政策，消除数字歧视。

李进良表示，要特别重视农村跨越“数字鸿沟”，我国农村的老龄化水平明显高于城镇。农村60周岁及以上老年人口占农村总人口的比重为23.81%，比城镇高出7.99个百分点。当前我国现有行政村已全面实现“村村通宽带”，4G/5G也已覆盖到乡镇，加快农村老年群体像城市一样共享信息化发展成果是可行的，问题在于电信界是否特别重视电信普遍化服务这一硬骨头，能千方百计持续推进互联网应用入户行动，进一步激发农村老年群体连网、上网、用网的需求活力。

老吾老，以及人之老。信息通信企业的暖心服务和智能硬件、互联网企业更加注重适老化的体验，为智能注入温暖的力量，让老年人在智能化社会“乘风破浪”。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=528&aid=105120>

（来源：齐鲁壹点）

健康管理

中老年人每天睡多久才算健康？

睡眠，对于身体健康至关重要。晚上睡觉就好比是为身体“充电”，当身体有足够电量时，白天才会精神饱满，也会感觉充满力量，能够让人“耗电”。

但是现如今出现“睡眠障碍”的人数越来越多，长期睡眠不足，更容易导致自身健康受损，也会增加慢性疾病风险。

“老周，这急匆匆地干嘛去？”李大叔询问。

“昨天睡得晚了一点，没睡够8小时，刚刚晨练回来，正准备回家睡一下回笼觉呢。”周大伯停了下来，气喘吁吁地说。

“为啥要睡够8小时啊？我每天都是睡到自然醒就足够了。”李大叔非常疑惑。

“8小时是人体最佳睡眠时间，如果睡不够，心脏病、高血压、中风都会找上门来。”周大伯详细解释道。

在多数人认知中，每天睡眠保证8个小时是最佳睡眠时期，有助于各器官得到充足修复和排毒，能够让身体得到充足休息范围。

但是关于这种说法早已被很多科学家推倒，因为根据研究发现并非每个人都适合睡眠8个小时，尤其是中老年人睡眠，应该保证在哪个范围内呢？

中老年人每天睡多久才算健康？

复旦大学新研究：每天睡7小时最佳！

复旦大学类脑智能科学与技术研究院院长冯建峰教授和程伟青年研究员团队进行了一项研究，研究结果发表在《自然-衰老》杂志上。

研究人员针对英国生物库50名，年龄在38~73岁的中老年人受试者睡眠模式，以及心理和生活幸福度进行分析研究。

同时让受试者进行一系列的认知测试，结果发现有接近4万名参与者的大脑成像和基因数据，是非常有用的。

研究人员通过分析后发现睡眠时间过长或者睡眠不足都和认知能力受损相关，包括处理速度、视觉注意力、记忆力以及解决问题的能力。

保持每晚7个小时睡眠，是认知表现的最佳睡眠量，可以帮助人体维持良好心理健康，当夜间的睡眠时间小于或大于这个量，引起更多焦虑和抑郁症状，身体整体健康状况逐渐下降。

研究作者之一，复旦大学冯建峰教授表示，我们不能断言睡眠过少或过多会导致认知问题出现，但对于个人在较长时间的分析，似乎在支持这个观点。

但是需要大家知道，这属于一项观察性研究，还不能直接得出睡眠时间和认知问题之间的因果关系，但是过多或过少的睡眠时间都会对健康不利，都是当下医学界的共识。

睡眠多的危害

睡眠时间并非越多越好，如果睡觉时间太长，更容易让人感觉到疲劳、精神状态差、人显得无精打采，因为长时间睡眠，人体的新陈代谢会减慢。

如果睡眠时间太久，会影响到心脏的收缩力，造成心脏乏力、心功能下降，心功能下降以后运动量稍微大一点，就会出现心慌、气短的情况。

睡眠的时候人，处于休眠的状态，体内的食物分解速度也比较慢，需要消耗的热量也少，久而久之就会引起肥胖，肥胖是多种慢性疾病罪魁祸首。所以睡眠时间过多也是有害处的。

睡眠少的危害

睡眠时间的长短，可以说是和我们的寿命的长短联系在一起的，过短的睡眠时间和过长的睡眠时间都是会影响到我们人的寿命的。

长时间睡眠和睡眠不足会导致，身体疲劳代谢率降低。睡眠时间不宜过长。经过长时间的睡眠，心跳会减慢，代谢率会下降很低。肌肉组织松弛。

随着时间的推移，人们变得懒惰。弱而弱，甚至智力都会下降。因此，人们不应该睡得太久，成年人熬夜7-8小时就足够了。如果你想增加你的睡眠时间以保持健康，它会适得其反，增加疾病并缩短生命。

深度睡眠是越久越好吗？

人每天晚上都要睡七八个小时，但这么长时间并不是一下子沉沉睡过去，而是分为几个睡眠周期。简单讲，人的睡眠周期可以大致分为三种：浅睡眠、深睡眠、快速眼动睡眠。

睡眠周期就是从浅睡眠进入深睡眠、快速眼动睡眠，不断循环，每个周期大约90分钟。如果一晚上的睡眠按8小时算，大约要经过4~5个周期，我们通常每个晚上会经历4~5次深度睡眠。

在深度睡眠阶段，生长激素会大量分泌，对于人体的修复和生长都有重要影响。研究表明，深度睡眠对记忆的巩固有重要作用。

不同人所需要的深度睡眠时间，可能有较大差异，成年人一晚深度睡眠时间通常占比是15%~25%。如果睡8小时，深度睡眠时间也就在72~120分钟之间，大概就是1~2个多小时。

值得注意的是，哪怕比平时睡得久，也不能增加深度睡眠时间。实际上，深度睡眠看不见、摸不着，而且感觉不到，只有通过脑电图检测才能判断出来，说白了，深度睡眠存在于脑电图机器上，是睡眠的一个阶段。

保证充足睡眠，对于强健体魄效果非常理想，那么如何提高自己的睡眠质量呢？其实我们可以在平时多吃些帮助改善睡眠的食物。

哪些食物有助改善睡眠？

1，龙眼

味甘、性温，具有补心益脑，养血安神的功效，临睡前饮用龙眼茶或以龙眼加白糖煮汤饮用，对改善睡眠非常有益。

2，红枣

对多梦、精神恍惚有显著疗效，反红枣去核加水煮烂，加冰糖，阿胶文火煨成膏，睡前食用可提高睡眠质量。

3，小米

具有健胃、种脾、安眠的功效；研究发现，小米中含有丰富的色氨酸，它能使大脑思维活动受到暂时的抑制，使人产生困倦感，临睡前喝一碗小米粥，可使人安然入睡。

4，核桃

味甘性温，是一种很好的滋补营养食物，能治疗神经衰弱、健忘、失眠多梦，用核桃仁，黑芝麻，糯米熬粥食用，可促进睡眠。

5，水果

因过度疲劳而失眠，可吃些苹果、香蕉、梨等水果，这些水果属碱性食物，有抗肌肉疲劳的作用；若把橘橙一类的水果放在枕边，其香味也能促进睡眠。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=627&aid=105121>

(来源：养生时间)

书刊著作

老年经济的新理念：老年人的需求不仅仅是生活和健康

从本书中文标题来看，内容好像是在写“老年经济”，但书的英文标题与中文标题并不一致，直译的英文标题应该是《长寿经济——打开世界上增长最快、最被误解的市场》。从全书内容上看，英文标题实际上更为确切地揭示了书的核心内容，即在长寿时代，养老产业应该是增长最快同时也是市场中被严重误解的领域。由此可以发现本书内容是写“养老市场”。确实，本书是在讨论目前养老市场存在的问题，而且书中讲了很多生动故事和实际案例，但通读全书以后会发现这本书不只是在讲问题，更重要的是在讲理念。书中提出的很多新理念具有普遍性意义，这也可能正是译者将中文标题改为《更好的老年》的潜在目的，即不仅希望企业家对本书感兴趣，更希望所有人都能够读一读这本书。

“要把老年人视作年龄一体化社会的积极参与者和贡献者”

“新理念”是本书的关键词。本书先从旧理念的起源谈起，并用了“老年观”这样一个特定词汇作为旧理念的标签。作者开门见山地提出“老年是虚构的”，是社会学家常说的“社会构建”。作者认为，这一旧观念一部分是建立在生物学基础上的，但大部分是人类在过去一个半世纪，为了短期的人类目的而创造出来的。这种观念已经变得很危险。尽管随着生育率下降和寿命的延长，特别是“婴儿潮”一代人进入老年以后，人口老龄化在加速，老年人口数量迅速增加，但老年人积蓄了大量的资金，养老产业潜力巨大。不幸的是养老市场却是处于“失灵”状态，因为人们“看不到反映老年消费者的广告”，老年人反映“很难找到容易看清楚的产品标签”“难以找到容易打开的包装”等。许多产品不仅没有考虑到老年人的身体状况，同时也彻底忽视了老年人的看法与形象，最致命也是最难以估量的失误则是缺乏创新。产生这类问题的原因是我们对老年的看法是历史形成的，而且存在严重缺陷。人们普遍认为老年人总是贫困的、不健康的，也是贪婪的，将人口老龄化视为一场缓慢演变的危机，并看作是对人类最大的威胁之一。在这一观念的引领下，针对老年人的解决方案总是局限于休闲产品和身体需求，而并没有关注当今的老年人渴望成为怎样的人或期望达成什么目标。书中指出，企业每天都关注其他年龄群体的新渴望，但却没有一家企业关注老年人的新渴望和新需求。

实际上在世界卫生组织2002年出版的《积极老龄化政策框架》中谈到老龄化带来的其中一个挑战就是“塑造一个新观念”，这里也明确提到“传统上老年通常是和退休、疾病和依靠抚养联系在一起”，而新观念强调的是“要把老年人视作年龄一体化社会的积极参与者和贡献者”。本书所提出的理念与世界卫生组织提出的理念完全一致。

老年人的需求是全方位的，而不仅仅是生活和健康需求

本书分为两大部分：第一部分详细描述现在的老年观是如何形成的，并强调这种观念导致了社会保障、医疗保险和保护老年人相关法律法规的制度，尽管这种制度在很长时间对老年人是有利的，且避免了很多老年人遭受极端的、不合理的剥夺，但是现在这种观念变成了一种负债，必须被取代，因为为老年人提供的服务只是为了维持生存，自由和幸福并未受到关注。作者进一步从需求角度讨论这种旧观念如何导致一些产品的失败和如何限制了人们的想象力，并介绍了一些将会指引我们走出困境的人和事。比如，书中介绍了老年食品、老年人呼叫急救设备、老年手机等失败的案例。作者认为，之所以很多为老年人生产的产品并不一定受老年人的喜爱，其中一个重要原因就是企业老板和研发人员都是年轻人，他们根本不了解、也不理解老年人，“我们只是把老年人当成病人，而不是消费者”。第二部分从第一部分的“新观念”中讨论如何将其转化为产品，从产品功能和拓展功能来设计产品，从供给角度满足老年人多样化的需求。

本书强调的最重要一点就是在马斯洛不同需求层次中老年人需求并不都是最基础的需求，而是全方位需求。以往的关注点只是满足老年人的基本需求，而忽略了更高层次的需求，因此，老年产业应该更多地关注老年人的高层次需求。本书的很多理念非常值得中国借鉴，特别是老龄产业和老年人市场的借鉴，因为老年人的需求是全方位的，而不仅仅是生活和健康需求。尽管政府基本公共服务主要针对的是满足老年人最基本需求，但企业并不应该把全部力量都放在解决老年人基本需求上，因为针对老年人基本需求的满足往往成本比较高，而绝大多数老年人在经济上并没有能力单独以市场价格来支付这类服务，这也是导致中国养老产业无

法兴旺的一个主要原因。当然，在满足贫困和失能老人的生存和生活需求方面，如果政府能够提供更好的政策和更多资金的话，也会大大推动养老产业的发展。然而，这一时机在短期内并不会到来，因此，企业需要拓宽思路、拓展方向，在为老年人提供基本生活服务的同时，为满足老年人更高层次的需求做更多的工作。这个市场在中国是存在的，也是巨大的，正等着被开发。（作者为北京大学人口所教授、博士生导师）

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=554&aid=105122>

（来源：北京日报）

养老金融

银保监会：研究开展特定养老储蓄业务试点，专家：可在期限档次和品种上做更多创新

银保监会正在会同人民银行研究推出特定养老储蓄业务试点。

专家建议，随着试点推进，可以在期限档次和产品品种上做更多创新，比如考虑与保险制度、房地产方面结合，做更多衍生。

日前，银保监会相关部门负责人表示，为进一步丰富第三支柱养老金融产品供给，银保监会正在会同人民银行研究推出特定养老储蓄业务试点。

特定养老储蓄产品包括整存整取、零存整取和整存零取三种类型，产品期限分为5年、10年、15年和20年四档。初步拟由工、农、中、建四家大型银行在部分城市开展试点。

按照既有政策，整存整取目前最长期限为3年，基准利率为2.75%。

北京工商大学微观金融研究中心主任杨德勇在接受《每日经济新闻》记者电话采访时指出，该业务目前尚在研究阶段，个人建议试点金融机构可稍放开，允许部分中型银行进入，促进公平竞争和更多创新。

专家：试点银行可考虑稍微放开

针对将要推出的特定养老储蓄业务试点，银保监会有关部门负责人介绍，特定养老储蓄业务兼顾普惠性和养老性，产品期限长、收益稳定，本息有保障，可满足低风险偏好居民的养老需求。初步拟由工、农、中、建四家大型银行在部分城市开展试点，单家银行试点规模初步考虑为100亿元，试点期限暂定一年。特定养老储蓄产品包括整存整取、零存整取和整存零取三种类型，产品期限分为5年、10年、15年和20年四档。

杨德勇接受记者采访时指出，银保监会协同人民银行推出特定养老储蓄业务非常及时，可以做更多探索。

“由工农中建四大行来试点，这是因为初期我们要保持稳定，避免产生更大风险。但是我个人建议试点银行可以稍微放开一些，允许部分中型银行参与试点。”杨德勇表示，这可以促进公平竞争和更多创新。

杨德勇说，现提出的三类型产品和四档期限，是基本的分类。随着试点推进，可以在期限档次和产品品种上做更多创新，比如考虑与保险制度、房地产方面结合，做更多衍生。

值得注意的是，今年以来，养老金融各项政策持续推进。5月10日，银保监会发布《关于规范和促进商业养老金融业务发展的通知》，对商业养老金融的业务规则作出原则性规定，提出建立多元发展格局，支持银行保险机构开展个人养老金融业务，倡导银行保险机构稳步推进商业养老金融发展。

该通知主要包括四方面内容：一是明确了商业养老金融的发展理念，支持和鼓励银行保险机构发展相关业务，丰富产品供给。二是突出养老属性，规定了银行保险机构开展商业养老金融业务的基本标准和原则。三是强调银行保险机构要充分披露信息，开展消费者教育，培育养老金融理念。四是对银行保险机构开展商业养老金融业务组织实施、管理机制、费用政策等方面提出了基本要求，并明确了不规范业务的清理安排。

政协委员：养老金融产品可享受税收优惠

杨德勇表示，中国的老龄化进程从时间上看远远超过预期，速度很快。由于我国人口基数大，老龄人口规模相对较大，因此压力也较大。此外，从经济总量上看，我国是第二大经济体，但人均GDP较为薄弱。与发达国家先富后老有所不同，我们是富裕和老龄化社会同步到来，对目前的养老体制形成巨大挑战。杨德勇认为，在此情形下，推出特定养老储蓄业务试点非常及时。

根据七普数据，我国60岁及以上人口为2.65亿人，比重达到19%，大大超过了10%的老龄化国家国际标准。其中65岁及以上1.9亿人，达13.50%，这是7%的老龄化国际标准的近两倍。

全国政协委员、南方科技大学代理副校长金李近年来持续关注我国养老问题。金李表示，老龄化与少子化对传统养儿防老模式带来巨大冲击，过去乡土社会中以血缘和地缘纽带为基础的家庭-宗族-邻里的养老机制正受到快速城镇化和工业化带来的人口大流动的破坏。传统养老机制面临空前挑战，社会化养老成为大势所趋。

金李在2022年全国两会上提交提案，指出完善养老三支柱建设，特别是加强第三支柱。他提出通过税收激励，鼓励年轻人形成良好储蓄习惯，应对老年所需。

金李还指出，老人大多依靠养老金和子女的支持，以及过往储蓄产生的财产性收入，需要更好的财务规划，既保证在生命存续期有充沛合理的资金使用，也满足财富传承需求。另外，随着人均寿命提升，未来大量老人会存在一定的失能失智问题，亟需对金融服务进行适老化改造。部分老人有需要特殊照顾的智力低下子女如自闭症子女。目前部分老人特别是农村和城市低收入老人由于教育程度不高，对于金融诈骗风险抵御能力较差。很多涉老金融产品存在有意无意的误导甚至是欺诈，对老人财产安全伤害极大。部分老人因为过度追求高收益，听信误导，一生积蓄毁于一旦。

金李在全国两会期间呼吁，加快建章立制，增加普惠金融教育，更好抵御金融欺诈，树立成熟的风险意识，适度承担风险，避免短期频繁炒作，建立长期投资的理念。

他还提出，提升金融机构服务老年客户的意识和能力。根据老年金融的特点，即周期长，风险承受力低，希望一定最低回报，因为寿命不确定性所以需要兼顾保险和投资需求等，需要更精细和有针对性的设计金融产品，打造符合老人特点，符合市场规律的，中低风险，回报稳健，期限较长，能享受充分税收优惠的金融产品，提升老年金融的效率和可得性。

养老金融政策持续推进

近年来，政策层面对养老金融连番部署。2018年，我国启动了个人税收递延型商业养老保险试点，明确保费支出可以延迟缴纳个税，以此鼓励个人购买商业养老保险产品。

2020年12月，中央经济工作会议提出要“规范发展第三支柱养老保险”。

2021年6月，专属商业养老保险试点启动，试点地区为浙江省（含宁波市）和重庆市。要求试点保险公司创新开发投保简便、交费灵活、收益稳健的专属商业养老保险产品。消费者达到60周岁及以上方可领取养老金，且领取期限不短于10年。

2022年3月1日起，专属商业养老保险试点区域扩大到全国范围，在原有6家试点保险公司基础上，允许养老保险公司参加试点。

此外，2021年9月，银保监会选择“四地四机构”启动养老理财产品试点，即工银理财在武汉和成都、建信理财和招银理财在深圳、光大理财在青岛开展养老理财产品试点。试点期限一年。试点阶段，单家试点机构养老理财产品募集资金规模限制在100亿元人民币以内。

今年2月，银保监会表示，为进一步推动完善试点，加大养老理财产品供给，决定扩大养老理财产品试点范围。自2022年3月1日起，养老理财产品试点地区扩大至北京、沈阳、长春、上海、武汉、广州、重庆、成都、青岛、深圳10地。养老理财产品试点机构也扩大到10家。

试点理财产品应当持续优化养老理财产品方案，提高信息披露准确性和透明度，增加长期限产品供给，不得变相通过期限结构设计规避监管要求，不得宣传养老理财产品预期收益率。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=568&aid=105123>

（来源：每日经济新闻）

个人养老金制度落地，万亿级第三支柱养老市场加速“跑”

连日来，关于养老话题再度催化市场关注度。万亿市场空间，多元主体该如何百花齐放？

继5月10日银保监会发布《关于规范和促进商业养老金融业务发展的通知》，支持和鼓励银行保险机构依法合规发展商业养老储蓄、商业养老理财、商业养老保险、商业养老金等养老金融业务，一时间关于养老金融话题市场再度热议。紧随其后，银保监会相关部门负责人5月13日在银保监会通气会上表示，银保监会推动第三支柱养老保险规范发展，拟由工、农、中、建四家大型银行在部分城市开展养老储蓄试点。

01、工农中建四大行拟率先开展养老储蓄试点

当前我国老龄化速度加快，正面临着“未富先老”的局面，截至2021年底，我国65岁以上人口达2亿，占比14.20%，较上年同期增加992万人。随着我国人口老龄化形势严峻，财政养老不堪重负。据《中国养老金精算报告2019-2050》测算数据显示，2019-2050年全国城镇企业职工基本养老保险基金当期结余在勉强维持几年的正数后便开始加速“跳水”，赤字规模越来越大，养老金支付压力需要通过第三支柱部分释放。

在通气会上，银保监会相关部门负责人表示，目前，我国具有养老属性的商业保险已为人民群众积累了超过4万亿元的长期养老资金，创新性的商业养老金融试点成效明显，商业养老金融改革取得重要阶段性成就。在借鉴国内外经验的基础上，银保监会筹备创新推出具有鲜明养老属性的商业养老金管理业务，为个人提供养老财务规划和长期资金管理，将养老规划、账户管理与金融产品相结合，为客户提供专业化养老顾问服务和金融解决方案，满足消费者差异化养老需求，力争尽快由部分养老保险公司开展试点。

据该负责人称，特定养老储蓄业务兼顾普惠性和养老性，产品期限长、收益稳定，本息有保障，可满足低风险偏好居民的养老需求。初步拟由工、农、中、建四家大型银行在部分城市开展试点，单家银行试点规模初步考虑为100亿元，试点期限暂定一年。特定养老储蓄产品包括整存整取、零存整取和整存零取三种类型，产品期限分为5年、10年、15年和20年四档。

一直以来，我国沿用的世界银行于1994年提出的“公共养老金计划+职业养老保险计划+个人储蓄计划”概念，养老保险体系分为三大支柱，分别为基本养老保险（第一支柱）、企业年金（第二支柱）和个人商业养老保险（第三支柱）。其中第一支柱覆盖面广，达10.3亿人，但替代率较低，仅为40%左右，发展增速动力不足；第二支柱规模稳健增长，但覆盖面有限，目前参与人数仅7200万人，无法形成真正有效的养老保障，需持续唤醒企业职工参与意识。

4月21日，国务院办公厅正式发布《关于推动个人养老金发展的意见》（以下简称《意见》），在中国境内参加城镇职工基本养老保险或者城乡居民基本养老保险的劳动者，可以参加个人养老金制度，每人每年缴纳上限为12000元。同时，个人养老金资金账户资金用于购买符合规定的银行理财、储蓄存款、商业养老保险、公募基金等金融产品，参加人可自主选择。

5月10日，银保监会发布《关于规范和促进商业养老金融业务发展的通知》（以下简称《通知》）。文件不仅重点突出养老属性，同时还强调养老金融产品的长期保障和衔接服务。《通知》要求养老金融产品期限符合客户长期养老需求和生命周期特点，支持和鼓励银行保险机构向客户提供长期直至终身的养老金领取服务，探索将商业养老金融产品与养老、健康、长期照护等服务相衔接，丰富养老金领取形式。

值得注意的是，《通知》要求商业养老资金投资采用成熟稳健的资产配置策略，有效管控商业养老资金投资风险。同时，鼓励积极投向符合国家战略和产业政策领域，为资本市场和科技创新提供支持，对符合银保

监会规定的银行理财、储蓄存款、商业养老保险等金融产品可纳入个人养老金投资范围，可享受国家规定的税收优惠政策。

02、多方角逐养老版图谁将先发制人获益？

个人养老金制度的最终落地，将为我国第三支柱的加速发展奠定制度基础。实际来看，个人养老金第三支柱的推广不仅是产品端的竞争，更需要建立以“养老教育、养老金融服务、养老社区服务和绿色投资理念”等多维度的第三支柱养老生态体系。

今年以来，推动第三支柱养老相关政策正在逐步落地，不仅是保险、银行与公募基金各方正在积极参与第三支柱体系构建，一些财富管理及相关第三方互联网平台也摩拳擦掌积极参与其中。

作为国家顶层设计持续超长期的广阔市场，个人养老金市场将成为保险公司的主要发力点之一。据市场预计，特别是以商业保险等为代表的养老第三支柱将迎来快速发展机遇。

2021年6月，6家大型保险公司在浙江省和重庆市两地正式开展专属商业养老保险试点。截至目前，试点已扩至全国并取得初步成效。专属商业养老保险采取账户式管理，投保简便、交费灵活、收益稳健，资金长期锁定用于养老，支持消费者在退休后长期或终身领取养老金。同时，允许企事业单位以适当方式为新产业、新业态从业人员投保提供交费支持。截至2022年4月末，承保保单合计12万件，累计保费近9亿元。其中，快递员、网约车司机等新产业、新业态从业人员投保超过1.5万人。此外，国民养老保险公司的成立将银行与保险的关系进一步拉近，未来将聚焦创新型养老金融服务。

从近年看，保险公司积极布局“保险+养老”服务生态建设，进一步增强在商业养老市场的竞争优势，特别是几大龙头险企凭借品牌和试点的先发优势，预计在商业养老发展中可获得优先受益。截至目前，中国太保已在9个城市落地10个太保家园养老社区建设项目，其中成都、大理社区已开业运营；中国平安正在积极探索“高端康养+居家养老”一体化模式，“平安管家”一站式居家养老服务”已于2022年3月1日在北京、深圳等20个城市全面推广，布局居家养老人群占比达90%。可见，保险公司以“保险+养老服务”为核心的竞争优势趋趋明显。

03、“账户制+税延优惠”是个人养老金的核心

应该说，个人养老金政策的推出，是我国养老第三支柱统筹建设的一个崭新开始。此次政策的核心是账户制和税延优惠。账户制是实现个人养老投资封闭运行、限额控制、税收优惠、灵活投资等核心功能的基础；税延优惠则为符合资格的劳动者积极参与计划提供了必不可少的激励条件。

尽管目前我国个人养老金实施条件已趋于成熟，个人养老产品前期试点工作已较为充分，但此前个税递延型养老保险试点效果不及预期，光大证券(601788)研究团队在分析中提及造成的因素有以下几方面：

一是我国以间接税为主的税制不利于实施税延养老金政策。2021年国内及进口环节的增值税、消费税合计占比42.35%，企业所得税占比22.02%；个人所得税仅占7.33%，而同期美国财政收入中个人所得税占比达到41.1%，相较我国而言，推广个人税收递延政策环境更为优越，更利于其个人退休账户IRA的发展。

二是我国个人税收递延政策适用范围较窄。目前个人税收递延的商业养老保险实行契约制度，而不是信托制度；购买的是商业养老保险产品，而非建立个人账户。美国IRA制度的法律基础是信托法，建立的是个人账户，个人可以选择基金、保险、理财等多种方式来实现。

三是个税起征点调整缩减了税优政策人口覆盖规模。2018年10月1日起，个税起征点从3500元/月上调至5000元/月，这导致当年应纳税人数降至约6510万，仅占总人口的4.6%。

四是税延优惠与实际需求背离。根据试点政策，税延养老保险保费上限为1000元，但税延产品的实际适用对象为中高收入者，实际税收优惠力度小，吸引力低；中低收入者工资收入未达到个税起征点，无法参与。以一位每月应税收入20000元的参保者为例，其每月保费扣除限额为1000元，购买税延养老保险后每月仅少纳税200元，因此税延产品对其没有太大吸引力。

五是税延政策操作流程复杂，消费者投保热情受挫。个人税收递延政策需逐月计算核算每月优惠限额为月收入6%与1000元孰低者，同时税延政策多采用单位代扣代缴的个税申报方式，抵扣操作不够简便，增加了人力部门的工作量。

从商保角度来看，在监管政策引导下积极推出税延型养老金，保险机构通过定期寿险、长期储蓄险等类养老险种提升客户保障渗透率。尽管目前税收优惠力度较小，试点效果不及预期。此次《意见》也并未明确个人养老金税收优惠政策的相关细则，仅说明“国家制定税收优惠政策，鼓励符合条件的人员参加个人养老金制度并依规领取个人养老金。”但参考历史与海外经验，后续相关政策有望逐步完善落实。

养老第三支柱的发展壮大是个循序渐进的过程。我国目前缴纳个税的群体规模约为7200万人，个人养老金制度或许会先吸引这一部分人群，但离城镇职工群体全覆盖还有很大差距。未来随着养老账户功能的不断完善，账户内投资选择的增多，缴存上限的提升，个人养老金必然成为民生的重要支柱之一，也将为资本市场提供长期稳定的增量资金，助力宏观经济平稳发展。今后，在个人养老金时代，银行、保险、公募、券商等各类金融机构将群雄逐鹿，皆在同一起跑线。据市场预计，初期或许是账户的争夺（负端竞争），但在后期，则会在产品体系、投资能力、养老金融服务体系、生态完善等方面财富管理（资产端）间博弈，进而出现收益成效。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=568&aid=105124>

（来源：NEW财经）

国际交流

日本经济停滞30年货币狂贬，根本原因是老龄化？一年减少近70万人

最近一段时间以来大家注意到没有，日元是在狂贬的。日元和美元的汇率已经到了一美元能兑换大概130个日元。日元和人民币的汇率大概已经到了100日元才能兑换5个人民币，这真是过往十几、二十年以来的新低。为什么日元在最近一段时间以来会这么迅速的贬值？直接原因上讲是因为美国在加息，而日本没有跟随美国加息，美国通货膨胀太严重了，所以美国要用加息把通胀压下来。而日本的经济不振，他不敢跟随美国加息。

可是从根本原因上讲，是因为日本经济在停滞了30年之后，现在就开始出现衰退的迹象了。越来越多的人不看好日本的经济，甚至在这一轮乌克兰危机之中，日元都已经丧失了避险货币的地位。为什么会这样？因为日本经济真的不太好，而且有一个因素会使得日本经济在未来更加的拉垮，什么因素呢？当然是人口问题了。

在过去10年，我们都知道日本人口在慢慢萎缩，日本人口在负增长，到了去年这个趋势在进一步加剧。整个2021年日本大概只出生了80万多一点的人口，而日本死掉了144万的人口，也就是说一年的时间日本人口减少了60多万。世界上很多国家有老龄化的问题，但是老龄化最严重的就是日本，世界上很多国家都有少子化的问题，但是少子化最严重的也是日本。所以日本人口在急剧的萎缩。

当然也会有人讲日本人口现在1.2、1.3个亿，这放到欧洲妥妥的大国，比什么英国、法国、德国都多得多，哪怕一年减60万，10年才减600万，再过一个三十五年日本也能维持个七八千万的人口，还是比德国都要多，所以我们不需要杞人忧天。

可是大家知道吗？对于一个国家而言，起决定性作用的不是人口的多少，而是人口的比例。日本人口是有1.2、1.3个亿，可是日本的老年人太多了，多到什么状态？日本大概65岁以上的老人接近30%，这是个什么概念？以往我们经常愿意引用一个数字，就是全球各国的人口平均数，美国3亿多人口的平均年龄是三十七八岁，跟我国差不多。印度大概只有28岁，而日本48、49快50岁了。

而且日本这样的国家它的人口萎缩是会呈加速度蔓延。为什么这么说？一方面日本的老年人口今天是在越积越多的，虽然说日本医疗条件很好，日本老年人寿命高，可是你总有这个极限，80岁高不高？高，90岁高不高？高，100岁呢？日本医疗条件再好，他100岁的老人能有多少？所以未来这些年当日本老年人寿命达到极限之时，每年死掉的人会越来越来。

而另一方面每年出生的人他是会越来越少的，这也是一个加速度的概念。因为你每个年龄层面的年轻人都在减少，所以他们能出生出来的人口数量就会变得更加少。也就是说今年日本减少了60万人，明年可能就80万，后年可能就100万，这个速度在加速进行。而且在加速的过程中，全日本人的平均年龄还会不断提升，因为老人是不断增多的，而年轻人是不断减少的，这就是一个很可怕的事了。

因为假以时日日本可能都无法提供足够的劳动力了，你想，今天全体日本人的平均年龄四十九九快50了，再过5年，当全体日本人的平均年龄达到60岁怎么办？虽然今天日本也在推迟退休，老年人可以65岁退休、70岁退休甚至终生不退休，可是这对于日本老人来讲，难道是个很好的选择吗？

而另一方面日本老龄化和少子化简直是个无解的问题。咱们经常说今天的中国人也不愿意谈恋爱，不愿意结婚，不愿意生孩子，为什么？因为咱们中国年轻人压力太大，尤其指男青年，你看你要结婚你得准备彩礼、你得准备房子，不然人家丈母娘不干。结了婚好不容易把孩子生下来之后，你会发现养一个孩子太贵了，奶粉钱、早教钱，上了幼儿园、小学之后还有无休止的补课。所以中国年轻人压力太大，这导致他们不愿意生孩子。

那么怎么办？这个太好办了，我们把年轻人身上的压力卸掉，比如说房产调控，让房价不那么高，年轻人买得起房。生了孩子之后国家给予各种各样的补贴，而且现在在幼儿园很多都是公办的普惠制的了，上一个幼儿园一个月几百块钱1000块钱就够了。到了小学中学教育阶段现在在教培行业已经被干掉了，我们可以不用像以前那样花那么多钱去给孩子补课了。所以这两年确实咱们年轻父母身上的压力相对被卸下来了，相信以后会有更多的人愿意早婚多生孩子。

日本是这样吗？日本不是这样，相比于我国年轻人，日本人身上哪有压力？房子问题，日本房价30年就没涨过，所以当我国老百姓疯狂的买房的时候，日本年轻人是不买房的，房子买来之后不但不能升值还会贬值，我租个房子好了，我为什么要买房子？买房子的目的不是主要是为了让资产的保值增值吗？日本房子它就不具备金融属性，日本人结婚有压力吗？没听说日本丈母娘对男青年的要求特别高，也没听说日本人结婚有彩礼这个说法。甚至日本人生孩子有压力吗？日本政府早就规定了，从幼儿园到大学通通是免费的，而且我们几乎没有听到太多日本中小小学生补课的新闻。甚至今天日本政府贴心到什么状态？孩子一出生就给你一大笔补贴，家庭条件不好的话人家早教的费用都给你免掉。

然而即便在这样一个状态之下，日本年轻人从谈恋爱到结婚到生子这个压力比我国青年要少得多的状态之下，日本人还是不愿意结婚，还是不愿意生孩子。每年新生儿数量是急剧性的下跌，以至于日本人都麻爪了，他们都不知道用什么样的方式能够促使年轻人多生孩子，以便摆脱这个老龄化和少子化的状态。

所以当咱们发现日本这样一个国家老年人越来越多，年轻人越来越少，未来恐怕都无法提供足够的劳动力的时候，您觉得这个国家的经济未来还有希望吗？甚至再过10年20年，日本经济要面临的巨大问题就是他到哪里去找足够的劳动力，他如何养活几千万的老年人？所以从长远看日本经济会衰退，日元会下跌这就很正常了。连日本自己的经济学家都说，三五年之内韩国人均GDP都要超过日本。而对于日本而言，似乎对老龄化和少子化这个问题真的是无解的。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=578&aid=105125>

（来源：照理说事）

老年说法

警惕购买养老服务陷入非法吸收公众存款泥沼

投资养老院以优惠的价格获得养老床位，每年还可获得赠送的福利消费券。天上真的会掉馅饼吗？近日，福建省南平市建阳区人民法院审结一起打着这样的旗号的非法吸收公众存款案。

被告人郑某（化名）以其经营的某竹木制品有限公司、老年活动中心需要资金以及投资养老床位为由，未经国家有关部门批准，对外许诺以1%—2.5%不等月利率支付利息，通过口口相传的方式，向社会不特定人员56人吸收资金共计2048.8万元（人民币，下同），尚余1087.130776万元未归还。

经法院审理，被告人郑某因犯非法吸收公众存款罪，被判处有期徒刑四年二个月，并处罚金人民币100000元。

法官提醒

随着我国老龄化社会进程的加速，犯罪分子瞄准了老年人养老的“钱袋子”，抓住老年人想减轻孩子负担，注重健康、养身而风险防范能力又相对较弱的特点，打着“养老”旗号非法集资，主要手段有：

1. 提供“养老服务”。有的养老机构没有养老实体，或有养老实体但吸收的会员远远超过现有的床位数量，却以提供住宿餐饮、观光旅游、医疗保健、照顾陪护等养老服务为名，以高额回报或消费优惠为诱饵，采取预留床位、办理“贵宾卡”、“会员卡”等方式非法吸收资金。
2. 投资“养老项目”。打着投资、加盟、入股养身基地，或销售虚构的养老公寓、销售养老公寓使用权等名义，通过返本销售、售后返租、约定回购等形式非法吸收资金。
3. 销售“老年产品”。通过送米油鸡蛋等礼品、请吃饭、陪旅游等多种方式，诱导蒙骗老年人参加养身讲座、专家义诊等活动后，采取商品回购、寄存代售、消费返利等方式非法吸收资金。
4. 投资“理财产品”。犯罪分子利用老年人群体对互联网金融了解不多的特点，假冒网络理财或设立所谓的理财网站或平台，以投资分红或购买网站平台积分等有高额回报为诱饵，非法吸收资金。

风险提示：机构或者企业承诺的高额利息往往主要来源于老年人缴纳的费用，属于拆东墙补西墙，高额利息仅为噱头，待资金链断裂，不仅高额利息无法兑现，甚至本金也难以追回。承诺的高端养老服务或养身产品往往无法达到预期效果，老年人的养老需求亦无法得到满足。

根据《防范和处置非法集资条例》第二十五条的规定：非法集资人、非法集资协助人应当向集资参与人清退集资资金。因参与非法集资受到的损失，由集资参与人自行承担。请广大老年人及其家属提高警惕，增强风险防控意识和识别能力，远离非法集资，守好养老“钱袋子”。

<http://www.cnsf99.com/Detail/index.html?id=606&aid=105126>

（来源：检察日报）

关于我们



中国养老网建立得到发改委、民政部、卫健委、全国老龄办、中民养老规划院、中国老龄事业发展基金会、中国社会福利基金会的指导和大力支持。我们以向社会传播养老服务业资讯、促进养老产业与事业建设发展为己任，充分发挥互联网特性，增强吸引力、可读性、亲和力，力求打造成为中国养老信息资讯的网络传播平台。

中国养老网致力于宣传党和国家关于养老产业与老龄事业的政策和制度；传达党和国家及各级政府养老工作资讯；宣传建党以来老龄工作的历程；宣传国家对老龄化社会的指导方针；促进各级养老服务工作、养老设施关于老龄化数据的研究支持，为读者提供养老服务业关于政治、经济、文化、健康、生活等方面的咨询。

中国养老网致力于养老战略的研究，承载国内大批专家学者、养老从业人员，集中一批专家学者，面对快速老龄化的政策安排，实施好《“十三五”规划》促进养老服务体系与老龄事业更好发展，努力实现老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐的工作目标。积极探索在养老保险、照护保险、养老信托、养老服务等领域的体系建设。

北京中民养老事业促进中心长期从事养老事业和社会保障工作，是中国养老网的载体。积极研究我国“十四五”养老服务体系研究，研究养老服务体系建设与养老服务设施规划，培训养老高级管理人员以及评估师，支持国家养老示范工程的建设，支持国家爱心护理工程的发展。

中国养老示范基金是中国老龄事业发展基金会专项基金，由北京来博颐康投资管理有限公司捐资发起。重点支持养老研究和养老标准建立，表彰优秀养老专家学者及工作者；支持国家建立医养结合、社区养老辐射支援居家养老等模式与体系的建立和实施；支持养老示范工程，建立更多国家养老示范基地；支持国家爱心护理工程，促进爱心护理院规范健康发展；支持养老领域能力建设，建立国家养老服务职业体系；支持国际养老互动交流。

亲爱的读者，中国养老网为了给您带来更加优质的服务，更加丰富的网站内容，提供更好的资料与您分享。同时，中国养老网的发展也离不开您对我们的热心支持和帮助。欢迎社会各界人士对中国养老网不吝赐稿，丰富我们网站内容使我们更加全面与专业！我们将来稿择优发布到中国养老网和其他平台中并注明作者。

谨在此感谢社会各界人士对养老事业的关注与支持！

感谢北京香山颐养健康管理有限公司、幸福颐康养老产业投资有限公司的支持！

联系我们

小助手（微信）：ZMYL123

官网：www.CNSF99.com

网站地址：北京市海淀区三里河路一号

办公地址：北京市朝阳区建国门外外交公寓

邮编：100600

邮箱：Cnsf99@163.com Cnsf99@126.com

电话：010-68316105/6

传真：010-85325039

内部刊物仅供参考