

爸妈养老不纠结，多种方式可选择

60岁以上的占常住人口总量的16.7%，长沙多元养老模式助推“养老”变“享老”

● 长沙晚报全媒体记者 刘俊

“养老”一直是全社会关注的问题，也是每个人终将面对的问题。

目前长沙60周岁以上常住人口177.72万人，占常住人口总量的16.7%；65周岁以上达119.02万人，占比11.2%；80周岁以上达20.99万人。数据折射出长沙人口老龄化不是“将来时”，而是“现在进行时”。

重阳节来临，记者探访长沙多家养老机构、老人家庭，从居家改造的细微处到养老机构的专业照护，从医养结合的安全感到科技元素的新潮范，通过探寻当下不同的养老方式，为老年人从“养老”到“享老”提供更多参考。

居家养老：适老化改造呵护安全

湖南湘江新区望岳街道山水新城小区，68岁的刘建平和老伴刘跃进住在这里。这是一户失独家庭，两位老人患有多种基础疾病，“最担心的是洗澡和上厕所，怕站不稳。”刘建平说。

民政部门工作人员多次上门，了解他们的需求，制定改造方案。没过多久，老人家的适老化改造项目顺利完工——为了防止老人摔倒，马桶旁装有扶手，浴室里配有可折叠淋浴凳，卧室增设床边扶手和一键呼叫报警装置，两个卧室门安装感应夜灯。

记者在走访中发现，居家养老仍是许多老人的首要选择，而适老化改造在衣食住行的每个细节上下功夫，为老人提供便利度和安全感。“每个老人的年龄、需求、身体状况都不一样，我们会上门了解他们的生活作息、饮食习惯、出门习惯等，根据‘一户一策’的改造原则，为他们提供个性化的产品。”花样智慧养老的负责人陈泽岑说。

比如空间方面，针对使用轮椅的老年家庭，把家中地面全部拉平，扩宽房门的宽度；家庭设施方面，因为老人弯腰困难，把插座安装在距地面80厘米高的地方，老人取高处柜子的东西很困难，就把柜子做成下拉式等。

不过目前家庭适老化改造项目还是个“新鲜事物”，为了让市民更加了解适老化产品，长沙首家养老商城体验中心近日在长房24品生活中心启动，整合晚安家居等近百家居优质企业



老人在敬老院中做手工，晚年生活变得丰富多彩。长沙晚报全媒体记者 刘俊 摄

资源，现场进行“焕新惠老”政策解读咨询，推出适老化产品“样板间”，让老年人感受适老化改造的效果。

目前长沙对困难老年人免费进行适老化改造，实现“愿改尽改”。

截至10月26日，全市适老化以旧换新“立减”活动累计申领15479笔，占全省的57.66%。

乡村养老：让老人“享老”不出村、不离家

“以后回农村养老”曾是不乏人挂在嘴边的一句话。据第七次全国人口普查数据，农村老年人口占农村总人口的23.81%，高于城市的15.82%。面对老龄化的加速到来，如何让农村老人真正安享晚年？

“陶奶奶，我要跟您握握手，沾沾百岁喜气！”前不久，宁乡市夏铎铺镇敬老院的陶淑辉老人迎来百岁生日，许多人前来祝寿。

在10公里外的龙福新村，82岁的李奶奶正享受着上门服务。护理员将水温精准调至38℃，在浴室铺设好防滑垫，一边帮老人沐浴一边聊着家常。

宁乡市夏铎铺镇敬老院探索出“三位一体”养老模式：镇上的特困老人进行集中供养，让无

依老人找到归属；面向社会开放的80%床位盘活了资源，分级收费模式满足不同层次需求，为敬老院可持续发展注入了活力；打破机构围墙，将专业养老服务延伸至周边社区；护理团队走遍镇上各个村落，让失能半失能老人在家中也能享受到专业、有尊严的照护。

如今，夏铎铺镇敬老院的“三位一体”模式正在被周边6家养老机构“复制”。

长沙县青山铺镇敬老院打造一支“带不走”的本土护理队伍。面向全镇招募留守妇女，经系统培训、考核后持证上岗。这支队伍不仅解决了农村养老“专业人才下不去、留不住”的难题，更用“熟人服务”拉近了与老人的距离，让农村养老更有温度。

目前，长沙着力破解农村养老难题，全市基本建成“市县乡村”四级养老服务网络和“15分钟养老服务圈”，区县(市)社会福利中心和街道(乡镇)综合养老服务中心实现全覆盖，建成城乡居家养老服务机构1534个，其中，社区居家养老服务机构753个，农村居家养老服务站781个。即使是最普通的乡镇，也能创造出有尊严的晚年。

智慧养老：服务“一键上门”

“小愈，我要做艾灸。”10月24日，在长沙市芙蓉区社会福利中心，一名老人正尝试与名为“小愈”的艾灸机器人互动。接到简单指令后，“小愈”迅速响应，根据为老人提前定制的艾灸方案做起自动智能化艾灸。

记者发现，入住老人的房间里也含有高科技元素。比如床上配备的智能床垫能检测到老人平日的睡眠数据，便于护理员调整老人的作息；洗手间里设置了跌倒感应区，如果老人发生意外，会立即触发报警，护理员收到消息后会及时前来处置。

芙蓉区社会福利中心办公室主任雷露告诉记者，该中心打造了“微养”智能化养老平台，配置先进的安全监控系统和健康护理设备，通过智能设备实现健康监测和慢病管理，并引进骨骼机器人、陪护机器人等智能辅助产品，为老人术后康复、精神慰藉等提供智能解决方案。

随着近年来人工智能等技术的迅猛发展，科技养老、智慧养老理念在养老服务中不断兴起。长沙不少养老院加入科技元素，进一步提升入住老人的生活质量。

雨花区砂子塘街道综合养老服务中心为老人专门打造了保健型高压氧舱，老人戴上耳麦式吸氧设备后，只需扫二维码就能躺在舒适的按摩椅上开启“氧疗之旅”。老人所住的每个房间都安装了具有预警功能的“毫米波雷达”，不用摄像头，不用手环等穿戴设备，就能精确感知老年人的各项指标变化。

2025年敬老月期间，由市民政局定制开发的“长沙市智慧养老服务平台”新增“养老外卖”业务，老人或其子女可根据需求在线预约助餐、助医、助洁、助浴、助急、助行等“六助”服务。目前，平台注册用户已达11.09万人，入驻养老服务机构超1000家，累计服务订单突破31.1万笔。

但得夕阳无限好，何须惆怅近黄昏。

养老不是一个人、一个家庭的事，养老方式的多元化背后，是全社会对老年群体需求的深度回应。期待“老有所养，老有所依，老有所为，老有所乐”的美好愿景能够逐步变为现实。

高速公路免费，释放发展红利

● 白木

10月28日，湖南省交通运输厅发布通知，杭长高速公路长沙至永安段(以下简称“长永高速”)收费期将于2025年11月1日到期，以后实行“零费率”通行。

对老百姓来说，这是实实在在的好处。比如，每天往返长沙和浏阳永安镇的市民，一个月就能省下400多元。大家去浏阳看烟花、走亲戚，也多了一条不花钱的快速路。减免的单趟10元金额虽小，却真实降低了出行成本，提升了生活幸福感，让交通发展的成果惠及群众。

高速免费也是降本增效的好办法。物流成本高，一直影响着商品流通效率。长永高速连接长沙和浏阳，免费之后，企业运费成本降了，不管是拉原料还是送成品，都能省下一笔。这还可能让商品价格更实惠。而且，就像节假日免费通行能带动车流、促进消费一

样，长永高速公路免费，也将进一步激活长沙和浏阳之间的经济互动，给区域发展添把火。

当然，高速公路免费后，不能忽视后续养护。以前养路费收费，现在不收钱了，路怎么养？设施怎么维护？绝不能免费即失修。这需要地方政府加大投入，也可以探索新路子，比如用广告、服务区经营等收入来补运维，或者建立政府和社会共同参与的养护机制，确保免费高速公路既通畅又安全。

修建高速公路的目的，是服务人民、推动发展。高速公路收费是有期限的，这个底线必须守住。希望更多地区以长永高速为参照，做到高速公路收费时限到期即退，同时把后续养护做好，让更多完成收费使命的高速公路，变成惠及民生、助力发展的免费快车道。

星城夜谈
湖南新闻奖专栏

长沙发布今年三季度物业“红黑榜” 19家企业登“红榜”，5家入“黑榜”

长沙晚报10月29日讯(全媒体记者 刘嘉)长沙市住建局联合市文明办28日正式公布2025年第三季度物业服务企业“红黑榜”及“重点监管”企业名单。19家企业荣登“红榜”，11家企业被列入“重点监管”名单，5家企业被列入“黑榜”。

在今年第三季度开展文明小区建设、“整治物业服务履约不到位等工作中，当代滨江苑等19家物业服务企业表现

突出，入选“红榜”。谷山乐园、星语林·公寓等11家企业因消防安全管理缺失、公共收益不透明、服务响应迟缓等原因，被列入“重点监管”名单。加州阳光西等5家企业存在长期整改不力、服务严重缺失的情况，被列入“黑榜”，将被取消其本年度行业评优评先资格。

扫码看详情



交通銀行
BANK OF COMMUNICATIONS

广告

交湘工信易贷

工信赋能 | 融惠万家 | 多维提额 | 纯信用

针对小微企业，税费缴纳、基础信息、金融数据和政务数据等全方位多维度提升额度。

至高可贷2000万，授信期限2年，单笔业务期限1年，宽限期3个月。

“码”上贷，用款灵活，线上申请、线上提款，两年循环，随借随还。

风险提示：

贷款用途仅用于日常生产和经营活动中流动资金周转，不得用于购置不动产、借贷、股票以及其他法律法规或相关监管规定禁止的用途，具体贷款额度和利率以交通银行审批结果为准。

客服热线:95559官网:www.bankcomm.com

*该海报场景、人像由Ai生成。



扫一扫立即申请

纯信用至高2000万