

## “居家社区型”养老观察②

## 居家养老,乐享晚年的向往

□本报记者 马潇潇

居家社区型养老实质上是家庭养老模式的延伸与拓展。以家庭为基础、以社区为依托养老,发挥社区的养老依托功能,老人在有设施、环境安全的场所所有尊严地进行休闲、社交活动,丰富日常生活,社区的老年乐园已经成为老人们一个温馨的精神家园。



胡老先生坐在社区老年人日间照料中心愉快地与记者聊天 本报记者 张展 摄

## 寻找快乐,天天到社区“上班”

家住城区工业南路的80多岁的张春西老人和老伴,现在天天都要到离家不远的黄龙庙社区老年人日间照料中心活动。住在附近桂花城70岁的胡老先生也是天天到这个社区老年人日间照料中心活动。打牌、下棋、打乒乓球、拉弦弹曲唱戏、拉家常……记者每次到这个社区老年人的乐园,都能被老人们悠然的开心生活感染。“日间照料中心没建之前,我们几个老年朋友都是聚在

一个老朋友家玩,虽然老朋友很热情,但还是有很多不方便。现在社区有了老年人活动场所,真的是为老年人着想。”张春西老人开心地说。

胡老先生和同住一个小区的郑老先生都喜欢音乐。他们结伴每天来社区活动中心主要是拉曲唱戏。他们拉,有几位阿姨唱,很是开心,久而久之形成了一个小艺术团。后来,社区活动中心还专门给他们腾了一间屋子放乐

器,避免乐器带来带去的麻烦,而他们也拟定了一个活动日程,将周一至周六每天要练习什么曲唱什么歌,都列了出来,周日休息。胡先生说:“相比周围的社区,这个社区活动中心设施齐全,慢慢地来的老人就多了,大家熟悉后,就根据爱好结伴儿玩,我们几个,有拉的有唱的,已经像个艺术团队了……现在我们就像天天上班一样,每天都要到这里寻找快乐。”

## 老人乐园,一个温馨的精神家园

对很多人来说,一退休便进入颐养天年阶段。生活中,多数老人不愿离开熟悉的环境与住所。只是随着经济的发展,即使“居家养老”,也早与传统的居家养老需求不同。“社区老年日间照料中心使老人们有了一个乐园,这是一个温馨的精神家园。”胡老先生

说。黄龙庙社区老年人日间照料中心设有书法室、棋牌室、休息室等,不大的院子里,原来摆了一个乒乓球台,最近又添了一台,这些设施满足了来玩乐的老人的生活需求。

年近七旬的李金铭老人是独居老

人,他经常到社区的老年人日间照料中心找人聊天。有时,没人聊天了,他就看老人们下棋,或是看其他老人打乒乓球。他说,社区日间照料中心离他家近,他现在每天就像“上班”一样,都来这里“报到”,这里已经成了他的一个“温馨之家”。

## 居家养老,“老人乐园”要覆盖城乡

就城市而言,随着社会经济发展,以及社会养老保障体系的不断完善,城市退休老人的养老意愿已经发生质的变化,多数老人向往品质养老生活。面对老人们的养老愿望,城市养老准备好了吗?

其实,国家层面的政策,2013年9月,国务院《关于加快发展养老服务业的若干意见》中就明确指出,到2020年,全面建成以居家为基础、社区为依托、机构为支撑的,功能完善、规模适度、覆盖城乡的养老服务体系。我国

“十三五”规划提出,要建立以居家为基础,社区为依托,机构为补充的多层次养老服务体系。社区养老成为养老服务体系中不可或缺的一部分。

记者注意到,为帮助更多老年人实现居家养老愿望,城市居家养老模式的转型早在2016年就开始了:2016年底全国遴选出26个市(区)作为全国居家和社区养老服务改革试点,民政部、财政部出台了试点补助资金管理暂行办法、试点地区绩效考核办法等一系列文件推

动此项工作进展。截至2018年3月,中央财政支持开展居家和社区养老服务改革试点共公布两批54个试点地区,已完成第一批26个试点的首年考核。

近几年,南阳市在构建全市社会养老体系建设中也出台了一系列扶持社区居家养老发展的政策,一定程度上推动了社区居家养老社会体系建设。目前,全市共有城乡社区居家养老机构452个,其中,城市日间照料场所70个,农村日间照料场所382个。⑩1

## 取消养老机构设立许可

我市加强  
登记和备案管理

本报讯(记者马潇潇 通讯员杨清波)近日,市民政局印发《关于落实新修订的〈中华人民共和国老年人权益保障法〉的通知》,明确规定取消养老机构设立许可,同时,对取消养老机构设立许可后登记和备案管理工作的开展,提出了相关意见。

据了解,取消养老机构设立许可,养老机构登记后即可开展服务活动,并按规定备案。

不再受理养老机构设立许可申请,是我市深化养老服务“放管服”改革,放开养老服务市场,推进养老服务发展的关键举措。民政部门将深化“放管服”改革、“一网通办”和“最多只跑一次”,依法做好养老机构登记和备案管理工作,不断提高服务便利化水平,创新工作方法,逐步实现申请登记养老机构线上办理。

取消养老机构设立许可,并不意味着放弃、放松监管。民政部门是养老机构设立事中事后监管的主要职责部门,各级民政部门将加强监管力量,会同相关部门建立综合监管机制,保持行业安全运行和稳定发展。

为推动全市养老机构健康发展,《通知》对养老机构的监管工作明确作出了规定。

综合监管。创新养老机构管理方式,积极协调政府和相关部门抓紧建立落实养老机构综合监管制度。加强养老机构安全、消防、卫生、服务等日常监管工作,发现属于建筑、消防、食品卫生、医疗服务、特种设备安全风险,应当及时抄告同级住房城乡建设、应急管理、市场监管、卫生健康等部门,由相关部门督促进行整改,民政部门做好配合工作,确保老年人的合法权益不受侵害。

行业监管。按照“履职照单免责、失职照单问责”原则,认真履行行业管理职责,发现养老机构存在可能危及人身健康和生命财产安全风险的,应当第一时间约谈机构负责人,下发整改通知书,责令限期改正;逾期不改正的,责令停业整顿。要充分运用社会服务机构年检信息,对年检不合格的民办公益性养老机构加大监管力度,对存在严重违法违规经营行为的,应当及时告知登记管理机关,由登记管理机关依法予以行政处罚乃至吊销登记证书。

信用监管。要建立健全养老服务信用评价制度,通过“信用南阳”网站,建立覆盖养老服务行业法人、从业人员和服务对象的行业信用体系。健全信用信息记录和归集机制,加强与南阳市公共信用信息平台的信息交换和共享,及时发布养老机构失信信息,将信用记录作为政府购买服务、享受政府补贴等各项支持政策的重要衡量因素。⑩1

NYWB  
保健课堂

## 守护颈椎 告别久坐

颈椎出现问题不仅会导致疼痛,严重的还会影响正常的生活和工作,甚至还有瘫痪的可能。现在低头长期玩手机、用电脑等原因导致这个曾经的老年病已经成为年轻人的职业病,颈椎病的年轻化已经成为必然的趋势。

亡羊补牢为时不晚,预防颈椎病最根本的方法是减少长时间静止状态下低头和久坐,通过各种运动

收缩锻炼颈部肌肉来预防颈椎病。我们可以通过游泳来对肩、背、腰,特别是对颈部肌肉进行锻炼。同时在游泳的时候,我们是浮在水面平躺的,这个姿势明显减轻颈椎、腰椎压力。久坐办公室的人员可以每隔1小时起立行走活动一下,通过伸腰、360度活动颈部、双手臂扩胸等动作缓解肩颈部的肌肉紧张。⑩2

(欣荣)

## 生气更伤人

研究人员发现,与悲伤相比,生气对老年人心理健康伤害更重,可能增加炎症风险,而长期炎症水平较高关联心脏病、关节炎和癌症等慢性疾病。

研究显示,人们初入老年期时,生气可能会激发斗志、渡过人生难关,但对年事更高的老人而言没有用。相比之下,悲伤可帮助老人调整心理,调低目标,以应对与年老相关的生理和认知挑战。研究人员建议用教育和心理疗法帮助老人管理情绪。⑩2 (新华)