

全城寻找适老化改造家庭

老年“幸福家”，我们来改造

台传媒记者元 萌文/摄

居家适老化改造，是居家养老服务的重要一环。它聚焦老年人安全、健康等功能性需求，通过对老人家居环境进行局部改造，重点解决老年人在如厕洗澡、起居行走、康复护理等方面的迫切需求，提升老人生活自理能力和居家生活品质。

近期，台州市民政局联合台州市新闻传媒中心(集团)主办的“赋彩夕阳 温暖到家”台州市适老化改造行动，面向社会征集需要适老化改造的家庭。本次行动将支持10户家庭实施改造，以经济状况困难、照护困难家庭为重点帮扶对象，通过政府补贴、公益企业支持等方式，提升改造成效。第一批“爱心暖屋”如今改造得怎么样?是否解决了老人的生活需求?记者走访了这三户家庭一探究竟。

大山里的暖心改造

张朝来，77岁，是仙居县大乡温泉村的独居老人。他所居住的房子，是一套有着20多年房龄的农村自建房，可使用面积只有近30平方米。

一到雨天，厨房和卧室都会漏水。“屋子外头在下雨，屋子里面也在下雨。半夜睡觉床会被淋湿，只能把床挪到不漏雨的地方，等雨停了再挪回来。”老人坦言自己的难处。

2013年，张朝来的老伴突发中风瘫痪在床，他每天为老伴洗漱、喂饭，照料其生活起居，直至去年老伴离世。去年开始，张朝来自己的身体也大不如前，每月光医药费就要花上两三千元。

张朝来行动不便，这让他的家人尤为担忧。“我们平时没和老人住在一起，我公公住的地方没有独立卫生间，有一次他到村里的公厕上厕所，不小心摔倒，这让我们做子女的非常担心。”儿媳朱琴琴表示。



椒江章安郑米华家改造前。



椒江章安郑米华家改造后。

解决房屋漏水问题、加装卫生间、改造厨房，成了张朝来老人居住环境的主要改造需求。某日，朱琴琴无意中看到台州市适老化改造行动正在征集，就在网上报了名。

这户家庭的适老化改造适逢年底，当地施工工人紧缺，再加上张朝来的家位于大山深处，房屋基础问题多，给改造团队带来了重重考验。

经过改造团队半个多月的加班加点，涉及砌墙、水电、粉刷、贴砖等多项工程，目前已经进入收尾阶段。

与一开始风雨飘摇的老房子相比，老人的居住环境简直是大变样了。

值得一提的是，本次适老化改造实行的是“一户一策”的定制化服务，每户家庭都有一个专业的改造团队，一名专业设计师、一名项目经理。改造之前，他们会到老人的居住环境、生活能力、家庭照护能力等进行综合评估，制定最适合该家庭的改造方案。

张朝来的房子本来没有门，考虑到居住安全，改造团队专门为他定制了一扇门。推门进入就是厨房，既加装了现代化厨柜，也保留了原先传统的土灶，这样一来，方便老人根据自身需求进行选择使用。

厨房原本存在漏水问题，加上电线老化长期裸露在外，是一个很大的安全隐患。改造中，团队对房屋整体做了防水处理，并对原先的毛坯墙进行全面粉刷，为老人打造了一个“滴水不漏”的舒适环境，也对全屋的线路进行了重装，让老人住得更安心、更舒心。

卧室所在的空间，进行了重新规划，分隔出了专门的卫生间，方便老人日常起居。负责本户家庭改造方案、易家装饰的设计总监赵林平，分享了卫生间的适老化巧思：“卫生间加装的门和平常的不同，它是往外开的，不仅方便老人进出，如果老人不慎摔倒更便于救助。马桶是靠墙放置的，在马桶旁还安装了安全扶手，能最大程度保障老人如厕安全。”

改造完毕后，老人的床将放置在靠南的窗边，不仅采光好，还可以在卧室腾出空间作为会客厅，摆上电视、家具、衣柜等，打造一个安享晚年的舒适小家。

改造已经进入尾声，张朝来和家人看到焕然一新的屋子，喜悦之情溢于言表。“对改造的成果非常满意，感谢这次改造活动解决了我们现实生活中的大问题。”朱琴琴说。

小空间大变化

今年69岁的郑米华，家住椒江区章安街道。平日，他和老伴生活在一起，所住的这幢自建房面积不小，改造卫生间、灶台，改善杂乱的居住环境，是这户家庭本次适老化改造的主要需求。

初次来到郑米华的家，记者看到门口和房间里都堆放着大量杂物，大大挤占了老人的居住空间，加上采光不好，空间就显得愈发狭小逼仄。

在这些杂物中，有不少竹编材料与半成品。郑米华是椒江区竹编工艺非遗项目传承人，平日在家以竹编技艺为业，旁人眼里的杂物都是老人的宝贝，他舍不得丢弃。常年囤积在屋子里，越来越多。

小小的屋子，也承载了夫妻俩几十年来风雨同舟的感情。5年前老伴突发中风，导致腿脚不便，左手也使不上劲，上下楼不方便就成了最大的难题。平时，妻子的生活起居，都由郑米华一手照料，为了妻子安全，郑米华还专门请了装修师傅给楼梯安装了简易扶手，辅助妻子上下楼。但居住空间里存在的隐患，还有很多亟需解决。

其中一大难题，就是妻子如厕不便。因为妻子左手使不上劲，如厕时需要在旁边放一张椅子借力起身。铺着瓷砖的卫生间一旦有积水，稍有不慎她就有滑倒的风险。卧室存在天花板脱落，墙壁上电线裸露等安全隐患。恰逢本次台州市适老化改造，郑米华便报了名，希望这些生活中的实际难题能得到解决。

本户家庭的适老化改造首先从改造卫生间，满足老人如厕安全需求入手。原先的普通抽水马桶换成了智能马桶，可以实现离座冲水、脚踢冲水，更加方便快捷。如果老人需要起夜，马桶自带的柔光夜灯能起到指引作用。马桶旁的合适高度，还加装了安全扶手，便于老人支撑借力。

厨房经过改造之后，也变得更加干净整洁了。厨房墙面上新贴了瓷砖，窗户和台面也进行了重新粉刷，加了照明，地面做了防滑处理，再加上崭新的橱柜、碗架、洗手池等，呈现出新年新居的新气象。

这户家庭的改造还在进行中，但二老对目前的改造成果已经相当满意。郑米华参加改造的愿望，就是老伴的晚年生活能更加方便、舒心，两人能在“新屋”里安度晚年。在新的一年里，老人的这一美好愿景即将实现。

居家安全无小事

家住椒江区下陈街道的张明才，今年已是93岁高龄。他所居住的老式二层民居，已有42年房龄。因为承载了家族回忆，老人一辈子守着老房子，不愿意离开。

平时子女工作忙碌，但每个星期都会去看望老人，为老人做饭、帮老人洗澡、打扫房间。逢年过节，一家人也会在老房子里团聚。

老房子里的楼梯，一直是张明才和家人人们的心结所在。楼梯没有安全扶手，楼梯下来的地面凹凸不平，稍有不慎就容易绊倒。

有一次，老人独自在家，为了省电没有开灯，再加上楼梯下方地面不平整，不小心摔倒了，当时无法起身，最后爬到家门口才被邻居发现。回忆起这件事，张明才家人的心中满是自责。

这次事故为张明才的家人敲响了警钟，居家养老，安全最为重要。围绕老屋楼梯开展无障碍改造，刻不容缓。

改造团队经评估后发现，老房楼梯的安全隐患很大，也是本户家庭改造的重点。一是楼梯缺少扶手，老人走在楼梯上容易因失去平衡侧翻，如头部直接着地后果不堪设想；二是楼梯下部地面需要填平，以防再次出现之前的安全事故。

据了解，围绕张明才家庭的适老化改造正在进行当中，预计将在本月底完工。居家安全有了保障，老人的晚年生活才会更幸福。



适老化专线。本文图片由采访对象提供

适老化改造 破局养老难题

台传媒记者元 萌

目前，我市60周岁以上老年人口约有140万人，约占全市户籍人口的23%，其中80周岁以上老人有21.35万人。根据2022年开展的全市老年人自理能力评估结果，全市失能、半失能老年人约6万人，适老化改造需求巨大。

2022年，我市成立了“浙里康养”台州工作专班，出台了《台州市推进高质量发展建设“浙里康养”实施方案(2022—2025年)》，不断深入推进适老化改造工作。

如今，我市适老化改造已经涉及老年群体食、住、行等多个方面，通过提供“私人定制”的个性化养老服务，极大提升了老年人的获得感、安全感、幸福感，也在全市掀起了敬老助老的社会风尚。

居住更安心

2020年起，我市将困难家庭适老化改造列入民生实事项目，根据老年家庭的困难和急需程度，确定改造顺序。同时，制定出台了困难老年人家庭适老化改造实施方案，重点围绕“如厕洗澡安全、室内行走便利、居家环境改善、智能监测跟进、辅助器具适配”五个方面，通过政策补贴改造项目，提升困难老年人居家生活品质。

据了解，困难家庭适老化改造平均每户支出标准为6000元，根据老年人家庭自愿选择，超出补助标准的费用由个人承担。

“2020年首次实施，改造了613户；2021年扩大实施，改造了2926户；2022年继续推进，改造了2052户。经过三年努力，累计完成改造5591户，基本完成了全市有需求的低保低边等困难老年人家庭的改造。”台州市民政局工作人员表示。

2022年起，残联、民政等17个部门联合推进公共服务场所无障碍改造，对公共服务场所的对外通道、内部通道、服务前台、休息区域、卫生间、楼梯电梯、停车场、无障碍标识、信息无障碍等方面开展全方位摸排，组织系统性改造，打造适合老年人的无障碍环境。

2022年，全市完成公共服务场所无障碍改造109处，有效改善了公共服务场所的无障碍环境。同时，我市大力推进老旧小区改造，持续推进既有住宅加装电梯工作，截至目前，全市已累计完成既有住宅加装电梯133台。

玉环市注重适老化需求，在老旧小区改造项目中同步推进社区适老化改造。在玉城街道双港社区、坎门街道渝汇社区等4个老旧小区成功创建省级无障碍社区，通过在社区公共服务区域铺设无障碍通道、改造不锈钢扶手、贴防滑砖、增加社区内低位服务台，在休闲场所和公园等地增设室外椅子、配置轮椅停放位置、专设无障碍停车位，规范和优化社区适老化环境建设，打消老年人的出行顾虑，方便他们的日常生活。

如今，适老化改造也融入了智能科技。据了解，玉环市的芦浦西塘居家养老服务中心，配置了人脸识别、远程点餐和毫米波卫生间跌倒监测等物联网设备，依托人工智能、大数据分析，实现老年人无感知参加活动、无感知就餐、运动轨迹异常检测等服务。

位于椒江区海门街道的城隍庙社区，属于旧改类未来社区。通过适老化改造，如今成了适合老年人生活的“乐龄社区”。它以社区邻里中心为核心，集社区助餐中心、医疗服务中心、便民服务中心、文艺活动中心、群团活动中心和养老服务辅助器具租赁中心为一体，让社区的老年居民实现老有所享、老有所乐。

台州市民政局相关负责人表示，未来将以老年人综合数据库为依据，修订完善社区居家适老化改造的各类标准，持续推进老旧小区改造、无障碍改造、困难老人家庭适老化改造等工作，2023年以后，将再完成公共服务场所无障碍改造100处以上。

出行更省心

我市的适老化改造不仅限于居室改造、社区改造等，还拓展到老年出行领域，为老人们的出行、便利出行保驾护航。

去年年底，经过适老化改造的台州市区118路公交车投入运营，车身上“适老化专线”“老有所养 老有所依”等标语成为城市的一道风景线。该公交线路经过客运总站、章安、葭沚等地，是颇受当地老年乘客青睐的一条线路。

据了解，该线路全线采用新能源公交，采用较低的车门门槛配合站台低入口，让老人上下车更加安全省力。车内还放置着一个“爱心药箱”，内有口罩、碘伏、藿香正气水、创可贴、晕车药



如厕洗澡安全改造。

等医药用品，以备老年乘客不时之需。

老年公交专线的适老化服务也随之升级，该线路的驾驶员都经过严格的培训考核，能做到起步停车更加平稳，熟知沿线站点附近的医院、商场、公园等地标，对老年人的咨询能够做到热情帮助、有问必答。

临海市为满足老年人出行、就医等需求，选取了台州医院老院区到新院区的201A线路，打造成“敬老爱老”城市公交线路，解决老年乘客的出行难题。

“普通的公交车，车门处有两级台阶，容易造成老年人上下车不便，经过适老化改造后，公交车仅保留一个低台阶，方便老人上下车。”临海市公路与运输管理中心负责人表示，下一阶段，当地将继续推广适老化公交线路，以满足老年群体公共交通出行需求。

评论

小改造，大幸福

元 萌

“银发浪潮”之下，全面推进居家适老化改造，是居家养老服务的重要一环。解决老年人日常起居的痛点，提升居住安全度、便捷度与舒适度的“小改造”，承担起的是千万家庭的“大幸福”。

适老化改造，应是适合老年人生活、满足老年人需求的改造。居家环境改善、生活起居安全、日常出行便利等都属于适老化的题中之义。

居家适老化改造，往往从日常起居的小细节开始。老年群体住所改造，需要因人而异，一百户

老年家庭，就应当有一百套适老化改造方案。在住所改造中，不妨实现“私人定制”，在安置普适性设施的基础上，对老年人的生活空间、生活能力、家庭照护能力等进行综合评估，因地制宜、因地制宜，满足不同老年人的个性化需求，让他们的晚年生活更安心、更便利、更舒适。

小小改造，关乎老年人的晚年生活幸福。尤其是对于高龄、失智、失能等老年群体来说，晚年生活中的痛点、难点众多，亟需一一纾解。构建老年友好型社会，也从一户小家的改造开始。屋子更亮了，地面更平整了，防滑设施与

安全扶手也装起来了……只有在细节上关切老年人，他们的晚年生活才更有盼头，更有保障。

如今的适老化改造，不再局限于一室之内，更是拓展到老年人的日常生活圈。在老年人生活的社区里，随处可见贴心的改造，如加装了电梯的老旧小区，增建了坡道的单元出入口，在楼道加装了老人休息椅，增设了健身步道、老年食堂的社区等，无不解决了老年日常生活的急难愁盼。出门在外，适合老年人需求的定制公交、老年专线，也为老人的安全出行保驾护航。

随着时代发展，适老化更需

破除“数字鸿沟”，让技术进步的成果普惠更多老年人，满足老年人的多元化需求。如今，很多针对老年人的应用都进行了适老化改造，推出了“老年模式”“长辈模式”等，但如何让老年人适应数字赋能的生活，让科技发展适应老年人的需求，实现“双向奔赴”，还有很长的一段路要走。

面向老年群体的适老化改造，不能拘泥眼前，而应放眼全局。关乎民生福祉，再小也是大事，理应用久久为功。小改造掀起的，将是全社会敬老、爱老、助老的文明风尚，老有所居、老有所终的幸福浪潮。