

中共上海市社会工作委员会
上海市社会建设委员会办公室 联合主办

www.shlxhd.gov.cn www.shshjs.gov.cn 第179期



上海发布的最新统计数据显示，截至去年12月31日，上海户籍人口达1456.35万人，其中，60岁及以上老年人口483.60万人，占总人口的33.2%；比上年增加25.81万人，增长5.6%；占总人口比重增加1.6个百分点。

其中，70岁及以上老年人口197.71万人，占总人口的13.6%；比上年增加9.09万人，增长4.8%；占总人口比重增加0.6个百分点。80岁及以上高龄老年人口80.58万人，占60岁及以上老年人口的16.7%，占总人口的5.5%；比上年增加0.92万人，增长1.2%；占老年人口比重下降0.7个百分点，占总人口比重增加0.04个百分点。

老年人口不断攀升的同时，上海养老服务专业化水平也在持续提升，养老公共服务“家底”也越来越厚实。据最新统计，全市养老机构共计703家，床位数共计14.04万张。养老机构中，内部设立医疗机构数共计283家；与医疗机构签约数536家。全市共有长者照护之家127家（其中2017年新增54家），床位数共计3430张；社区综合为老服务中心共计100个（其中2017年新增68个）；老年人日间照料机构共计560家，月均服务人数2.30万人，比上年增加13.3%。通过撬动各方资源，上海正通过进一步优化完善相关政策措施，不断有效调动、整合更多的社会力量和资源，持续推进养老服务。

题图 视觉中国

老社区 新元素

“邻里汇”的出现，让六十五岁“高龄”的江南新村小区再现活力

■孔韬

住在江南新村小区的许多居民是江南造船厂的老职工，小区建成至今已经有65年的历史了。这些年，江南新村的老人渐渐多了起来，目前社区老龄化程度已经超过35%。小区虽老、房子不新，可是去年“邻里汇”的入驻，为社区重新注入了青春的活力。

这里就像一座“魔法厅”

走进小区大门左转，穿过一条热闹的长廊，映入眼帘的一栋四层小楼就是徐汇区斜土街道江南新村的“邻里汇”。

这个“邻里汇”于去年5月18日开张，是徐汇区首批建成的“邻里汇”之一，主要服务周边十五分钟路程内的居民。为社区居民特别是社区老人提供综合性服务是“邻里汇”的一个重要功能。“邻里汇”的一楼有一个卫生站，里面驻扎着五名家庭医生和五名家庭医生助理。家庭医生制度在江南新村推行已经有十年了。这些家庭医生每天早上在一楼坐诊，下午则会前往居民家中走访。

“邻里汇”二楼的长者照护之家共有十张床位，老人可以根据自己的实际情况灵活选择全天居住或者日托，时间最长一般不超过六个月。为了保证服务质量，第三方专业服务机构被邀请进驻“邻里汇”，为老人提供专业的照护服务。如果超过六个月老人仍然有照护需求，“邻里汇”还会帮忙联系外面的养老机构。在这里，老人不仅可以相伴聊天，“邻里汇”的工作人员还会组织老人学习使用智能手机，让老人们也能够享受科技发展带来的红利。今年年逾七十的杨阿姨自理能力不错，可老伴卢伯因中风身体状况并不乐观。住进“邻里汇”不久，卢伯伯第二次中风，但这一次由于工作人员发现及时，恢复情况理想，老人有时还能在阳台上打打太极拳。因此，杨阿姨非常感激这里的照护人员，逢人就会说起这段经历。

“邻里汇”可不单单是一座为老服务机构，年轻人可以来这里烘焙，小朋友可以来学种植物。去年，当社区小朋友种的薄荷长成的时候，孩子们还专门把薄荷叶采摘下来，泡好茶送给楼里的老人。就医配药、健身房、聊天吧……随着嵌入功能的逐渐



丰富，居民戏称，这里就像一座“魔法厅”。

是受益者，也是参与者

走进“邻里汇”，满眼都是温馨的橘色。这里的装饰运用了锚、缆绳、铁片等许多与“船”相关的元素，让许多曾经是江南造船厂职工的老人倍感温馨。这些装饰不少都是老人参与布置的，墙上的活动安排表也由老人们自己书写。自去年开张起，贺财荣老人就成为“邻里汇”的一名志愿者。他对这里每天的活动都了如指掌，并为走进这里的每一个人热情介绍。

经常在这里活动的老人也通过朝夕相处、互相照顾，结成了坚实的“情感同盟”。88岁的林阿姨说，在这里大家就像

“草绳搓绳”一样，团结在一起，互相关心、互相帮助，氛围特别好。80岁的许阿姨曾经在长者照护之家住过一段时间，和这里的工作人员结下了深厚情谊。离开的时候，爱好画画的她专门画了一幅牡丹花送给了“邻里汇”。

“开门”唤起公共意识

渐渐，“邻里汇”将生活在江南新村里的老人重新凝聚到一起。这些有着很强责任心和荣誉感的老人们，不仅关心“邻里汇”的成长，也关心小区方方面面的建设。

比如，用“船”这个主题设计小区景观，正是社区老人的主意。小区里最有特色的建筑是停车棚，它的变身正是老人们精心设计和维护的结果。不用说，这个停车棚的设计灵感也是船，远看好似一艘正在鸣笛的船。这个停车棚由红砖砌成，几块精心排列的透明砖夹杂其中。晚上，停车棚的灯光会通过透明砖透出来，显现出英文happy（幸福）的字样。停车棚的墙上，还挂着不少小区老人亲手完成的绘画作品。

现在，这些退休的“老船长”们还组建了一个俱乐部，积极参与小区里的各种事务。小区里有一个小学，每到放学，学校门口就会拥挤不堪。于是，“老船长”们主动当起志愿者，肩负起疏散人流、确保安全的任务。

上图：徐汇区斜土街道“邻里汇”安排了专业的机构和人员让老人们在社区里就能老有所养、老有所乐。



上图：社区的老人们很喜欢到“邻里汇”和年轻人聊天。

右图：定期开设的健康讲座总是座无虚席。

本版图片除题图外均本报记者袁婧摄



上图：“邻里汇”的活动从周一到周日安排得科学而又丰富。

左图：完善的运动健身设施让老人们爱上了锻炼。

下图：定期到“邻里汇”打牌也是老人们日常的一项休闲娱乐活动。



当认知症不期而至，我们可以做些什么

长寿路街道提出创建“认知症友好社区”

■本报记者 祝越

近年来，上海不少社区、社会组织纷纷开展面向失智老年人的专业照护、康复服务探索。自去年9月启动至今，创建“认知症友好社区”的行动正在普陀区长寿路街道有条不紊推进，实现认知症的预防、照护、治疗的闭环，是社区努力的方向。

专业照护助力，减轻失智老人家庭负担

宽敞明亮的房间、舒适干净的沙发、亲和专业的护理员……长寿路街道邻里分中心的失智老人日间照护中心里，每天都有着一群老人到此“准时打卡”。看着老人们脸上的笑容，你也许不会想到他们是一群轻度失智老人。2016年5月，长寿路街道在全市率先探索建立失智老人日间照护中心，采用政府主导、爱心企业赞助、社会组织专业化服务的运营模式，为社区里的失智老人提供专业化的康复和护理服务。

长寿路街道老龄化程度较高，60岁以上老人有3万多人。街道社区服务中心主任鲍芸介绍，街道专门设立失智老人日间照护中心，委托第三方专业社会组织上海美庭阳光为老服务中心开展专业化的日间照料和康复护理工作。目前已经有9位老人入住，平均年龄86岁。

长寿失智老人日间照护中心设有失智早期干预项目基地等功能空间。其中，乐健区的“大脑加油站”，为主观认知障碍的老人提供健康体检、健康咨询、早期筛查等服务；乐康区的“记忆小屋”面向轻度认知障碍人群的干预激活中心，提供健康干预、认知训练、作业治疗等服务；乐智区则是社区轻度及中度认知

症长者的日间照料中心，主要开展日间照料、喘息服务、非药物治疗等服务。照护中心工作人员孔芳告诉记者：“中心的服务人群是社区里轻、中度失智老人及其家庭，经过前期的了解、初评、体检和评估后，老人即可入住。”

除了常规的日间照料、营养膳食等日托服务，照护中心对失智老人还专门开展了康复训练和心理慰藉等活动，提升老人的认知水平。上海美庭阳光为老服务中心负责人周知介绍：“中心采用的认知疗法、园艺疗法、回想疗法等，就是重点从定向能力、认知能力、逻辑能力、计算能力、社会适应能力等角度切入，让老人在轻松的环境中得到训练。”

照料失智老人需要寸步不离，家人难免会感到力不从心，借助中心的专业服务，不少此类照护难题得到化解。沈阿姨曾经对儿子重度依赖，离开五分钟都不行。最初来到照护中心时，她总是沉默寡言，不参与活动。针对这种情况，护理员对老人进行个性化引导，鼓励她参加身体机能训练、认知训练、手工制作等，两个月下来，沈阿姨不仅开朗多了，还积极参与各种活动。

走进乐康区失智早期干预项目基地内，里面一片欢声笑语。社工和老人们在一起玩“飞行棋”游戏，大家绕圈行走，并根据指令做出指定动作，每个人都玩得起劲。社工告诉记者，失智早期干预项目基地主要以身体机能锻炼、社会化、认知训练为主，中心每天都会为老人安排涂画、绕口令、认图找茬、棋牌等活动，让老人们在游戏中得到锻炼。

完善四项服务，逐步体现“溢出效应”

据介绍，朝着建设“认知症友好社区”这一目标，长寿路街道还将不断完善四方面服务：健康科普服务，招募并培育一批长寿社区认知症友好大使，联合认知症友好机构在社区开展认知症健康科普教育；健康促进服务，与高校和三甲医院合作，共同研发认知症早期智能筛查系统，依托“记忆小屋”和“大脑加油站”“1+X”服务网络，在社区开展认知症早期筛查，提高认知症早期就诊率和诊断率；健康干预服务，依托现有社区资源，引入专业服务机构，在失智日间照料

中心的基础上设立轻度认知障碍干预激活中心，为认知症高风险人群开办记忆学堂，真正实现早发现、早受益的目标；优质照护服务，建立以长者为中心的认知症友好社区，逐渐形成从预防、治疗到照护的全病程管理模式，实现政府和社会各方资源的有效协同，切实减轻家庭负担，提升患者生活质量。

鲍芸介绍，长寿路街道启动社区失智老人关爱项目，是希望通过尝试建立认知症友好社区分级预防体系，探索在认知症预防、干预及确诊后照护支持系统等方面的可行性解决方案。同时，结合社区预防认知症健康咨询、义诊、预防体验活动，传递“关注脑健康、预防认知症”的核心理念，让社区居民对认知症有更为深入的了解，提高预防意识。并通过招募和培养更多认知症友好大使，协同认知症友好机构，共同推进认知症友好社区的创建进程。照护中心的“溢出效应”正逐步显现。如今，护理团队常到附近社区开展失智早期干预与预防的康复训练和康乐活动、家庭照护老人的技能培训等服务，今后还将推出居家上门服务，进一步发挥近距离、综合式的照护功能。



长寿路街道创建以长者为中心的“认知症友好社区”，逐渐形成从预防、治疗到照护的全病程管理模式，实现政府和社会各方资源的有效协同，切实减轻家庭负担，提升患者生活质量。