

# 探索“时间银行”互助养老模式 推进“爱心厦门”建设

柯雯靖 关琰珠

“爱心厦门”建设,是让发展成果更多更公平惠及全体市民、提升城市精神文明高度与人文温度的民心工程,依靠的是社会协同、全民参与,只有人人有共识、家家有行动、处处有氛围,才能让厦门成为一座爱心恒久弥漫的城市。“爱心敬老”行动,是“爱心厦门”建设五大行动之一,通过结对关爱,推进康养医养服务,开展适老化改造等举措,突出老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安,在全社会营造尊敬老人、关爱老人、赡养老人的社会环境。

本研究根据厦门市政协《提升“爱心厦门”工作机制,打造厦门样本》主席会议专题协商要求,根据“爱心敬老”行动的指导,探索通过“时间银行”互助养老志愿服务,发挥老年志愿者作用,探索建立厦门互助养老机制。

## “时间银行”互助养老模式的内涵及重要意义

根据《老年人权益保障法》规定,凡年满60周岁的中华人民共和国公民都属于老年人。至2019年年末,全国老年人口为25388万人,占全国总人口的18.1%,人口老龄化已成为我国今后较长一段时期的基本国情。提高我国人力资源整体素质,是我国积极应对人口老龄化的工作任务之一,现代低龄老年人所能创造的社会价值被忽视,刚退休的老年人在身体健康允许的情况下,同样可以为社会发展创造价值。《国家积极应对人口老龄化中长期规划》(以下简称规划)强调,积极应对人口老龄化,是贯彻以人民为中心的发展思想的内在要求,是实现经济高质量发展的必要保障,是维护国家安全和社

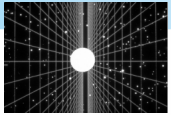
会和谐稳定的重要举措。《规划》指出,提高老年服务科技化、信息化水平,加大老年健康科技支撑力度,加强老年辅助技术研发和应用,是强化应对人口老龄化的科技创新能力,应对人口老龄化的具体工作任务。

“时间银行”是一种养老互助志愿活动,有广义和狭义之分。广义上,“时间银行”是指不同年龄阶段的志愿者,在参加志愿服务活动的同时,为自己以后享受同等时间的志愿服务积累时数;狭义上,时间银行是指低龄老年人为高龄老年人提供志愿服务,积累服务时数,待自己年老需要服务时享受同等时数的服务。“时间银行”互助养老志愿服务概念旨在充分利用“老年人口红利”,积极应对人口老龄化,搭建低龄老年人为高龄老年人提供志愿服务的平台。这样的互助养老模式,一方面发挥了低龄老年志愿者的作用,将志愿服务活动与“爱心敬老”行动紧密结合,一方面也促进养老志愿服务机制和信息平台的建立与完善,促进“互联网+”在养老行业的应用,提高养老服务的科技化、信息化水平。

## 厦门“时间银行”互助养老志愿服务问卷调查

《厦门市“时间银行”互助养老模式的研究》是2020年厦门市社会科学一般项目,由厦门市政协、厦门市民政局承担,厦门市老年志愿者协会进行课题指导。

“时间银行”作为志愿服务的载体,将志愿者提供的志愿服务时长进行收集、存储和有效通兑,已在我国多个省市地区开启了社区试点,并将老年人



作为重点服务对象,但目前仍未在全国形成成熟经验和统一标准,因此,“时间银行”互助养老模式在厦门是否有其必要性和可行性,值得思考。

为了调研了解在厦门各社区、机关单位、高等学校等单位内对“时间银行”互助养老模式的看法及是否愿意付诸行动,本研究在参考厦门市卫健委《厦门市‘爱心敬老’行动调查问卷》的基础上,广泛征求了厦门市政协、厦门市民政局、致公党厦门市委、厦门市老年志愿者协会、相关社区、养老机构等单位意见,制作了《“爱心敬老”行动——“时间银行”互助养老志愿服务调查问卷》,并设置了31道问题。截至目前,通过电子平台发放并成功收集有效问卷261份。

在261份问卷中,60周岁以下的问卷填写者共有125人,占总人数的47.89%。60周岁以上问卷填写者共136人,其中,60~70周岁之间的问卷填写者共100人,占60周岁以上的74%;70~80周岁的填写者有35人;80周岁以上的有1人。在问卷填写者中,各级政协委员共53人填写问卷,有118人具备志愿者的社会职务,还有各类社区、街道义工和文明宣导员参与问卷填写。

通过问卷可知,厦门“时间银行”互助养老具有较好的群众基础,厦门养老志愿服务呈现出多样化需求,厦门的互助养老具有一定的社会基础。

### 厦门“时间银行”应用的可行性分析

“时间银行”与养老服务的结合,主要以社区为依托,以低龄老年志愿者为主体,通过记录为高龄老年人提供日常居家养老服务的时长,换取未来养老的被服务时间。问卷问题“您是否听说过‘时间银行’的概念”,结果显示,261人中有15人选择了“很了解”,有160人选择“听说过”,其中,接触过“时间银行”概念的老年人达到了92人,总体问卷中共有67%的人了解“时间银行”的概念。问卷问题“您认为,通过照顾其他老人的志愿服务活动,换取未来同等被服务时间的想法,是否可行?”得到的结果显示,88%的人认为这样的想法可行,其中100人认为很有意义,130人认为可以尝试。这对厦门推广“时间银行”互助养老模式是十分有帮助的,“时间银行”在公众认知中的熟悉程

度和接受程度比例较高,为厦门市推进互助养老模式奠定了基础。

问卷问题“您希望通过什么样的方式对自己的志愿服务时间进行兑换”,有186人认为“以服务时间换未来同等被服务时间”是最佳选择。另外,有92人认为“以服务时间换老年人优待条件”也是自己愿意选择的兑换方式。通过志愿服务的时间作为兑换的标准,在受访者中获得认可。

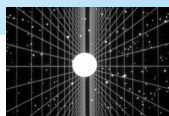
由此可见,无论是“时间银行”概念在厦门市民中的熟悉程度,或是“时间银行”所蕴含的“服务时间”兑换“被服务时间”理念,在受访者中都有较高的支持度。这说明在厦门进一步实行“时间银行”互助养老模式已经有了较好的群众基础。

### 厦门养老志愿服务的现实需求

根据2019年底数据显示,厦门市60周岁以上老年人占户籍人口的14.1%,厦门已步入老龄化社会,养老问题不可回避。随着厦门市社会化养老服务需求日益增长,必须逐步加大养老服务事业发展力度。2019年,厦门获批第四批中央财政支持开展居家和社区养老服务改革试点城市。2019年末,“爱心厦门”建设召开动员大会,并进一步聚焦服务重点,强调对老年人的关爱活动,要求通过“爱心敬老”行动进一步服务老年人。

厦门积极推进志愿服务常态化、项目化、规范化发展,志愿服务队伍不断壮大,问卷受访者中就有118人是志愿者,占45.21%,且14.18%的志愿者每周能参加2次以上的志愿服务活动,每次服务时长超过2小时的人数占比20.69%。在被问到“您认为老年人参加志愿服务活动的原因?”时,221人选择了“适当活动有益身心健康”,199人选择了“为社会服务是一种荣幸”,191人选择“能志同道合的群体和朋友”,深刻体现了厦门市民“与爱同行,以爱筑城”的志愿服务精神面貌。

在问卷多选题“您参加志愿服务活动的类型”中,根据“爱心厦门”建设要求设置了五大行动选项,共有464人次进行选择,表明大多数受访者都参加了不止一种类型的志愿服务活动。从类型分类上可见,共有176人选择了爱心敬老行动,共67.43%,是五大行动的首选。另外,有100人选择



了爱心济困行动,85人选择了爱心助残行动,67人选择爱心扶幼行动,36人选择了关爱特殊岗位工人行动。从年龄分布上看,60周岁以下志愿者更倾向于选择爱心敬老和爱心济困行动;60周岁以上则更多选择爱心敬老和爱心助残行动。养老志愿服务在厦门已有较好的群众基础。

问卷问题“您觉得老年人在哪些方面需要获得帮助”获得851人次选择。其中,有209人选择了“医疗服务”,179人选择了“家政服务”,141人选择了“心理关爱”,122人选择了“日常照顾”,109人选择了“助餐服务”。医疗服务成为老年人服务需求的首要选择,且各个年龄段对医疗服务的高需求保持一致。从年龄的划分可见,老年人的服务需求前三位分别是“医疗服务”“家政服务”和“助餐服务”,60周岁以下受访者的选择则是“医疗服务”“家政服务”和“心理关爱”。不同年龄段对养老需求形式不同,也可见形式多样化的重要性。

对于受访者所能提供的志愿服务形式的选择中,共获得685次数选择。排名前三的分别是“陪散步、锻炼身体”“帮读书、读报”和“陪伴聊天”,而类似“养生讲座”“法律咨询”“心理辅导”等需要专业背景的服务方式则选择较少。对于老年人的需求和目前提供的志愿服务形式而言,形式多样化在所难免,对志愿服务的形式多样化的类别区分是互助养老模式中必须考虑的问题。

### 厦门志愿互助养老的可行性研究

“人口红利”是指一个国家的劳动年龄人口占总人口比重较大,抚养率比较低,为经济发展创造有利人口条件。传统观念中对退休者(即老年人)的理解,往往是社会和家庭的负担,失去“人口红利”作用。但目前低龄老年人,同样能创造社会价值,在问卷中,有223人认为老年人有“老有所为”的社会潜力,占85.44%,有38人认为不一定,占14.56%,没有人认为老年人不具备“老有所为”的社会潜力。问卷问题“您认为老年人需要由谁照顾”中,90人认为是“自己”,83人认为是“老伴”。这是老年人中选择人数最多的两个选项,都表现出厦门的老年人在社会发展过程中仍充分具备奉献意识和社会能力,也可理解为具有“人口红利”。

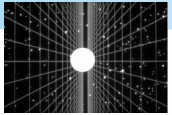
通过年龄划分看问卷结果发现,在60周岁以上问卷填写者的答卷里,有102人参加过志愿服务“爱心敬老”行动,是五大行动选择人数最多的一项,老年人服务老年人的志愿服务已有一定的基础。在被问到“您认为老年人参加志愿服务活动的原因?”时,107人选择了“适当活动有益身心健康”,100人选择了“为社会服务是一种荣幸”,91人选择“能志同道合的群体和朋友”,体现了老年人志愿服务的态度和热情,在志愿服务工作中发挥了重要的作用。

在问卷问题“您是否能接受志愿团体为您提供关爱服务”中,有57.47%的选择为“是”,其中有71人为老年人,比例达到52.2%;在选择“不一定”的81人中,有46人为老年人,占33.8%。问卷中,能接受志愿团体关爱的老年人有一半以上,只有14%的老年人不能接受志愿团体关爱。

互助养老需要低龄老年人为高龄老年人提供服务,从问卷中可知,目前60周岁以上老年人仍呈现较强的社会价值和较高的自我意识,不仅具备社会能力,还热衷于参加志愿服务活动。对于接受被志愿服务的态度,也呈乐观积极趋势。整体而言,厦门的互助养老的接受程度较高,是可行的。

### “时间银行”互助养老服务中社区的重要作用

时间银行与养老服务的结合,离不开社区的依托。社区的环境既为养老志愿服务规划了具体的服务场所和较固定的服务人群,又为老年人互助提供管理和运营方向,整合社区资源,形成具有特色的养老互助模式。2016年,厦门就进一步做好社区居家养老服务工作下发通知,要求全市社区居家养老服务实现全覆盖,力争形成社区居家养老服务覆盖全体老年人,实现社区居家养老服务专业化、信息化、社会化、产业化目标。自1999年起,我国各省市地区先后开展“时间银行”互助养老,并以城市社区为依托开展活动,形成了许多先进经验和成功案例。厦门的“时间银行”互助养老模式同样依托社区进行,但就目前社区在老年人生活中发挥的作用,却未获得足够重视。



问卷中也对社区在养老服务现状进行了调查。问卷问题“您所在社区是否经常关心您的生活日常”中,有 112 人表示,社区从未关心或联系过他们的生活日常,占比达 42.91%,相较之下,只有 9 人表示,社区会经常上门关心,40.61%的人认为,社区对他们的基本情况了解,但很少与他们联系。从年龄上看,认为社区经常关心的老年人占比 20.59%,相比之下,60 周岁以下获得社区经常关心的占比只有 12%。另外,认为社区掌握基本信息的老年人占比 42.65%,也高于 60 周岁以下的 35.29%。由数据可见,受访者中老年人能获得社区

关注的比例达到 63.24%。

同样的问题也出现在问卷问题“您是否参加所在社区组织的活动”中。如表 1 所示,不同年龄段参加社区组织活动的比例有很大区别,由于 60 周岁以下受访者基本都有固定工作,很少有时间参加社区组织的活动,对社区活动的基本情况也并不清楚。而 60 周岁以上老年人能够参加,也愿意参加社区活动。从数据中可见,虽受访者来自不同社区,但厦门的社区对老年人的关注程度也在逐渐提高。

表 1 您是否参加所在社区组织的活动?

选项	小计	比例	60 周岁以上	比例	60 周岁以下	比例
社区经常组织活动,参加的老年人很多	56	21.46%	36	26.5%	20	16%
社区不经常组织活动,但有安排老年人活动场所	52	19.92%	24	17.6%	28	22.4%
老年人自行组织活动、有固定场所	35	13.41%	24	17.6%	11	8.8%
社区没有举行活动,也没有提供场所	58	22.22%	26	19.1%	32	25.6%
其他	60	22.99%	26	19.1%	34	27.2%

问卷问题“您所在社区是否有老年日间照料或托老所等养老设施?”中,选择“不清楚”的人占比 60.15%,确认“有”相应设施的问卷受访者只有 25 人。90 位老年受访者选择了“不清楚”,占比 66%。另外,问卷问题“您是否有固定联系的家庭医生或社区医生”(见表 2),选择“有”的比例为

40.23%,选择“没有”的比例为 49.81%。由表 2 可知,老年人有固定联系的家庭医生或社区医生的比例更高,但数量仍达不到半数。问卷问题“您身体不舒服时,能及时得到社区卫生服务机构的帮助吗?”中,有 53.26%选择了“不清楚”,有 34.48%选择了“可以”。

表 2 您是否有固定联系的家庭医生或社区医生?

选项	小计	比例	60 周岁以上	比例	60 周岁以下	比例
有	105	40.23%	42	34%	63	46%
没有	130	49.81%	74	59%	56	41%
不清楚	26	9.96%	9	7%	17	13%