

深度老龄化背景下“时间银行”互助式养老模式研究

孙 玫

山东石油化工学院 山东东营 257061

【摘要】目的：掌握东营市养老服务供需现状，分析东营市建设推行“时间银行”养老模式的必要性与可行性，以需求为导向构建具有区域特色的“时间银行”运行体系，丰富养老福利供给，缓解养老困境。方法：通过实地调研及专家访谈，了解东营市居民养老服务需求、“时间银行”互助式养老方式的认知情况、养老供给情况、规划走向等。结果：家庭养老依旧是东营市老年人口最主要的养老方式，养老压力大，急需社会支持。东营市养老服务供给稳定发展，但缺口依旧很大、养老模式有待丰富。结论：构建“时间银行”互助式养老模式契合东营市居民养老的现实需求，对于促进养老服务业多元化发展，解决深度老龄化的现实困境是及其必要且可行的。

【关键词】时间银行互助式养老模式；东营市；模型构建

20 世纪末，我国开始进入老龄化社会，第七次全国人口普查显示，60 岁及以上人口占全国总人口数的 18.70%，比 2010 年人口普查上升 5.44 个百分点，其中 65 岁及以上人口占 13.50%，比 2010 年上升 4.63 个百分点，中国老龄化进程逐步加快^[1]。

东营市 2001 年 60 岁以上人口占总人口的比例达到 10.2%，正式进入人口老龄化社会，是山东省最晚进入老龄化社会的城市之一，但发展速度却非常快。据有关资料，东营市 1990 年到 2000 年 10 年间 60 岁以上老年人增了 5.76 万人；2000 年到 2010 年 9 年内增加了 11.85 万人，增幅比上一个 10 年快了近 2.1 倍。根据东营市老龄委在《东营市 2010—2020 年人口老龄化状况及对策研究报告》中的测算，预计该市 60 岁以上老年人将于 2020 年达到 46.6 万人，占全市人口的 23.24%，大大超过全国和全省的比例，同时还将以每年 4% 的增速继续增长，将很快步入深度老龄化社会行列^[2]。

老龄化速度快、规模大，养老需求与日激增，养老问题成为全社会的热点话题。以高龄化、少子化及小型化为特征的家庭人口结构变化，再加上市场经济下劳动力频繁流动，导致传统家庭照顾的养老方式难以支撑，社区居家养老在质量和数量上也无法满足多数老人的养老需求。

为应对人口老龄化带来养老问题的挑战，“时间银行”互助养老服务模式成为解决我国养老问题的有效方案之一。这一概念由美国学者埃德加·卡恩在 1980 年提出，所谓“时间银行”，是指志愿者为高龄、独居或者特别需要的人群提供志愿服务，储存服务时间，待自己年老需要帮助的时候，支取时间兑换服务的一种新型养老模式。该模式契合联合国提出的积极老龄化原则，即独立、参与、尊严、照料与自我实现，相对于其他养老模式具有明显的优势，如养老成本低廉；能够促进老年人力资源的开发；缓解养老压力，促进社会和谐等，在北京、上海、南京及广州等发达城市社区^[3-4]以及日本^[5]、美国^[6]、瑞士等国家已有积极探索，积累了成功经验。

然而“时间银行”互助养老服务发展过程中仍存在诸多困境，一、社会认知度低，民众意愿不高；二、网络系统不完善，管理效率低；三、通存通兑困难，公信力不足；四、缺乏技术人员，服务质量不高，亟待探索多样化的有效解决途径。

当前东营市“时间银行”互助式养老模式研究尚处于起步阶段，其

可行性、模式构建等问题尚且待解决。

本文通过实地调研与专家访谈，从养老服务需求与供给层面分析东营市建立“时间银行”的必要性及可行性，以需求为导向构建具有区域特色的“时间银行”互助型养老模式。

1 调研结果及分析

1.1 问卷调查

本研究设计“时间银行养老方式调查”问卷，主要针对 80 岁以下老年人群展开，内容涵盖被调查者的基本情况：年龄、性别、婚姻、收入、居住状况、文化程度、退休前职业，重点调查当前的身体状况、自理能力、对养老服务内容、方式等的需求情况，以及对“时间银行”的认知度、参与意愿。具体调查结果如下：

1.1.1 基本情况

本调查共发放问卷 400 份，有效问卷 391 份，有效回收率 97.8%，调查显示随着年龄的增长，各类疾病发病率呈现明显上升趋势（如图 1）；受学历、职业因素影响，东营市老年群体的福利收入水平普遍不高，养老支出较为有限。（如图 2）。

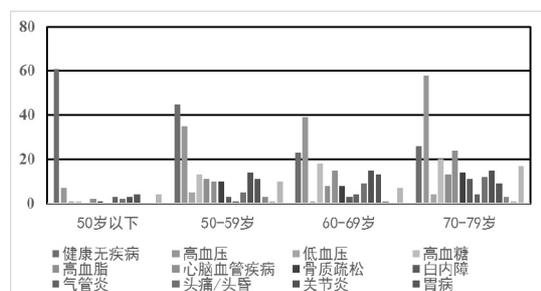


图 1 年龄与健康状况交叉分析

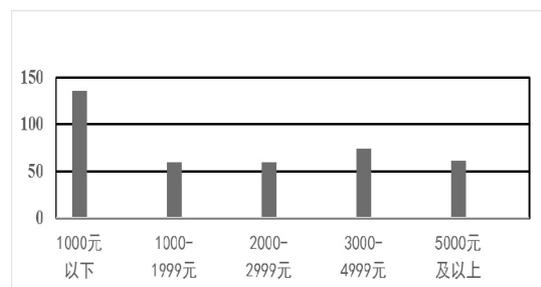


图 2 居民收入水平

1.1.2 养老需求情况

调查显示，多数老年群体更倾向于传统的家庭养老方式，其次愿意选择社区配套的医养服务，再次愿意选择专业的养老机构，少数老年人愿意接受专业打造的适老化社区、旅居养老及时间银行互助式养老（如图3）。可见受传统观念等因素的影响，家庭养老依旧是老年群体的主要选择，尽管如此，老年群体的养老方式偏好已经逐步多元化，利于新型养老方式的推广普及。养老内容需求主要分布于各类家政服务（煮食、煲水、清洁、购物、外出陪同等）及健康保健（就医、处理药物）（如图4）。可见就本调查样本的实际情况来看，养老内容需求较为琐碎，但技术难度较低，易于完成。

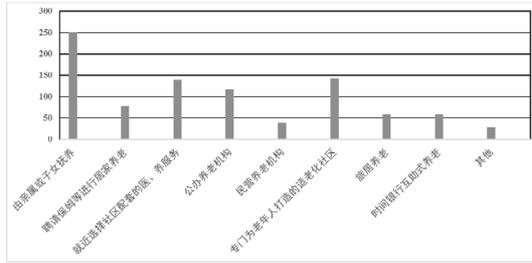


图3 居民养老方式选择偏好

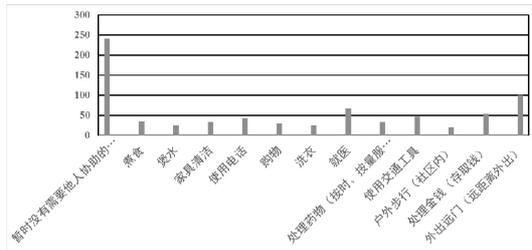


图4 养老内容需求

1.1.3 “时间银行”认知度及参与意愿

调查显示，“时间银行”互助式养老方式在我市老年群体中有一定的认知基础，但整体认知度不高，深度较浅（如图5）。但经过简单的知识普及，人群对该模式的主要运行原理理解准确、态度乐观（如图6），高龄老年群体愿意就近参与由政府投资运营的“时间银行”，期待能通过自愿配对等方式，获得社区护士、大学生、其他老年志愿者提供的养老服务（如图7），而志愿者也倾向于在政府的主导下，服务邻里，积累时间币（如图8）。

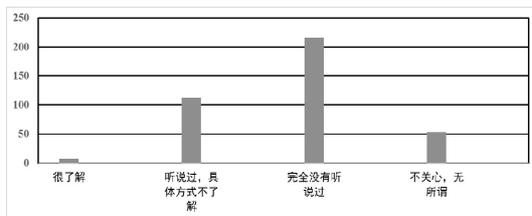


图5 “时间银行”认知度

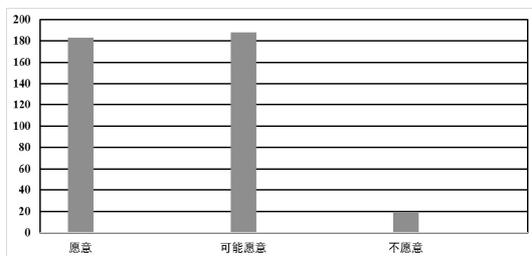


图6 “时间银行”参与意愿

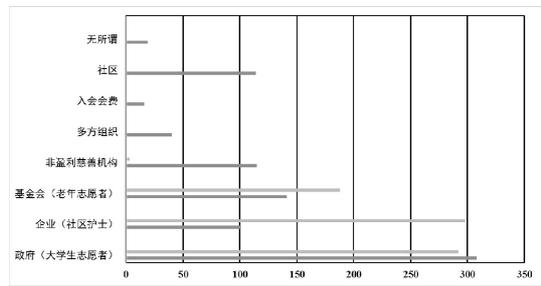


图7 “时间银行”运营主体及志愿者选择偏好

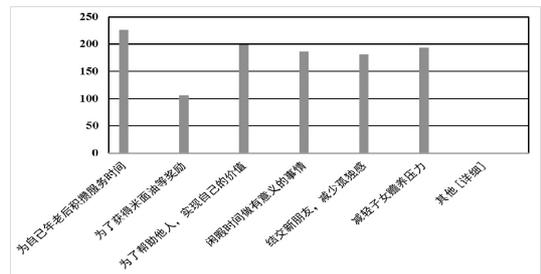


图8 “时间银行”参与原因

1.2 专家访谈

1.2.1 东营市养老服务产业整体情况

通过专家访谈了解到，目前我市的养老模式及发展方向主要是建立居家为基础、社区为依托、机构为补充的多层次养老服务体系，积极借鉴和探索其他地市的新型养老模式，努力拓展养老服务供给能力。截止2021年，我市养老服务设施达365处，千人床位数40张，现有注册养老机构59家，养老设施及机构数量稳步发展壮大，服务能力日趋提升。但就老年人口数量来看，缺口依旧很大，养老服务供给有待进一步丰富。

就当前实际情况来看，家庭养老依旧是我市老年人口最主要的养老方式，即子女承担绝大多数养老任务，老年的衣食住行、生活起居都是由自己和家庭成员进行保障，社会化养老比例较低，然而基于人口老龄化、少子化、劳动力流动频繁、子女工作繁重压力大等诸多问题，家庭养老方式日渐难以支撑。

1.2.2 “时间银行”发展的条件保障

2018年，为加快养老服务业发展，建立与全面小康社会相适应的养老服务体系，切实保障和改善民生，东营市人民政府根据省、市关于养老服务业转型升级实施方案要求，制定印发了《东营市养老服务提升发展三年行动计划（2018-2020）》（以下简称《三年行动计划》），对该市今后三年养老服务提升发展的总体要求、工作措施和组织保障提出了明确要求。《三年行动计划》就如何推进养老服务提升发展明确了六个方面的工作措施：分别是加快养老服务基础设施建设；推进医养结合；深化养老服务改革；推动养老服务标准化规范化建设；构建多层次全覆盖养老服务信息平台；加强人才队伍建设。这六项重要举措对“时间银行”的构建提供了有效的政策支持、基础设施保障、信息化平台及人力资源储备。

2 构建“时间银行”的必要性与可行性分析

必要性分析。在当前人口老龄化日渐加剧的背景下，探索多元化的养老服务模式是必然趋势，“时间银行”相比于其他模式具有显著优势，

契合联合国提出的积极老龄化原则，符合国家养老政策方针，在国内外多个地区已经开展试点研究。我市老年居民整体福利收入水平较低，难以承担高额的养老支出，倾向于选择家庭养老方式，而子女往往因工作及家庭原因无暇照管。因此，“时间银行”互助式养老将成为我市居民养老方式的优势选择。

可行性分析。纵向来看，国家已出台相应的扶持政策，推动该模式的持续发展；横向来看，国内外已有多处试点可提供丰富的建设经验，且我市已在相关政策、设施、平台、人力等方面开展前期工作，为后续模型的建立奠定了各方基础。

3 “时间银行”互助型养老模式构建

3.1 运营主体

从中国实际情况来看，我国的社会建设基础是党委领导、政府负责的各类组织机构。从民意调查的结果来看，群众对政府投资运营的“时间银行”更为信任。故而本研究团队认为，政府应作为“时间银行”的运营主体，协同各相关职责部门、所辖社区共同开展管理工作。

首先，政府应完善顶层设计，立法明确“时间银行”的组织架构、运行方式、责任义务、统一通用的时间货币兑换机制、使用原则等。

鉴于老年群体基数庞大、加速增长、管理内容冗杂、信息处理难度大等现实问题，“时间银行”的直接执行者可尝试创设新的市场机构，参照银行体系的组建管理模式，设置总行与分行服务网点，总行负责制定和执行“时间货币”政策，协调各分行间的业务往来。各分行负责匹配志愿者与服务对象，记录各账户“时间货币”的收支情况，监控各账户的信用及服务能力，定期更新评价定级；发行金融养老产品，实现部分资金自足。摒弃部分国内外试点中将直接执行权交由社区的做法，规避能不配位的管理困境。

其次，政府应加强对“时间银行”的直接财政拨款，给予优惠的税收政策，鼓励、监管“时间银行”自主研发或代销金融养老产品，形成多元化资金筹集模式。

3.2 运营机制

3.2.1 服务主体

服务主体即能提供养老服务内容的各类志愿者，其主力军应为中低龄、身体健康、行动力较强的老年人，原因有以下几点：一是低龄老人自身工作压力较小或已退休，志愿时间较为充足，在服务过程中也不易因为时间匆忙或临时性工作而降低服务标准，出现敷衍了事的情况；二是同为老年人，彼此之间有更多相似的生活经历与体验，同理心更强，服务细节更为贴心；三是刚退休的老年人工作热情犹在，发挥余热服务社会的意愿较为强烈，参与“时间银行”的积极性更高，频次时长也相应会更多更长，且该群体来源于各行各业，业务技术犹在，完全可以胜任养老服务岗位；四是对于低龄老人，“时间货币”的兑付也相对及时，更加增强了服务动机，并能通过及时反馈，帮助发现、调整运营中的漏洞问题。其次，志愿者以各行业的在职工作者为佳，方便为老年群体提供更为丰富专业的服务项目。最后，鼓励大学生积极参与志愿服务，成

为志愿大军的优势补充。

3.2.2 服务对象

“时间银行”互助式养老模式的服务对象为所有采用家庭、居家养老，有服务需求的老年人。

3.2.3 服务项目

“时间银行”可提供的服务内容广泛丰富，包含生理服务与心理服务，基本可以满足常见的养老需求，具体内容见表 1。

表 1 “时间银行”服务内容

生理服务			心理服务		
日常生活	家政服务	陪同	健康保健	休闲娱乐	专业心理
照料					咨询
饮食供应	衣物清洁	陪同聊天	血压测量	联欢会	一般心理咨询
代买物品	房屋清洁	陪同散步	血糖测量	兴趣小组	精神诊疗
往来接送	水电维修	陪同购物	按摩推拿	学习班	临终关怀
理发修剪	管道疏通	陪同就医	中医保健	旅游	
			康复复健	拍照	

3.2.4 服务平台

研发专属的“时间银行”APP 服务平台，服务供需双方可在该 APP 上注册登录，选择对应的服务内容，预约-服务-评价-兑换，进行全流程管理。针对部分老年用户无智能机或不会使用社交平台的情况，可由其子女代为预约或拨打 24 小时服务热线，通过人工客服选择服务需求，录入服务信息。

通过 APP 匹配供需双方具有不可取代的优势，一是流程自动化，服务双方的基本数据，如信用等级、服务能力等均可通过大数据进行调取、记录和更新；供需的达成更为简便，可在短时间内实现高效匹配，既方便满足多数人群就近服务意愿（服务范围偏好从高到低依次为：居住社区、居住街道、相邻社区和街道），又能兼顾部分服务内容专业化程度较高，需从更广泛的志愿队伍中筛选的现实要求；服务过程的记录更为准确便捷，可存储的数据量大，有效避免人工记录过程易出错、查询不易、数据量受限等缺陷；服务量化更为及时，平台可提前编程好服务兑换“时间货币”的公式，一旦服务最后一步（评价）完成，即可依据公式自动核算好等价“货币”，分别按正负归入志愿者与服务对象的“时间账户”。二是管理有序，易于推广，采用统一的 APP 进行流程控制，则有效避免了不同“时间银行”人工管理过程中的个性化与偏好，纵向、横向的管理与业务对接也都更为规范便捷，人事变迁对数据、流程的不利影响降至最低，不同地区之间也仅需要制度与网络权限的统一、开放即可，便于该养老模式的推广，切实解决“时间货币”的互通兑问题，有效避免调查中居民所担心的存在管理的随意和无序问题。三是用户体验佳，利于持续发展，采用 APP 运营，账户可视化程度高，服务信息清晰准确，“时间货币”的流通方式一目了然，操作便捷。用户对自己的“账面货币”了如指掌，强化了参与信心。此外，随着更广泛志愿者的加入，该 APP 的操作方式渐为大家所熟知，更好地推进未来养老事业的智慧化进

程。

3.2.5 服务流程

服务供需双方均需在 APP 平台上（线下“时间银行”分行营业网点亦可）进行实名登记注册，上传有效凭证。经过系统审核，双方即可在线预约进行服务匹配，通过平台条件筛选进行自动多项匹配。匹配成功即可按照约定的时间、内容进行上门服务。服务结束后，双方选择服务持续时间，进行互评，完成本次配对服务过程。

3.2.6 服务兑换货币标准

“时间银行”服务兑换货币标准与志愿者的直接利益密切相关，更决定了该模式是否能够长期规范运营，因此应综合考察服务难度、服务时间、服务质量与志愿者信用多种因素，维护时间币的公平量化。

服务难度可分为三类对应不同技术系数，一级服务包含心理服务中的精神诊疗、临终关怀，生理服务中的按摩推拿、中医保健、康复复健，一级服务的技术系数为 2.0。二级服务包含心理服务中的联欢会、兴趣小组、学习班、拍照，生理服务中的饮食供应、理发修剪、各类清洁、水电维修、管道疏通，二级服务的技术系数为 1.5。三级服务为心理服务中的一般心理咨询，生理服务中的代买物品、往来接送、各类陪同、血压血糖测量，三级服务的技术系数为 1.0。

服务时长核定为时间系数，<0.5 小时系数为 0.5，0.5~1 小时为 1.0，1~2 小时为 1.3，2~3 小时为 1.6。

志愿者的信用等级作为信用系数，一级信用系数为 1.2，二级信用系数为 1.0，三级信用系数为 0.8。

服务能力作为效能系数，一级效能系数为 1.2，二级效能系数为 1.0，三级效能系数为 0.8。

信用系数与效能系数在每位志愿者登记注册时会依据大数据提供的本人基本信息及行业平均情况进行初步定级，随后每隔 3 个月依据服务评价结果进行动态更新，核算“时间货币”时，暂依最近一次更新的定级标准执行。信用系数与效能系数不仅影响“时间货币”的核算结果，更能作为基本信息显示于用户的基本资料中，影响服务的匹配。

最终，志愿者在一次服务结束后，其“时间货币”的获得量等于技术系数*时间系数*信用系数*效能系数*1 个时间币。

3.2.7 “时间货币”的流通

“时间货币”的流通包括存储、支取、兑换福利、转赠及继承。依照本研究构建的模型，“时间银行”各分行营业网点之间通过网络技术连接可以实现区域间的数据共享，通过统一的 APP 平台运营，实现时间币的通存通兑。

3.3 设施保障

首先必备的基础设施是“时间银行”的线下服务网点。其次是 APP 线上平台，需由民政局牵头，大数据管理部门、信息中心配合搭建，通过专业 APP 开发团队进行开发并提供管理支持。最后“时间银行”应定期开展志愿者业务培训，需配备有一定规模的培训场所及师资资源。

3.4 政策法规

在现有国家文件的基础上，政府一方面出台明确的“时间银行”标准化运营制度及相关法规，明确“时间银行”的合法性；另一方面从需求端进行规模管控，采用政府购买社会工作服务的做法，定期定量向老年人发放时间币。

3.5 反馈监管

反馈的方式分为线上线下两种，线上反馈主要集中于每次服务结束后，服务双方对彼此信用情况、服务内容等进行评价；此外还可以发放网络问卷，邀请社会各界参与调查，广泛吸收各界对“时间银行”发展运营的意见建议。线下反馈则需要工作人员定期走访用户双方，就平台使用情况、服务内容、质量、方式、满意度等进行现场征询，优化运营流程。

3.6 注意的问题

我市群众对“时间银行”模式整体上还不够了解，宣传力度及知识普及及不够深入广泛，可能影响该模式的前期建设及试点推广，不利于形成规模效应，甚至干扰互助养老的长足发展。

强化宣传则应选择多样化的方式组合，契合不同群体的信息渠道，构建广为覆盖的知识普及网络。

4 结语

本文通过实地调研，充分了解当前我市老年人口的基本养老需求与偏好、我市养老服务的供给与规划，从养老的实际需要及各方条件保障分析了构建“时间银行”互助型养老模式的必要性与可行性，借鉴国内外优秀经验，以调查所知的居民实际需求为导向，构建出契合我市养老服务发展的“时间银行”新模式，在运营主体、运营平台、时间币的核算方式上均提出创新性见解，以期促进东营市养老服务业多元化发展，解决深度老龄化的现实困境，提升城市幸福指数。

参考文献：

- [1]2020 年全国第七次人口普查数据.
- [2]东营市 2010 年人口普查数据.
- [3]张晨寒, 李玲玉.时间银行: 居家养老服务模式的新探索[J].河南师范大学学报(哲学社会科学版), 2016, 43(5): 80-85.
- [4]张宁, 孙雨佳.“时间银行”互助养老模式的南京试点[J].群众, 2019, (20): 30-31.
- [5]张婷.人口老龄化背景下“时间银行”互助养老模式的优化路径研究[J].内蒙古财经大学学报, 2020, 18(6): 104-107.
- [6]任素娟, 张奇.中美互助养老“时间银行”模式对比研究[J].医学与哲学, 2020, 41(1): 50-53.

作者简介: 孙玫, 女, 硕士研究生, 山东石油化工学院生物医药与护理学院教师, 研究方向为老龄化与养老服务。

课题来源: 2021 年山东省艺术科学重点课题—“时间银行”模式下文化养老的路径研究阶段性成果。