

# 老龄的安心

## 学人视角

汤玲玲



我们从日本社区里的老龄设施中发现，灵活使用社区资源和打造社区互动的机会，是日本社会应对老龄问题的特色之一。不过，令人顾虑的是，社区老化问题若持续恶化，左邻右舍都是需要扶持的体弱者时，再加上劳动力不足，这样的体制或许难以让人全然安心。

初夏赴日本福岗市小住。

我选择入住靠近市中心大学医院境内的外国研究员宿舍，每个清晨走在通往地铁站的长廊时，总会迎来不少前往医院挂门诊的老年人。

在福岗市，放眼望去，老年人居多的街景并不像日本其他城乡般普遍。福岗市拥有150万人口，是九州最大城市；它也是日本境内人口持续微增的少数城市之一。福岗市学府多，吸引年轻人的工作机会也较多（如网上游戏设计、动漫制作等），加上生活费比其他大城市低，它一直都是15岁至29岁人口增长最快的日本城市之一。然而，与福岗的友人谈起人口问题时，他们都一致表示，即便是一座表面上充满青春活力的城市，也同样难以回避日本面对的老龄问题。虽然福岗市的老龄化比率是较全国低，但是，在五入中就有一位是65岁以上人士的城市里，社区老化带来老年人的社会孤立、长期照顾等问题，同样是社会得面对的大挑战。

我很好奇，日本城市如福岗，是如何应对当前的老龄问题，因此先从参观老龄设施开始了解。

首先，我发现“新开张”的疗养院还真不少。这是解决年长者无法留在家中接受护理的最便捷途径。值得一提的是，这些崭新的疗养院都注重生活质量，包括只设单人房，着重提供优雅环境和先进设备（尤其是洗澡设备），在餐饮方面也显得用心。只要空间许可，也提供短期入住、日间护理、登门护理、老年公寓等其他服务。

记得在一个周末，到城南区参观一家仅能容纳26人、由一家非盈利福利机构设立的小型疗养院时，让人有惊喜的发现。

这家疗养院的业者别出心裁，采用了开放、传统的日式家居式设计。一踏入屋内，迎来松柏木的芬芳，屋内家具大多是一般家庭捐赠的老家具，让人心情放松，感觉格外温馨。

告诉福岗的朋友，这些新疗养院的用心让



福岗市城南区老屋咖啡馆与后面的疗养院合成一道美丽的风景。

（汤玲玲摄）

人欣喜；他们透露，疗养院的费用其实不低，日本的退休人士一般步入65岁就开始领取养老金，但是这笔养老金得用来按月缴付长期看护保险费、国民健康保险费、所得税、住民税等，日常生活的零用钱就受到限制。况且从8月起，政府为了确保长期执行看护保险计划，有意削减收入达到一定数额者的补助，即便如此，疗养院床位的需求依然不减。

疗养院这类新设施，顶多也只能稍微缓解福岗市疗养院1万多名有意入住者的等待。随着日本年轻人口减少，老龄设施将面对更严苛的工作人员短缺问题。

那家城南区的芳香小疗养院，对员工的需求相对比较少，却仍然需要义工的援助。自4月开张以来，它已成功招募不少前来帮忙打扫、清洗厕所和洗涤衣物的义工。有趣的是，这家小疗养院的地段内向来就有一栋空置的老房子，业者原本打算把老屋拆除，后来决定保留，并授权让社区义工经营周末咖啡馆。那个周末，我在咖啡馆里品尝了可口价廉的午餐，也观察到这个特别空间吸引了社区内不同代际的居民前来用餐，他们也自在地与隔邻疗养院的员工、老年人，甚至宠物猫交流。

近年来，与其不断增建疗养院，日本政府

更倾向于增设促进居家养老的“小规模多机能设施”。这类设施的特点在于它的规模小，一般仅接受20名或更少居住在社区的老年人，为他们提供物理治疗、餐饮等服务。对于行动不便者，也提供载送、登门护理、探访及送餐服务。若有需要，老年人能暂住设施接受护理。此外，设施也着重帮助老年居民建立联系和求助网络。

一位曾经任职疗养院的负责人表示，他非常支持这个计划，因为这类设施已让不少被判定为不能在家自理的老年人，可以继续安心地居家养老。

从日本社区里的老龄设施中发现，灵活使用社区资源和打造社区互动的机会，是日本社会应对老龄问题的特色之一。不过，令人顾虑的是，社区老化问题若持续恶化，左邻右舍都是需要扶持的体弱者时，再加上劳动力不足，这样的体制或许难以让人全然安心。

我想起每天在医院遇见的老年人，他们处在一个快速高龄化的国家，时不时得面对老年福利和医疗开支援助可能被削减的残酷事实，到底应该制定怎么样的政策，才能让国民完全放心呢？

（作者是新加坡国立大学日本研究系副教授）