

积极老龄化下景德镇老年居民健身参与与社区支持研究

周文清 张祖发 张佳丽

景德镇陶瓷大学 江西 景德镇 333403

【摘要】：在积极老龄化背景下，社区支持对老年居民健身参与具有重要影响。本研究以景德镇市为案例，采用问卷调查、田野调查与深度访谈等方法，对212名老年居民和39名社区工作人员进行调查，从设施、组织、服务、情感、政策、文化特色六个维度分析社区支持对老年居民健身参与的影响。结果表明：情感支持得分最高，邻里互助满意度为78.76%，服务支持得分最低，专业健身指导不满意率为87.25%，根据社区工作人员反馈发现82.05%社区无专门服务；设施支持呈现“有场所、不充足、不适老”特征；政策支持呈“低知晓、低落实、高认可”格局；文化特色支持呈“低供给、中体现、意愿有提升空间”现状。建议以设施为基石、服务为重点、文化为突破口，构建“六位一体”协同体系，为文化遗产型城市“文化康养融合发展”提供参考。

【关键词】：积极老龄化；社区支持；老年健身参与；景德镇；文化特色支持

DOI:10.12417/2982-3846.26.02.055

1 前言

我国已进入中度老龄化社会，第七次全国人口普查数据显示，60岁及以上人口达2.64亿，占总人口的18.70%^[1]。景德镇市老龄化程度已超过22%，高于全国平均水平，老年健康促进已成为地方治理的重要议题。《“健康中国2030”规划纲要》明确提出“推进体卫融合”，《全民健身计划（2025-2035年）》要求“构建适老普惠型健身公共服务体系”^[2]，《景德镇国家陶瓷文化传承创新试验区实施方案》首次将“文化康养融合发展”纳入城市发展战略^[3]。

研究表明，规律性的体育健身活动能够有效改善老年人生理机能、降低医疗支出、提升生活质量。社区作为老年人日常活动的主要空间场域，其支持体系的完善程度直接影响老年居民的健身参与行为。然而，住建部2023年数据显示，景德镇老城区适老化健身设施覆盖率仅为38.7%，远低于国家80%的目标要求^[4]；社区与医疗机构间的体卫融合机制尚未建立；陶瓷文化资源的康养价值也未得到有效转化。已有研究多关注一般城市社区的设施、组织、服务等支持维度，很少有将“文化特色支持”作为独立维度、聚焦文化遗产型城市老年健身参与的研究。

景德镇作为国家陶瓷文化传承创新试验区，面临老城区适老化改造难题，是研究文化遗产型城市社区支持老年人健身的典型样本。为此，本研究以积极老龄化理论为视角，构建设施、组织、服务、情感、政策、文化特色六维度社区支持量表，探讨社区支持对老年居民健身参与的影响机制及体系优化策略。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

本文以积极老龄化背景下社区支持对景德镇市老年居民

健身参与的影响及体系优化为研究对象。采用分层抽样法，以景德镇市珠山区、昌江区、浮梁县、乐平市城镇部分社区60周岁及以上常住老年居民与社区工作人员为调查对象。

2.2 研究方法

本研究采用文献研究法梳理积极老龄化理论与社区支持维度；通过田野调查法观察老年健身行为；运用半结构化访谈法与问卷调查法收集资料。问卷共设计两套：《老年居民健身参与的社区支持评价量表》（老年居民版）从六个维度测量主观感知，采用Likert五级评分；《社区支持对老年居民健身参与的影响及体系优化研究》调查表（社区工作人员版）用于收集服务供给现状。信度采用重测信度法（间隔14天），总量表重测信度为0.841，各维度相关系数在0.752-0.863之间；效度经专家审核与因子分析，内容效度与结构效度良好。问卷覆盖15个社区的健身广场、老年活动中心及党群服务中心，回收有效问卷老年居民212份（有效率97.69%）、社区工作人员39份（有效率97.5%）。数据采用逻辑分析法进行归纳、演绎与综合。

3 结果与分析

3.1 社区体育健身设施支持状况

由表1可以看出，景德镇社区健身设施支持呈现“有场所、不充足、不适老”特征。15分钟可达性满意度达83.00%，空间布局基本达标。但设施数量满意度仅33.48%，近半数居民表示不满。设施安全性与维护状况略好，满意率44.80%。适老化无障碍设施满意率48.58%，但仍有35.37%表示不满。核心短板集中于数量不足与适老化设计不完善。

表1 社区健身设施支持状况综合评价 (N=212)

评价维度	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
设施数量充足程度	16 (7.54%)	79 (37.26%)	46 (21.69%)	57 (26.88%)	14 (6.60%)
设施安全性与维护状况	15 (7.07%)	59 (27.83%)	43 (20.28%)	64 (30.18%)	31 (14.62%)
老年无障碍安全设施完善程度	19 (8.96%)	56 (26.41%)	14 (6.60%)	103 (48.58%)	20 (9.43%)
15分钟健身场所可达性	8 (3.77%)	17 (8.01%)	11 (5.18%)	135 (63.67%)	41 (19.33%)

3.2 社区体育健身活动组织状况

表2显示,组织支持状况不容乐观。活动定期组织的不满意率高达54.23%,满意率仅31.13%。活动时间与宣传便利性的不满意率达57.07%,满意率仅24.99%。经过观察发现活动多安排在上班时、宣传靠告示栏的现象,可见社区尚未建立常态化老年健身活动组织机制,自上而下供给与自下而上参与意愿存在结构性错位。

表2 社区健身活动组织支持状况综合评价 (N=212)

评价维度	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
老年健身体育活动定期组织情况	22 (10.37%)	93 (43.86%)	31 (14.62%)	36 (16.98%)	30 (14.15%)
健身活动时间与宣传便利性	43 (20.28%)	78 (36.79%)	38 (17.92%)	19 (8.96%)	34 (16.03%)

3.3 社区体育健身指导服务状况

服务支持是本次调查评价最低的维度。表3显示,专业健身指导不满意率高达87.25%,满意率仅4.24%。协助使用设施服务不满意率78.30%。高危老人上门指导不满意率66.50%。体卫融合在社区层面严重缺位,运动风险评估、处方开具、效果监测三重功能几乎全部空白。

表3 社区健身指导服务支持状况综合评价 (N=212)

评价维度	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
专业健身指导服务供给情况	74 (34.90%)	111 (52.35%)	18 (8.49%)	7 (3.30%)	2 (0.94%)
协助老人使用健身设施服务	42 (19.81%)	124 (58.49%)	22 (10.37%)	15 (7.07%)	9 (4.24%)
高危老人上门健身指导服务	90 (42.45%)	51 (24.05%)	46 (21.69%)	17 (8.01%)	8 (3.77%)

评价维度	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
专业健身指导服务供给情况	74 (34.90%)	111 (52.35%)	18 (8.49%)	7 (3.30%)	2 (0.94%)
协助老人使用健身设施服务	42 (19.81%)	124 (58.49%)	22 (10.37%)	15 (7.07%)	9 (4.24%)
高危老人上门健身指导服务	90 (42.45%)	51 (24.05%)	46 (21.69%)	17 (8.01%)	8 (3.77%)

(注:续表3)

上述数据表明,服务支持是当前社区支持体系中最薄弱的环节。值得注意的是供需数据,可以看出老年居民对专业健身指导的不满意率达到了87.25%,而从供给端看仅有12.82%的社区提供了健身指导服务。这说明居民的感知差与社区低供给高度一致,说明服务不足非认知偏差,而是客观存在的服务短板。因此建议给予社区支持提高居民的感知。

3.4 社区体育健身氛围与社团参与状况

情感支持是社区支持体系中不可忽视的“软环境”因素。表4显示,邻里互助氛围评价积极,满意率高达78.76%,反映社区社会资本基础良好。但兴趣社团可参与性满意率仅39.62%,存在“圈子封闭”、新成员融入困难等问题。

表4 社区健身氛围与社团参与状况综合评价 (N=212)

评价维度	非常不满意	不满意	一般	满意	非常满意
邻里互助氛围	23(10.84%)	9(4.24%)	13(6.13%)	109(51.41%)	58(27.35%)
兴趣社团可参与性	23(10.84%)	43(20.28%)	62(29.24%)	54(25.47%)	30(14.15%)

3.5 社区体育健身政策认知与实施效能

政策支持呈现“低知晓、低落实、高认可”格局。在与社区老年居民的交谈中得知,他们并不知晓老年健身的相关政策,政策知晓不满意率62.72%,落实不满意率72.16%,但74.52%居民认可政策促进作用。政策潜在效能尚未转化为居民可感知的实际改善。

3.6 社区体育健身地域文化融合成效

文化特色支持呈现“低供给、中体现、高意愿”错位。通过调查了解到特色活动开展满意度仅24.52%,场所文化体现满意度58.01%,愿意与非常愿意的人群占比为50.00%,仍有20%

的居民不愿意参与,但仍显著高于24.52%的实际供给水平,存在明显的供需缺口问题。

3.7 社区工作人员视角下的供给分析

对39名社区工作人员的调查显示,供给端存在显著的结构性短缺。在设施配置方面,健身路径配置率达100%,但室内健身房为0%,呈现“重室外、轻室内”特征。在服务供给方面,82.05%的社区无专门健身服务,健身指导仅12.82%,体质检测为0%。在政策认知方面,对积极老龄化政策了解度仅46.14%,超半数工作者认知不足。在制约因素方面,资源投入不足(100%)和部门协调困难(89.74%)是最主要障碍。值得注意的是,工作人员对“陶瓷+健身”模式高度认同,100%支持“陶瓷健身操”和“古窑健步走”,为文化特色支持的落地提供了组织基础。

4 结论与建议

4.1 结论

(1) 六维度发展不均衡,服务支持是最大短板。专业健身指导不满意率87.25%,82.05%社区无专门服务。(2) 设施支持“有场所、不充足、不适老”。15分钟可达性83.00%,数

量满意度仅33.48%。(3) 体卫融合在社区层面严重缺位。高危老人上门指导不满意率66.50%。(4) 政策支持“低知晓、低落实、高认可”。知晓不满意率62.72%,落实不满意率72.16%,认可度74.52%。(5) 文化特色支持“低供给、中体现、意愿有提高空间”。活动开展满意度24.52%,参与意愿50.00%。(6) 供给端三大制约:专业人才缺位、服务供给空白、资源投入不足。

4.2 建议

(1) 补齐设施适老化短板。加大老旧小区改造投入,建立定期巡检维护机制,利用闲置空间增设室内场所。(2) 构建“体卫融合”服务机制。建立社区体育指导员与卫生服务中心协作机制,引进专业人才,建立高危老人“一人一档”。(3) 建立常态化活动组织机制。设定固定活动日历,调整时间安排,创新宣传方式,推行“居民点单、社区接单”。(4) 强化政策宣传与落地监督。开展基层工作人员培训,编制通俗宣传手册,建立监督评估机制。(5) 打造“陶瓷+健身”特色模式。优先试点“陶瓷健身操”“古窑健步走”,邀请专业机构协作转化传统工艺动作。(6) 构建“六位一体”协同推进机制。整合体育、民政、卫健、文旅资源,争取专项资金支持。

参考文献:

- [1] 国家统计局.第七次全国人口普查公报[EB/OL].(2021-05-11)[2026-04-10].
- [2] 中共中央、国务院.“健康中国2030”规划纲要[EB/OL].(2016-10-25)[2026-04-10].
- [3] 国家发展改革委、文化和旅游.《景德镇国家陶瓷文化传承创新试验区实施方案》[EB/OL].(2019-08-26)[2026-04-10].
- [4] 住房和城乡建设部.2023年城乡建设统计年鉴[EB/OL].(2024-10)[2026-04-10].
- [5] 闫菲,李柏.积极老龄化背景下社区体医养融合的机制解构、困境审视与优化路径[J].辽宁体育科技,2026,48(02):22-29.
- [6] 关峰.健康中国视角下社区体育服务的内在逻辑与创新机制研究[J].文体用品与科技,2025,(20):4-6.
- [7] 蒋红英.“健康中国”视域下许昌市城区居民全民健身现状及对策[J].内江科技,2024,45(11):38-39.