

福州老年体育

杂志名称

内部资料 免费交流
(闽)内资准字 A 第 048 号

2022 5
总第 94 期



目录 | CONTENTS

卷首语

02 营造生气勃勃的老年人体育健身氛围

工作动态

03 市老体协举办持杖健走竞技理论讲座

04 福州市重点门球队交流考察活动在长乐开杆

05 市老体协女子气排球交流活动在罗源举行

06 闽清县老体协召开第七届会员代表大会

康乐家园

07 福清市老体协调研新厝、江阴康乐家园创建工作

08 永泰县老体协调研玉锡村老年活动中心建设工作

09 康乐家园不懈创建 党建引领最是关键

多彩老体

10 喜迎二十大 福清市老体协举办太极拳剑、健身气功集训

11 市直机关老体协 书写新时代文体篇章

12 齐心颂党恩 共谱门球情

12 喜迎二十大 讴歌新时代

13 连江县举办喜迎二十大气排球俱乐部邀请赛

13 金峰镇老体协参加区武术比赛获佳绩

14 快乐健身庆“五一” 绽放激情展风采

健身资讯

16 马尾健身又添好去处

17 “极端健身”不可取 老年人锻炼应遵循的五大原则

银龄风采

18 万丈“柔”情挡不住

党史故事

20 国洋小木屋的故事

老年事业

22 “一老一小”世界级难题,中日韩欧都怎么破?

基层图讯



营造生气勃勃的老年人体育健身氛围

近期,国家体育总局印发了《关于进一步做好老年人体育工作的通知》,为老体协的工作指明了方向,提出了更高的要求。各级老体协要认真组织学习,深入贯彻落实,结合本地实际,主动推进老年体育事业高水平发展。

五月以来,我市各级老体协开展了一系列喜闻乐见、参与度高、覆盖面广的老年人健身活动,让老年群众体验到了不一样的精神文化生活。大家深入基层,带动开展小型多样分散的社区、村镇体育活动,把老年体育项目和赛事办到群众身边。在开展太极拳、广场舞、柔力球等培训的同时,进一步推动了老年人康乐家园创建工作,取得了很好的成效。

各级老体协要从老年群众日益增长的体育健身需求出发,创新思路与形式,因地制宜,加强统筹,广泛动员社会力量为老年体育活动创造更好的条件;加大宣传力度,提高老年人的参与度,营造生机勃勃的老年健身氛围,增强老年人的获得感和幸福感,努力开创我市老年人体育工作新局面。

薛海玲

2022年5月

市老体协举办持杖健走 竞技理论讲座

5月19日，福州市老体协在三楼会议室举办持杖健走竞技理论讲座，邀请闽江学院教授、市协健步走专委会顾问陈其昌授课，市持杖健走队全体队员参加。

市老体协副主席王培德在致辞中表示，市持杖健走队成立以来，每周坚持训练、风雨无阻，展现了良好的精神风貌，但是理论知识方面还有待加强，希望大家把握机会，认真学习，努力提升持杖健走竞技理论水平。

课上，陈教授向大家分享了持杖健走项目的动作要领、比赛规程、场地器材、战术配合、赛前准备、安全保

障等理论知识，还利用自身体育专业知识，从提高身体素质、增加体能等方面进行个性化讲解。

队员们认真聆听、踊跃提问、积极分享，改正不良习惯，课堂上洋溢着浓郁的学习气氛。通过讲座，队员们进一步了解了持杖健走项目，他们摩拳擦掌、蓄势待发，对今后的训练和比赛充满了信心和激情。



福州市重点门球队 交流考察活动在长乐开杆

5月18日,市老体协在长乐区老年体育健身基地四连片门球场举办重点门球队交流考察活动。福清、连江、市直男子门球队和晋安、闽清、长乐女子门球队(福州市第十一届老健会前三名男女队伍)齐聚一堂,各展所长。

市老体协副主席林恩健作开赛动员,裁判长高玉斌作活动规程要求说明。长乐区老体协主席郑金德到场向各兄弟县区代表队表示欢迎,并祝愿交流活动圆满成功。按照疫情防控要求,队员均提供了48小时内核酸检测报告,确保活动安全顺利进行。

交流活动采取双循环赛制,每队分别打4场,方便各支队伍相互观摩、



互相学习,发现问题、取长补短,共同进步。

此前一段时间受新冠疫情影响,大部分门球训练暂停,队员们很多选择独自练习,市老体协通过本次交流考察活动,有效激发了大家的训练热情和竞技意识,促进各支队伍加强训练,不断提升实战能力。

(陈宝国 张善凯)

市老体协女子气排球交流活动 在罗源举行

5月21日,罗源县老体活动中心气排球馆热闹非凡,福州市老体协组织福州1队、福州2队、福清队、罗源队和仓山队等五支女子气排球队齐聚罗源开展交流活动。

此次交流活动由市老体协精心组织,采用以赛代训方式,相互取长补短、增进友谊,大家切磋球技、交流经验。比赛采用大循环赛制,5支球队两两交手,打满10场比赛。

姐妹们都是久经沙场的老手,赛场上,她们生龙活虎,展示出高超的球技和越战越勇的拼搏精神,比赛精彩纷呈、亮点多多。市老体协副主席高慧萍和罗源县老体协主席柯受安到场观



看,对队员们勇于争先、顽强拼搏的竞技精神给予高度评价。

经过一天的交流,最终福州1队技高一筹,取得全胜。女子气排球交流活动圆满收官,大家欢聚一堂,共叙友情、共进晚餐,共同祝愿福州市女子气排球队在省老健会上取得优异成绩,为有福之州争得荣誉。

(沈祖琪)



闽清县老体协 召开第七届会员代表大会

5月20日，闽清县老体协召开第七届会员代表大会。市老体协主席薛海玲、副主席高慧萍，闽清县委常委、宣传部部长刘鸿，相关部门负责同志以及县老体协第七届会员全体代表出席会议。

会议审议通过了《第六届委员会工作报告》以及县老体协新《章程》，选举产生了第七届委员会，许建平当选第七届委员会主席。

刘鸿肯定了六年来县老体协的工作，希望新一届领导班子能与时俱进、

开拓创新，奋力推进县老年体育工作再上新台阶，再创新辉煌。

许建平表示将不辜负组织的重托和老年朋友的期待，团结班子成员，让闽清的老年体育事业迎来新活力、新提升、新发展。

薛海玲要求，县老体协要进一步加强基层组织建设、健身康乐家园和场地设施建设，加强特色项目和宣传网络建设，让闽清老年人体育工作继续走在前列。

（张景光 朱丹）

福清市老体协调研新厝、江阴 康乐家园创建工作



5月6日，福清市老体协领导张忠康、郑坚、孙存宝一行前往新厝镇、江阴镇，调研康乐家园创建工作。

调研组实地察看了两镇老年人健身康乐家园的体育健身设施、场地建设情况。在新厝镇，调研组详细了解了该镇老年体育活动开展情况及基础设施配套等，对该镇老体协的办公环境、地掷球场场地翻修等工作提出意见和建议。在江阴镇，调研组就镇老体协的新办公场所和场地建设等工作与江阴镇领导进行沟通，希望该镇进一步扩大老体协新办公室，以满足办公和活动的需求，同时，合并用地，建设规范的门球、气排球场地，打造好老年人的幸福康乐家园。



张忠康指出，老年人健身康乐家园是吸引、凝聚和服务广大老年人开展体育健身活动的重要阵地，各老体协一要因地制宜、保质保量完成场地和基础设施建设；二要积极向镇党委、政府主要领导汇报创建工作情况，争取更多支持；三要不断加强队伍建设，组织开展活动，使之成为“老有所健”“老有所乐”的幸福家园。

(周小扬 李超平)



5月26日，永泰县老体协执行主席张智雄带领副主席黄朝燊、副秘书长张若勇，冒雨前往赤锡乡玉锡村调研老年活动中心建设工作，察看玉锡村新建的多功能球场和新村沿溪健身步道，并在村部召开座谈会。

会上，玉锡村党支部书记兼村老体协主席程顺升详细介绍了村老年人健身活动中心筹建情况。活动中心位于村中心道路旁，于2021年12月底动工，设计建筑面积120平方米，总投资约40多万元，现已完成主体工程，计划于2022年8月底竣工交付使用。

张智雄肯定了玉锡村老年人体育工作取得的成绩。他要求，村老体协在抓好中心建设的同时，还要抓好队伍建设，按照“六有”标准，力争申报省级老年人康乐家园。

(张智雄 张若勇)

永泰县老体协调研 玉锡村老年活动中心建设工作



康乐家园不懈创建 党建引领最是关键

五月的福州,天气乍暖还寒。长乐区航城老体协新任主席陈发平、常务副主席郑惠平带领各镇村老体协班子成员,前往长乐区首批获得“福建省老年人健身康乐家园”称号的全国文明村洋屿村考察。

在村荣誉室,陈发平向大家介绍了该村以党建引领带动康乐家园创建,整合资源从“六有”着手积极开展老年人科学健身、文明健身,提升老年人获得感、幸福感的先进经验。

参加活动的老体协成员纷纷表示,榜样的力量无穷,大家回去后要**加强党建引领,振奋精神,深入推进康乐家园创建工作。**

(陈发平)



喜迎二十大 福清市老体协举办 太极拳剑、健身气功集训

5月7日，福清市老体协在“两馆一中心”举办太极拳剑、健身气功首次集训。来自7个街道和市直机关、卫生口代表队的300多名太极拳剑、健身气功爱好者参加活动。福清市老体协领导方裕开、张忠康、郑坚、孙存宝全程观看集训。

福清市即将举办500人“喜迎二十大”全市老年人太极拳剑、健身气功大型展示活动。前期受疫情影响，基层太极爱好者们只能线上学习、居家习练，但这并没有影响他们参加展示的信心和决心。经过一段时间的松散型训练，福清市老体协决定组织本次集训，全面检验训练成果。

舒缓的音乐中，太极爱好者们随



之起合，整齐柔美的动作、一招一式宛如行云流水，令人心醉。

集训结束后，太极专委会负责人分析了此次集训过程中存在的问题，要求进一步强化训练，熟悉招式、规范动作，提出要注意动作整齐划一，以完美的纵队参加展示，确保展示活动顺利进行。

（周小扬）

市直机关老体协 书写新时代文体篇章



5月23日，市直机关老体协健身国标舞交谊舞专委会在市博物馆举办纪念毛主席《在延安文艺座谈会上的讲话》发表80周年暨《生命之舞》展演活动。

5月28日，2022年市直机关中老年《仙雲同芳杯》气排球邀请赛在福州市老年人体育活动中心举行，共有8支男女球队参加比赛。

比赛中，运动员们半蹲、起跳、扣杀！潇洒的动作，激动的呐喊，充分体现出了勇于拼搏、永不放弃、团结向上的比赛精神，呈现了一场场精彩绝伦的比赛。



市老体协副主席高慧萍到场观看比赛，并与市直老体协主席秦健一同向获胜球队颁发了奖杯。

(蒋锦荣 张耀)

5月14日至16日，由罗源县门球协会会长郑信光捐资举办的2022年颂党恩“康乐杯”门球双打友谊赛在县老体协三连片门球场举行。

赛场上，球友们群情振奋、踊跃参与，有的自告奋勇当裁判员，有的当计分员，有的当啦啦队。每当打出好球，场上便会响起一阵阵热烈的掌声和欢呼声。

(星光)



齐心颂党恩 共谱门球情

喜迎二十大 讴歌新时代



5月17日晚，闽清县乃裳广场上灯火辉煌，由县老体协、县老年大学主办，梅城镇洋桃社区协办的“喜迎二十大，讴歌新时代”暨洋桃健身舞蹈队成立十周年文艺演出倾情上演。

中老年朋友们用灿烂的笑容、优美的舞姿，抒发对党的热爱之情，彰显了健康向上、奋斗新时代的信心和力量。

(张景光 朱丹)

连江县举办喜迎二十大 气排球俱乐部邀请赛



5月22日,连江县老体协举办“喜迎二十大”气排球俱乐部邀请赛,来自三明、宁德、福州的8支队伍参加。

比赛采用第一阶段两组单循环,第二阶段交叉赛的办法进行,上场队员为3男2女。由于各队实力旗鼓相当,不少好球来回二十多个回合才见分晓。大力扣杀、集体拦网等精彩场面不断出现,博得了观众的阵阵掌声。

(黄云平)

金峰镇老体协参加区武术比赛获佳绩

5月20日至21日,“郑和杯”2022年福州市长乐区武术比赛在长乐举行,金峰镇老体协代表队由主席李国宝带队参加,最终获团体银奖,并在个人项目中斩获5金7银3铜的好成绩,充分展现了金峰镇老年人热爱生活、健康向上的精神风貌。

(陈宝国 陈锦绣)



快乐健身庆“五一” 绽放激情展风采

五一期间,福州市各级老体协组织开展形式多样、内容丰富的迎“五一”活动,充分展现了福州市老年人的风采,也让更多的老年体育爱好者在健身中感受体育运动带来的快乐和健康。



5月1日至2日,永泰县举办庆祝2022年“五一”全民健身门球比赛。



5月2日,福清市龙山街道老体协举办老年健身太极拳、剑、气功展示。



长乐区直机关老体协舞韵舞蹈队展示广场舞《生命之舞》。



①



②



③



④

① 5月3日，福清市江阴镇老体协举办庆祝“五一”广场舞文艺汇演。

② 5月3日，闽侯县甘蔗街道老体协举办“庆五一”舞龙展示。

③ 5月4日，福清市玉屏街道融北社区老体协举办庆祝“五一”门球邀请赛。

④ 5月4日，福清市沙埔镇老体协开展庆“五一”柔力球培训。

马尾健身又添好去处

5月2日，福州市马尾区首座智慧体育公园正式开园。

公园位于闽江之畔、鼓山南麓，总面积约3万平方米。园区设有老年人健身区、青少年健身区、儿童乐园区三大区域，拥有篮球、足球、气排球、追光跑道等运动项目场地，配套儿童乐园、极限乐园等板块，满足不同年龄段人群的休闲娱乐健身需求。

整个园区采用“互联网+智能化”的运动体验。公园依托自动化数字系



统、智能灯光杆、智能健身器材实现运动者身体及运动数据掌握、分析，实现智能化管理。同时，在外观设计规划上这些设施的设计更尊重自然，实现与景观的深度融合，能充分调动锻炼者的体验式乐趣，增强运动体验感和互动性，有利于全民健身理念的进一步推广，马尾健身又添了好去处！

(吴星)

“极端健身”不可取 老年人锻炼应遵循的五大原则

随着老年人锻炼队伍日益庞大,出现了许多如倒走、爬行、蹭树等新奇的锻炼方式,吸引了不少眼球。但是,锻炼方式并不是越新奇越好,应该根据老年人的身体特点进行,下面介绍一下老年人锻炼应遵循的五大原则。

全面、定期检查

了解锻炼前、中和锻炼一阶段后的健康状况、疾病变化及各脏器的功能水平,特别要注意心血管和脑血管系统的变化,确保锻炼的安全性。

低强度、短时间

选择运动时间不过长、强度不太大的全身性体育活动。活动应包括各个关节的肌群,动作要有节奏,速度宜稍缓慢。用2周时间观察其反应,适应后再小幅度增加运动量,呈波浪式渐进,不要追求直线增加运动量。老年人不宜做举重、快跑等快速度、重体力的活动。

不过分用力及动作过猛

锻炼方式可多样化,但要避免屏气、过分用力、动作过猛,避免使身体骤然前倾、猛然低头、弯腰等动作。呼吸要自然,可用腹式呼吸。

生病时应停止锻炼

有明显心肌功能减退者或慢性病患者,可按照病情特点进行体育锻炼。

事先准备和运动后整理

年龄越大,准备活动越要充分。运动前可先进行10分钟左右的伸展动作,避免损伤;跑步后至少慢走2~3分钟;力量练习后先休息5分钟,运动后忌立即洗热水淋浴。



万丈“柔”情挡不住



福清市老体协 周小扬 刘典进

连日来，渔溪镇的晨晚练健身点都能看到刘小华和她的伙伴们刻苦训练的身影。

刘小华是国家柔力球一级教练员，曾获评“福建省老年体育健身优秀辅导员”。她紧急“受命”，负责协助福清市老体协组建一支20人组成的单拍柔力球队，参加喜迎二十大2022年全国第八届柔力球网络视频比赛。

得益于福清市康乐家园建设取得的成效，渔溪镇柔力球健身项目已基本普及，但要在短时间内组建队伍、组织队员训练并投入比赛，确实有一定难度。

刘小华表示，花式柔力球是一项集传统太极文化与现代元素为一体的



球类运动，融健身娱乐和表演于一身，魅力十足，观赏性强，很受群众喜爱。但入门较难。遇到高难度动作，有的人一时学不会，打不来，就会望拍兴叹，割爱放弃。加上近年来群众文化生活娱乐生活日趋丰富，可供选择的项目多，以前和她一起参加柔力球全国赛的好姐妹许多都选择跳操等健身项目，不想打球了。而且姐妹们有的开店做生意，

有的白天在工厂上班。短时间内要组建一支 20 人的队伍可谓困难重重。但她不想放弃。经与市柔力球专委会负责人沟通,她开始发微信、打电话,多方联系,终于一个个找回“旧部”。大家对柔力球的喜爱还在,以渔溪镇的班底为主,联合上迳镇的柔力球爱好者,一支 25 人的柔力球队集结完成。

至此,每天早上、晚上,渔溪镇的晨晚练健身点又可以看到柔力球队员们活跃的身影。身着统一运动服的她们格外打眼,随着优美的乐曲响起,她们快乐地舞动着手中的柔力球,绕翻、旋转、抛接、弓步、绕环,让人目不暇接,吸引着不少过路群众驻足观看。

连日来,福清阴雨连绵,但花式柔力球队的队员们坚持每天早晚排练,风雨无阻,认真打好每个动作是队员们共同的心愿。刘小华一边做示范,一边及时纠正大家的动作。

对新队员们来说,动作规范的同时,队形的排列、变换同样具有挑战性。她们一丝不苟,力求把每一个动作都做到位,那股认真劲儿很让人感动。队员们表示,既然决定“归队”,就要严格要求自己,严肃认真训练,尽最大努力打好这次线上比赛,打出精气神,让更多中老年朋友从中了解柔力球的魅力,喜欢上这项运动,共同为福清市“全国老年柔力球之乡”打 Call。





国洋小木屋的故事

福州老人的回忆

国洋自然村是个李姓聚居的村落，村里有一座独立的木屋已经走过一百五十年历史。小屋坐北朝南而立，一侧卵石堆砌，一侧木柱加竹篾敷以泥灰而成。中间为厅，宽约5米；两侧为边，房宽3米、长5米。房前有一卵石铺就的埕院，夏日可以乘凉。冬天可以晒日取暖。自小屋埕院远望，百多米的祠堂、山岗上人头晃动皆能了然。而向山小路只要二十来步即可把人隐藏于林中。

小木屋主人是当地颇有名望的正骨疗伤，支持革命的医生李乃算。李乃算出生于1882年，他家境贫寒，很早就到闽南谋生，在泉州安海及洪濂等地拜师学艺。其天资聪

颖，学得订秤和正骨疗伤技术，又急公好义乐善好施，深得老师和百姓的称叹。在闽南生活十多年结交了南少林师父秒月大和尚，一代律宗大师弘一法师及小雪峰寺常惺法师，更识得国家社会大体，颇有忧国忧民之心，经常把挣得钱物救济百姓。至32岁时在众多好友催促下才返回故里成亲，娶前岐林氏抱弟为妻，而小木屋也是当下仓促成亲所购买。

此时小木屋已经悄然成为大革命斗争地下党聚居活动的处所，林时勉、郑丹甫、周建生、王宏文、郑衍宗等共产党人时常借走亲戚名义而出入小木屋。

1935年6月，中共鼎平县委成立，国洋村作为前岐往周家山必经之路，更是经常有郭定玉、谢作霖等共产党人在小木屋歇脚。罗烈生率领的肃反队更是经常在小木屋和国洋村活动。随着刘英、粟裕带领挺进师进驻国洋村，并在李氏祠堂向村民宣传革命道理，发动群众踊跃参军。李乃算更是积极加入支红扩红热潮中，他鼓励侄儿李永为参军，成为粟裕（金米）将军的警卫员，同时动员李声恒、李声崇、李永依等青年踊跃参加红军，鼓励佳山村的年轻人也参军，还答应负责帮助照顾他们家庭老小的生活。

1936年夏天，刘英（可夫）同志来到国洋村养伤，就住在小木屋里。李乃算精心为他疗伤，其妻林抱弟（林时勉烈士侄女）更是精心护理，杀鸡煲汤调养。白天刘英同志隐藏于小阁楼上，晚上则在小木屋的埕院乘凉，闲暇还与李乃算互相探讨当时的热门话题，长达十天。

红军北上以后，因国民党欲抓捕李乃算，请示鼎平县委后，李乃算再次离家，南下泉州，至共和国成立后，才返回故里安度晚年。李乃算避走后小木屋被国民党光顾搜查，家中物品被掠夺砸毁。自1940年以后，小木屋成为李乃算次子李永恩召集有志国家救亡的青年学生的活动处所。李永恩还动

员村里的兄弟参加鼎平游击队。1948年底至1949年初，鼎平游击队到村里歇脚，适逢腊月，村民们主动接应欢迎游击队亲人，大家把队员接到自己家里盛情招待。小木屋中笑语连连，又重新热闹起来。原福建省纪委副书记王烈平回忆当时情景还记忆犹新地说“是你奶奶亲自把过年的白粿盛入我的碗中”。

平阳矾矿的中共青年书记卢兴设带着鼎平县委书记郑衍宗的任务多次在小木屋约见当时的国民党岐镇长李永耀，商谈前岐镇和平解放的有关事宜，后蔡承志、张德海等浙南游击队同志也在小木屋与李永耀进行商议。最后李永耀于1948年5月28日在前岐镇吹响和平解放福建的义笛，成为解放福建的首义者。

小木屋虽然平凡，走过的历程却可圈可点，所发生的故事也颇为动人，今日落笔并无它意，旨在留下曾经的记忆，让人们对小木屋及其故事的认识不会因时代的变迁而忘失。

故事线索提供：王烈评、蔡承志、林抱弟、李永耀、李永恩、李声巧

整理：李声国





“一老一小”世界级难题， 中日韩欧都怎么破？

当“老龄化”伴随“少子化”，“一老一少”成了很多国家面临的世界性难题。2021年的中国经济数据显示，中国65岁及以上人口超过2亿，占全国人口的14.2%，已达到“中度老龄化社会”的指标。世界人口最多的国家遇到“银发浪潮”，如何将“老年负担”变“长寿红利”，这是中国必须攻克的大课题。

环视全球，西欧是最早开始人口老龄化进程的地区，而亚洲国家中，日本、韩国都有应对老龄化的丰富经验，东西方社会可以给

中国提供哪些“他山之石”？

就此，中新社“东西问·中外对话”邀请日本国立社会保障和人口问题研究所副所长林玲子，韩国东国大学原社会学教授、中国研究所所长金益基，荷兰鹿特丹伊拉斯谟大学和荷兰跨学科人口研究院(NIDI)访问学者、香港科技大学社会科学和公共政策教授、老龄化中心主任贝斯图与中国人口学会副会长、中国人民大学副校长杜鹏展开对话。

与人口数量相比,人口政策更重要

杜鹏:对于老龄化,中国舆论中出现了人口抚养比和经济增长动力削弱的忧虑情绪。在人口政策调整和社会配套跟进方面,日韩两国有什么需要特别提醒中国的经验之谈?

林玲子:社会经济发展并不一定由人口数量决定,而在于人口政策能否最大化发挥人力潜能。一个能够充分发挥现有人口能力的政策,比单纯的人口数量更重要。亚洲国家必须适应逐渐增多的老年人口,从而相应地调整政策。

金益基:韩国社会已经历过 20 世纪 60 年代以来人口变化的主要阶段,出生率和死亡率都开始下降。现代化、社会经济发展、人口计生政策等社会经济因素都对韩国人口变化产生了影响。1996 年开始,韩国政府改变了政策风向,由限生转向促生,但这为时已晚,日本和韩国的促生政策都没有收到实效。

杜鹏:贝斯图教授在新近的学术论文中认为,如果人力资本得到快速增长,低生育率可能不会对中国未来几十年的持续发展构成大的障碍。能否概述得出这一结论的过程?

贝斯图:这是基于沃尔夫冈·卢茨提出的“人口新陈代谢”概念得出,即一个人口老龄化社会,如果受教育程度相对更高,人们的技

能水平相对更高,且人力资本的改善可以转化为生产力提高,这种人力资本的转变就可抵消人口结构变化带来的影响。中国需要适应新的人口结构现实,释放社会中人口的全部潜力,而不仅仅是创造和要求更多的人口资源。

让年轻人生孩子,什么才是他们最想要的?

杜鹏:应对低生育率,世界不少国家的经验大致分三个方面:从产假、育儿假等方面给予时间支持,从津贴、减税等方面给予经济支持,从托育照护等方面给予服务支持。从大家的经验观察,年轻人想要的是什么呢?

林玲子:日本人尤其是男性,通常工作时间很长,所以日本一直以来都尝试着对工作风格、工作方式进行改革。但是最大的影响是新冠疫情带来的,居家办公的人一下子多了起来,尤其是 2021 年,结婚率上升了。如果远程办公、弹性办公方式继续下去,可能会给年轻人创造比较好的条件。除此之外,产假和陪产假,还有诸如津贴等经济支持也很重要。

金益基:韩国政府效仿北欧国家的“工作-家庭平衡”政策,但是韩国政府没有做到为工作女性提供充足的福利,甚至对男性来说也没有一个切实有效的环境(提高生育率)。提高生育水平,弹性工作和陪产假都是

必不可少的,这也是韩国年轻人最想要的。

贝斯图: 工作单位政策必须要和国家政策同步,提供更好的工作环境,同时也要在家庭内部平衡男女角色,男女双方都应在照顾孩子和家务中作出同等贡献。

少子化和低生育率本身,与其说是一个生育问题,不如说是社会其他问题的表征。比如年轻人要照顾孩子、父母、伴侣的父母,压力太大,政府确实想支持生育,但要想达到目标,可能要先在老年护理领域投入资金,去分担劳动年龄人口肩上的担子。

应从“人口红利”转向“人才红利”

杜鹃: 老年人群并非社会的负担,而是巨大的社会资源。在开发“银发资源”方面,日韩的经验能给中国带来哪些启示?

林玲子: 不能认为老年人寿命的延长会带来社会负担。日本人口确实是在减少,但预期寿命每年都在延长,这就意味着,增加的老龄人口放缓了整体人口减少的趋势。传统意义上的劳动人口确实在减少,但是如果考虑到健康的老人数量在增加,那么实际劳动人口并未大幅减少,我们要做的是促进就业,促进老年人就业。

金益基: 韩国正制定各种计划为老年人创造就业机会,制定了各种扶持计划。我们成立了韩国老年人力开发院,全面统筹相关工



资料图: 在辽宁沈阳一公园内,一群爱好冰球运动的退休大爷组建冰球队进行比赛。

作,该机构正致力于为老年人提供适当的就业机会和参与社会活动的机会。

杜鹃: 贝斯图教授近期在文章中写到,中国要适应人口格局的巨大变化,逐步从依靠“人口红利”转向收获“人才红利”。西欧国家在这方面有哪些经验和教训可供中国借鉴?

贝斯图: 每当讨论老龄化带来的负担时,我们必须准确地定义“负担”所代表的实际含义。我之所以谈到这种人力资本红利,是因为如今的年轻人与50、60、70年前的年轻人有很大不同。他们所掌握的技能、面临的机遇,如果被转化为更高的生产力,实际上就可以产生这种红利。我们应该考虑如何改进劳动力市场的整体结构,而不是把老年人或60岁以上的人群割裂出来看待。

(本文摘自:中新网)



连江县门球分区赛多个赛区开赛。

基层图讯



市直老体协骑行队举办成立三十周年庆典。



鼓楼区温泉晨练队欢度母亲节。



5月9日，市直机关老体协白河勺园站展演《生命之舞》。

5月22日,长乐区直老体协举办气排球友谊赛。



罗源县老体协举办太极功夫扇骨干培训班。



福清市老体协积极备战全省广场舞大赛。



5月26日,闽清县金沙镇老体协举办健康知识讲座。



5月24日,闽侯县老体协羽毛球队成立。



舞动太极风 共筑中国梦

编辑委员会

主任：薛海玲

副主任：陈明建

执行主任：卢湘玉

策划：刘明辉

编辑：朱斌

封面摄影：林再栋

编印单位：福州市老年人体育协会

印刷单位：福州麟造印刷有限公司

印刷日期：2022年5月28日

编辑部

地址：福州市鼓楼区海潮路51号

福州市老年人体育活动中心

邮编：350001

电话：0591-22030035

传真：0591-22030032

投稿邮箱：fzsltx2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册