

# 上海杨浦：创新托起“一老一小”稳稳幸福

一头连着“夕阳”，一头连着“朝阳”，“一老一小”，历来是事关千家万户的“关键小事”和“民生大事”。

奋力推进人民城市新实践，民生保障是“沉甸甸的重头戏”。上海杨浦不断创新举措，破解难题，打造亮点，让老有所养、幼有所育，稳稳托起居民的幸福生活。

## 数字赋能，给老年人温暖守护

“这是对我们独居老人的负责。”

去年夏天起，家住长白新村街道的高龄老人夏林娣家里添了一名新成员——智能水表。签署监测同意书后，一旦老人家中24小时用水量低于0.01立方米或高于2立方米，后台AI系统就会自动预警，第一时间电话联系家属，并将预警短信发送到居委干部或社区关爱员手机上。

“自从有了智能水表检测系统以后，我轻松多了，万一我忙不过来，AI系统会打电话通知我。”负责关爱夏林娣的社区关爱员戴明芳，以往天天要跑40多户独居老人，如今却大大减负了。

智能水表项目在长白新村街道试点后，正在杨浦全区进行推广。数据显示，2023年，杨浦已经完成对128户高龄独居等特殊困难老年人的智能水表安全监测服务。今年，该服务还首次被列入市政府实事项目清单，杨浦计划再为1000户高龄独居等特殊困难老年人进行智能水表安全监测服务，通过科技助力，为老年人群体带去满满“安全感”。

对于老年人来说，数字赋能意味着“守护”。在现有6.72万老年人的殷行街道，其创新推出的“数字化养老”服务包含智能语音伴侣、卫生间呼叫、烟雾报警、燃气报警、睡眠监测等8个应用场景。截止今年9月，已接收并处理烟雾报警869次，燃气报警81次，紧急呼叫2235次。

## 老有所养，给晚年以最大温暖

在杨浦的智慧养老院中，“一张屏”建设为住养老人增添方便、为家属提供安心、为工作人员减轻负担；各综合为老服务中心内，联网运动健身设备监测老人体质、检测老人体能，助力健康加分；“养老e顾问”入驻“随申办”的“杨浦区旗舰店”，将区域服务咨询类信息一站式展现……

今年3月，杨浦发布“两清单一指南”（杨浦区基本养老服务清单、“幸福养老”服务清单及养老服务指南），“暖‘杨’惠老”



▲ 四平路街道“宝宝屋”举行早教活动

◀ 居民在殷行社区运动健康中心接受科学健身指导

项目同时启动。推动“15分钟养老服务圈”的建设，让杨浦老年人的晚年生活实现幸福“升级”。

此外，杨浦正积极推动各街道构建“1+1+N——15分钟养老服务圈”，即在1公里半径范围内设立1家枢纽型社区综合为老服务中心、1处高品质社区长者食堂及若干个便捷可及的家门口服务站。

老有所养，需要更多“医靠”。杨浦区的医养结合，正在驶入快车道。近年来，杨浦区民政局紧紧围绕“幸福养老”服务品牌及品质养老工作主线，与区卫健委、区中心医院、市东医院及专业医疗康养企业合作，不断完善医养共建体系，推动医养设施建设，探索“互联网医院+养老机构”模式。同时，通过打造杨浦区医养结合服务共同体、陪诊服务联盟、非急救转运队伍等创新举措，杨浦医养结合工作打开新格局、新思路，让老年人的获得感、幸福感、安全感持续提升。

在控江路600号延吉社区第二综合为老服务中心内，一座小小的家庭医生工作站，承载着老人们稳稳的幸福。以中医药为特色、约300平方米的内江家庭医生工作站，堪称“五脏俱全”。这里一手引进智慧设备赋能“望闻问切”，一手导出诊疗服务助推幸福养老，为社区医养结合增添新引擎。

## 体卫融合，探索社区运动健康中心“上海样本”

“几年前，我还是运动‘小白’，对退休后突然改变的生活节奏有些无所适从，身体出现高血压、脂肪肝等问题。那时每天生活就是围着医院和药转，挺苦恼的，也不知道怎么做才能好。”来自上海市杨浦区殷行街道的岑雪芳，在近日举行的国家卫健委新闻发布会上分享了曾经被健康问题困扰的经历。

2018年5月，上海市杨浦区殷行街道建成全国首家“全人群友好”的社区健康促进中心，惠及许多像岑雪芳一样的居民。

“社区有了签约的家庭医生后，我按医生的指导定期体检，规律服药。家庭医生也常到社区卫生服务站和居民健康自我管理小组开展健康教育，让我掌握了更多健康知识，并改变了一些生活小习惯。”岑雪芳迈出健康第一步。

为了探索体卫融合道路，让更多像岑雪芳一样的群众在家门口就能享受专业优质的运动促进健康服务，2022年国家体育总局科教司启动全国首批社区运动健康中心试点建设，鼓励各试点省份因地制宜为社区居民提供体质与健康测评、科学健身指导等服务。上海市选择了杨浦区作为首批社区运动健康中心试点区域，殷行社区健康促进中心随即升级为全市首家综合型社区运动健康中心国家试点，创新打造了一套“体育+”多部门协同协作，全民健身和全民健康深度融合的社区运动健康中心的“上海样本”，达到“花小钱省大钱”的效果。

据了解，殷行社区运动健康中心所有工作人员都经过了社区（运动）健康师培训，可以服务于老年人、残疾人等人群。中心会给每个会员建立健康档案，制定个性化运动方案，通过3个月的锻炼后评估相关身体指标，再辅以上海体育大学专家的建议进行调整，最终达到运动促进健康的目的。

享受到健康带来的改变和益处，现在岑雪芳也成为殷行街道社区运动健康中心的一名指导老师，正带领更多人加入运动的行列中。“身体好了，感觉自己像年轻人一样每天都充满着活力。现在我不但自己锻炼，还带领我们‘小妹妹’一起锻炼。大家都感觉到通过科学的锻炼，生活更加充实，身体更加健康了。”

## 幼有善育，给幼儿以最柔软呵护

除了老年人，面向幼儿的公共服务水平也在不断提升。一年来，杨浦发力普惠性托育服务，

加速落实宝宝屋建设，为社区居民广泛提供家门口的“即时托”“临时托”服务。每家宝宝屋内配备专业育婴师，定期开设专业育儿课程，与家长交流养娃带娃的心得，做好科学育儿指导，还为家长和孩子们准备了一场场小游戏，加深趣味互动。

去年10月，四平路街道开出全区第一家社区“宝宝屋”，成为托额数量最大的一家，开放亲子阅读、游戏、运动等活动项目的同时，还可满足社区家庭的托育需求，让家长把孩子临时“寄存”给专业人士。

“有一个月亮在水里面。不好了不好了，大事不好了，月亮掉到井里了！”脱下鞋子、“放飞双脚”，“宝宝屋”内，十几个萌娃坐在家长的怀抱里，跟着老师读绘本《猴子捞月》。

每天，居民李女士都会带着小外孙过来“开心开心”。“孩子非常专注听老师上课，挺不错的，我们宝宝特别投入。在家有时就没这么好，毕竟在家，氛围不一样。”

除了可以“放飞双脚”的脱鞋运动区，“宝宝屋”还设有结构区、游戏区、阅读区等。落地窗前，有一片缩小版的家具，包括及膝高的桌椅、小小婴儿床、微型菜市场等，方便孩子们“扮家家”，学着感受家庭生活是怎么回事。

如今，杨浦区宝宝屋已实现12个街道全覆盖，提供约960个托额，服务幼儿3000余人次，力求为更多小家庭破解带娃难题。居民们可以通过各个点位的微信公众号随时预约参与活动、课程或托育，后续还有望接入“随申办”APP实现“一网通办”。

## 科学教育，“课后不young”体验丰富生活

“很好玩，今天老师教会了我怎么击鼓，下次我还要制作一只属于自己的卡宏鼓。”10月17日，上海理工大学附属小学操场集结了学校各大社团。学校四年级学生顾天瑜迷上了卡宏鼓。

卡宏鼓又叫箱鼓，是一种箱状的木质打击乐器，可以在各种曲风下实现伴奏，有很大的即兴演奏空间，近年来，迅速打开了国内音乐教育市场。从音乐基础知识导入，介绍卡宏鼓及其发声原理，在专业老师的带领下，学生们探讨演奏技巧，感受多元音色。

“空手道的基本原则是把身体磨炼成武器，对敌人的攻击进行有效防御和还击。但空手道也强调礼仪、尊重师友……”当天，开鲁新村第一小学的体育馆里，空手道课程同步开课。在老师的指导下，学生们认真学习拳法、腿法、摔法等多种技术，一招一式，有模有样。

“双减”背景下，科学教育正在“做加法”。团区委的“课后不一young服务专列”，“满载”着高质量的社团活动课程而来，不断提升课后服务品质。后续，科学教育、艺术教育等内容将被“载入”团区委“课后不一young服务专列”，不断丰富学生的课后生活。

“孩子们在学中玩，在玩中学，跳出课堂看世界，多元的课程内容不仅满足了学生个性化发展需求，也体现了学校的特色。”上海理工大学附属小学教师龚贞融表示。

放眼全区，大桥公园建成儿童探索乐园。妇联开展“小小规划师”漫步滨江、亲子鼓圈等活动，广受孩子与家长的青睐；五角场幼稚园、杭州路第一小学等学校鼓励学生“建言献策”，完善“一米高度”视角的校园体系建设，带头推进校园空间适儿化改造；卫健委着力建设一批儿童友好医院，提升儿童健康服务能力，打造优质的就医环境……人民城市新实践，杨浦把儿童友好理念全面融入区域发展，以儿童友好绘就人民城市温暖底色。

关注“一老一小”，事关国家长治久安，关乎千家万户利益，更关系百姓安居乐业。从养老、健康、教育、民生等方面，杨浦正竭力为人民撑起一把“守护伞”，让一老一小，朝夕幸福。

（据人民网）