

养老服务师：

为银发族安享晚年护航

本报记者 杨 迅

新职·新知 27

“每个老年人的身体情况不一样,照护的重点也不一样。认知症老人要特别注意防走失,还需要移除地面杂物,安装防护垫,用清晰标识区分功能区……”在位于湖南长沙湘江新区的泰康之家·湘园,36岁的养老服务师朱千像往常一样,带着年轻的一线护

理人员查房。

随着人口老龄化的加剧,职业化、专业化的养老服务人才成为护航幸福晚年的重要力量。养老服务师是人力资源社会保障部最新发布的17个新职业之一,指从事居家、社区、机构养老综合服务需求评估、方案制订与实施、照护技术实施与培训指导、质量评价管理、服务咨询转介、实务应用研究的专业技术人员。作为从业者,朱千感叹:“职业身份的正式认定,不仅增强了我的职业认同感,更让我们有了持续努力的方向。”

一人一策

为老人定制个性化照护计划

“李嗲嗲(湖南方言,指“爷爷”),早上好!今天的状态看起来不错,一会儿吃完早餐,可以适当走一走哦。”迎着晨光,朱千一边查房,一边叮嘱照护人员有关注意事项。

朱千还记得,这位李姓老人刚到养老机构时,不仅需要卧床,整个人还非常惊惶、缺乏安全感、肢体活动僵硬,不愿意跟外界有交流互动。

为了帮助老人,在医生的指导下,朱千带领团队成员为他制定了专属照护方案:给会俄语的李爷爷每天播放俄罗斯的轻音乐,让他在熟悉的旋律中放松;对其进行手部按摩、开展面部抚触,增加其与外界的互动;做好居家训练,帮助李爷爷开展肌力训练以及拉伸运动……

经过9个多月的悉心护理,老人精神状态焕然一新,终于可以在照护人员的帮助下下地行走。跟老人打招呼,还能得到他的微笑回应。

“看到入住的老人在我们的服务下,身体和精神状态有很大改善,我的职业成就感和价值感一下爆棚。”朱千感叹道。

早上唤醒老人起床,帮助如厕、穿衣、吃早餐,白天陪伴参加活动,帮助老人进行百步走和口腔操等餐前激活运动,晚上休息前再帮老人洗漱……这是很多养老服务师的一天。作为老年人与医护人员之间的桥梁,

他们扮演着陪伴者、观察者和即时响应者的角色,服务涵盖生活照料、体征观察、心理陪伴、活动组织等多方面。养老服务师不仅要掌握基础护理知识与综合评估能力,还要掌握医疗、康复、心理、营养等多个领域的知识,学习贴身照顾、病情观察、心理情绪疏导、沟通技巧等。

“卧床的老人要特别注意预防压疮,定时翻身,防摔床措施一定要到位;很多老人体力虚弱,身体状态不佳,要借助健康监测设备定期监测老人的健康状态……”朱千会和团队成员一起,根据老人的情况定制个性化的照护计划,给每一位入住老人打造有尊严、快乐、舒适的养老生活。同时,建立和家属沟通的微信群,将老人每天吃饭、休息的情况以及体重、体温、血压等数据告知家属,让他们放心。

精细服务

既保障生活需要也关照精神需求

在进入长沙民政职业技术学院的养老服务与管理专业之前,朱千对养老服务师并不了解。经过系统学习,她掌握了专业护理、人体经络、药理学、康复医学等多种专业知识。毕业多年,朱千一直从事养老相关工作,也见证了这一行业的转变。

长期以来,人们普遍对养老照护理解不足,导致整个社会一度对这项工作的认可度不高。“我们毕业时,两个班的同学中,真正进入养老行业的不足10人。两三年后,愿意

继续从事养老工作的人就更少了。”朱千表示,近几年情况发生了改变,大众对养老服务有了进一步认识。同时,市场上不少高端养老机构的出现,也让行业整体逐渐规范、完善。

泰康之家·湘园是一家位于湖南湘江新区的专业养老社区。2021年加入泰康之家·湘园后,朱千作为团队管理者,每天要负责查房、排查安全隐患、开展紧急救助,还要参与策划创新特色项目、培训管理一线人员等。团队成员目前以年轻员工为主,大部分是大学毕业生,也有经验丰富的中年从业者。

“10年前,养老机构招聘的时候,基本上只要愿意从事养老行业的人都能入职。现在,随着行业服务水平和专业化程度的提升,从业的门槛更高了,一般要有职业资格证书才能上岗,还要参考专业、学历和从业经历等。”朱千透露,养老服务师是一个复合型岗位,既要有知识储备,又要具备较高综合素养。

如果说,传统印象中的养老服务更多是在保障老人的基本生存和生活需要,只开展一些简单的文化活动;那么,现在更精细化、高端化的养老服务,则是从身体状况到个人喜好的全方位满足,更注重人文关怀与心理

支持。

“这些年,养老服务行业经历了从粗放型到精细化的发展历程。”朱千感叹,以前大家对于养老服务的观念仅是“照顾吃喝拉撒”的托养,现在,养老服务有了更深层的开拓,更加注重满足老年人的精神需求。银发群体从“养老”转向“享老”,健康、悦己成为养老的关键词。

市场庞大

养老服务行业发展前景广阔

目前,中国养老服务行业市场规模不断扩大。国家统计局发布的数据显示,2024年末,全国60岁及以上人口达到31031万人,首次突破3亿人。国家税务总局最新数据显示,2025年上半年,社区养老照护服务、机构养老照护服务、居家养老照护服务销售收入同比分别增长30.4%、22.6%、18%。银发经济市场规模庞大,对养老护理人员的需求也日益增长。

人人都会老去,衰老的过程并不可逆。作为养老服务师,朱千经常会思考:当自己

老去时,谁来提供服务?自己又希望得到怎样的关怀?这些问题,让她不断思考,更坚定决心,为养老行业的发展贡献一份自己的力量。

业内人士普遍认为,面对规模增长、需求升级、投资火热的银发经济“蓝海”,未来,养老服务师将发挥关键力量,成为能够精准对接老年人需求、整合各类养老资源的专业人才。

朱千介绍,养老服务师和医生、护士、营养师、康复师、文娱活动师、音乐治疗师等专业人员联动,打造一支专业化程度高、职业素养强的养老服务技能人才队伍势在必行。目前,社会对养老服务师的需求较高,但供给上仍有较大缺口,拥有专业资质的养老服务师备受青睐。

如今,养老行业的从业人员越来越多,队伍也越来越年轻化。在泰康之家·湘园,70%以上的一线照护人员都是年轻人,他们以团队协作的模式,为老年人提供贴心的晚年照护服务。“这些年轻人也是老年生活的设计师,他们的人生观价值观,对待老人的态度,还有工作中展现的职业素养,让我看到了这个行业的前景和希望。”朱千说。

休闲健身 乐享生活

►湖北省襄阳市临汉门城楼下,市民在一起晨练。
王 虎摄(人民视觉)

▼安徽省亳州市蒙城县庄周街道鲲鹏湖社区,居民在舞动彩带,强身健体。
胡卫国摄(人民视觉)



山东省滨州市沾化区为乡镇减负：

从“啥都要管”到“该管才管”

本报电(张滨)夏日黄昏,山东省滨州市沾化区古城镇单家村村民单守红来到自家玉米地。他合上抽水

泵闸门,水开始向田里汩汩流出,浇完地,他干净利落地拉下闸门开关。看似平常,但这一合一拉,曾经可是个难事。“单家村周边有5000亩农田离河较远,灌溉渠年久失修,去年在玉米授粉期前后,降雨较少,眼看影响产量,村民心急如焚,纷纷来镇上要求解决浇地难问题。”古城镇组织委员宋其帅说,“然而,因为职责边界不清、责能不匹配等问题,有时候乡镇啥都需要管,往往有心无力,没法做到让群众时时刻刻都满意。”

怎么办?为了减轻基层负担、提高工作效率,改变悄然发生。

“几个月前,我们研究区里印发的乡镇配合事项清单,立即拨通清单上农田水利设施职能部门责任人的电话。经过沟通协调,困

扰群众的灌溉用水难题,很快得到解决。”宋其帅回忆。

原来,沾化区近年来全方位梳理区直部门安排到基层的工作事项,编制“保留、优化、取消”3张清单,打造涵盖民生保障等7个领域178项清单事项,实现乡镇该承担的责任“扛起”、该配合的事项“细化”、不该干的工作“收回”。

厘清职责,干事更高效。现如今,单家村周边5000亩农田的灌溉沟渠改造工程顺利竣工,农业用水难题得到彻底解决。

“乡镇从‘啥都要管’到‘该管才管’,关键在于把机制理顺,做到收放有据、各归其位,通过明确责任事项的承担机构、责任人、联系电话,切实减轻基层负担。”沾化区委常委、组织部部长陈利朋说。

考核评价。”宋其帅感慨。

对此,2025年,沾化区通过应减尽减、归并整合等方式,将乡镇涉及的考评事项精简53%,发文数量减少31%,会议时长平均缩短28%,让基层干部轻装上阵。陈利朋介绍,组织部、编办等部门将定期督查与随机抽查相结合,发现问题、及时纠正。

减负举措实不实,基层最有发言权。今昔对比,宋其帅感触颇深:“厘清乡镇履职事项后,权责更加清晰,推诿扯皮事项更少,我们能腾出更多时间为群众干点实事。这几天趁着农闲,我们邀请农技员为枣农推广沾化冬枣种植管理技术,受到群众广泛好评。”

据悉,截至目前,沾化区通过厘清乡镇履职事项,截至群众急难愁盼事项3720件,办结率达97.5%。

“以前,工作中最头疼的事,莫过于回不完的群消息、填不完的表格,生怕一个材料报送不及时就耽误

近期,“高考完的第一份暑假工”话题引发网络热议。面对假期,一些高中毕业生选择进行“零工”体验,用兼职开启自己“社会初航”的第一课。

“准大学生”们打零工都干啥?从传统的餐饮、零售行业,到新兴的平台经济领域,都能看到这些年轻人忙碌的身影。有人在茶饮店应对“爆单”,体会劳动的艰辛与不易;有人当起“地陪”,从一开始生涩害羞到逐渐得心应手;还有人将自己的摄影、写作技能变现,收获兴趣与收益的双赢……

这张“暑期短工体验卡”,为何吸引高中毕业生?从经济层面看,赚取的报酬虽不算丰厚,却也让他们拥有了人生中第一笔靠自己挣来的收入。更重要的是,这是一次宝贵的社会实践——正如一位网友在评论中写的那样:“实践是最好的镜子,暑假工照出了光鲜背后的琐碎,也让我更加清楚自己想要什么。”

短工虽短,考验却不少。沟通交流如何高效?突发情况如何应对?棘手工作如何破解?这些书本中难以找到解法的问题,只有在一次次处理实际问题的过程中才能得到答案。这些“预演式”考验,培养了高中毕业生的社交能力、抗压能力以及团队合作能力,也为即将到来的大学生活热身蓄力。

不过,对于年轻学子而言,“职场初体验”还需注意识别风险和陷阱。部分不良商家利用学生涉世未深的特点,降低工资标准,以各种名目收取不合理费用;还有一些诈骗分

多方协同,织就暑期兼职安全网

邓乐典

子,打着兼职的幌子,让学生陷入刷单返利等骗局中。

鉴于此,织就一张多方协同的安全网,才能让孩子们“职场初体验”更安全顺畅。

一方面,父母在支持孩子接触社会的同时,应主动了解工作环境、明确岗位职责,关注劳动强度与安全保障细节;另一方面,企业作为责任主体,也须严格履行用工规范,杜绝超时、超强度劳动;同时,社会各方应继续加强劳动就业法律常识普及教育,引导学生识别正规用工信息,帮助学生做好认知与技能的双重铺垫。最后,学生自己也应擦亮双眼,对工作内容、时长、薪资标准与支付方式等了然于胸,学会甄别真假信息,维护自身的合法权益。

短工虽短,成长正长。这张“暑期体验卡”的独特价值,在于它为高中毕业生推开了一扇认知社会的窗口。在这段经历中,他们有汗水、有挫折,亦有收获、有成长。学子们主动接触社会的勇气,本身就是一份值得肯定的成长宣言。唯有家庭用心、企业尽责、学校引导,形成环环相扣的防护链条,才能为学子们营造一个安全、健康的兼职环境,让这份成长体验更加美好。

社会 杂谈