

融媒时代

AI,“飞入”银龄百姓家

——“老年人需要什么样的AI”系列报道①

本报记者 霍曼含 李祉瑶

早上到社区做一次“AI中医热CT”扫描，了解身体需要关注的健康“薄弱点”；中午在智慧餐厅就餐，AI识别绑定账户，自动出餐、无感结算；晚上睡觉，睡眠雷达探测器在床头上方静静运转，呼吸、心率、体动等数据出现异常及时预警……

听起来很科幻？但这些并非未来想象，而是眼下许多老年人的真实生活图景。

民政部养老服务司司长李邦华日前表示，目前，中国是世界上老年人口最多的国家，已步入中度老龄化阶段。老龄化与智能化叠加，曾被视为“数字边缘群体”的老年人正与未来产业产生越来越密切的交集。

人工智能能否真正融入医、食、住等日常生活场景，为老人带来实实在在的便利？记者进行了调查采访。



扫描二维码 看融媒中国主页

新媒视点

让老年人平等、温和地接入智能时代

张自中

2025年末，我国60岁及以上人口已达3.2亿人。“十五五”规划纲要提出，要深入实施积极应对人口老龄化国家战略，促进老有所养、老有所为、老有所乐。如何让老年群体更好融入数字社会、平等共享智能化发展成果，是中国式现代化进程中一道必答题。

当前，人工智能正加速进入养老、医疗、出行、社交等生活场景，并在一定程度上改变着老年人的生活方式。

与早期数字技术主要依赖复杂界面、层层跳转和功能记忆不同，生成式人工智能尤其是大模型和语音交互工具，正在把“找功能”转化为“提问题”，把“看流程”转化为“听解释”，大大降低了使用门槛。只要产品设计贴近实际场景、服务组织有效衔接，AI完全可能成为老年人获取信息、使用服务、增强数字信心的重要助手。

AI还能重塑老年人参与社会的方式。长期以来，老年人面临的数字困境并不只是没有设备、不会点按钮，还包括能否理解平台逻辑、辨别信息价值、顺畅完成线上事务。在这方面，AI不仅能提高效率，还能把复杂的数字系统转化为更易理解、更可操作的日常服务，把抽象的技术能力转化为老年人可感知、可使用、可依赖的现实支持。

但必须看到，AI不会天然缩小数字鸿沟，也可能形成新的技术分层。对于设备条件较好、家庭支持较充分的老年人来说，AI意味着更便捷问诊、更高效办事、更丰富社交；但对于农村、高龄、独居、低收入、低教育水平等老年群体，设备条件、网络能力、表达能力、风险识别能力及持续学习支持等，都可能成为新的门槛。如果越来越多的公共服务、医疗资源、社会沟通渠道接入AI系统，制度设计又默认所有人都能熟练使用，技术就可能从便利工具演变为新的“筛选机制”，最需要帮助的人反而更难获得帮助。

因此，讨论AI会拉大还是缩小老年群体的数字鸿沟，关键在于适老化、普惠化能否落到实处，切实解决老年人的急难愁盼问题。

真正有效的适老化，不能仅停留在按钮放大、字体做粗、增加语音入口等表层改造，也不能满足于让老年人勉强“用上”产品，应当推动技术深入老年人高频生活场景，围绕挂号就医、健康管理、出行、日常沟通、紧急求助、生活照护等现实需求，提供稳定、清晰、可理解的服务。

AI普惠化也要更重视能力建设。许多老年人并不排斥新技术，真正缺少的是第一次接触、第一次提问、第一次纠错时的支持。因此，社区课堂、老年教育、养老机构培训、家庭代际帮助、志愿服务等，都应成为老年人数字融入的重要支撑。要提升老年人的操作技能，也要提升他们的数字信心，以及信息判断、风险识别能力。只有老年人敢用、会用、愿用，AI才能真正普惠。

在医疗、政务、金融、养老等基本公共服务领域，还必须处理好智能化与包容性的关系。AI可以成为辅助工具，但不宜成为唯一入口，更不能以压缩线下服务、取消人工窗口为代价。对老年群体而言，保留必要的人工通道和替代性安排，体现公共服务的公平性和可及性。技术发展的目标应当是让不同能力、不同处境的人都能平等获得服务，不是让所有人被动适应同一种技术逻辑。

归根到底，衡量AI是否真正适老、普惠，不能只看覆盖了多少场景、提升了多少效率，更要看那些原本最容易被忽视、最可能掉队的老人能否被平等温和地接入智能时代。坚持以人为本，把公平、包容和可及性置于更重要的位置，人工智能才能真正成为老年群体数字融入的桥梁。

(作者为浙江省共同富裕文化创新研究中心研究员)

康养服务更可达

内蒙古自治区鄂尔多斯市东胜区天骄街道安达社区，68岁的张大爷遛弯前，先去社区里的AI健康管理服务中心转了一圈。

在中心工作人员引导下，张大爷进入诊室，按指令摆好姿势。设备扫过全身，不到10分钟，带人体彩色热力图的健康报告就拿在手里。

这是一台“AI中医热CT”，依靠红外热成像原理，捕捉人体细胞代谢产生的细微温度变化，再通过大数据对比，生成包含体质辨识、风险提示、经络运行等20项指标的数字化健康报告。AI健康管理服务中心还配备数智AI中医问诊系统，以中医望闻问切为基础，通过光学采集舌象、面色等，结合AI生成体质、经络、脏腑状态评估，给出康养建议。

“以前觉得上医院太折腾，感觉没啥毛病就不想去体检。”张大爷说，“现在家门口几分钟就能做个AI检查，一些健康问题能早点发现，还能相应调理。”

中心负责人郝慧武介绍，去年5月入驻社区时，老年人接受度并不算高，因为AI是新东西，一开始都感觉陌生。社区连续举行了许多宣传和便民活动，越来越多老年人亲身体验到家门口的定期康养检查的便利，主动上门的就多起来了。

在安达社区，现在最多时一天有近60名老人来做检查。“大家认可AI的便利，也更重视平时的健康监测。”郝慧武说。

近年来，通过“场地换服务”模式，全国多地社区引入专业机构开展智慧养老试点，将AI融入老年健康监测与日常调理。

今年3月，全球首个智慧康养机器人养老驿站在北京经济技术开发区启动运营，占地1100平方米；康复治疗区内，按摩、艾灸机器人特别受老年人欢迎。

截至2025年末，中国60岁及以上人口已达3.2亿，占总人口的23%；且调查显示，中国90%以上的老年人选择居家养老。将AI健康监测、智慧康养服务引入社区，切中的正是居家老人“看病远、体检难、居家缺照护”的现实痛点。以社区为支点，更多医养资源精准下沉，可以帮助“早发现、早预警、早干预”的理念落地为家门口日常服务。

日常饮食更舒心

对年轻人来说，点外卖是件再日常不过的“小事”。但对不少老年人来说，因为手机字体小、操作界面复杂、步骤繁多等原因，这是道难题。

中午时分，家住上海市普陀区万里街道的朱阿姨正准备线上点午饭。在志愿者帮助下，她打开手机，用上海话说：“我想吃生煎。”没多久，骑手就送餐上门了。

这是街道联合淘宝闪购、乐扬公益、长者科技、万志公益等多方力量启动的“AI+老年助餐”试点项目。依托AI技术，老年人可通过语音“一句下单”，助餐平台提供骑手送餐上门服务，并组建助老专送队，推行“熟人配送”模式。

北京也有这一试点项目。北京市民政局数据显示，截至2026年1月，北京已有近200家老年食堂上线淘宝闪购平台，月均社会订单达17万单。

数字化助餐不仅帮助解决居家老年人“吃饭难”问题，还通过精准营养分析，争取让老年人不仅吃饱，还要吃好、吃健康。

内蒙古自治区呼和浩特市赛罕区人民路街道支农社区，智慧餐厅“佳家厨房”很受欢迎。80多岁的刘奶奶每天中午坐公交车来吃饭：“上了年纪，做饭成了难题，我去看过好多家社区餐厅，就对这里感兴趣。”

这家餐厅有啥特别？店长王永明介绍，传统的“为老餐厅”大多采用固定套餐、统一标价模式，对老年人来说，难免分量不合适，或搭配不合心意。该餐厅引入“智能餐盘识别系统”，将餐盘放到感应区，屏幕上就能显示菜品价格，还有能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物等指标，帮老人按需取餐、自动结算。

系统还通过AI人脸识别绑定账户，只要点开手机小程序，每周摄入的总热量、达标率、超出摄入、不足摄入次数等数据一目了然。餐后还能自动生成个性化营养分析、动态分析，形成



二〇二五年十月二十八日，在山东省临沂市郯城县仁康养老服务中心，志愿者正在为老人介绍具有一键求救电话等功能的智能拐杖。张春雷摄（人民视觉）



二〇二五年九月十一日，在内蒙古自治区呼和浩特市玉泉区石东路街道居家和社区养老服务中心，志愿者和老人一起玩游戏。丁根厚摄（人民视觉）



二〇二五年十一月二十九日，在雄安新区启动区文华社区华府智慧食堂内，一位老人正在就餐。新华社记者 伍志尊摄

“健康画像”，让老年人养成更健康的饮食习惯。

支农社区居委会副主任董慧清说：“辖区内老年人占比近60%，对养老服务需求大，现在AI应用越来越成熟，引进AI就是为方便老年人的日常生活，做点实事。”

《中国老龄政策发展报告（2025）》指出，中国正推动供给模式从“政府建什么、老人用什么”向“老人需要什么、市场提供什么”转型，需求导向改善养老服务。只有多方参与，形成政府引导、市场驱动、社会协同、科技赋能的发展体系，AI才能真正融入居家养老生活场景，成为解决实际问题的生活助手。

居家生活更安心

睡眠是老年人安全风险高发时段。对于许多居家养老的老人而言，子女或因异地照护，或因工作与家庭压力难以时刻守护，如何实现及时健康预警就是现实难题。

广东珠海，斗门区民政局2025年推出特殊困难老年人居家安全保障新举措，联动区慈善促进会争取慈善资金，为19名分散供养特殊困难老年人免费安装一键报警器。

报警器由固定终端主机和一只可随身携带的按钮组成，出现突发疾病、意外跌倒等紧急情况时，老人只需按下按钮或语音呼叫“救命”即可触发求助信号，向区综合养老服务中心智慧养老

信息平台报警，并自动拨打紧急联系电话。晚上如果身体不舒服，不用喊不用跑，按一下按钮，平台就知道了。

在鄂尔多斯达拉特旗工业街道召北社区，约100户老人的家里安装了睡眠雷达探测器。探测器安装在床头上方，无需贴身佩戴，不接触皮肤就能自动采集多维度数据。系统运营相关负责人介绍，该设备以非介入、易操作为设计原则，当监测到老人出现呼吸急促、心率异常波动或长时间异常挣扎等危险信号时，就会触发预警系统，快速推送信息至紧急联系人和社区调度端，争取宝贵时间，把夜间意外风险降到最低。

除了睡眠监测，配套的AI语音网关呼叫器也覆盖居家生活的关键场景：通过一键呼叫功能，老人可预约助餐、家政、健康调理等生活服务；设备搭载生活小广播，社区可以为老人实时推送停水停电、用药提醒、天气变化、活动通知等实用信息……

从社区康养中心的理疗设备，到老年助餐点的语音下单，再到老人床头的睡眠雷达，AI正以越来越接地气的方式融入居家养老老年人的日常生活。

如何确保技术红利更广泛、更平等惠及银发群体？中国人口与发展研究中心研究员刘厚莲指出，应以基层为重点，推动多方资源深度融合。各地实践也表明，紧扣居家养老现实情况，发挥技术赋能作用，家庭、社区可以提供更加规范化、专业化的养老服务。

第六届中欧(法国)跨境电商论坛将在巴黎举办

【法国网法电】第六届中欧(法国)跨境电商论坛将于当地时间6月16日在巴黎举办。本届论坛由中国(杭州)跨境电子商务综合试验区、浙江省杭州市商务局、杭州市侨联、人民日报海外网、欧洲杭州联谊会(总商会)联合主办，新欧洲(法国)集团、人民日报海外网法国融媒体中心共同承办。论坛旨在搭建中欧跨境电商产业交流与合作的重要平台，推动中欧数字贸易生态体系的深度融合与协同发展。

据人民日报海外网法国融媒体中心总经理陈翔介绍，本届论坛预计将吸引50余位政府及行业机构负责人、50余家中国采购商、100余家欧洲品牌商、300余家来自中欧两地的跨境电商服务机构，以及媒体代表和自媒体创作者参与。与会企业涵盖跨境支付、智慧物流、IT与通信技术、品牌出海、公关传播、展会服务、进出口贸易、园区孵化、法律税务、媒体传播等多个领域。

与往届相比，第六届论坛创新议程设置，将举办中欧跨境电商人才招聘会，面向在欧的留学生与专业人才开展现场招聘与交流。招聘会旨在搭建企业与人才之间的高效对接平台，为中欧跨境电商产业发展提供有力的人才支撑。

论坛设置主旨演讲、圆桌论坛、参与式研讨及定向商务对接等多个环节，议题包括欧洲市场环境、品牌全球化路径、数字供应链升级、AI技术在跨境电商领域的应用等。与会嘉宾将就AI在选品分析、市场预测、智能客服、内容生成、精准营销及供应链管理等方面的应用展开深入交流。

中欧(法国)跨境电商论坛已举办5届。历届论坛吸引了淘宝全球购、天猫国际、抖音全球购、TikTok Shop、有赞等平台，法国巴黎春天百货、北京王府井购物中心、PingPong、浙江物产、法国邮政、比利时邮政、菜鸟网络、法国乐天、法国乐售、Swanna等行业代表参与，共同推动中欧、中欧在跨境电商、物流支付、品牌出海及数字贸易等领域的全面合作不断深化。