

基于 SWOT-PEST 分析的“一站式”运动康养社区建设路径研究

徐之军

潍坊职业学院, 山东 潍坊 261041

DOI: 10.61369/ETR.2026060037

摘要： 在“健康中国”战略深化、人口老龄化加速及数字技术创新的背景下，融合体育、健康管理、老年护理与数字技术的“一站式”运动健康社区模式应运而生，成为应对国民健康与老龄化挑战的创新解决方案。本文运用 SWOT-PEST 综合分析框架，从政治、经济、社会、技术四大宏观维度系统考察该模式的内部优势、外部机遇与威胁。研究发现，其优势在于服务整合与协同效应，而短板则体现在高成本与专业人才匮乏。该模式既面临政策红利与市场需求增长等机遇，也遭遇行业标准缺失与市场竞争加剧等挑战。基于此，本文提出“政策引导-市场驱动-技术赋能-生态构建”的四合一发展路径，为该模式的科学规划与可持续发展提供理论参考与实践指导。

关键词： 一站式；运动康养社区；SWOT-PEST 分析；老龄化

Research on the Construction Path of "One-Stop" Sports and Wellness Communities Based on SWOT-PEST Analysis

Xu Zhijun

Weifang Vocational College, Weifang, Shandong 261041

Abstract : Against the backdrop of the deepening implementation of the "Healthy China" strategy, accelerating population aging and advancing digital technology innovation, the "one-stop" sports and wellness community model — integrating sports, health management, elderly care and digital technologies — has emerged as an innovative solution to address national health challenges and the aging population issue. Adopting a comprehensive SWOT-PEST analytical framework, this paper systematically examines the internal strengths, external opportunities and threats of this model from four macro dimensions: political, economic, social and technological. The research finds that its strengths lie in service integration and synergetic effects, while its weaknesses are reflected in high operational costs and a shortage of professional talents. This model is not only confronted with opportunities such as policy dividends and growing market demand, but also faces challenges including the lack of industry standards and intensifying market competition. On this basis, the paper proposes an integrated four-in-one development path featuring "policy guidance, market-driven operation, technological empowerment and ecosystem construction", so as to provide theoretical references and practical guidance for the scientific planning and sustainable development of this community model.

Keywords : one-stop; sports and wellness community; SWOT-PEST analysis; aging population

一、前言

我国社会发展的核心矛盾已转向公众对更高生活质量的追求与当前发展不平衡、不充分之间的张力，健康正日益成为衡量生活质量的核心维度。与此同时，人口老龄化持续加速，60岁及以上老年人口已达2.64亿，占总人口的18.7%。以潍坊市为例，60岁及以上老年人口比例已超过20%，标志着进入以高龄化、失能化、空巢化为特征的中度老龄化阶段。这凸显了社会对专业化健康服务日益增长的需求。传统养老服务常面临资源分散、数字化不足、专业人才短缺等问题，难以满足老年人多层次、多样

化的需求。在此背景下，集主动健康管理、医养结合、运动康复协同于一体的“一站式”体育健康社区逐渐兴起。

“一站式”运动康养社区是指以促进全龄人群（尤其侧重中老年人）身心健康为目标，通过将健身活动、健康监测指导、运动管理慢性病、康复治疗、膳食营养、文化休闲及居住设施等功能系统整合到特定区域，构建起多功能一体化的健康生活社区。该模式着重运用数字技术连接服务流程，形成闭环系统，为应对老龄化挑战提供全新解决方案。本文采用 SWOT-PEST 分析框架，深入剖析社区发展的内外部条件，探索其科学推进方向，从而兼具实践价值与理论意义。

二、研究方法与数据分析

本研究通过文献综述、SWOT-PEST 分析研究，系统梳理了体育健康促进、社区老年照护及数字赋能领域的现有研究成果。以潍坊市为实证研究对象，共收集 650 份老年人需求问卷（有效回收率 94.2%）、访谈记录及实地调研数据。运用 SWOT-PEST 框架，系统分析了内部优势与不足、外部机遇与挑战，并结合政治、经济、社会及技术等宏观环境维度的扫描，全面评估内外部条件以深化战略分析。基于上述发现，本研究对构建“一站式”体育健康社区的背景进行了多维度结构化分析。

三、结果与分析

（一）“一站式”运动康养社区建设的 SWOT-PEST 分析

1. 优势（Strengths）

政策机遇 (P)：潍坊市将把完善养老服务体系纳入第十四届五年规划的核心目标，推出系列专项政策推动医养结合，同时加强社区养老设施建设，为发展综合型体育养生社区营造有利的制度环境。基层党建服务体系的全面覆盖，为建立以党组织为核心、多方参与的协同治理模式奠定了组织基础。

经济条件 (E)：潍坊市制造业实力雄厚，在智能设备、电子及生物制药等领域具有竞争优势。该市为智能医疗领域的产品开发和数字化系统建设提供本地化产业支持。庞大的老年人口推动了“银发经济”的兴起，养老金收入约占总收入的三分之二，由此催生了相应的服务消费潜力。

社会基础 (S)：老年人健康管理意识显著提升，超过 90% 的受访长者认可运动对健康的重要性，近 90% 需要慢性病运动指导服务，由此形成对运动健康社区的持续需求。全市已建成覆盖城乡的社区养老服务设施网络，为服务模式的实施奠定了物质基础。

技术资源 (T)：数字技术进步为“一站式”综合服务的实施提供了支持。地方高校和研究机构具备体育研究能力与技术储备，使其能够参与数字平台开发、体育康复方案设计及其他相关流程，从而促进技术应用与服务实践的整合。

2. 劣势（Weaknesses）

政策执行劣势 (P)：跨部门协作体系尚未完善，民政、卫健、体育等部门间存在政策壁垒，导致资源整合效率低下。现行措施对体育健康与保健服务标准、人员培训及资金保障等事项规定模糊，缺乏可操作性指导方针。

经济运营劣势 (E)：该运营模式依赖政府资金支持，市场机制不完善，社会资本参与意愿不足。服务费用与老年人支付意愿存在差距，45.3% 的老年人仅能接受 500-1000 元的年度服务费，导致项目自给能力不足，可持续发展面临挑战。

社会服务劣势 (S)：社会服务领域存在的结构性失衡表现为“三过三缺”现象：基础服务过剩而专业服务不足；文化娱乐活动过剩而健康干预服务匮乏；服务碎片化过剩而系统化服务缺失。当前专业人才短缺尤为突出，特别是同时精通运动科学、康复医学及数字化管理的跨学科复合型人才。现有从业人员的专业能力

已无法满足服务需求。

技术应用劣势 (T)：数字化应用仍停留在表面层次，缺乏统一的智能医疗云平台，数据分散在各个“信息孤岛”中。老年人群体的数字鸿沟尤为显著，65.3% 的老年人在使用智能设备时面临障碍，且适老化数字产品的开发与推广不足。

3. 机遇（Opportunities）

政策机遇 (P)：“健康中国 2030”纲要和《国家积极应对人口老龄化中长期规划》等政策相继出台，旨在推动整合式医疗与养老服务及智慧养老产业的发展，为建设“一站式”体育健康社区提供政策支撑。山东省积极推进智慧健康示范区建设，为潍坊市争取省级政策支持并申请试点项目创造了有利条件。

经济机遇 (E)：银发经济已成为经济增长的新引擎，涵盖健康管理、智能穿戴设备、适老化改造等多个领域，拥有完整的产业链和巨大潜力。随着消费水平提升，老年人对优质健康服务的支付意愿逐渐增强，为市场化运营创造了广阔空间。

社会机遇 (S)：人口老龄化持续加剧，老年人口规模不断扩大，导致专业个性化体育与健康服务需求呈现爆发式增长。小家庭结构与空巢家庭现象日益明显，社会化的老年照护服务需求愈发迫切，这为“一站式”体育健康社区提供了广阔的发展空间。

技术机遇 (T)：大数据、人工智能和物联网等技术的快速迭代，推动了数字平台建设、健康数据监测及个性化服务的实现。智能健身设备、远程医疗设备等产品的持续创新，以及适老技术的成熟，为提升服务智能化创造了条件。

4. 威胁（Threats）

政策威胁 (P)：老年护理政策的调整可能引发不确定性，例如医疗保险覆盖范围和政府采购标准的变化，这些变化可能影响项目运营。鉴于各地区老年护理等养老服务政策竞争激烈，若不能建立差异化优势，将面临资源流失的风险。

经济威胁 (E)：经济下行压力可能导致政府财政投资减少及社会资本投资谨慎，从而影响项目资金。健康行业同质化竞争可能因缺乏创新而陷入低价竞争陷阱，进而损害服务质量。

社会威胁 (S)：老年人对健康服务建立信任存在挑战，部分人群因根深蒂固的传统老龄化观念，对新型运动健康服务接受度较低。关于健康服务的误解（尤其是运动健康在慢性病干预与残疾预防中的作用）阻碍了服务推广。

技术威胁 (T)：智能健康平台开发的技术迭代速度过快且成本高昂，若技术更新未能及时跟进，可能导致服务延迟。数据安全与隐私问题，以及老年人对共享个人健康数据的顾虑，可能阻碍数字服务的普及。

（二）“一站式”运动康养社区建设路径

1. 政策赋能：构建协同保障体系

强化顶层设计：成立由市委、市政府主要负责人领导的“智慧康养服务领导小组”，统筹民政、卫生、体育、大数据等部门资源，打破部门壁垒。制定《社区体育健康服务创新发展支持若干政策》，明确服务标准、设施建设、人才培养、资金支持等具体措施，并将“一站式”体育健康社区建设纳入年度重点工作清单。

创新政策措施：在土地供应方面，新建住宅小区和城市更新

项目必须配备符合标准规范的“一站式”服务设施，由专业机构无偿或以低成本运营，政府仅保留所有权。在资金支持方面，将设立“智慧健康产业发展引导基金”，通过股权投资和贷款利息补贴吸引民间资本。在医疗保险整合方面，将努力将符合资质的运动康复指导和慢性病运动干预服务纳入个人医疗保险账户支付范围。

完善监管机制：建立多维度绩效评估体系，将服务覆盖范围、老年人满意度及健康改善率等指标纳入评估标准，并开展第三方评估。建立政策实施跟踪与反馈机制，及时调整优化政策措施，确保政策有效落实。

2. 产业联动：打造可持续运营模式

构建多元化收入体系：采用“政府采购基础服务+会员制服务+增值服务+社会捐赠”的混合运营模式。政府采购基础体能测试、健康讲座等公共服务；推出分级会员套餐满足老年人差异化需求；开发个性化康复训练、高端健康管理等增值服务；鼓励企业及社会组织捐赠以拓宽资金渠道。

推动产业融合发展：加强与本地智能设备企业及软件公司的合作，共同研发适老化智能健身器材和健康监测设备，构建本地化的“研发-生产-应用”产业链。联合医疗机构、高等院校及科研院所，建立“运动-医疗融合”协同创新平台，通过开展运动康复技术研发、产品开发及人才培养等创新工作，提升行业核心竞争力。

培育市场主体：通过政策扶持与资金援助，培育一批专业化的健康养老服务运营商。引入PPP模式，鼓励社会资本参与“一站式”服务站的建设运营，明确政府与社会资本之间的责任与权利边界，实现风险共担、收益共享。

3. 技术支撑：推进数字化与适老化融合

构建统一智能医疗平台：开发集成“云-政-机”技术框架，整合民政、卫生、体育等各部门数据资源。搭建数据、业务及应用中间平台，实现健康数据共享、精准服务匹配与智能化高效管理。平台设计遵循适老化原则，采用大字体、语音交互、一键呼叫等简化操作功能，降低老年用户使用门槛。

加强适老科技应用：推广智能手环、健康监测仪等适老设备，实现心率、血压等生理指标的实时监测与预警。构建线上线下一体化服务流程，老年人可通过平台预约服务、查看健康报告、获取运动指导，同时保留线下服务渠道，为不熟悉智能设备的群体提供便捷服务。

参考文献

- [1] 中共中央 国务院. “健康中国 2030”规划纲要 [Z]. 2016.
- [2] 中共中央 国务院. 国家积极应对人口老龄化中长期规划 [Z]. 2019.
- [3] 山东省人民政府. 山东省“十四五”老龄事业发展规划 [Z]. 2021.
- [4] 万立军, 王琳, 刘宗波. 国内外智慧养老平台现状 [J]. 中国老年学杂志, 2020, 40 (05): 1087-1091.
- [5] 陈璐, 王宗平. 体医融合健康服务模式的理论逻辑与实践路径 [J]. 体育科学, 2020, 40 (5): 3-12.
- [6] 左美云. 智慧养老: 内涵与模式 [M]. 北京: 清华大学出版社, 2018.
- [7] Temkin-Greener H, Bajorska A, Mukamel D B. Disenrollment From an Acute/Long-Term Managed Care Program (PACE)[J]. Medical Care, 2006, 44 (1): 31-38.
- [8] Tamiya N, Noguchi H, Nishi A, et al. Population ageing and wellbeing: lessons from Japan's long-term care insurance policy [J]. The Lancet, 2011, 378 (9797): 1183-1192.
- [9] 杨柳. 潍坊市全民健身公共服务体系建设现状与对策研究(结题报告) [R]. 潍坊市科技局软科学项目(2020RX075), 2022.
- [10] 王正珍, 王安利. 运动处方 [M]. 北京: 人民体育出版社, 2018.
- [11] 陈晓峰, 刘国永. 体医融合: 理论与实践 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2020.
- [12] 黄承权. 基于PEST-SWOT模型的健康产业发展战略研究 [J]. 中国卫生经济, 2019, 38(5): 10-13.

强化数据安全：建立分级授权与隐私保护机制，规范数据收集、存储及使用流程。通过加密技术与安全审计等措施降低数据泄露风险，提升老年人对数字服务的信任度。

4. 服务升级：优化服务供给与人才培养

构建分层分类服务体系：针对不同年龄、健康状况及经济水平的老年人群提供差异化服务。为年轻健康群体提供健身指导、社交娱乐服务；为高龄或失能半失能老人提供康复治疗、慢性病干预及居家服务；面向低收入群体实施补贴服务，确保服务可及性。

完善服务设施与功能：依据“一核五区”空间布局模式，规划建设智能服务中心、健康体检区、科学健身区、综合运动医疗康复区、社交休闲区及户外养生花园。配备适老化健身器材与康复设备，升级无障碍设施，安装智能防跌倒监测系统、紧急呼叫系统等安全保障设施，打造安全舒适的服务环境。

加强专业人才储备：支持本地院校开设“老年运动健康管理”等微专业或特色方向，并实施订单化培训计划。建立在职人员继续教育体系，为社区工作者和社会体育指导员提供数字技能与健康知识的轮岗培训，薪酬与培训成果挂钩。将高端“智慧医疗”人才纳入本地人才扶持计划，通过住房补贴等激励措施，吸引人才投身医疗健康领域。

四、结论与建议

发展建设“一站式”运动康养社区是应对人口老龄化、提升养老服务质量的的重要举措，其发展既面临政策支持、需求增长、技术革新等机遇，也存在部门协同不足、运营模式单一、专业人才短缺等挑战。基于SWOT-PEST分析，通过政策赋能构建协同保障体系、借助产业联动打造可持续运营模式、利用技术支撑推进数字化与适老化融合、优化服务升级优化供给与人才培养的四位一体建设路径，这些举措将有效破解发展难题，推动“一站式”运动康养社区高质量发展。

未来，随着老龄化加剧和数字技术的持续发展，“一站式”运动康养社区将向更加智能化、专业化、多元化方向发展。有必要进一步加强理论研究与实践探索，持续优化服务模式和运营机制，总结可复制、可推广的经验，为构建我国养老服务体系提供有力支撑，助力实现“健康中国”战略目标。