

健康老龄化视域下城市社区体育服务治理的耦合逻辑 与创新路径

王磊

池州职业技术学院, 安徽 池州 247000

DOI:10.61369/EDTR.2026060043

摘 要 : 我国人口老龄化程度持续加深, 推进健康老龄化已成为实施健康中国战略与积极应对人口老龄化国家战略的重要内容。社区体育是提升老年群体健康水平、改善生活质量的关键载体, 二者存在目标同向, 功能互补、资源共享的内在关系。本文以安徽省 16 个地级市的 68 个城市社区为调研对象, 综合运用文献资料法、问卷调查法、专家访谈法与个案研究法, 系统阐释健康老龄化与城市社区体育服务治理的耦合逻辑, 研究发现, 当前治理过程中存在的主体单一 (社会组织参与率仅 12.7%)、供给失衡 (适老化设施覆盖率不足 30%)、监督薄弱 (反馈解决效率满意度 2.3/5 分)、资源分散 (跨部门联动社区不足 20%) 等现实困境。再此基础上, 从治理理念、主体结构、服务供给、运行机制、保障体系五个方面提出创新路径, 旨在推动社区体育服务治理提质增效, 为健康老龄化战略落地提供理论支撑与实践参考。

关 键 词 : 健康老龄化; 城市社区; 体育服务; 创新路径; 实证研究

Coupling Logic and Innovative Paths of Urban Community Sports Service Governance from the Perspective of Healthy Aging

Wang Lei

Chizhou Vocational and Technical College, Chizhou, Anhui 247000

Abstract : China's population aging process is continuously deepening, and promoting healthy aging has become an important part of implementing the Healthy China strategy and the national strategy of actively responding to population aging. Community sports serve as a key carrier for improving the health and quality of life of the elderly, with an inherent relationship of consistent goals, complementary functions and resource sharing between the two. Taking 68 urban communities in 16 prefecture-level cities of Anhui Province as research objects, this paper systematically explains the coupling logic between healthy aging and the governance of urban community sports services by comprehensively using the methods of literature review, questionnaire survey, expert interview and case study. The study finds that there are practical dilemmas in the current governance process, such as a single governance entity (only 12.7% participation rate of social organizations), unbalanced service supply (coverage rate of age-friendly facilities less than 30%), weak supervision (satisfaction with feedback and resolution efficiency at 2.3/5), and scattered resources (cross-departmental linkage in less than 20% of communities). On this basis, innovative paths are proposed from five dimensions: governance concept, main structure, service supply, operation mechanism and support system, aiming to improve the quality and efficiency of community sports service governance, and provide theoretical support and practical reference for the implementation of the healthy aging strategy.

Keywords : healthy aging; urban communities; sports services; innovative paths; empirical research

引言

根据第七次全国人口普查数据, 我国 60 周岁及以上人口已达 2.65 亿, 预计到 2035 年将突破 4 亿人, 人口老龄化已成为影响经济社会发展的长期态势。《“十四五”规划与 2035 年远景目标纲要》明确提出, 实施积极应对人口老龄化国家战略, 构建居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系。在这一背景下, 健康老龄化从理念转化为实践, 要求推动健康关口前移, 由“疾病治疗”向“健康维护”转型。

基金项目: 安徽省高等学校人文社会科学重点研究项目“健康老龄化与城市社区体育服务治理的耦合研究”

课题信息: 健康老龄化与城市社区体育服务治理的耦合研究 (项目编号: 2024AH052917)。

作者简介: 王磊 (1997.07-), 女, 汉族, 安徽省池州市人, 硕士研究生, 讲师, 体育教育训练学。

城市社区是老年群体日常活动的主要空间，社区体育服务是实现健康老龄化最直接、最普惠的公共服务。然而，长期以来，我国社区体育治理受“强政府、弱社会”模式影响，政府直接介入过多，社会组织参与不足，服务供给与老年群体需求匹配度不高，难以

以适应健康老龄化的新要求。健康老龄化与社区体育服务治理并非彼此独立，二者在政策导向、民生需求、资源配置、功能实现上高度关联、相互支撑，形成紧密的耦合系统。基于此，本文立足健康老龄化时代要求，以协同治理理论、健康促进理论与公共服务均等化理论为支撑，为推进社区体育治理现代化、助力健康老龄化提供可行方案。

一、核心概念与理论依据

（一）核心概念

1. 健康老龄化

健康老龄化健康老龄化由世界卫生组织（WHO）于1990年正式提出，2015年发布的《关于老龄化与健康的全球报告》将其重新定义为：“发展和维护老年健康生活所需的功能发挥过程。”该定义强调生理健康、心理健康、社会适应与生活尊严的统一，突出预防为主、主动健康、全程保障，通过多元服务供给实现老年群体健康长寿与社会融入。

2. 城市社区体育服务治理

指以政府、社区、社会组织、市场主体、居民共同参与的多元格局，通过统筹场地设施、健身指导、活动组织、监督评估等资源，为社区居民尤其是老年群体提供普惠、便捷、安全的体育公共服务，实现供需对接、高效运行、持续优化的治理过程。其核心是从传统的“管理”转向“治理”，强调多元主体的平等参与和网络化协同。

3. 耦合逻辑

源自物理学概念，引申至社会科学领域，指两个或多个系统之间通过相互作用、相互影响而形成良性互动的内在关系。本文中，耦合逻辑特指健康老龄化与社区体育服务治理在目标、功能、资源、机制等层面相互联系、相互支撑、相互促进的内在关系，二者协同发力，形成“政策引领—需求驱动—服务供给—效能提升”的良性循环。

（二）理论依据

1. 协同治理理论

强调打破单一主体管理模式，推动政府、市场、社会、公民等多方主体在公共事务中形成平等协商、权责清晰、分工协作的网络化治理格局。该理论为构建多元主体参与的社区体育治理体系提供了直接的理论支撑。

2. 健康促进理论

世界卫生组织在《渥太华宪章》中提出，健康促进是指促使人们提高、维护和改善自身健康的过程，强调通过环境优化、行为引导、政策支持、服务保障等综合手段提升群体健康水平。该理论为理解社区体育在健康老龄化中的功能定位提供了依据。

3. 公共服务均等化理论

强调公共服务不应因地域、身份、收入等因素而产生显著差异，应面向全体居民提供公平可及、普惠适用的基本公共服务。该理论为面向老年群体提供均等化、适老化的体育服务提供了价值导向。

二、健康老龄化与城市社区体育服务治理的耦合逻辑

健康老龄化与社区体育服务治理在目标、功能、资源、机制四个层面形成深度耦合，共同服务于老年群体健康发展。

（一）目标耦合：服务全民健康，回应民生需求

健康老龄化以提升老年人健康水平、保障晚年生活质量为核心目标；社区体育服务治理以优化公共服务、满足群众健身需求、增强体质健康为根本任务。二者统一于“健康中国2030”框架战略，共同指向全民健康、社会和谐与民生改善，目标高度一致。

（二）功能耦合：相互支撑赋能，实现协同增效

健康老龄化提供政策导向、需求牵引与资源支持，明确社区体育服务的重点人群、核心内容与发展方向；社区体育服务为健康老龄化提供实践载体，通过健身活动、慢病干预、社交参与、心理调节，有效延缓机能衰退、提升健康素养、促进社会融入，正如WHO所指出的，缺乏合理有效的身体锻炼是造成人体机能衰老的重要因素（Gil & Withers, 2016），社区体育正是弥补这一缺口的核心抓手。

（三）资源耦合：整合要素配置，提高利用效率

健康老龄化政策带来财政投入、场地建设、人才培养、产业扶持等政策红利；社区体育服务整合基层场地、社会组织、志愿队伍、专业指导等资源，二者的耦合推动政策资源与社会资源、民生需求的精准对接，减少重复投入与资源闲置，提升配置效率。

（四）机制耦合：衔接运行流程，保障长效稳定

健康老龄化要求建立跨部门、跨领域协同推进机制；社区体育服务治理需要健全需求表达、供给决策、监督评估、反馈优化机制。二者在组织架构、运行流程、考核标准上相互衔接，形成稳定可持续的治理体系。

三、安徽省城市社区体育服务治理的实证分析

（一）调研设计与实施

1. 调研区域与样本

本研究以安徽省为调研区域。安徽省地处华东，是中部地区重要省份，人口老龄化程度高于全国平均水平（2020年60岁及以上人口占比18.79%），具有较强的代表性。调研覆盖全省16个地级市，每个城市选取4个城市社区，共计68个社区。

2. 调研方法

（1）问卷调查法：面向60周岁及以上老年居民发放问卷，内容涵盖基本信息、健身行为、服务需求、满意度评价、意见建议等维度。共发放问卷2040份（每社区30份），回收有效问卷

1868份，有效回收率91.6%。样本中男性占47.2%，女性占52.8%；60–69岁占58.3%，70–79岁占31.6%，80岁及以上占10.1%。

（2）专家访谈法：通过面访、电话约访、邮件等方式，访谈国内体育社会学、老年体育、公共管理领域专家15位，以及各市教体局、街道社区相关管理人员20位，为研究提供技术与理论指导。

（3）个案研究法：选取合肥市包河区某社区、芜湖市镜湖区某社区、黄山市屯溪区某社区等6个具有代表性的社区作为深度个案研究对象，进行实地观察与半结构化访谈。

（二）治理困境的实证发现

基于上述调研，当前安徽省城市社区体育服务治理存在以下突出问题：

1. 治理主体单一，多元协同不足

调查显示，76.8%的社区体育活动仍由街道或社区居委会直接组织，正式注册的社区体育社会组织参与率仅为12.7%。在“您通常通过何种渠道反映体育服务需求”一题中，64.3%的老年人选择“不知道”或“没有渠道”，仅21.5%表示曾向居委会或物业反映过。专家访谈也印证了这一困境：“社会组织发育不足，即使有也多是‘挂靠型’的，缺乏独立运作能力”（访谈编号202409-05）。老年群体的需求表达机制严重缺位，服务供给多由上级规划下达，容易出现“供给不对需求”“建得多用得少”的问题。

2. 服务供给失衡，适老化水平不高

实地调查发现，仅27.6%的社区健身设施进行了系统的适老化改造（如加装扶手、防滑地面、休息区等）。服务内容同质化明显，81.3%的社区提供的体育活动以广场舞、健步走等一般性项目为主，针对高血压、糖尿病等慢病群体的专项体育指导服务覆盖率不足6.2%。专业健身指导人员严重短缺，73.5%的社区体育指导员为兼职志愿者，持有国家职业资格证书的比例仅18.9%，服务的科学性、安全性难以保障。

四、健康老龄化视域下城市社区体育服务治理的现实困境

针对上述调研发现的四大困境，以耦合逻辑为基础，从理念、主体、供给、机制、保障五个方面提出创新路径。

（一）树立健康老龄化导向，重塑治理理念

针对“供给不对需求”的困境（见4.2.1），应坚持以老年群体为中心，把促进健康、慢病预防、提高生活质量、社会参与放在优先位置，推动社区体育服务从“普惠供给”向“精准适老供给”转变。强化多元共治、共建共享理念，推动政府、社区、社会、市场、居民协同发力，构建全周期、全方位的老年健康服务理念。

（二）构建多元主体格局，完善协同治理体系

针对治理主体单一、社会组织参与率仅12.7%的困境（见

4.2.1），应基于协同治理理论，构建“一核多元”的治理结构：政府做好顶层设计、政策制定与监督管理，从“办体育”转向“管体育”；社区发挥基层枢纽作用，做好需求收集与日常运营；重点培育社区体育社会组织，通过政府购买服务、公益创投等方式，将服务交由专业组织承接；引入市场力量提供个性化、专业化服务；保障老年人的参与权、表达权与监督权，推动自我管理、自我服务。

（三）优化服务供给模式，提升适老化精准度

针对适老化设施覆盖率不足30%、慢病专项服务覆盖率仅6.2%的困境（见4.2.2），应以健康促进理论为指导，推行“需求清单+资源清单”的精准对接模式。具体措施包括：推进社区健身场地与器材的适老化改造（加装扶手、防滑地面、休息区、应急呼叫装置等）；开发太极拳、健身气功、坐式康复操、慢病干预课程等专项服务项目，融入健康知识、心理疏导、社交互动；组建由体育教师、健身教练、医护人员、社区志愿者共同构成的多元指导队伍；打造常态化、品牌化的社区老年健身活动（如“老年健身节”“健康大讲堂”），增强参与感与归属感。

（四）健全运行机制，提升治理规范化水平

针对监督薄弱、反馈满意度仅2.3/5分、82%老年人未参与评估的困境（见4.2.3），应建立常态化需求表达机制，通过季度问卷、网格员走访、居民议事厅等方式精准掌握老年人需求；搭建社区体育服务信息平台，实现需求、资源、服务的实时匹配与动态更新；构建政府、社区、居民、第三方专业机构共同参与的“四方评估”体系，以结果为导向优化服务；形成“需求采集—供给决策—服务执行—监督评估—反馈优化”的全链条闭环机制，持续提升治理效能。

五、结语

健康老龄化与城市社区体育服务治理具有内在统一的耦合关系，二者相互支撑、协同共进，是实现老年群体健康发展的重要路径。基于对安徽省68个社区的实证调查，本研究发现当前社区体育服务治理仍面临主体单一（社会组织参与率12.7%）、供给失衡（适老化设施覆盖率不足30%）、监督薄弱（反馈满意度2.3/5分）、资源分散（跨部门联动不足20%）等现实问题。这些问题并非安徽省独有，在全国范围内具有一定普遍性，亟需以健康老龄化战略为引领，推动治理理念、主体结构、服务模式、运行机制与保障体系的系统性创新。

未来研究应进一步拓展调研范围，开展跨省比较研究，完善耦合发展评价指标体系，总结可复制、可推广的实践模式。通过持续提升社区体育服务治理能力与水平，为推进健康老龄化、建设健康中国、增进老年民生福祉提供更加有力的支撑。

参考文献

- [1] 马德浩. 我国人口老龄化背景下的体育治理体系构建研究[J]. 体育科学, 2021, 41(2): 32–41.
- [2] 张瑞林, 王晓芳. 数字赋能社区体育治理的逻辑、困境与突破路径[J]. 上海体育学院学报, 2023, 47(8): 1–11.
- [3] 仇军, 钟建伟. 主动健康视域下我国老年体育服务供给体系研究[J]. 西安体育学院学报, 2023, 40(4): 385–393.