



大城养老：“归隐”田园 乡村生活的新可能

一线调查

在闵行区梅陇镇永联村的吴介巷长者照护之家，84岁的“新村民”唐雪芬聊起幸福生活，侃侃而谈：“这里乡风淳朴，文化活动多，‘福利’也好，老上海味道的伙食，嗲的不得了，我们住着不想走……”永联村地处城乡接合部，交通便利，距离长宁区的家也不远。“迁居”在此已有4年的乡村养老生活，让唐雪芬时不时就觉得，当初的“眼光”是对的。

像唐雪芬这样选择在乡村养老的老人并不少。在奉贤区西渡街道吴宅村，自2019年运营的奉贤区五宅青春里颐养院，来自市区的老人占比近九成。采访这天，我们恰巧在颐养院的大厅内遇到4位正在看电影的老人，他们分别来自黄浦区、虹口区、闵行区和长宁区，他们中年纪最小的也有85岁。当问到来此居住的原因，我们几乎收到了相似的答案：乡村空气好，环境开阔，只有两层楼的民居，住起来舒服。

当我们发现，身边有越来越多城市老人表达出到乡村养老的意愿，不禁引发思考，乡村对于“养老”，究竟意味着什么？与城市的概念相比，“家”不再只是日常起居的生活空间，走出自己的房门，随时可以享受更开阔的环境和视野；“家”也不再是邻里社交的社区单位，新的乡村有新的“社交圈”，自然少不了村里的人情味；而这并不妨碍，家仍然是一种精神寄托，有牵挂，也有温度。乡村为大城养老提供了一种新的可能，也打开了老年人新的生活世界。

“走，到乡村去”

下午两点多，午休后的陈黛丽在五宅“青春里”颐养院的大院里散步。正是金秋时节，午后阳光柔和，目光所及的乡野绿树，衬

得心境悠然。“青春里”是奉贤以农村养老为主题而兴建的特色养老社区。几年前，奉贤出台了《关于推进全区“青春里”养老社区建设的方案》，以流转闲置农民宅基地或利用闲置集体资产的思路，在乡村就近改造建设养老社区，目前，该模式分布于青村镇、庄行镇和西渡街道等街镇。不过，原本是针对农村老人原居安养而建的养老社区，却吸引了许多像陈黛丽这样，从未在乡村生活过的城市老人。

今年85岁的陈黛丽，自幼居住在虹口区四川北路街道的石库门老弄堂。老屋面积小，陈黛丽更向往开阔的居住空间。当她决定选择社区照护式养老时，女儿陪着她兜兜转转，走访了上海多家养老机构。“那种公寓楼的格子间，有种说不出的局限。”陈黛丽说，“但这里，我一眼就看中了，试住了一个月，还是觉得蛮好。”

陈黛丽选择的是一人间，休息时无人打扰；更多时候，她会走出房门跟老伙计们聊天，或者参加“社区”活动。陈黛丽性格开朗，也喜欢独来独往，刚退休时，经常一个人旅行。“住在这里，也有在乡村度假的感觉。”陈黛丽说。

10月末的一个周日，崇明区庙镇镇东村的生态林迎来了20多位到此写生的老人。这些老人中，绝大多数是上海人，但他们并不了解，这片充满鸟语野趣的林地，是上海15个大型生态片林之一。偶有风吹树叶沙沙作响，跟着油画老师临摹风景，不知不觉，就过了4个多小时。

老人们很满意这样的写生方式，节奏慢而放松。带队者方应丽正在经营一家老年旅居为主题的旅行团队，有组织老年人户外旅行的丰富经验。这是她在崇明乡村策划的第二场活动。身为“推荐官”，方应丽开始发现，上海的乡村也可以成为适合上海老人游玩的“宝地”。

而选择住在永联村的唐雪

芬，心里更认可的，除了乡村环境，还有来自村里的人情味。今年春节，吴介巷长者照护之家年夜饭上，唐雪芬的女儿因为忙而没能赶来参加。“照护之家”负责人钱文才不会疏忽这样的细节，他为唐雪芬接通视频，让女儿“远程”同步分享新年气氛。唐雪芬向记者回忆起这个场景时，仍觉感动。钱文才是土生土长的永联村人，作为受邀返乡创业的“乡贤”，他接下了探索乡村养老服务的“任务”。“在乡村，家的观念很重要，这是一种精神寄托。”

目前，在吴介巷长者照护之家得到照料的老人以永联村村民居多，而常年生活在长宁的唐雪芬似乎比村民们对乡风淳朴的感受更强。“人情味，有时候就是逢年过节一起包汤圆、包粽子的气氛，相互交流，没有人把你当作是‘外人’，也没有隔阂。”唐雪芬说。

安全感、价值感与新社交

在唐雪芬看来，在永联村养老，多了一份安全感和信任感。走进吴介巷，这里是一个封闭式的乡村社区。在周边密集商品房楼盘的对比下，这个被围墙圈起的80余户宅基地农房，更显大都市城乡接合部的沪郊特色。永联

村农村集体资产经营走在沪郊前列，由村级集体经济组织成立的上海永冈物业管理有限公司是一家村属物业公司；而配套28张床位的吴介巷长者照护之家，就是这家村属物业的旗下机构。

仅有700平方米的长者照护之家院落，就藏在这个封闭式社区里。吴介巷保留了乡村的肌理风貌，河道、公园与绿植的美化，让这个乡村社区看起来既小而美，又自成一体，而嵌套在这里的养老机构，也更容易实现封闭式管理。

“自新冠肺炎疫情暴发至今，我们这里的老人还是‘零感染’。”钱文才同时也是上海永冈物业管理有限公司总经理。他说，老人之所以喜欢这里的生活节奏，不只在于环境，还在于村里的服务。

借由物业公司对接，将村属公司、文艺团队、公益资源等導入到长者照护之家，物业服务也给予同步支持，为老服务就能做到更加精细化。钱文才说，看似封闭的空间，以开放的思路来做运营管理，更容易将乡村资源融合成养老服务的“一盘棋”。

倘若将美丽乡村视为是乡村养老的“硬件”竞争力，那么，养老机构做到怎样的程度，才能真正吸引城市老人“归隐”，永联村有



1-3版文字：首席记者 贾佳
记者 贺梦娇 陈祈 见习记者 张孜怡
摄影：袁健 时春 见习记者 王金秀 邹佳昊
记者 贺梦娇 陈祈



了答案；同样是长者照护之家，地处松江区叶榭镇堰泾村的幸福老人村也有自己的答案。

幸福老人村自2016年运营之初就受到社会关注。同是10月末的一个周日，幸福老人村在松江区文明办和叶榭镇政府的支持下，为本村老人策划了一年一度的蜗牛文化节。蜗牛文化节举办至第五届，从最初近百人到如今的近千人，这场活动让村里超半数的老人走出家门，参与进来。高龄老人上台演出成了“必选项”，不少老人对“表演”早已不觉陌生，甚至表现活跃，镜头感十足；而最受欢迎的“村赛”——“剥毛豆大赛”，比赛规模超500人，因名额有限，仅70周岁以上的老人才有“资格”参与。

从蜗牛文化节的热闹氛围，可以感受到乡村养老的另一个侧面，乡村养老机构的影响，正在带动更多农村老人走出“家”的概念，迎来新的社交活力，也激发了老人未曾有过的新社交圈。

类似的变化，不仅在于本村，“新社交圈”的吸引力让更多城市老人频繁前往。幸福老人村村长蒋秋艳告诉记者，很多老人乐于到此参加公益活动，也主动提出想成为堰泾村的“新村民”。基于幸福老人村延续多年的公益养老特色，城市和农村老人在这里的互动更加“无缝衔接”，“有时候，老人的价值感和自由感，就是在大伙一起劳动中找到的。”蒋秋艳说。

如何保持老年人的价值和活力，这个问题的答案，在乡村与城市社区并不相同。“其实，老人的价值感很需要被年轻人看见，他

们能做的，能做好的事情有很多。所以，我们才有爷爷奶奶一堂课，有奶奶咖啡，奶奶烧饼……”近两年，幸福老人村围绕老年主题做文创场景的营造，为老人量身设计志愿者的新“岗位”。诸如乡村咖啡屋、蜗牛文化营等，既包括了老手艺的传承，新技艺的开发，也鼓励老人参加话剧表演、小视频拍摄，让他们学着怎么把乡村生活的常识讲给孩子，就是在“被需要”的过程中，老人展现了自己的价值，也参与了新乡村的建设。

但在上海人的眼中，崇明的确算不上是“景点”，“文化旅居”就成了他们考量的方向。摆好画板，聚精会神地描绘满池残荷的秋景，参加活动的老人们认为，这是生活对“美”的定格。

从老人需求出发的“文化养老”

为什么有越来越多老人，乐于将自己的晚年时光投入乡村？即便有人尚未付诸于行动，也不免有这样的向往。采访中我们看到，随着上海乡村建设由表及里的挖潜，越来越多乡村在城乡公共服务均等化硬件设施上“拉平”，乡村风貌成了天然的吸引力，也唤醒了城市老人藏在心底里的乡愁。他们有着与自然亲近的渴望，乡愁也成为一种很具体的存在。

在崇明区庙镇镇东村，村党总支副书记陈龙更早地意识到，应该让乡村成为满足城市老人的旅居之所。所以，在一次偶然的契机之下，镇东村村委会与方应丽的老年旅居策划团队一拍即合，组织了第一次以“短途旅居”为主题的崇明之行。

“看起来是一次‘4天3晚’再普通不过的崇明游，但我们想抛出一个‘概念’，就是在上海乡村，也可以有旅居的养老生活。”陈龙

说。事实上，仅仅是通过简单的海报宣传和视频号推介，不到1个小时，活动招募就满额了。坐拥丰富林地资源的庙镇，将森林文创产业定位为该镇今后的发展方向之一。与林地结合开发的公共艺术空间、咖啡艺术中心等，也让来到此地的老人感受一新。

但在上海人的眼中，崇明的确算不上是“景点”，“文化旅居”就成了他们考量的方向。摆好画板，聚精会神地描绘满池残荷的秋景，参加活动的老人们认为，这是生活对“美”的定格。

钱文才也更早意识到应该用“文化养老”理念来指导日常管理。“归根结底，应该从老人的真实需求出发，所有看起来很具体的服务或者活动，最终都是一种精神上的满足和关照，老人晚年更看重的也是精神，我们有条件用更多元的方式来陪伴他们。”钱文才说。

文化养老，这些区域的不同做法，为我们带来了理解“乡村养老”的新启示。文化养老的方式可以是多元的，内涵也是丰富的。像幸福老人村，当更多老人主动参与到乡村建设过程中，又在自我创造中为文化养老赋予了新的内涵。

这也让我们看到，陪伴与照护，并非单方面的，也不是单向度的，最终都指向了“活力”二字。不论面对的是城市老人还是农村老人，当绝大多数老人行动尚且方便时，唯有激发了活力的生活，才会充满色彩。而在乡村养老实践与探索过程中，乡村的自由感和无边界，以及潜藏在乡村里的温暖和温情，都为老人活力的唤醒赋予了新的可能。