

20个省份中度老龄化——

解读最新老年人口数据

中国老年人口的规模与比重持续增长。国家统计局近期出版的《中国统计年鉴2025》(下称《年鉴》),公布了2024年全国31个省份65岁及以上老年人口和其占比情况。数据显示,有19个省份进入中度老龄化社会。

中度老龄化是指60岁及以上老年人口比重超过20%,或者65岁及以上老年人口比重超过14%。

《年鉴》未公布60岁及以上老年人口情况,但通过梳理各地发布的统计数据显示,2024年全国有20个省份60岁及以上老年

人口占比超过了20%,这些省份与前述65岁及以上老年人口占比超过14%的19个省份基本重合——仅甘肃稍有不同,该省60岁及以上老年人口为493.07万人,占总人口的20.06%;65岁及以上老年人口为335.05万人,占比13.63%。

整体来看,中国已经全面进入中度老龄化社会。

此外,《年鉴》披露,2024年全国老年人口抚养比同样达到历史最高,为22.8%,这意味着,大约每4.35名劳动年龄人口,要养1名老年人。

东北最“老”,西藏最“年轻”

东北三省是老年化程度颇高的地区,其中辽宁65岁及以上老年人口比例为21.90%,已经步入重度老龄化社会;吉林和黑龙江的占比均为19.41%,位列中度老龄化省份的第3位和第4位。

65岁及以上老年人口占比排名前十的省份中,除了东北三省,也包括上海、江苏等东部沿海省份。

中国人口学会副会长、西南财经大学教授杨成钢表示,东北的老龄化主要是由于年轻人口的省际迁出造成。上海、江苏最近两年的人口迁入有明显下降,造成老龄化程度上升。

《年鉴》显示,2024年老年人口抚养比排名前十的省份包括:辽宁(32.09%)、上海(28.83%)、重庆(27.88%)、江苏(27.52%)、吉林(27.47%)、四川(27.29%)、山

东(27.08%)、黑龙江(26.88%)、天津(26.79%)、湖北(25.28%)。

老年人口抚养比也称老年人口抚养系数,是指某一人口中老年人口数与劳动年龄人口数之比,用以表明每100名劳动年龄人口要负担多少名老年人。老年人口抚养比是从经济角度反映老龄化社会后果的指标之一。

《年鉴》披露,65岁及以上老年人口占比较小的五个省份是西藏(6.29%)、新疆(8.86%)、广东(10.18%)、青海(10.57%)、宁夏(10.64%)。

值得注意的是,广西、江西、甘肃三地65岁及以上人口占比均已超过13%,已非常接近中度老龄化阶段,分别是:13.97%、13.88%、13.63%。

出生率越低、老龄化越深

中国的老龄化程度在过去的30多年间持续加深。《年鉴》统计了1982年、1987

年,以及1990年至2024年共计37年,65岁及以上老年人口数量及其占比,数据显示,全国65岁及以上人口从1982年的4991万人上升至2024年的2.2亿人,占总人口的比例从4.9%上升至15.6%,老年抚养比则从1982年的8.0%上升至2024年的22.8%。

数据显示,过去37年间,中国的老龄人口除了少数年份出现起伏,整体上呈现连年上升的趋势,老龄化程度不断加深。

截至2024年年底,全国60岁及以上老年人口与65岁及以上老年人口最多的省份均为山东,分别是2482万人、1840万人。

《年鉴》显示,2024年全国出生人口为954万人,虽然比2023年小幅回升52万,但仍处于历史极低区间。2024年,有多达17个省份的出生率低于全国平均水平(6.77‰)。

对比《年鉴》的相关数据可知,出生率高的地方,往往老龄化程度低。比如西藏,2024年出生率为13.87‰,是全国平均水平的两倍有余,西藏为所有省份中出生率最高的地方,与此同时,西藏也是同年老龄化程度最低的省份。

作为“第一生育大省”,广东2024年的出生人口为113.3万人,是全国31个省份唯一破百万的省份,连续7年成为出生率最高的省份。相应的,广东的老龄化程度相对不高,同年65岁及以上老年人口占比以及老年



抚养比均为全国第三低,仅高于新疆与西藏。

“中国的少子化趋势早就呈现出来了”,杨成钢表示,究其原因,这涉及人口、经济、社会、文化等诸多方面,从人口学来讲,主要是两个方面的原因。

一方面是随着经济的发展,城市化水平的提高,教育水平的提高,生育成本上升,人们生育意愿下降,特别是妇女生育意愿在下降,使得生育率下降,少子化趋势不断得到强化。

另一方面是随着经济的发展,人民健康水平的提高,死亡率在下降,人口平均预期寿命提升。“目前中国人口老龄化更直接的人口统计学原因,是新中国两次生育高峰出生的人口现在已经陆续进入到老年。第一次生育高峰出生的人口已经全部进入老年,第二次生育高峰出生的人口从2023年起陆续进入老年,这个趋势要持续10年以上。”杨成钢说。

“十五五”:

开发老年人力资源,发展银发经济

中国未来几年的老年人口具体会增长多快,达到多大规模?

北京大学社会学系教授陆杰华等人口学家此前根据联合国中等生育率方案人口预测,“十五五”时期是中国由中度老龄化急速向重度老龄化过渡的关键窗口期,这极有可能是21世纪以来中国人口老龄化程度加深速度最快的五年。

根据中国人口与发展研究中心预测,在2025年~2030年期间,60岁及以上老

年人口将呈快速增长态势,规模将从3.2亿人增长至3.9亿人,年均净增加1309万人,年均增长率加速至3.7%,老龄化率将从22.8%增至27.7%,届时或将高于中高收入国家的平均值,接近发达国家的平均值。与此同时,60岁~69岁低龄老年人口规模将从1.7亿人增至2.1亿人,占老年人口比重将维持在57%左右。

中国人口老龄化面临挑战的同时,也蕴藏着机遇。民政部副部长唐承沛此前在中国发展高层论坛2025年年会上表示,要看到中国人口老龄化蕴藏着的独特发展机遇,未来银发经济发展潜力巨大,预计到2035年,银发经济占GDP比重将从6%上升到9%。

2024年1月,国务院办公厅发布《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》,这是国家出台的首个支持银发经济发展的专门文件,对如何推动银发经济发展作出具体部署。这标志着银发经济发展进入了一个新的阶段。

今年10月28日公布的《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议》(下称《十五五建议》)为银发经济的发展进一步指明方向。

《十五五建议》提出:“积极应对人口老龄化,健全养老事业和产业协同发展政策机制。稳妥实施渐进式延迟法定退休年龄,优化就业、社保等方面年龄限制政策,积极开发老年人力资源,发展银发经济。”

鲁伟

地区	人口数(人)	65岁及以上	65岁及以上占比(%)	老年人口抚养比(%)
辽宁	42763	9366	21.90	32.09
上海	25520	5169	20.25	28.83
重庆	32828	6194	18.86	27.88
江苏	87756	16478	18.77	27.52
吉林	23845	4629	19.41	27.47
四川	86091	15878	18.44	27.29
山东	103752	18400	17.73	27.08
黑龙江	31174	6051	19.41	26.88
天津	14037	2606	18.56	26.79
湖北	60048	10385	16.12	25.28
湖南	67303	11228	16.68	25.00
河北	75943	12498	16.45	24.72
安徽	63020	9885	15.68	23.17
北京	22470	3703	16.47	23.03
陕西	40691	6381	15.68	22.95
河南	100717	15144	15.03	22.92
山西	35463	5598	15.78	22.66
内蒙古	24578	3942	16.03	22.44
浙江	68651	10789	15.71	21.83