老年日报

中国百强畅销报刊
年长者的精神家园

总9921期
今日8版

2026/10/30 星期五 丙午年 九月廿一

中国邮政发行畅销报刊

国内统一连续出版物号:CN23-0018 邮发代号:13-18
北京、广州、哈尔滨、西安、南京、济南、郑州、石家庄同步印刷

中国家庭养老进入“优化期”

当人均预期寿命攀升至79.25岁，家庭户均规模却收缩至2.52人，中国家庭的养老命题早已超越“攒够养老钱”的单一维度，转向如何以财富、健康、家庭支持的协同，应对长生命周期里失能照护的不确定性风险。

近期，《清华金融评论》联合中美联泰大都会人寿发布《2026中国家庭养老金融健康指数调研报告》，首次提出“养老韧性”概念，测算显示2026年中国家庭养老金融健康指数为69.5分，正式从首年的“积累期”迈入“优化期”——中国家庭已具备初步养老储备基础，但距离形成长期抗风险能力仍有明显提升空间。

长寿时代的养老风险结构正在发生深刻转变：过去单一的“钱够不够”的经济风险，已演变为经济与健康风险交织的综合挑战。目前我国失能、半失能老年人已近4000万，慢性病管理、医疗支出、长期照护需求将伴随更长的养老周期。调研显示，58%的受访者担忧医疗与长期护理支出压力，远超对退休后收入不足的担忧；42.1%的受访者尚未为长期照护采取任何措施，提前配置长护险或健康相关保障的家庭不足三分之一，近三成家庭处于“既担忧、又未配置”的状态。

从指数拆解的维度看，养老韧性的短板尤为清晰：家庭结构支持以75.1分居首，资产积累潜力72.6分紧随其后，养老保障积累仅63.4分，家庭健康状况以57.7分成为最突出短板。储备结构失衡同样明显：82.1%的家庭依赖基本养老保险，养老储蓄、商业健康险、商业养老险的持有率分别仅为34%、29.9%、24%，能够与生命等长、按期领取的长期养老金融安排，仍是多数家庭储备体系的明显缺项。

填补养老韧性缺口，需要家庭认知升级与行业供给创新协同破局。个人养老金制度全国落地、长护险从试点走向全国建制，已为多层次养老保障搭建起顶层框架；商业保险正凭借差异化风险保障、长期资金管理和“保险+服务”的协同优势，成为衔接各支柱的重要力量。从家庭层面，需尽早将健康管理、长期护理纳入养老规划，构建与寿命预期匹配的可持续现金流，跳出“依赖储蓄、依赖房产”的单一储备逻辑；从金融机构层面，需从单一产品销售转向“财富+健康+照护+服务”的综合解决方案，用全生命周期服务打通健康管理、医疗康复、养老护理的服务闭环。 **戴梦希**

民生

民政部部署寒冬送温暖行动

近日，民政部办公厅印发通知，即日起至2027年3月15日（东北、西北地区可视情延长）开展“寒冬送温暖”专项救助行动，兜牢生活无着流散人员过冬保障底线。

通知要求各地建立气象预警联动机制，联合多部门对车站、地下通道、桥梁涵洞等露宿重点区域开展拉网式排查，极端天气及夜间加密巡查频次；构建四级发现报告网络，动员环卫工、快递员等群体提供线索，依托福彩站点等设立临时救助点，畅通求助渠道。

针对不同群体分类施策，落实危重病患“先救治后救助”。 **吴储岐**



天山天池风光如画

新疆昌吉回族自治州阜康市天山天池景区雪后初晴，风光壮美。远处博格达峰覆雪，湖水澄澈，云杉林立；游船穿行湖面，盘山公路蜿蜒山间。 **陶维明**

12省前三季度GDP超4万亿

31个省份2026年前三季度GDP“成绩单”全部出炉。总量上，粤苏鲁浙等经济大省稳守第一方阵，12省份GDP突破4万亿元，广东、江苏更以超10万亿体量持续发挥“压舱石”作用。

各地经济向新特征显著，先进制造与数字技术深度融合，粤豫川等省份新产业、新产品增势强劲，“三新”经济、高技术制造业成为增长核心引擎。消费市场同样亮点突出，升级类商品、线上消费、县域消费持续扩容，彰显全国经济韧性与活力。 **韩昱**

标题新闻

时政

★9月全国查处违反中央八项规定精神问题32940起

社会

★我国首个智慧货运枢纽领域国标发布

★我国农用无人机保有量超30万架 居全球首位

国际

★美疾控中心：19种病原体每年致美国超5万人死亡

今日微推荐
扫码更精彩

老年日报微信

体检6种异常 不必过度治疗

龙健康

一碗小米加对料 暖胃补肾安心神

红娘小娇交友群

晚晴有约觅知音

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319