



老年 消费读本

金晓彤
主编

丛书主编 王胜今

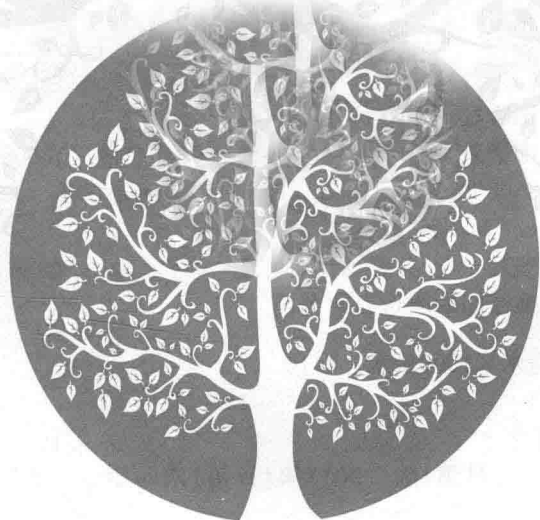
学习出版社



老年

消费读本

金晓彤
主 编



丛书主编 王胜今

学习出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年消费读本 / 金晓彤主编. — 北京: 学习出版社, 2017. 1
(金色年华读本丛书 / 王胜今主编)

ISBN 978-7-5147-0667-3

I. ①老… II. ①金… III. ①老年人—消费者行为论—研究
IV. ①F036.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第247784号

老年消费读本

LAONIAN XIAOFEI DUBEN

金晓彤 主编

责任编辑: 边 极

技术编辑: 王晓勇

装帧设计: 华夏策略 永诚天地

插图: 东方润达 上海典众

出版发行: 学习出版社

北京市崇外大街11号新成文化大厦B座11层(100062)

010-66063020 010-66061634 010-66061646

网 址: <http://www.xuexiph.cn>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

开 本: 710毫米×1000毫米 1/16

印 张: 16.25

字 数: 160千字

版次印次: 2017年1月第1版 2017年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5147-0667-3

定 价: 36.00元

如有印装错误请与本社联系调换

金色年华读本

编委会

主任：王胜今

副主任（按姓氏笔画为序）：

于学军 于 潇 王海东 杨文庄 姜卫平

高松柏 廖立国

委员（按姓氏笔画为序）：

于洗河 于雅琴 王 清 王晓峰 田毅鹏

安力彬 迟宝荣 孙洪波 许钟镐 刘 娅

宋宝安 李俊江 周延民 金晓彤 杨 雪

张福贵 赵俊芳 郭永志 黄冬梅 麻宝斌

漆 思



序 言

人口老龄化是人类社会发展到一定阶段的必然现象。法国是世界上最早进入老龄化社会的国家，早在 1865 年法国 65 岁及以上老年人口的比重就超过 7%。瑞典是第二个进入老龄化社会的国家，1890 年瑞典 65 岁及以上老年人口超过了 7%。20 世纪以来，主要发达国家先后进入老龄化社会，英国和德国于 1930 年进入老龄化社会，美国于 1945 年进入老龄化社会。

20 世纪 60 年代以来，西方发达国家就着手对人口老龄化的特点和基本规律进行深入研究，国际社会也越来越重视人口老龄化问题。1974 年，世界人口大会通过的《世界人口行动计划》呼吁各国政府在发展政策

中充分关注老年人问题。1982年，联合国在奥地利维也纳召开了第一次老龄问题世界大会，通过了《老龄问题国际行动计划》，提出保健和营养、保护老年消费者、住房和生活环境、社会福利、收入保障和就业等7个领域的行动建议。此后，很多国家开始积极采取行动，构建适应老龄化社会的社会保障、公共政策和养老设施。

21世纪是全球人口老龄化的世纪，不仅发达国家人口老龄化问题更加严重，绝大多数发展中国家也将陆续进入老龄化社会。预计到2050年大部分发达国家65岁及以上老年人口比例将超过30%，发展中国家也将超过15%。人口老龄化正在深刻地影响着人类社会生活的方方面面。2002年联合国召开的第二次世界老龄问题大会通过了《马德里老龄问题国际行动计划》，提出了三大优先领域：老年人和发展、增进老年人的健康和福利、确保形成有利和支持性的环境，并郑重提出“建立不分年龄人人共享的社会”，以增强人们对老龄化和老年人问题的重视。

20世纪70年代以来，由于我国实施了人口计划生育政策，仅用了30年的时间就实现了人口转变，从高出生率、低死亡率、高增长率，转变为低出生率、低死亡率、低增长率，走完了发达国家人口转变70—100年的历程。

我国人口老龄化速度快，老龄人口规模大。2000年，65岁及以上老年人口达8838万人，占总人口的7.0%，标志着我

国进入老龄化社会。21 世纪前 10 年，我国人口老龄化处于平稳发展时期。2000—2010 年，全国 65 岁及以上老年人口比重从 7% 提高到 8.87%。2010 年以后，我国人口老龄化进入加速发展时期，预计到 2050 年 65 岁及以上老年人口将达到 3.3 亿人，占总人口的比重将近 1/4。60 岁及以上老年人口将达到 4.4 亿人，超过总人口的 30%。

老年人曾经为我国经济社会发展作出过巨大贡献，是宝贵的资源和财富，是实现中华民族伟大复兴的中国梦的重要力量。目前，我国应对人口老龄化的各种准备还相对滞后，要全面做好应对人口老龄化高峰的准备，时间十分紧迫，任务非常繁重。为此，需要深入研究老龄化社会的特点和规律，以及与此相关的各种问题，努力探索具有中国特色的、积极的、健康的人口老龄化道路。

为了加强人口老龄化研究，原国家人口计生委（现国家卫生计生委）与吉林大学于 2009 年开始合作共建“中国人口老龄化与经济社会发展研究中心”，开展人口老龄化综合研究，组织人员培训，举办学术研讨，开展国际交流。2012 年以来，中心组织吉林大学 14 个学院的专家学者，撰写了这套“金色年华读本”。该系列读本共 20 本，面向老年人群体，围绕老年人生活和健康相关的各个方面，内容涉及哲学、文学、法学、经济学、管理学、社会学、医学、工学等领域，这套读本通俗易懂，图文并茂，可以为老年人健康快乐的生活提供一种知识

参考。

人口与家庭问题一直是我从省到国家所承担工作中的一个重要组成部分,也是我多年来比较关注的一个问题。基于此,“中国人口老龄化与经济社会发展研究中心”的负责同志希望我能为这套丛书作序。我几次推辞,盛情难却。考虑到这项工作越来越重要,从事这项工作的同志及广大人民群众也需要这样一套丛书进行学习,因此我写了以上认识和想法,作为此书的推荐。我衷心希望,“金色年华读本”的出版,让全社会更加重视和关心老年人,为早日实现老有所养、老有所依、老有所乐、老有所为的发展目标而积极努力。我相信,该书的出版对于我们积极应对 21 世纪人口老龄化社会,将提供丰富的经验和智慧。

是为序。

王东岳
二〇一五年九月



目 录

第一章 消费革命：指间里的新生活 / 001

一、衰老始于“氧化性”消费 / 003

（一）消费的黄金时代 / 003

（二）消费所构筑的生命周期 / 008

（三）“氧化性”消费的老化效应 / 015

二、消费所记录的点滴生活 / 024

（一）回味绵长的消费岁月 / 025

（二）“旧瓶装新酒”的消费智慧 / 033

三、“您不是一个人在消费” / 045

（一）消费生活的群体演绎 / 045

（二）消费行为的情感表达 / 051

（三）消费习惯能否代际转移？ / 057

第二章 重构青春：步履铿锵的消费路 / 065

一、“账簿”里的青春依旧闪光 / 067

(一) 我思故我在 / 068

(二) 我买故我在 / 076

二、发髻上的凌霄花最为甜美 / 080

(一) 夯实保障性消费补偿 / 082

(二) 扩充发展性消费补偿 / 086

三、藩篱外的消费生活已然开始 / 092

(一) 打破“被退休”的枷锁 / 093

(二) 活出“真性情”的洒脱 / 102

四、学习中消费，消费中学习 / 108

(一) 在消费中学习 / 108

(二) 在学习中升级 / 115

第三章 见“新”思齐：弃旧拾新的消费经 / 119

一、新老年时代的消费指向 / 121

(一) 儿孙自有儿孙福 / 121

(二) 医疗保健不放松 / 130

(三) 兴趣爱好是王道 / 135

二、新老年时代的消费方式 / 138

(一) 触手可及的新媒介购物 / 138

(二) 不可或缺的网购技巧 / 143

第四章 岁月撷珠：熠熠生辉的消费梦 / 155

一、点燃转瞬逝去的激情 / 157

(一) 老年人消费的时尚坐标 / 157

(二) 老年人消费的文化空间 / 171

二、释放尘封已久的追求 / 189

(一) 曾被遗忘的生活角落 / 189

(二) 消费理想的重新设立 / 198

第五章 大爱无边：泽被后代的消费情 / 209

一、老年公益中的晚霞更美 / 211

(一) 抵抗心理衰老的公益良方 / 211

(二) 藏于公益活动的消费主题 / 215

二、生态文明中的夕阳更红 / 222

(一) 生态文明下的全新消费 / 222

(二) 生态文明中的老年选择 / 225

参考文献 / 232

本书后记 / 238

后 记 / 240



CONTENTS

Chapter 1 Consumption revolution: Life between fingers / 001

1. Aging from "oxidized" consumption / 003

1.1 A golden age of consumption / 003

1.2 Life-cycle consumption / 008

1.3 The aging effects of "oxidized" consumption / 015

2. Consumption keeps a record of life / 024

2.1 Looking back on the age of consumption / 025

2.2 The wisdom of "new wine in an old bottle" / 033

3. "You are not the only consumer" / 045

3.1 Consumption as a group behavior / 045

3.2 Consumption as a form of emotional expression / 051

3.3 Can consumption habits pass from generation to generation? / 057

Chapter 2 | **A reinterpretation of youth: Set on the path of consumption / 065**

1. Youth in the "account book" / 067
 - 1.1 I think, therefore I am / 068
 - 1.2 I buy, therefore I am / 076
2. The most beautiful flower is on your hair / 080
 - 2.1 Guarantee basic consumption / 082
 - 2.2 Increase additional consumption / 086
3. Life of unrestrained consumption has just begun / 092
 - 3.1 Breaking the confinement of "forced retirement" / 093
 - 3.2 Follow one's heart / 102
4. Learning from spending; spending while learning / 108
 - 4.1 Learning from spending / 108
 - 4.2 Learn to upgrade / 115

Chapter 3 | **Keep up with peers: Embrace new consumption habits / 119**

- 1 Consumption guide for the elderly in a new age / 121
 - 3.1 Let your children live their own lives / 121
 - 3.2 Keep an eye on your health / 130
 - 3.3 Find your best pastime / 135
2. Consumption habits of the elderly in a new age / 138

2.1 Get your stuff at the tap of a button / 138

2.2 Essential online shopping skills / 143

Chapter 4 | **Best days of life: The consumer's dream / 155**

1. Ignite the ephemeral passion / 157

1.1 Fashion beacon for elderly consumers / 157

1.2 Cultural space for elderly consumers / 171

2. Pursue your forgotten dreams / 189

2.1 The neglected corner / 189

2.2 Find the consumer's dream once again / 198

Chapter 5 | **Love knows no boundaries: Consuming for the benefit of future generations / 209**

1. Charity work makes for a meaningful retirement / 211

1.1 Charity work helps fend off mental aging / 211

1.2 Consumptive behavior involved in charities / 215

2. Elderly life in an ecological civilization / 222

2.1 New ways of consumption in an ecological
civilization / 222

2.2 Choice of the elderly in an ecological civilization / 225

References / 232

Afterword / 238

Epilogue / 240



第一章

消费革命： 指间里的新生活

本章的主旨在于让老年朋友们认识自身的消费有哪些特征，并基于自身经历的积淀对自己的消费属性有一个大致的了解；同时认识到消费对自身生活以及社会经济发展的影响，使其对自身消费有一个整体、客观的认知。

本章将从衰老始于“氧化性”消费、消费所记录的点滴生活和“您不是一个人在消费”三个方面，把您带入对指间里的新生活所透视出的消费革命的遐想……

