

厦门老龄问题研究

(14期)



厦门市老龄工作委员会办公室
厦门市老年基金会
厦门市老年学学会

编 委 会

主 任：陈昆源

副 主 任：黄宗洪 张培军 林美治 陈恭椿
颜智强

主 编：颜智强

副 主 编：吕金山 商振泰 林赐福 林 刚
陈新建

编 委：（按姓氏笔划）

吕金山	肖美华	陈一健	陈新建
陈治卿	林赐福	林 刚	骆秀宝
黄 宪	黄渭铭	商振泰	曾 定
蔡志琼	颜智强		

编辑出版：厦门市老龄工作委员会办公室

厦门市老年基金会

厦门市老年学会

出版时间：2007 年 3 月

地 址：厦门市虎园路 17 - 19 号

电 话：(0592) 2056469

邮 编：361003

印刷单位：厦门集大印刷厂

目 录

厦门市老年学学会 2006 年工作总结	(1)
厦门市老年学学会 2007 年工作意见	(9)
抓重点 办实事 促发展	
——我如何当厦门老年大学校长	陈昆源 (12)
开发老年人才资源 服务经济社会发展	陈恭椿 (18)
厦门市城区空巢老人生活状况调查报告	
..... 厦门市老龄工作委员会办公室	
..... 厦门市老年学学会	课题组 (26)
厦门市城区空巢老人服务现状及市场前景	兰生荣 (46)
厦门市城区空巢老人养老意愿分析	陈丽燕 (58)
厦门空巢老人休闲生活状况	史晓丹 (70)
关注空巢老人 构筑为老服务网络	李丽敏 (80)
厦门市老年人权益保障情况与思考	沈瑞琚 (83)
深化老年人权益保障工作 切实维护老年人合法权益	
.....	施性栋 (90)
浅议收入分配制度改革的几个问题	黄宗洪 (94)
凝聚各方力量 营造敬老环境	林成福 (99)
规范民办养老机构 提高为老服务质量	潘秀蔚 (107)
努力构建适应和谐社会需要的社区老年组织	吴文裕 (112)
发挥基层老年组织在新区建设中作用的思考	曾志勇 (117)
老年活动场所建设与管理的调查与思考	陈剑基 (124)

规范老年活动室管理势在必行 黄志强 (128)

合作医疗为农村“老有所医”提供可能

——后村村合作医疗成功实践的启示 李增为 叶庆生 (131)

以科学发展观为指导,探索老年人才资源开发的意义与对策

..... 黄渭铭 (135)

关于老年人才开发利用若干问题的思考 沈耀祖 (142)

开发老年人才资源,为加快海峡西岸经济区建设贡献力量

..... 苏宗科 (147)

开发老年医务人才资源的意义 陈治卿 (154)

义工活动在老年生活调适中的作用 张友琴 (158)

离退休老年人群——践行社会主义荣辱观的方面军

..... 赖芸生 卢季珍 (163)

积极老龄化科学含义浅议 陈瑞荣 (169)

弘扬孝道文化 构建和谐社会 陈恭椿 (172)

恪守“孝道”做敬老爱老问心无愧的人 李文江 (177)

与时俱进弘扬孝道 黄金镇 (181)

※ ※ ※

构建“数字校园”拓展老年教育 市老年大学 (187)

提高老年大学教学质量之浅见 魏春华 (196)

实践出真知 真知促发展 叶庆生 (203)

尊重·关爱·激励

——注重人文关怀,加强教师队伍建设的体会与做法

..... 高雅丽 (208)

发展社区老年教育面临的新问题及应对措施 陈文祥 (212)

※ ※ ※

论老年体育文化的先进性 黄渭铭 (219)

落实科学发展观 坚持“以人为本” 加强老年体育	
活动科学指导	吴秀峰 (224)
针对我国人口老龄化与经济社会特点发展老年体育	
.....	李仁松 (230)
老年人社会角色变迁与健身体育关系的研究	黄力生 (235)
老年人如何选择适合的健身活动	林清江 (243)
增强老年人健身运动科学性应注意的问题	陈文斌 (247)
健身运动对延缓衰老功效的探讨	
.....	罗安生 谢秀华 李 娜 (253)
健身体育运动与健康长寿关系的研究	
.....	谢绵成 沈丽秀 (258)
红色旅游与健身体育旅游相结合的可行性研究	
.....	谢力达 谢绵聪 (264)
休闲体育在全面建设小康社会中地位和作用的研究	
.....	郭东亮 杨佩珍 (270)
当前农村老年体育状况和发展对策的研究	
.....	陈 涂 吴遵先 邵育华 (275)

※ ※ ※

老年人为什么恶性肿瘤发病率高	洪满贤 (281)
老年人要注意防治胃食管反流病	陈子威 (289)
细胞增殖凋亡与中老年良性前列腺增生关系及中药的影响	
.....	黄源鹏 (294)
老年性尿失禁的临床诊疗	陈实新 周中泉 邢金春
刘荣福 陈 斌 王惠强 叶友新 庄 炫 张开颜 杨宇峰	
郑家欣 周 鑫 徐 胤 刘云飞 刘 菲 李 伟	(299)
老年人幽门螺杆菌感染与上消化道疾病	柯维雅 (302)
中医对脂肪肝研究进展	张 理 闵凡锦 (305)

骨质疏松症中西医结合治疗的临床观察	方建伟 (310)
抑郁症与行为障碍	陈治卿 (314)
“思商”与老年保健	江孝珠 (317)
“智商”与老年保健	郑如赐 (323)
“性商”与老年保健	郑如赐 (331)
厦门大学 174 位长寿老人的养生经验	黄少华 (338)
浅析几种影响老年人健康的心态和释解	田明辉 (341)
健康长寿十要诀	黄毅峰 董炎仁 (345)
老年保健四句话	李文江 (348)
退休老人读些古书好	王继勾 (354)
老年人更应注重养生调理	杨晓剑 (357)
健康长寿要素——膳食四大平衡	
..... 温 琳 曾 艳	潘洪彩 (362)
“食粥排便睡觉好”定能健康长寿	施文栋 (366)
老年朋友如何看待保健品	洪水根 (371)
也谈螺旋藻	于 一 (374)
安全营养的新型食品——排酸肉	曾 定 (377)

※ ※ ※

编者：因篇幅所限，部分论文只刊篇名，说见附录 (381)

厦门市老年学学会 2006 年工作总结

2006 年我会的工作以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，进一步认真贯彻落实党的十六大精神，坚持科学发展观，以人为本，努力为厦门市构建和谐文明的社会和厦门市老龄事业的发展做贡献。继续深入探讨在我国人口老龄化过程中，建立以“权益为基础”的积极老龄化的研究，取得较好成效。先后荣获中国老年学学会工作“先进集体”、厦门市“先进民间组织”和厦门市首届社会科学普及周活动“先进集体”等称号。

一、认真贯彻全国老年学学会和全国老龄工作会议精神。

全国首次省级老年学学会工作座谈会，于 2 月 7 日至 8 日在上海召开。参加这次会议的有 24 个省级老年学学会主要负责人和 25 个省级老龄委办公室主任共八十多人。会上，传达了中央关于老龄工作的有关文件和精神，还请一些省、市老年学学会作了经验交流和学术交流。我会也向大会提交了书面材料，介绍我会的工作情况并在小组会上作了交流发言。会后，我们将全国会议的重要文件和主要精神，印发给学会全体理事和各专业委员会负责人。同时，也将全国老龄工作会议精神和全省老龄工作会议精神登载在我会《工作简讯》第二期上，及时转达会员学习。

二、召开厦门市老年学学会 2006 年学术年会。

4 月 22 日上午，本会在市老年活动中心会场举行 2006 年学术年会。学会名誉会长林源、市老干局局长黄宗洪、市民政局副局长傅一民，以及市社科联、市民政局社团办有关领导出席了大会。会议由会长陈昆源主持，常务副会长林美治作《2005 年工作回顾和 2006 年工作要点》的报告；市老龄办陈新建处长代表

张培军主任传达全国全省老龄工作会议的主要精神。

学术交流由副会长商振泰教授（原集美大学副校长）主持。在大会交流的有集美大学体育学院郑如赐教授的《推进积极老龄化，构建社会主义和谐社会》；有市社会和劳动保障局办公室胡晓牧同志的《关于完善我市农村保障体系的思考》；有厦门大学公共事务管理学院研究生何斯的《空巢老年人健康状况实证研究及政策建议》；有厦门大学离退联主任苏宗科教授的《老年体育运动的社会意义和科学性探索》，以及厦门警备区医院李文江院长的《老年人要消除固执，留住宽容欢乐人生》。专家学者从理论的视角结合厦门老龄问题的实际，进行积极的探讨，为人口老龄化问题提出了积极对策和建议。

三、积极开展学术研究和学术交流活动，取得了丰富成果。

我们认识到开展学术活动是学会工作的根本，紧紧把握这一根本，学会才有活力和凝集力。围绕“六个老有”，以“社区、维权、和谐”为主题，结合各专业委员会的性质，发动和组织会员开展多种形式、多层次的社会调查和学术研究，为我市涉老部门的决策服务。去年主要做了以下几项调研工作：

1. 组织力量，深入社区开展城区空巢老人生活状况调查。“空巢”老年人是老年群体中急需关注的弱势群体，了解这部分人的状况，加大对空巢老人的关心和投入的力度是构建和谐社会的重要组成部分。因此，我会在市社科联的支持下，与市老龄办联合开展对厦门市城市空巢老人生活状况课题调研，成立联合调研组，历时近7个月的时间，对厦门市城区空巢老人状况进行了深入的社会调查和分析，形成了关于《厦门市城区空巢老人生活状况调查系列报告》，全文共3万多字。还建立了一套关于城区空巢老年人生活状况的数据库，为有关老龄工作部门决策服务，如：为加快建立以“居家养老为基础，社区服务为依托，机构养老为补充”的养老服务体系，以及加快各种为老服务建

设提供了决策的依据，也为市老龄办 2007 年拟在全市全面启动“情暖空巢”活动提供了充分的理论支持。

2. 编辑出版了《厦门老龄问题研究》第 13 期和筹备出版《厦门老龄问题研究》第 14 期，第 14 期共收到有关文章 140 多篇。

3. 认真组织会员撰写老龄问题论文，选送优秀论文参加全国、省、市老年学学术交流和评选活动。如：中国老年学学会的学术高峰论坛、福建省人事厅和老年学学会的关于老年人才资源开发的论文评选活动。其中有多篇论文获奖：洪满贤教授的《老年人为什么恶性肿瘤发病率高》获 2006 年中国老年学学术高峰论坛优秀论文二等奖，陈恭椿副会长的《开发老年人才资源，服务经济社会发展》在全省老年人才资源开发论文评选活动获二等奖，黄渭铭教授的《以科学发展观为指导，探索老年人才资源开发的意义和对策》和苏宗科教授的《开发老年人才资源，为振兴中华，加速海峡西岸经济建设贡献力量》获福建省人事厅老年人才资源开发论文三等奖，吕金山副会长的《厦门市同安区农村老年人协会建设情况的调查报告》获 2005 年度厦门市社科联学会优秀调研论文优秀奖，黄渭铭教授的《落实科学发展观，坚持“老有所为”，实现“积极老龄化”》，郑如赐、江孝珠教授的《推进“积极老龄化”构建社会主义和谐社会》和郑如赐教授的《论“德商”与“积极老龄化”》三篇论文，刊登在 2006 年福建省老年学学会出版的《老龄问题研究论文集》第 9 期。

4. 学会各专业委员会积极开展各项学术活动。

(1) 老龄问题对策研究专委会，针对全市人口结构老龄化出现的新情况，新问题，积极参与市老龄办的调研和编写我市老龄工作《“十一五”规划》，该规划已上报市政府批准实施；参加《厦门市城区空巢老人生活状况调查系列报告》联合调研组

和“爱心孝心”进社区科普周活动，组织撰写有关老龄问题研究的论文数篇。

(2) 老年体育学专业委员会，积极征集 2006 年论文，并与市老体协联合召开了“厦门市第十届老年体育科学研讨会”。有 8 位作者在研讨会上发言。体育专业委员会编辑出版用厦门市老年学学会和厦门市老年体育协会联合署名的《厦门市老年体育论文选集》（第十一辑）和《鼓浪金秋健身潮——老年体育与健身谚语？歌谣选集》（第九辑），这两本书都由黄渭铭教授主编。

(3) 老年教育专业委员会结合老年教育事业发展的实际，坚持科学精神和科学态度，从实际出发，着力开展老年教育实施的重点和难点问题的研究，走教育专业理论与教育实践相结合的道路。2006 年初就布置了老年教育理论研讨课题，共收到论文 13 篇。

(4) 老年退管专业委员会当前的工作虽然面临较多的困难，但面对新形势，新问题，退管专业委员会积极开展活动，他们依托市离退联开展工作，广泛开展宣传发动，把退管工作研究作为议题，针对退管工作和退休职工思想、教育、生活等问题进行探讨，撰写论文，并与厦门电业局举办了一场“老年思想研讨会”，15 篇论文在会上交流。

(5) 老年学生物专业委员会，每月与老教授协会“体育口”和“科技口”联合举办小型讲座和研讨会。组织会员撰写有关老龄问题研究论文 6 篇。

(6) 老年社会学专业委员会，继续办好“厦门市温馨夕阳——老年谈心专线”，其中，谈心、倾诉占 45.5%，求助电话占 19.8%，其它各类咨询电话占 34.7%；接待来访的求助者有 21 人次。专线除日常电话谈心、咨询外。2006 年还增加两项工作：一是编辑 5 周年纪念册，由张友琴教授整理、编辑，该书记录了

5年来“专线”的有关规定、各种标识、工作简况、培训资料、义工感悟、媒体报道；二是开展探访工作，专线对来电中急需帮助的个案进行探访。

(7) 思明区老年学研究组，根据有关老龄问题的调研课题，组织各成员和街道老龄干部积极参加调研，撰写调研论文，在中秋期间召开研究组成员学术座谈会，共选送5篇论文。

(8) 老年医学专委会，参加科普宣传周科普讲课，到社区和农村群众讲课达十多场；于9月17日组织10位专家到“SM”广场参加了“全国科普日”活动，开展了咨询义诊；于10月29日在市科技大楼为广大科技工作者进行了健康咨询义诊，组织各学科20多位有名望医学专家开展量血压、血糖测定等服务项目；组织科技下乡服务，两次到集美大社市场为社区居民和农民开展咨询义诊；两次召开专业委员会理事会研究布置工作，组织专委会会员撰写论文，收到论文30多篇；召开“专委会学术研讨会”15篇论文在大会上交流并进行换届选举和会员重新登记工作。

5. 积极参加省内外的学术交流活动。我们先后参加了全国首次省级老年学学会工作经验交流座谈会、全省老龄工作会议暨“爱心工程”启动会议。参观一些地区的敬老院、托老所等设施，吸取了许多有益的信息和先进学会的工作经验，拓展了学会工作的思路，增强了工作信心。

四、积极参与厦门市第二届社会科学普及周活动，活动内容丰富多彩，深受市民欢迎。

厦门市第二届科普周是由市委宣传部和社科联联合举办的。围绕着“普及社科知识、推进跨越发展”的主题。学会充分利用科普周这个平台，积极开展老年学的科普活动。

9月23日上午，我会参加了科普周的开幕活动和社科大型宣传咨询活动，在现场挂起了宣传《老年法》颁布十周年的红

布横幅，在展位上举办法律咨询活动，发放《老年法》、《健康伴随您》、《健康生活方式》、《健康手册》、《肿瘤的预防》、《高血压、冠心病、脑卒中》、《糖尿病防控知识》等多种涉老法规和健康知识材料，同时还增加了猜谜活动，前来猜迷、咨询的人络绎不绝，取得了很好的宣传和普及效果。

我们还发挥老年学学会的人才和智力优势，举办了两场科普知识的讲座。一场在禾祥社区举办，由市卫生疾病控制中心卫生教育所所长杨晓剑主任主讲《预防疾病与科学生活》；另一场报告地点设在老年大学，由市中山医院原副院长，老年病研究所所长陈治卿主任主讲《饮食与养生》，均受到了听众的热烈欢迎。他们称赞社科普活动办得好，百姓很需要了解这些知识。为了满足老年朋友的要求，陈治卿主任主讲的《饮食与养生》还在市老年大学网上发布。“爱心孝心”进社区活动也是我会参与科普周的一项重要活动。我们组织志愿者到下沃社区开展科普教育活动，内容有义诊、按摩、法律咨询、知识猜谜等并发放宣传材料。尤其是邀请的三位医学专家到社区，受到群众的热烈欢迎。他们是原市卫生局局长朱玉珍、市第一医院首位“中国医师奖”获得者陈焕章主任和著名的资深专家柯维雅主任。三位专家热情地接受了群众的咨询，耐心地解答问题和指导。前来咨询的群众表示：平时到医院排队都难得挂到诊号的专家，这次作为科普志愿者亲自下社区，接受免费咨询、义诊实在是太难得、太好了。我们还组织青年志愿者到社区为老年人按摩、推拿，让社区老年人尽情享受年青人的孝心爱心，老年人对他们热情的服务与娴熟的按摩手法大加赞扬。社区居民反映这种科普周让群众既学到科学知识又得到实惠和方便，很受大家的欢迎，希望能多多举办。

我们还利用重阳节的时机，在同安区开展一场较大规模的“孝进社区”宣传教育活动。10月30日，由市老年学学会主办，

同安区人大发工委、同安区老龄办、同安区委宣传部、区文明办、区民政局、卫生局、司法局、广电局、城市综合执法局、区交警大队、区妇联、区工会、大同镇党委、大同镇人民政府联合协办的“孝进社区”大型活动在同安大同镇同新路隆重热烈地拉开了帷幕。各单位的工作人员忙着分发各种有关老年人权益保障法和健康、生活、医药、文明建设、和谐家庭建设等方面的宣传材料。市第三医院派出高素质的医生、护士，现场为老年人义诊。律师和司法人员耐心地为来咨询的老年人解答问题，为老年人提供法律援助。区新闻单位到现场采访、拍照，整个活动既热烈又有秩序，让老年人过了一个愉快的有意义的重阳节，都表示要更珍惜生命，珍惜生活，让夕阳更红。青少年和其他群众则受到了一场生动的孝心教育，纷纷表示要孝敬老人，保障老年人的合法权益，建设和谐家庭、和谐社会。总之通过社科普及活动不但宣传了老年科学知识，也展现了学会的风采，为科普周做出贡献。

五、认真做好学会办公室各项工作

1. 在市老龄办的支持关心下，调整改善了学会的办公场所，市老年大学也支助了学会两座书橱、一套沙发等用具，使得学会有了较好的办公条件。在学会经费方面，通过会长的努力，争取到市有关部门的支持，解决了适当的活动经费，为开展活动提供了基本保证。2006年做课题、开展科普活动等，得到市社科联的专项活动经费的资助。

2. 创办厦门市老年学学会《工作简讯》。这是本届理事会为了及时向学会会员报告学会工作情况与信息，加强各专委会之间的工作情况沟通，更好地研究新情况、新问题，以及加强与各地区兄弟学会的交流与联系而创办的。

3. 加强学会的组织建设和学会班子建设。本届增补吕金山（原同安区人大常委会副主任），颜智强（原厦门日报社副总编

辑)为本会副会长,增补厦门大学体育系教授黄渭铭为本会常务理事;注重发挥专业委员会的作用,对各专委会的学术活动给予适当支持;加强与专委会的联系,利用春节向各专委会发慰问信,“五一”节前夕慰问了住院和生病的常务理事,增强了学会的凝聚力;对学会工作进行规范化管理,遵照社团办和市社科联的有关规定,做好社会团体法人登记、税务登记等工作,加强学会规范化管理工作。

4. 认真作好评优评先工作。本学会 2006 年被中国老年学学会评为“先进集体”,荣获 2002—2005 年度厦门市“先进民间组织”、市首届社会科学普及周活动“先进集体”光荣称号;黄渭铭教授获评中国老年学学会先进个人;林美治副会长获评首届社会科学普及周活动先进个人。

2006 年本会在各专委会和会员的共同努力下,做了一些工作,但还有一些工作没完成,如:原设想将会员划归到各专业委员会,由于报名人数不多,以至影响这项工作的进行;《工作简讯》的编辑出版,由于力量不足,编的不够及时;对各专委会的联络和支持还有待加强。今后学会将更加努力,将老年学研究工作提高到一个新的水平,为市老龄事业和我市新一轮跨越式发展多做贡献。

厦门市老年学学会 2007 年工作意见

2007 年，我会将在市社科联、市社团办的指导下，在市老龄办的领导和指导下，遵照市社科联提出的“依法办会、学术立会、活动兴会、管理强会”的精神，根据科学发展观和构建社会主义和谐社会的要求以及全市老龄工作的中心，充分发挥我会人才和智力的优势，努力为老龄事业的发展做出贡献。具体做好以下几方面工作：

一、加强老龄问题的研究工作。

（一）认真组织会员撰写论文，积极参加今年 10 月份在北京召开的“2007 年第八届亚洲/大洋洲地区老年学和老年医学大会”。

（二）“健康老龄化”和“积极老龄化”是应对当前人口老龄化的两大主题，是提升老年人生活质量的重要课题，对此，我们将根据形势发展继续常抓不懈，积极组织会员参与全市银龄行动——老有所为活动和调研工作。

（三）推进居家养老服务体系的建设和是我市当前的重点和热点问题，我会将组织专家学者与市有关涉老部门联合开展“居家养老服务”课题的调研工作，与市老年基金会联合开展我市贫困老年人生活状况的调研工作，为涉老部门和市委、市政府的决策提供服务。

（四）继城区空巢老人生活状况调查之后，今年继续与市老龄办开展农村空巢老人生活状况调查，为我市解决农村及村改居后老年人以及空巢老人问题，提供理论依据和对策措施。

各专委会也应根据各自的专业，拟定一些调研课题，理论联

系实际，为各级涉老部门的工作服务。

二、积极参与“构建和谐社会从尊老敬老做起”活动，做好老年科学的宣传普及工作。

（一）加强老龄意识和养老意识的科普宣传工作。我国处于“未富先老”的状况，人口老龄化形势严峻，但人们的老龄意识和养老意识还比较淡薄，需要加强宣传。因此，（1）推荐专家学者参加电视台关于老龄问题的系列讲座；（2）推荐专家学者参加市社科联开办的“鹭江讲坛”，介绍我国人口老龄化的挑战与应对策略；（3）发动会员撰写相关文章在报刊上发表。

（二）利用重阳节以及市社科联组织的科普活动周，组织学会会员上街、进社区开展老龄问题、《老年法》的宣传，组织名老医生、专家为老年人义诊，普及防病、健康保健知识。选派专家学者参与社区评选“健康老人”活动。

（三）当前我市老年人对于加强文体活动，保持身体健康，已经普遍重视，但有的缺乏指导，锻炼不是很得法，所以拟请老年体育专委会与社区配合，推荐文体骨干进社区（村）辅导老年人的文体活动，让社区老年人的文体锻炼更具科学性。

三、加强学会的组织和管理工作的。

（一）拟开展先进专委会、学会优秀工作者以及优秀论文的评选和表彰工作。学会的各项工作离不开专委会的支持。多年来，学会科研和科普工作中取得了很大的成绩，得到有关部门的充分肯定。学会2006年又荣获全市优秀社团荣誉称号，这一切都是大家努力的结果。为表彰先进，进一步调动各专业委员会和专业委员会骨干的积极性，今年学会拟开展系列表彰活动。

（二）发展会员工作。我会现有会员300多人，其中有一部分会员年纪较大，参加活动有一定的困难，有的专委会多年来人员变动大，人数偏少，活动产生困难。我会有10个专委会，许多调研工作和学术活动是由专委会组织开展的。没有加入专委会

的会员，除了学会办公室组织的活动外，参加学术、调研活动就比较困难。因此，建议今后会员的发展工作以专委会为主，尤其是专委会人员不足的、活动有困难的要抓紧发展会员，补充新生力量，建立专委会会员档案，加强队伍建设。

（三）加强学会的《简报》工作。及时沟通学会与专委会，以及专委会之间的信息，及时传达上级的相关精神和信息，促进学会活动的开展。