

“银发资源”开发与乡村养老互助模式探索

——基于时间银行制度的实践

左洲宇 李东建 黄嘉欣

安庆师范大学, 安庆

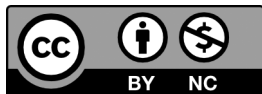
摘要 | 在我国农村老龄化程度日益加深、传统养老模式面临双重失灵的背景下,“时间银行”作为一种通过代际服务接力以开发低龄老年人人力资源的互助养老模式,被视为破解乡村养老难题的潜在路径。本文聚焦“时间银行”这一互助养老模式在乡村场域的实践,旨在分析其面临的现实困境并提出优化路径。研究表明,源于城市的“时间银行”在嵌入乡土社会过程中面临五大困境:人情社会的内在逻辑与市场化运行规则存在冲突;宣传覆盖不足与政策支持缺位的双重制约;服务队伍专业化水平低,服务供给能力不足;信息化建设滞后,数字化适配性不足。为此,本文提出应推动规则向“情义积分”转变,构建多元协同与多渠道筹资的共治格局,建立分层分类的服务供给体系,并采用“线上线下一体化”结合的混合管理模式。本文所称“银发资源”,主要指低龄健康老年群体所拥有的、可用于参与社会服务与互助养老的潜在人力资本,具体包括其闲置时间、劳动能力、生活技能、社会经验、社区参与意愿等非物质资源。通过“时间银行”等制度安排,这些资源得以被激活、储存、交换与代际传递,既服务于高龄或失能老人,也为低龄老人自身未来的养老需求积累服务资本,从而实现“老有所为”与“老有所养”的双重目标。

关键词 | 时间银行; 互助养老; 乡土社会; 老年人力资源; 本土化路径

Copyright © 2026 by authorx (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

第七次全国人口普查数据显示,我国60岁及以上人口占比已达18.7%,人口老龄化进程伴随着“未富先老”的显著特征,对社会养老体系构成严峻挑战。在广大农村地区,这一挑战尤为突出:传统“养儿防老”的家庭

功能持续弱化,而社会化养老又因基础设施与服务能力滞后难以充分满足需求。在此背景下,探索介于家庭养老与社会化养老之间的“第三种模式”势在必行。近年来,以“时间银行”为代表的互助养老模式应运而生,它鼓励低龄健康老人为高龄失能老人提供服务,并将服务时间储存以备未来兑换,形成了养老资源的代际接力

基金项目: 安庆师范大学2025年省级大学生创新创业训练计划项目(项目编号: 120250220)。

通讯作者: 左洲宇, 安庆师范大学2022级财务管理二班学生, 研究方向: 人口老龄化与战略管理。

文章引用: 左洲宇, 李东建, 黄嘉欣. “银发资源”开发与乡村养老互助模式探索——基于时间银行制度的实践[J]. 社会科学进展, 2026, 8(2): 92-96.

<https://doi.org/10.35534/pss.0802018>

机制^[1]。该模式在上海、广州、南京等城市试点后，逐步向乡村地区推广。本文旨在审视这一模式嵌入乡土社会所面临的独特困境，并探讨其优化的可行路径。

2 “时间银行”开发老年人人力资源的价值审视

当前学术界对低龄老人的年龄划分尚未形成统一标准，但结合已有研究成果与我国老龄政策实践，通常将60~69岁群体界定为低龄老人。我国自2000年进入老龄化社会后，已逐步从轻度老龄化过渡至中度老龄化阶段；截至2022年底，全国60岁及以上老年人口达2.8亿，其中60~69岁低龄老人占老年人口总数的55%以上，这一规模为老年人力资源开发及互助养老服务供给提供了充足基础^[2]。

从现实意义来看，低龄老人的劳动参与能力与意愿较以往显著提升。据《中国经济时报》数据，60~69岁低龄老人中健康状态占比约92%，而高龄老人健康状态占比仅31.4%^[3]，良好的健康状况为其提供照料服务奠定了生理基础。在乡村以地缘、血缘为纽带的社会网络中，低龄老人不仅具备提供日常照料、农事辅助等服务的劳动能力与生活技能，更拥有强烈的社区参与意愿。通过“时间银行”将其闲置时间转化为可储存的服务资源，能够实现“就地参与劳动”，有效激活乡村潜在的老年人力资源，在缓解整体养老压力的同时，提升低龄老人的自我价值感与社会归属感。

从理论意义来看，首先，从行业发展维度看，在乡村推广以“时间银行”为基础的互助养老模式，可通过“代际资源接力”降低养老服务对财政资金的依赖，为我国养老行业可持续发展提供新路径，同时契合“老有所养”“弱有所扶”的社会保障理念，丰富民生保障理论的实践内涵。其次，从社会适配维度看，在当前人口老龄化与青年劳动力稀缺的双重背景下，低龄扶高龄模式突破了“依赖青年劳动力供给”的传统养老思维，通过挖掘老年群体内部潜力实现养老资源自给，既传承了中华民族“敬老爱亲、邻里相扶”的传统美德，又为养老模式多样化发展提供了理论参照，填补了“老年群体自我服务”相关研究的实践空白。最后，从文化传承维度看，互助养老的核心逻辑与我国传统宗族养老文化存在理论溯源关系：封建社会中，宗族通过年轻后辈或低龄老人抚养的方式保障老年群体生活，这种“代际互助”的文化内核与现代低龄扶高龄模式高度契合。因此，该模式的研究与推广，不仅是对传统养老文化的现代转化，还能进一步挖掘“乡土养老文化”的当代价值，为养老理论注入文化维度的研究视角。

3 国内“时间银行”的典型模式及其特征

相较于国外，我国“时间银行”互助养老模式起步

较晚，初期仅在上海、南京、广州等城市试点。自1999年上海率先实践以来，因试点地域分散、时间跨度长，推广进程面临一定阻碍；但经过十余年探索，各地积累了差异化经验，为乡村地区因地制宜推行该模式提供了参考。

3.1 上海模式：互联网平台驱动的管理革新

上海作为国内首个引入“时间银行”的城市，是该模式本土化探索的先行者。初期，上海结合国情与区域特征，以社区为载体推动低龄老人为高龄老人提供服务，但受经济水平、社会理念及技术条件限制，未达预期成效。2014年，上海通过“政府主导+企业参与”模式，成立“时间银行”公益事业发展中心，并与上海幸福九号养老投资集团合作，构建“互联网+时间银行养老服务”体系，突破了传统管理局限。例如：通过搭建邻里互助公益平台，以志愿者为核心、社区互助为方向，聚焦弱势老年群体需求；志愿者与服务对象可在平台注册、发布需求并完成对接，服务后通过评价反馈机制形成闭环，志愿者获得的“时间货币”可用于兑换养老服务或相关物品。借助网络技术，平台打破时间、空间与人际壁垒，实现“线上匹配+线下服务”联动，有效扩充志愿队伍、拓展服务内容、提升管理效能，最终收获积极社会反馈，为技术赋能养老管理提供了实践样本。

3.2 广州模式：养老服务储蓄与多元流通设计

广州“时间银行”以“养老服务储蓄”为核心特征，服务内容涵盖日间照料、身心健康护理及文娱活动等基础领域。2009年11月，广州越秀区率先试点，由区劳动保障局牵头，以爱心服务总队为服务主体，联合退休职工联合会、省社区文化促进中心，在光塔街、广卫街、洪桥街开展实践。广州模式实现了“爱心工时”的量化与流通，即志愿者完成服务后，服务内容与时长经记录审核，转化为“爱心工时”存入个人账户^[4]。区别于其他模式，广州的“爱心工时”具备多元流通性——既可本人使用，也可转赠家人或困难老人，这一设计显著提升了参与激励效果。此外，社区退管办与居委会共同承担模式评估工作，保障流程公正性；通过定期组织志愿者参加专业培训，广州模式持续优化服务专业化水平，不仅丰富了“时间银行”的实践内涵，也为服务储蓄机制的创新提供了典范。

3.3 南京模式：积分兑换与风险防控机制的双重保障

南京“时间银行”以完善的“时间货币”兑换机制与风险防控体系为核心优势，既激发志愿者参与热情，又强化模式规范性，为全国提供了可借鉴的制度样本^[5]。具体实践中，南京兆园社区设立多个“时间货币”管理分支，通过会员荣誉等级评定（依据“时间货币”积累量）增强志愿者荣誉感；同时构建三级风险防控规则，一是个人担保制，若志愿者因未履约导致“时间货币”

为负，需缴纳20元保证金兑换1小时服务；二是亲友担保制，根据担保人资金状况设定担保额度，防范“时间货币”恶意透支；三是系统担保制，为信用等级较高的志愿者提供50%担保额度，剩余部分由个人承担，降低个人经济压力。该模式运营以来，参与人数逐年增长，组织凝聚力与活跃度持续提升，验证了风险防控机制对“时间银行”可持续性的支撑作用。

4 “时间银行”嵌入乡村的乡土困境辨析

尽管城市试点取得了宝贵经验，但当“时间银行”模式向乡村地区推广时，其与乡土社会特质的不适应性逐渐显现，面临以下五个核心困境。

4.1 人情社会与市场规则的冲突

乡村地区“熟人社会”的非正式规则与“时间银行”的市场化需求存在深刻矛盾。一方面，乡村邻里关系紧密，“面子文化”与“人情观念”根深蒂固，导致老人对服务收费存在强烈的心理障碍，普遍认为“邻里互助应无偿”，公开标价可能损害家庭声誉与社区关系。另一方面，乡村尚未形成明确的服务供需心理价位，劳务需求方与供给方对服务价值的认知存在显著差异，导致难以构建一个流通有序、价格合理的养老服务交易市场，从根本上制约了“时间银行”在乡村的规模化与规范化推进。

4.2 宣传覆盖不足与政策支持缺位的双重制约

从宣传层面看，乡村地区对“时间银行”的认知普遍偏低。实地调研数据显示，多数乡村老人从未接触过“时间银行”概念，仍固守“家庭养老”传统观念，部分老人甚至将互助养老错误地等同于“子女不孝”，或对邻里照料的可靠性与专业性持怀疑态度，认为“难以托付生命安全”。加之老年群体整体知识水平有限、接受新鲜事物能力较弱，传统的宣传手段效果不佳，进一步加剧了推广难度。从政策层面看，鼓励社会力量参与乡村互助养老的支持体系尚不完善。目前缺乏针对性的税收优惠、运营财政补贴等实质性激励政策，导致企业与社会组织因投入成本高、社会效益转化慢而参与积极性不足^[6]。政策的模糊与缺位，直接影响了乡村老人对“时间银行”模式的信任度，许多人担忧模式会“流于形式”，无法真正保障其未来的养老需求^[7]。

4.3 资金渠道单一，多元投入机制缺失

资金短缺是乡村“时间银行”可持续发展的核心瓶颈。一方面，政府财政支持力度有限，且乡村自身经济基础薄弱，老年群体个人支付能力普遍不足。另一方面，社会资本介入渠道不畅。社会整体对乡村养老事业的关注度较低，缺乏有效的捐赠激励机制导致公益资金投入较少；同时，公益基金、企业资本等外部力量因顾

虑“投入产出比低”“资金回收周期长”而不愿进入该领域^[8]。这使得“时间银行”的资金来源高度依赖不稳定的政府补贴，资金链条极为脆弱。这种状况不仅严重限制了服务内容的扩展与服务质量的提升，也加剧了乡村老人对模式长期可持续性的疑虑。

4.4 服务队伍专业化水平低，服务供给能力不足

乡村“时间银行”的服务主体以低龄老人为主，存在三重明显短板。一是专业护理能力严重欠缺。低龄老人普遍缺乏专业的护理知识、应急救助技能与老年心理疏导能力，仅能提供日间照料、陪伴聊天等基础性服务，无法满足失能/半失能老人对康复护理、医疗协助、紧急救助等专业化服务的迫切需求。二是专业人才引育困难。乡村养老服务岗位薪酬低、职业发展空间有限，难以吸引专业的养老护理员、社会工作者下沉服务。同时，针对低龄老人的系统化、常态化培训机制缺失，使其服务能力长期在低水平徘徊。三是医疗资源配套不足。乡村地区医疗设施本就薄弱，交通不便，专业医护人员匮乏，导致健康监测、慢病管理、心理疏导等专业化服务覆盖范围窄、服务频次低，从整体上制约了服务供给的质量与效果。

4.5 信息化建设滞后，数字化适配性不足

乡村地区落后的信息化基础与“时间银行”内在的数字化管理需求之间存在巨大鸿沟。一方面，老年群体对智能技术的接受度和使用能力普遍较低。多数乡村老人仅将手机用于基本通话，对于需要使用智能手机App进行注册、接单、记录、兑换的数字化平台存在学习和操作困难。另一方面，乡村信息基础设施依然薄弱，部分区域网络覆盖不全，村委会或服务点缺乏必要的计算机、打印机等终端设备。这种数字鸿沟使得在城市中运行高效的数字化管理系统在乡村难以推广，最终不得不退回完全依赖手工记录、人工核算的传统管理方式，这不仅显著降低了管理效率，也增加了流程出错的风险，影响了模式的公信力。

5 推动“时间银行”扎根乡土的对策

为克服上述困境，促使“时间银行”模式在乡村落地生根，需要提出系统性的、贴合乡土实际的优化对策。

5.1 构建适农型统一养老服务平台，强化数字化适配

建议由县级政府牵头，构建覆盖全域的适农型统一养老服务平台。首先，通过村级组织进行前期调研，全面摸排乡村老年人口结构、具体服务需求与本地资源分布，明确服务供给与需求的匹配维度。平台设计必须聚焦“适农性”，采用简易操作界面，如大字体、醒目目标签、语音导航功能。其次，在每一个行政村村委会设立

线下辅助服务点,安排村干部或青年志愿者轮值,协助老人进行平台操作,完成服务的发布、接单与确认,有效解决老人的技术使用壁垒。该平台需整合服务发布、智能匹配、时长记录、积分查询与兑换等核心功能,并可尝试链接乡镇卫生院、公益组织等外部资源,最终形成一个线上线下联动、高效便捷的乡村互助养老支持网络。

5.2 分层宣传与多元主体协同,提升社会参与度

针对认知误区与参与度低的问题,应采取分层宣传与多元协同的组合策略。宣传上,以村级组织为核心力量,紧密结合乡村老人的认知特点与信息接收习惯。摒弃照本宣科的政策宣讲,转而采用典型案例宣讲、文艺节目演绎、有奖问答等生动活泼的形式,并充分利用乡村广播、宣传栏、红白喜事聚集、入户走访等本土化渠道,进行精准化、渗透式宣传,逐步扭转“互助养老=不孝”等错误观念。协同上,着力构建“政府+社会+市场”的多元共治格局。积极吸引低龄老人、留守妇女、返乡青年等群体加入服务队伍,并通过设立“星级志愿者”“互助模范家庭”等荣誉制度给予精神激励。同时,通过税收优惠、财政补贴等政策工具,引导本地企业捐赠设备、资助技能培训。此外,加强与医疗机构、学校等的合作,推动“医护下沉”提供专业支持,培育青少年志愿服务意识,形成全社会关心、支持、参与乡村互助养老的良好氛围。

5.3 扩容服务供给与强化人才支撑,提升服务专业性

提升服务能力的专业性需要从内容拓展和人才建设两方面着手。在服务内容拓展上,应在基础生活照料之外,着力推动“医养结合”。积极联合乡镇卫生院、村卫生室建立稳定的协作机制,为老人提供定期健康体检、慢性病管理、康复理疗指导等服务。同时,增加精神文娱服务供给,如组织老年文艺队、开展节庆主题活动等,满足老人的社交与精神需求^[9]。在人才引进上,要坚持“内部培育”与“外部引进”并举。对内,设立乡村养老服务专项培训基金,联合专业养老机构或卫校,定期为低龄老人志愿者开展护理技能、急救、心理沟通等系统化培训,并对合格者颁发培训证书,提升其服务能力与信心。对外,制定并落实具有吸引力的乡村养老人才优惠政策,如提供岗位生活补贴、畅通职业发展通道等,吸引专业的养老护理员、社会工作者下沉到乡村服务,切实填补专业化服务的缺口。

5.4 拓宽筹资渠道与完善政策体系,夯实制度保障

确保模式的可持续运营,必须构建多元化的资金筹措机制和完善的政策支持体系。在筹资机制上,应形成多层次的资金渠道:在政府层面,建议设立县级乡村互助养老专项基金,并明确财政年度补贴额度与比例;在村集体层面,鼓励其以集体土地、闲置房产等资源入股,所得收益用于养老服务设施的建设与维护;在社

会层面,建立透明、便捷的捐赠激励制度,积极吸引公益基金会、爱心企业等社会资本介入;在个人与家庭层面,可探索由老人自愿提前缴纳小额“互助保证金”,或鼓励子女为父母预存“赡养积分”等方式,充实社区层面的互助资金池。在政策体系上,首要的是由地方政府牵头,制定出台《乡村“时间银行”运营管理规范》,明确民政、卫健等部门的监管职责与村级组织的执行细则。其次,建立“时间银行”专项资金的独立账户与定期审计制度,确保所有资金专款专用、公开透明。通过“政府严格把关+群众日常监督”的双重机制,推动乡村“时间银行”从初期的自发探索逐步走向规范化、体系化的可持续发展轨道,从根本上保障参与老人的核心权益。

6 总结

当前我国人口老龄化问题日益突出,乡村老年群体面临生理照料、心理慰藉等多重需求,传统养老模式已难以适配。“时间银行”互助养老模式通过将乡村低龄老人的闲置时间转化为“可储存、可兑换”的服务资源,构建“今日服务他人,明日享受服务”的代际循环,为乡村低成本、高效率解决养老难题提供了重要路径,有效缓解了养老资源供需失衡压力。

然而,该模式在乡村实践中仍面临交易市场缺失、宣传政策不足、资金短缺、服务专业化低、信息化滞后等困境。本文基于对多种公开的典型案例展开分析,提出“构建适农平台、强化多元协同、扩容服务人才、拓宽筹资渠道”等对策,为完善乡村“时间银行”实践提供参考。未来,需进一步探索不同区域乡村的模式适配性,推动“时间银行”与乡土社会特征深度融合,最终实现“老有所养、老有所为”的养老目标,助力乡村养老服务体系高质量发展。

参考文献

- [1] 张广庆,梅宏.论中国时间银行的二重性——互助养老与志愿行为的辨析[J].河北科技大学学报(社会科学版),2025,25(3):38-44.
- [2] 上海徐汇区时间银行[EB/OL].上海徐汇区时间银行网,[2026-03-03].<http://www.shxhtimebank.com/>.
- [3] 张欣.“时间银行”互助养老模式创新路径探析[J].行政与法,2025,(4):106-115.
- [4] 杨欣.广州市推进“时间银行”养老志愿服务机制[EB/OL].搜狐网,[2026-03-03].https://www.sohu.com/a/708735299_121687424.
- [5] 王忠平.时间银行的起源与发展[EB/OL].网易网,[2026-03-03].<https://www.163.com/dy/article/J4GG0V8T0525PS8H.html>.

- [6] 王红娇. 积极老龄化视角下我国高龄劳动者就业权益保障困境与法律对策 [J]. 理论月刊, 2025, (9): 99-111.
- [7] 吴建有. 关怀失独老人要建立服务体系 [N]. 中国经济时报, 2013-02-22 (2).
- [8] 谷宇. 湖北农村互助养老现状与发展对策研究 [J]. 农业科技创新, 2025, (23): 12-14.
- [9] 王立剑, 朱一鑫. 从“个体”到“社会”: 农村互助养老服务的现实应对 [J]. 行政管理改革, 2023, (4): 20-28.

“Silver Resources” Development and Exploration of Rural Mutual Aid Elderly Care Models —Based on the Practice of Time Bank Systems

Zuo Zhouyu Li Dongjian Huang Jiabin

Anqing Normal University, Anqing

Abstract: Against the backdrop of an increasingly aging rural population in China and the dual failure of traditional elderly care models, the “Time Bank”—a mutual aid elderly care model that develops low-income elderly human resources through intergenerational service relay—is regarded as a potential pathway to solve rural elderly care challenges. This paper focuses on the practice of the “Time Bank” mutual aid model in rural areas, aiming to analyze the practical dilemmas it faces and propose optimization pathways. Research indicates that the “Time Bank,” originating in urban areas, encounters five major challenges when being embedded in rural societies: conflicts between the inherent logic of human feelings society and market-oriented operational rules; dual constraints of insufficient publicity coverage and lack of policy support; low professionalization of service teams and inadequate service supply capacity; and lagging information construction with poor digital adaptability. To address these issues, this paper proposes promoting a shift towards “affection points,” constructing a co-governance pattern with multi-stakeholder collaboration and multi-channel financing, establishing a tiered and categorized service supply system, and adopting a hybrid management model combining “online and offline” approaches. The “silver resources” referred to in this paper mainly denote the potential human capital possessed by the younger, healthy elderly population that can be utilized for participating in social services and mutual aid elderly care, specifically including intangible resources such as their idle time, labor capacity, life skills, social experience, and willingness for community participation. Through institutional arrangements like the “Time Bank,” these resources can be activated, stored, exchanged, and transferred intergenerationally, serving both the needs of the advanced elderly or disabled elderly and accumulating service capital for the younger elderly’s own future elderly care needs, thereby achieving the dual goals of “productive aging” and “ensured aging”.

Key words: Time bank; Mutual aid elderly care; Rural society; Elderly human resources; Localization path