

临渭模式：一座银发友好城市的试点探索

■ 杜尚儒

发展银发经济，是渭南市临渭区趟出的一条将“产业和事业”有机结合的新路子，也是区上统筹应对人口老龄化问题、实现治理能力和治理体系现代化建设的重大战略部署。临渭区科学编制200平方公里美好生活示范区发展规划，提出建设银发友好型城市，为全面打造美好生活示范区奠定了基础。

2024年1月初，我国首部支持发展银发经济的专门文件《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》发布后不久，人们惊奇地发现，西部“不显山不露水”的陕西省渭南市竟是全国居家和社区养老服务改革试点城市之一，而位于渭南市中心城区的临渭区更是凭借前瞻布局，于2020年就科学编制200平方公里美好生活示范区建设（发展）规划，并率先成立了全国首家县域“银发经济研究院”，让人们们对临渭区建设银发友好型城市、全面打造美好生活示范区不由得充满了期待。

渭南有条银龄金街

2024年3月14日上午，家住渭南市临渭区西一路附近的刘女士做完足部保健理疗后，又来到街对面的一家老年用品专卖店，想为自己选一条适合的裤子。刘女士今年76岁，最近经常到这条街来做理疗，今天早早做好了，顺便到专卖店里转一转。刘女士说，这个专卖店她很

熟，常来，店里的东西也比较全，有鞋帽、衣裤、拐杖、桌椅等，甚至还有修脚器械，都是适合老年人的用品。

街道另一边的颐阳天年理疗馆内，七八位老人正在做足部理疗。89岁的唐大妈说：“看到他们的广告后，亲自到这里一看，觉得这是实打实的，不是哄人的。我做了以后，感觉到晚上睡觉能睡得好。特别是我的静脉曲张，在医院都没有办法，在这里试了几次，效果不错，现在基本上快好了。”唐大妈性格开朗，也很健谈，她告诉记者，从2022年4月份这家理疗馆开张以来，除了刮风下雨这样的极端天气，她几乎天天都要到这里来做理疗。“我们大院内的一些老人都来了，大家每天在一起有说有笑，身体健康了，心情也好了。”唐大妈说。

理疗馆的工作人员孙香玲介绍说，唐大妈的理疗是一种藏药熏蒸疗法，每次30-40分钟，药力借助一定的温度作用于身体，对中老年人的关节痛、风湿病等症状有很好的疗效。唐大妈刚来的时候，静脉曲张引起的满腿暴露的血管就像蚯蚓爬上去一样，她坚持了两年多理疗，现在就剩腿窝一点点了。当然，理疗馆内不止一种熏蒸疗法，有远红外贴片针灸、艾灸、按摩等多种调理，根据各人身体需求，每个人的贴片、熏蒸方法都不一样。平时这个小小的理疗室坐满了老人，熏蒸的木桶轮流用，早到早做，有上午做的，也有下午来做的。“其实，这种调理对所有人都适合，尤其是到了他们这个年龄，更需要调理治疗。来调理的附近的老人占大多数，现在人们对养生、泡脚等已经接受了，能切身感受到它的好处。”孙香玲说。

颐阳天年理疗馆隔壁是一家叫“爸妈味道”的餐厅，二楼的“萱堂暖居”为母亲专属照护中心。对面是杜桥街道综合养老服务中心，这条街上还有健康食品超



渭南银龄金街