

未来养老，以『时间银行』之名？

海曙区民政局联合中国银行启动养老服务『时间银行』项目

李达 钱怡丰 文/摄

有一部电影叫《时间规划局》。故事发生在未来，人类手臂上有一块为期一年的倒计时手表，时间一旦清零，人就会死亡，只有通过各种方式，如工作、投资等挣得时间，才能维持生命。也就是说，在那个世界中，时间取代了黄金、纸币等，成为全球的统一货币。

在现实世界中，当时间成为可交换、可通兑的货币之一，将会如何？

这样的想象在2021年的宁波市海曙区成为可预期的现实：在“以老助老守望相扶”居家养老服务试点开展近一年的基础上，今年3月29日，宁波市海曙区民政局与中国银行签订的战略合作协议，可视为居家养老服务在“十四五”期间里程碑式的一个新起点。借助互联网、物联网等数字技术，进一步推进互助养老，“时间银行”互助养老模式将正式在全区范围内推广。

在“时间银行”养老这种新型的互助养老模式下，志愿者为高龄独居老年人群提供志愿服务，将服务时间储存，待自己年老需要帮助的时候，再进行支取，从而获取服务。



南门街道郎官社区为老组织带领独居老人外出散步。

独居、半独居老人的银发危机

出门一把锁，进门一盏灯——这是如今很多老人的生活现状。

自第二代独生子女结婚生子成为父母以来，社会平均寿命不

断提升，老龄化和低生育率同时袭来。

海曙区民政局副局长韦晓阳说：“以宁波海曙为例，目前全区60岁以上老年人已达17.3万

人，占户籍人口的27.1%；80岁以上老年人2.5万人，占老年人口比14.4%；同时，老年人口数量还在以每年2%的速度递增。”

养老主体性不足的问题已经摆在眼前，“时间银行”适时出现。它的实质，其实是借助虚拟银行机构，通过对服务时间进行量化，从而实现延期支付劳动成果的目的。

未来人力成本的变化是确定的事实，在社会平均劳动力成本较低的时候付出劳动，而在社会平均劳动力成本上涨时进行支取，还颇有些“风险对冲”的含义。

家政服务，挖掘老年人口的潜能，鼓励低龄老年人帮扶高龄老年人，以老助老，以老助老，并按照一定的规则记录储存服务提供者的服务时间，存入其“时间银行”个人账户，作为来年激励的依据，形成互帮互助、敬老、爱老、尊老的社会养老氛围。这也是养老服务工作在宁波乃至宁波市迈出的重要一步。

数字改革，养老先行

2021年是“十四五”规划的起始年，也是浙江省数字化改革的提升年。养老是数字化改革的重要部分，海曙区从老年人需求出发，围绕养老服务质量提升，利用公共数据场景化应用设

计，建立完善村（社区）、镇乡（街道）、区级部门三级智慧养老服务平台，实现老年人基本信息与养老服务资源信息互通共享，推动辖区内老年人互帮互助，提升老年人幸福感和满意度。

搭建“时间银行”养老服务应用场景，以互助性、社会性、公益性、持续性为原则，充分发挥社区为老社会组织的优势，依托已于2020年开展试点的“以老助老守望相扶”居

世界模式，宁波探索

“时间银行”这一概念在1986年约西亚华纳所创办辛辛那提时间商店时被正式提出，这种以服务换服务，并用时间来计量的交易方式，被创新性地融入了养老的尝试中。

目前，全球已经有超过1000个“时间银行”组织，而依照国情的区别，各国机构设置的特色也有所不同。

正是基于如此广泛的社会认同与社会参与，早在2020年，宁波市海曙区民政局就和中国银行联合启动了养老服务“时间银行”项目试点工作，这也是全市层面内第一个养老服务“时间银行”体系。海曙区民政局副局长韦晓阳对“时间银行”体系的一些规则作了具体介绍。

体系规定：“时间银行”的服务对象（享受者）是海曙区户籍的60周岁以上且存有时间币的老年人群体。对低保低边、失独等困难老年人、对社会有特殊贡献的老年人及高龄独居老年人等群体，由区民政局发放一定数量的初始时间币，后续每年根据需求动态调整发放。

服务的提供者（志愿者）认定为60周岁以上、70周岁以下（女性可适当放宽至50周岁）、身心健康且有服务意愿的老年人，可自愿成为服务提供者。服务提供者应通过认证并经培训后提供服务，一般由居家养老服务中心审核并组织开展服务。同时鼓励

和支持年满18周岁的自然人，如身体健康、有提供养老服务意愿和参与社会公益事业服务精神，可自愿成为服务提供者。服务提供者应依照《宁波市志愿服务条例》等法律法规要求，通过认证并经培训，一般由志愿服务组织、学校、团组织、企事业单位等统一组织，在养老服务领域的公益类公共设施等地开展服务。

关于服务机构的选择：该体系要求其是依法成立的、具有法人资质、能开展非正式养老服务照料服务的组织或机构，可提出申请，经审核并签订服务协议后，可成为“时间银行”服务机构。

关于服务内容和种类：为便于“时间银行”养老服务内容的认定、存储和兑换，降低服务过程中的风险，以家政类、非专业性且风险可控的生活照料、精神慰藉等服务内容为主。原则上可提供的服务内容不包括本应由养老服务机构承担的服务内容及老年人家属应承担的义务。提供具有一定专业要求的服务（如健康管理、法律援助、金融咨询等），服务提供者应具备相应资质。

服务的具体内容包括上门服务、和在养老服务机构提供的，今后视情况逐步优化服务内容，现行内容主要包含了精神慰藉、出行陪伴、协助服务、生活照料、文体活动、法律援助和健康科普等七大类。



横街镇为老社会组织为老人施“健身头”。

关于服务模式：低龄老年人为高龄老年人提供非专业性的养老服务，按照一定的规则记录服务提供者的服务时间，存入其“时间银行”个人账户，以便兑换相同时长的服务。

关于服务流程：享受海曙区“时间银行”服务的老年人，应到居住地所在镇乡（街道）居家养老服务中心或村、社区居家养老服务站办理实名认证（提供身份证、联系方式、家庭住址等），确因行动不便或条件不允许的，可致电镇乡（街道）居家养老服务中心或村、社区居家养老服务站工作人员或委托亲属、志愿者等提供相关材料代办实名认证。

经实名认证且满足条件的老年人根据相关规定发布服务需

求，经镇乡（街道）居家养老服务中心或村、社区居家养老服务站对服务内容审核认定后，在“时间银行”平台进行发布，因故不能由本人发布需求的，可授权委托镇乡（街道）居家养老服务中心或居家养老服务站管理人员、亲属及志愿者等代为发布需求。

关于服务时间存取流程，其中包括服务时间计算、服务时间兑换、兑换内容和时间币管理等。

“比如‘时间银行’平台以1小时为一个服务时间单位，以时间币的方式进行记录存储，即1小时等于1个时间币。个人每日存储时间一般不超过2小时。个人存储的时间币暂不设最高限额。”海曙区民政局副局长韦晓阳说。

行。”海曙区民政局副局长韦晓阳强调，“我们通过服务对象及服务提供者互评、电话回访、抽查抽检等方式，加强事中事后监管，对工作人员、服务对象及服务提供者在服务过程中的弄虚作假、徇私舞弊等行为，将按照相关规定处理。”

立规范 树标准 重监管 求成果

为了使“时间银行”实现标准化、规范化、制度化管理模式，海曙区民政局还采取了一系列措施，增强相关工

作人员“质量至上、成果至上”的工作意识。“之后将制定和完善全区统一的‘时间银行’系列运行标准，在全

社会形成以互助、志愿服务为核心，促进社区邻里和谐共建的‘时间银行’服务体系，保障项目有效稳定运



月湖街道梅园社区邻里帮团队为老人修电灯。