

3月1日上午10点钟，上海虹口区凉东小区内，68岁的张幼珠登门拜访77岁的章亚玲。

出电梯，走过堆放泡沫纸箱、塑料瓶和各式小推车的回廊，玄关留了一道门缝。推门进去，身形佝偻的章亚玲已扶着门框等候。

她穿着羽绒背心，一顶针织帽盖住毛刺刺的短发，身后靠墙倚着一只带锈斑的氧气瓶。因为有严重的肺病，她难以久站，也走不动路，“脚里打飘，人总要向前冲倒。”

张幼珠放下一袋上海青，嘱咐说，“青菜要吃，有叶绿素，通大便的。”章亚玲答应着，被她搀进房内，坐下攀谈起来。

章亚玲独居已有六年了。她与张幼珠在同一个小区做了二十余年的邻居，从2019年起，也成了上海市虹口区凉城新村街道“时间银行”中的服务者与被服务者——在“时间银行”中，高龄老人可以请住在附近的、较低龄的老人为他们陪诊、购物、聊天，或是解决其他的日常生活需求。相应的，低龄老人通过服务积累“时间币”，并可凭此换取一定奖励。

2019年6月，上海虹口区“时间银行”小程序上线，包括凉城新村街道在内的两个街道、一个养老院开始“时间银行”的试点工作。随后几年，南京、北京等全国多个城市也开始试行“时间银行”。据北京大学人口研究所所长陈功的调查，全国范围内目前有百余家“时间银行”在运行。

“独居、孤老是现在的大趋势。”凉城新村街道工作人员刘青说，街道有60岁以上居民33000名，占总人口的44%，其中还包括孤老、失独老人、独居失能老人等1000多名，“像‘时间银行’这样的‘老老互助’是顺应当下的一个机制。”

“老朋友”

张幼珠戴一副眼镜，个头不高，行事麻利。

上世纪90年代末，因为“效益不好”，张幼珠离开工作了多年的纺织厂，进入虹口区凉城新村街道凉东小区做居委会干部，开始频频与老人打交道。在居委会一直干到退休，她感到自己精力充足，又继续留在街道做老年服务志愿者。2019年，她作为第一批服务者，加入了街道的“时间银行”。

在这里，她见证到章亚玲一天天衰老。

张幼珠说，章亚玲的老伴去世多年，唯一的女儿定居国外，她已独居六年。章亚玲是个外向型的老太太，过去乐于参加社区活动，常常下楼到小花园里和其他老人交流。这两年，她的肺病越来越严重，甚至有过“呼吸停止6分钟”的危急经历。她的行动越来越不便，成天待在家里，“很憋的”。

服务次数多了，张幼珠成了章亚玲为数不多的“老朋友”。



服务者与被服务者可以在“虹口养老时间行”小程序上发布需求、承接订单。
网络截图

“尤其是高龄老人，能自己完成注册，弄明白小程序的使用方式的，不到十分之一。”第三方公司的技术人员葛俊杰说。还有的老人没有智能手机，有的购买了手机，但除了接打电话，很少干别的，怕费电、掉话费。

于是，小程序留了一道“后门”，可以让街道批量导入认证服务者与被服务者；高龄老人们有了配药、买菜、看医生等需求，直接打电话给居委会，由居委会代发需求至小程序；或是直接联系街道里熟悉的服务者，在服务完成后，再由街道录入小程序。

这之后的任务是确定时间币的兑换机制，“现在的低龄服务者就六十多岁，可能要等十几二十年才需要兑换他人为自己服务——时间太长，未知数太多。”刘青说，他们最终决定施行立竿见影的奖励措施，比如每3枚时间币可以免费制作一次西点，每5枚时间币可以免费观看一次红色电影，每20枚时间币可免费兑换一把雨伞或是免费收听一场老年健康讲座……“时间币”的获取则简化计量，不论服务的难度高低，每服务一小时给予一枚“时间币”。

刘青举例，街道与附近的电影院协调后，电影院以低价出让电影票给街道，街道再将其免费赠予用“时间币”兑换的服务者，“平时动辄一百元左右的票，老人自己是不舍得去看的。前阵子，很多老人就兑换了免费观看春节档几部电影的机会。”相关的开支由街道财政支付。

在用户招募上，刘青想到，社区本就有三个为老服务的社会组织，分别针对孤老、优抚老人和失独老人，提供陪聊、陪诊、陪过生日、上门慰问等服务。他找来了三个社会组织的一百多名志愿者，“我说你们的志愿工作还是和以前一样做，但是从今天开始，每做一次，都要被记录到系统里来。”

据葛俊杰统计的后台数据，凉城新村街道至今积累时间币近800枚。

刘青说，这远低于实际的服务数据，“很多时候，老人们私底下联系服务者，服务者私底下为老人服务，并不会次次都向街道报备。有很大一部分服务，是没有被记录进去的。”

“公益”还是“市场”

1997年，当时还是北京大学博士生的陈功在写作养老方式相关的博士论文时，第一次接触到“时间银行”。

他总结，“时间银行”的雏形还要追溯到上世纪70年代。1973年，日本的水岛照子组织成立志愿义工网络，组织家庭妇女等为需要帮助的老年人提供志愿服务。上世纪80年代初，美国学者埃德加·卡恩正式提出“时间银行”的概念，提议用虚拟货币“时间美元”计量，“以劳动为计量标准，将人们每次参与志愿活动的服务时间存于个人的时间银行账户，等自己需要服务时再从时间银行中支取，接受他人提供的志愿服务。”

后续的研究中，陈功发现上海市虹口区提篮桥街道在1998年左右开始试行“时间银行”模式，用纸质“存折”记录时间币。

陈功记得，当时提篮桥街道的街道主任是“一位非常热心肠的妇女”，她在居民间的声望很高，组织起街道互助，大家也都愿意参与，“那是个‘能人’的模式，并不是一个制度或体系性的东西。”2003年后，街道班子换届，这套模式就逐渐消解了。

在提篮桥街道的尝试之后，山西、北京、广州等多省市，陆续出现过与“时间银行”相类似的社区互助机制。它们有时冠以别名，如“道德银行”“爱心银行”“公益银行”等，且往往规模很小，局限于一个社区、一条街道。然而，同样由于体量小、设计不完善、服务难以兑现等问题，它们基本都难以维持。

试点“时间银行”近四年，凉城新村街道一直维持着最初的“小而精”的模式。“整个街道有三万多老人，有供有求，如果把他们都容纳进‘时间银行’，整套机制的运行，就不是街道可以搞定的了。”刘青介绍，“时间银行”还存在一些目前难解的问题，比如只是在自己的社区运行，如果搬离，在新的社区积分兑现就有困难，“因为不同的区、不同的街道，对‘时间币’的价值和兑换标准都有不同。”

“全中国目前都还没有统一的‘时间银行’。”陈功说，他观察到，南京、上海、广州、北京等城市在政策文本上强调了“时间币”在“全市范围内通存通兑”，但具体实现的程度，还不好说。他认为，从长远来看，“时间银行”的全面推行需要更高的顶层设计。

但政策的大方向是向好的，陈功总结，国内的“时间银行”正处于快速发展期。2017年，国务院颁布《志愿者服务条例》，提出志愿服务时间的记录及存贮。2019年3月，民政部将“时间银行”纳入全国居家社区养老服务改革试点范围，2019年4月，国务院出台《关于推进养老服务发展的意见》，提出积极探索“时间银行”。

据他统计，目前，全国范围内有百余家“时间银行”在运行。

设计架构之外，另一个被业界广泛讨论的、亟须厘清的问题是，“时间银行”的运行逻辑，到底是依据“公益”，还是依据“市场”？

刘青认为，若用“时间币”可兑换现金、兑换更有价值的生活用品，就显得“功利了，没有意思了。与居民们做公益、做志愿的本心不符”。街道本身就提供一些付费的为老服务，“我们在实践中发现，花钱请人来做的事，有时候是不如有人自发想去做这件事的。”比方说，有些老人要开药，宁愿把医保卡交给“时间银行”的服务者，也不愿交给雇佣的护工，“在雇佣关系中，那种信任没有建立起来。”



服务者可以使用积累的“时间币”兑换奖励。新京报记者 冯雨昕 摄

这都是让她们感觉到自身价值的时刻。

“现在社会结构变化了，90多岁还一个人住在家里的都有好多。”臧筛凤说，街道里与子女同住的老人，“一半都没有。”她说，十几年前，街道的几项为老工作还

未推广前，她听说过“孤独死”的案例，老人在家中独自身亡，几天都无人发现。街道重视为老工作、常常走访老人后，这种现象才被杜绝。

这背后牵涉到居住结构的变化。“空巢和独居，通常代表着人口流动和居住条件的改善。”陈功说，“有些老人，你问他愿不愿意和子女一起住，其实他本身也是不愿意的。”

放不下土生土长的家乡，章亚玲就不愿去国外投奔女儿。因此，请个护工，再常常与“时间银行”的服务者联络，似乎是她目前的最优解。以后若身体机能进一步下降，她就打算请一位住家保姆。她每个月有7000块的退休工资，请保姆将够用。

更多的老人则要窘迫些。

臧筛凤说，街道里八成以上的老人是职工退休，退休工资普遍在四五千元每月，“一个住家保姆每个月至少七八千元。”最便宜的公立养老院，每月缴纳三千元即可，但排队往往要好几年。更贵的养老院，一般的老人同样负担不起，“房子卖掉可以住进高档养老院，但是没有老人愿意。哪怕是孤老，也舍不得卖。”

几位受访的服务者都预测，在未来，空巢、独居、孤老等现象会越来越多。“小区里快五十还未婚的有很多，离婚没有生小孩的也很多。”

这种情况下，“时间银行”成了调动资源、供给养老的有效平台，“可以缓解社区内部，部分非专业化养老服务的需求。”陈功说，“一家人”的社区文化被打造了出来。

“我们理解的‘时间银行’，就是一本电子账本，让我们做的事情可以留痕。”臧筛凤说，只要身体允许，她将继续在“时间银行”服务下去。为更老的老人做点事，是她当下最直观的快乐。

(章亚玲、刘青为化名)

新京报记者 冯雨昕

编辑 胡杰 校对 刘越