

人口老龄化背景下康养旅游市场的多元需求与精准供给策略研究

周铭¹ 郭中海²

1. 四川国际标榜职业学院, 中国·四川 成都 610103

2. 四川长江职业学院, 中国·四川 成都 610106

摘要: 人口老龄化进程的加速推动康养旅游成为文旅产业转型的核心赛道, 老年群体对康养旅游的需求已从单一观光向医疗健康、旅居生活、精神社交等多元维度升级。本文基于人口老龄化背景, 分析康养旅游产业融合深化、消费需求迭代的发展现状, 系统拆解老年群体在医疗安全、旅居品质、精神社交、出行服务四大维度的核心诉求, 最终提出针对性的精准供给策略, 为康养旅游产业高质量发展提供理论参考与实践路径。

关键词: 人口老龄化; 康养旅游; 多元需求; 精准供给; 老年消费群体

Research on the Diverse Demand and Precise Supply Strategies of Health and Wellness Tourism Market in the Context of Population Ageing

Zhou Ming¹, Guo Zhonghai²

1. Sichuan International Standard Professional College, China Sichuan Chengdu 610103

2. Sichuan Yangtze River Vocational College, China Sichuan Chengdu 610106

Abstract: The acceleration of population ageing has driven wellness tourism to become a core track in the transformation of the cultural tourism industry, with the demand from the elderly for wellness tourism upgrading from single sightseeing to diverse dimensions such as healthcare, residential travel, and social interaction. Based on the context of population ageing, this paper analyses the current development of the deepening integration and consumption demand iteration in the wellness tourism industry, systematically breaking down the core needs of the elderly in four dimensions: medical safety, residential quality, social interaction, and travel services, and finally proposes targeted precise supply strategies to provide theoretical references and practical paths for the high-quality development of the wellness tourism industry.

Keywords: Population ageing; Health and wellness tourism; Diverse demands; Precise supply; Elderly consumer group

0 引言

随着我国人口老龄化程度持续加深, 截至 2024 年底, 60 岁及以上老年人口已达 3.1 亿, 占总人口的 22%, 老年群体的消费能力与消费需求不断释放, 康养旅游作为满足老年群体健康养生、休闲度假双重需求的复合型产业, 迎来了前所未有的发展机遇。传统旅游模式已难以适配老年群体对健康保障、生活品质、精神满足的多元诉求, 产业面临从“普惠式供给”向“精准化服务”的转型挑战。本文聚焦老年群体康养旅游的核心需求, 结合产业发展现状, 探索多元需求与精准供给的适配路径, 助力康养旅游产业实现提质增效, 更好地服务于积极应对人口老龄化国家战略。

1 人口老龄化背景下康养旅游的发展现状

随着人口老龄化进程持续提速, 康养旅游已成为文旅产业转型升级的核心方向与新增长极, 产业发展呈现多元协同、提质增效的良好态势。

1.1 产业融合深化

在国家健康中国战略与文旅融合政策的双重引导下, 康养旅游产业打破了传统旅游、医疗健康、生态农业、文化体验等领域的边界, 加速形成多维融合发展格局。各地依托自然生态资源, 培育出生态康养旅游、田园康养旅居、森林疗愈、温泉养生等特色业态; 同时, 智慧技术的赋能让产业融合更具实操性, 例如通过智能健康监测设备、线上预约诊疗系统、智慧导览服务等, 实现“健康管理 + 文

旅体验”的无缝衔接。此外,康养旅游与养老产业的跨界融合持续深化,旅居养老、候鸟式康养、医养结合旅游等新模式不断涌现,推动“健康+文旅”复合型产业生态日趋完善。

1.2 消费需求迭代

随着老年群体生活水平的提高与健康意识的觉醒,大众旅游正从传统“走马观花”式观光游向“深度疗愈”式康养游转型。老年群体不再满足于单纯的景点打卡,而是更注重旅游过程中的健康保障、生活品质与精神满足,消费需求呈现出“刚性化、品质化、个性化、社交化”的显著特征。从消费动机来看,已从休闲娱乐向健康养生与精神享受的双重驱动转变;从消费偏好来看,更倾向于慢节奏、低强度、高舒适度的旅游产品;从消费决策来看,医疗配套、安全保障、服务质量成为核心考量因素,康养旅游市场正进入需求细分、品质升级的新阶段。

2 老年群体康养旅游的市场需求

医疗健康与安全保障作为老年群体参与康养旅游的核心前提,是满足其出行需求的基础底线,随着该类刚性需求得到逐步满足,老年群体对康养旅游的体验期待进一步升级,从安全出行向品质旅居深度延伸。老年群体的身体机能与生活习惯决定了其对旅游节奏和居住体验的特殊要求,排斥传统观光游的密集行程与仓促节奏,更渴望在舒适安心的环境中放缓步调,将养生休憩与生活体验深度融合。慢节奏高品质的旅居生活需求,既以完善的医疗安全保障为支撑,又进一步聚焦居住舒适度、行程适配性与生活便捷性,凸显出从基础保障到品质享受的需求进阶,也反映出老年群体对康养旅游“身心兼顾、动静相宜”的核心诉求,为供给端的场景打造与服务优化指明了方向。整体来看,老年群体康养旅游的市场需求主要体现在以下几个方面:

2.1 医疗健康与安全保障的刚性需求

医疗健康与安全保障是老年群体参与康养旅游的核心前提,属于不可替代的刚性需求。在健康保障方面,老年群体普遍关注旅游目的地的医疗资源配置,包括三甲医院、社区卫生服务中心的分布距离、诊疗水平,以及针对老年常见病(如高血压、糖尿病、心脑血管疾病)的急救救治能力;同时,对旅游产品中嵌入的健康管理服务需求强烈,例如健康体检、中医理疗、康复训练、慢病管理等专业化服务。在安全保障方面,需求覆盖交通、住宿、饮食等全流程:交通上偏好平稳舒适、上下便捷的出行方式,要求交通工具配备老年专属设施(如轮椅通道、防滑地板);

住宿上注重居住环境的安全性,如防滑卫生间、紧急呼叫系统、24小时安保服务;饮食上强调营养均衡、软烂易消化,需适配老年群体的饮食禁忌与健康需求。此外,旅游过程中的应急保障机制(如急救药品配备、紧急救援通道)也是老年群体重点关注的内容。

2.2 慢节奏高品质的旅居生活需求

老年群体的康养旅游已从短期观光向长期旅居延伸,追求慢节奏、高品质、生活化的旅游体验。在行程安排上,排斥密集的景点打卡与长时间赶路,偏好宽松舒缓的行程节奏,希望有充足的时间感受目的地的自然环境与生活氛围,例如每日游览时长不能过长,预留自由活动时间用于散步、观景、休憩等。在旅居品质上,注重居住环境的舒适度与宜居性,倾向于选择生态环境优良、空气清新、噪音污染小的目的地,住宿设施需兼顾实用性与便利性,如宽敞的居住空间、适宜的床品硬度、便捷的生活设施(如扶手、放大镜);同时,对旅居过程中的生活服务有较高要求,包括专业的保洁服务、衣物洗涤服务、生活物资代购服务等,希望实现拎包入住、舒心生活的旅居体验^[1]。

2.3 精神文化与社交属性的深度需求

老年群体在康养旅游中不仅追求身体的健康,更注重精神的满足与社交的需求,这一维度的需求呈现出深度化、多元化的特征。在精神文化需求方面,老年群体偏好具有文化内涵的旅游产品,例如参观历史文化古迹、体验传统民俗活动、参与书法绘画、戏曲欣赏、国学讲座等文化体验项目,希望在旅游过程中丰富精神世界、提升文化素养;同时,部分老年群体对康养知识学习有强烈需求,如健康养生讲座、中医养生技巧培训、膳食营养课程等,期望通过旅游获得实用的健康知识。在社交需求方面,老年群体渴望在旅游过程中拓展社交圈子、增进人际交往,偏好结伴出行或参与集体性旅游活动,如老友同行、社区组团、兴趣社群旅游等;同时,他们也希望旅游产品中设置更多互动性强的社交场景,如集体聚餐、篝火晚会、手工制作、体育健身等活动,促进游客之间的沟通与交流,缓解孤独感,获得情感共鸣与归属感。

2.4 灵活多元的出行与服务需求

老年群体的个体差异较大,对康养旅游的出行与服务需求呈现出灵活化、个性化、多元化的特点。在出行方式上,需求呈现出多样化选择,部分老年群体偏好省心省力的跟团游,要求旅行社提供专业的老年旅游服务(如专属导游、全程陪护);部分群体则倾向于自由行或半自由行,需要个性化的行程定制服务,如根据自身健康状况、兴趣

爱好定制专属行程;还有部分群体偏好“候鸟式”出行,根据季节变化选择不同的目的地,如冬季前往南方避寒、夏季前往北方避暑,对长期旅居的交通衔接、住宿预订等服务有持续需求。在服务需求方面,突出个性化与精细化,例如针对行动不便的老年群体,需要提供轮椅租赁、无障碍设施适配、专人陪护等定制化服务;针对语言不通的老年群体,在跨境康养旅游中需要提供多语种翻译服务;同时,对服务人员的专业素养有较高要求,希望服务人员具备老年心理护理知识、应急处理能力、耐心细致的服务态度,能够及时响应并满足老年群体的个性化需求。

3 针对老年消费群体康养旅游供给的创新措施

3.1 构建全链条专业防护体系

为实现医疗健康与安全保障供给创新,相关部门可以从构建全链条专业防护体系着手,联动目的地三甲医院及专科医疗机构建立康养专属合作机制,如开通老年急诊绿色通道并明确30分钟内应急响应标准,配套驻点医护团队或远程诊疗服务,针对高血压、心脑血管疾病等老年常见病定制“诊疗+康复”一体化服务包等。同时推进场景化安全适配升级,住宿端全面配置防滑卫生间、床头紧急呼叫系统、适老化扶手等设施,饮食端推出营养均衡的软烂膳食套餐并标注过敏原,交通端优选低颠簸车型,配备轮椅收纳空间与随车急救箱,全程安排具备应急处理能力的服务人员陪同^[2]。此外,也可以通过引入便携式健康监测设备、可穿戴智能终端等,实时追踪心率、血压等指标,并依托区域健康管理平台生成个性化健康评估报告,同步提供慢病干预、中医疗疗等定制化服务,实现“监测-评估-干预”闭环管理,全方位筑牢老年群体康养旅游的医疗安全防线。

3.2 打造慢享型宜居服务场景

旅居生活品质供给创新以打造慢享型宜居服务场景为核心,精准契合老年群体身心需求。相关部门及旅游服务企业可以聚焦老年人慢节奏体验诉求,精心设计每日游览时长不超过3小时的轻量化行程,预留充足自由休憩时间,避免高强度行程带来的身体负担,同时依托各地优质生态资源,打造森林康养、温泉康养、气候康养等多元化主题旅居基地,配套书画室、茶室、户外步道等休闲空间,全方位还原居家式舒适便捷体验,让老年群体在康养过程中充分放松身心。同时,完善全周期旅居服务配套,推出省心便捷的拎包入住旅居套餐,涵盖日常保洁、衣物洗涤、生活物资代购等基础服务,同时延伸健康膳食配送、日常

用药提醒等个性化增值服务,精准对接老年群体生活需求。此外,针对老年群体青睐的候鸟式旅居模式,可以建立跨区域住宿预订、交通衔接一站式服务机制,打通南北异地康养衔接环节,实现无缝切换的旅居体验。在此过程中,相关部门应强化品质化旅居标准构建,制定针对性的旅居养老服务专项标准,从住宿硬件设施、服务流程规范到健康保障细则明确量化指标,着力培育星级旅居品牌项目,通过“高自持高服务类项目重点扶持”模式,持续提升旅居服务的规范化、专业化水平,全方位升级老年群体康养旅居品质。

3.3 丰富情感共鸣型服务内容

精神文化与社交需求供给创新聚焦丰富情感共鸣型服务内容,深度契合老年群体精神滋养与社交联结的核心诉求。对此,相关部门及旅游服务企业可以重点从以下几个方面着手:其一,立足地域特色文化资源,推动文化与康养深度融合,精心开发中医药养生体验、民俗非遗传承、历史人文研学等多元主题项目,同步开设书法绘画、戏曲赏析、康养知识讲座等特色课程,既满足老年群体精神文化提升需求,又让文化体验更具沉浸感与获得感。同时,联动各地博物馆、文化馆等文化场馆,推出老年专属参观通道与适配性讲解服务,优化文化体验细节,提升服务适配度。其二,注重社交互动场景搭建,围绕老年群体兴趣偏好设计集体聚餐、手工共创、户外健走等多元互动活动,通过组建兴趣社群搭建交流平台,促进游客间深度沟通联结。其三,创新康养+情感消费场景,打造金婚银婚纪念、老友结伴旅居等个性化主题服务,配套专业旅拍、纪念仪式策划等增值服务,精准对接情感需求,强化老年群体的情感归属感与幸福感。与此同时,还应强化跨域资源联动赋能,整合不同区域优质康养与社交资源,组建跨区域康养旅居共同体,建立客源地与目的地双向社交资源对接机制,通过常态化开展异地康养交流活动、持续运营线上社交社群等多元方式,打破地域限制,拓宽老年群体社交圈层,让老年群体在康养旅游中既能丰富精神世界,又能收获真挚情谊,实现身心双重滋养^[3]。

3.4 提供个性化多元解决方案

针对当前老年群体灵活多元的出行与服务需求,有关部门及旅游服务企业应以提供个性化多元解决方案为核心,精准匹配老年群体差异化出行需求与服务期待。一方面,聚焦出行便捷性与灵活性。结合老年群体身体状况、消费偏好及出行习惯,推出多元化出行模式选择,既有配备专属导游、全程贴心陪护的高端跟团游,省心省力且保障周

全；又可以针对有特殊需求的老年人按需定制行程，如兼顾自主与便利的半自由行，以满足其个性化游览需求。另一方面，进一步强化定制化服务精准适配。针对行动不便群体，全面提供轮椅租赁、无障碍设施适配、专人全程陪护等专属服务，保障出行安全顺畅；在跨境康养场景中，配套多语种翻译、异地医保衔接咨询等实用服务，解决语言沟通与医保使用难题；针对候鸟式旅居群体，可以设计长期往返交通套餐，衔接南北异地康养出行需求，实现顺畅便捷的跨区域流动等。具体可建立科学完善的需求分级响应机制，以老年群体健康状况、行动能力、服务诉求为核心划分多级服务等级，通过前期精准调研摸排，建立个人专属需求档案，详细记录基础健康数据、疾病史、饮食禁忌、出行偏好、特殊服务需求等信息，明确不同等级对应的服务标准与资源配置方案。依托数字化服务平台实现需求信息实时上传与动态更新，联动医疗、交通、住宿等多环节服务主体，形成快速响应闭环，针对高需求等级群体开通服务优先通道，配备专属服务专员全程跟进对接，针对普通需求群体优化基础服务适配度，按需调配服务资源，确保不同需求层次的老年群体都能获得精准适配的服务支持，切实提升服务针对性与满意度。

4 结语

面对老年群体康养旅游的多元需求，需以精准适

配为核心，从医疗安全、旅居品质、精神社交、出行服务四大维度推进供给创新。通过构建全链条医疗防护体系、打造慢享宜居旅居场景、丰富情感共鸣型文化社交内容、提供个性化智慧服务方案，全方位契合老年群体刚性保障与品质体验需求，推动康养旅游供给提质升级，助力产业高质量发展，更好适配人口老龄化发展趋势。

参考文献：

[1] 姜燕, 高文字. 人口老龄化背景下南通康养旅游人才培养研究 [J]. 旅游纵览, 2025, (14): 53-55.

[2] 黄颖祚, 杜婧晔, 吴肇邦等. 粤港澳大湾区康养旅游的需求、供给及发展模式研究 [J]. 绿色科技, 2025, 27 (11): 238-243.

[3] 王坤焱, 张磊, 徐磊. 人口老龄化背景下休闲体育与康养旅游融合路径研究——以江苏省 Y 市为例 [J]. 改革与开放, 2022, (09): 47-52.

课题项目：“四川省哲学社会科学重点研究基地：文旅融合发展研究中心资助 / 立项课题（课题编号：WL2025042）”。

作者简介：周铭（1981.02.10），女，四川成都人，汉族，学士，讲师，研究方向：高校景区运营管理。