

Research on the Coordinated Development of Sports, Health and Tourism in Shangrao City under the Background of Active Aging

Duo Huang¹ Lingyan Zhu²

1. School of Physical Education, Shangrao Normal University, Shangrao, Jiangxi, 334001, China

2. Gannan Health Vocational College, Ganzhou, Jiangxi, 341000, China

Abstract

With the continuous deepening of aging, the concept of active aging has become a crucial approach to addressing challenges in an aging society and promoting high-quality economic and social development. Shangrao City, as a region rich in ecological resources and a popular tourist destination in Jiangxi Province, is facing a dual development trend of expanding elderly population and upgrading silver consumption demands. Sports health tourism, as a new industry model integrating sports, wellness, and tourism, combines health promotion, leisure experiences, and social participation functions, aligning closely with the goals of active aging [1]. Based on the theory of active aging and the perspective of industrial synergy, this study systematically analyzes the practical foundation, main issues, and collaborative mechanisms of sports health tourism development in Shangrao City through literature review, comparative analysis, and logical analysis. The research indicates that Shangrao City possesses significant advantages in developing sports health tourism, including ecological environment, cultural tourism resources, and transportation infrastructure. However, challenges remain, such as inefficient industrial coordination mechanisms, insufficient age-friendly product development, superficial application of smart technologies, and limited brand influence. To address these issues, the study proposes a development path guided by precise demand identification, centered on industrial synergy, and driven by business model innovation, aiming to provide theoretical references and practical insights for the high-quality development of Shangrao's silver economy and the implementation of active aging practices.

Keywords

Shangrao City; Active Aging; Sports and Wellness Tourism; Industrial Synergy; Silver Economy

积极老龄化背景下上饶市体育康养旅游协同发展创新研究

黄多¹ 朱玲燕²

1. 上饶师范学院体育学院, 中国·江西 上饶 334001

2. 赣南卫生健康职业学院, 中国·江西 赣州 341000

摘要

老龄化程度持续加深, 积极老龄化理念已成为应对老龄社会挑战、推动经济社会高质量发展的重要路径。上饶市作为江西省生态资源丰富区与区域性旅游网红地, 正面临老龄人口规模扩大与银发消费需求升级并行的发展态势。体育康养旅游作为“体育—康养—旅游”多产业深度融合的新型业态, 兼具健康促进、休闲体验与社会参与功能, 与积极老龄化目标高度契合^[1]。基于积极老龄化理论和产业协同发展视角, 综合运用文献资料法、比较分析法与逻辑分析法, 对上饶市体育康养旅游发展的现实基础、主要问题与协同机制进行系统分析。研究认为, 上饶市在生态环境、文旅资源与区位优势等方面具备发展体育康养旅游的显著优势, 但仍存在产业协同机制不畅、产品适老化不足、智慧技术应用浅表化、品牌影响力有限等现实困境。为此, 提出以需求精准识别为导向、以产业协同为核心、以业态创新为抓手的发展路径, 以期为上饶市银发经济高质量发展与积极老龄化实践提供理论参考与现实借鉴。

关键词

上饶市; 积极老龄化; 体育康养旅游; 产业协同; 银发经济

1 引言

根据国家统计局数据, 截至 2023 年底, 我国 60 岁及以上老年人口规模已接近 3 亿, 占总人口比重超过 21%^[2]。在这一宏观背景下, 如何在延长寿命的同时提升老年人健康水平、生活质量与社会参与度, 成为国家治理与公共政策的重要议题。从区域层面看, 上饶市人口老龄化趋势同样明显。伴随传统家庭养老功能弱化与老年消费观念转变, 银发群体

【基金项目】2025 年度上饶市经济社会发展和哲学社会科学规划课题“银发经济背景下上饶市体育康养旅游协同发展创新研究”（项目编号 25YB01）。

【作者简介】黄多（1992—），女，中国江西抚州人，博士，讲师，从事休闲体育研究。

对健康管理、休闲旅游和品质生活的需求不断提升^[3-4]。单一的养老服务或传统旅游产品已难以满足老年群体多样化、个性化需求,亟需通过多产业融合创新,培育面向老龄社会的新型服务供给体系。

2 积极老龄化背景下体育康养旅游的产业协同逻辑

积极老龄化理论由世界卫生组织提出,其核心在于通过优化健康环境、增强社会参与机会和完善制度保障,实现老年人身心健康与社会价值的双重提升。体育活动与旅游休闲是积极老龄化的重要实践载体,能够在改善身体机能、缓解心理压力和促进社会交往等方面发挥综合效应,为老年群体提供持续参与社会生活的可能。同时,体育康养旅游又是体育产业、健康产业与旅游产业交叉融合的产物,其发展过程本质上是多产业要素协同配置与价值共创的过程^[5-6]。

在积极老龄化背景下,体育康养旅游的产业协同逻辑主要体现为需求导向、功能互补与价值延伸的统一。通过制度协同、资源整合与场景创新,体育康养旅游不断拓展老年人参与社会生活的空间与方式,在提升产业附加值的同时,增强老年群体的获得感、幸福感与安全感,进而形成服务积极老龄化目标的良性产业协同机制。

3 上饶市体育康养旅游协同发展的现实基础

3.1 生态资源与文旅资源优势

上饶市地处赣东北生态屏障区,拥有三清山、婺源、灵山、铜钹山、鄱阳湖湿地等一批国家级、省级生态旅游资源,是江西省重要的生态功能区和生态文明建设示范区域之一。其中,三清山以高山生态景观和清新空气著称,适宜开发登山健身、山地徒步、森林冥想等低强度康养型体育项目;婺源以田园生态和慢生活环境见长,适合开展乡村步道健行、传统养生功法体验和季节性户外休闲运动;灵山、铜钹山等区域则可结合森林资源和红色文化资源,发展“森林康养+红色研学+健身休闲”的复合型体育康养旅游模式。此外,徽派文化和乡村文化底蕴深厚,为体育康养旅游注入了精神滋养和文化内涵。例如徽派建筑、传统民俗和非遗文化的融入,有助于丰富体育康养旅游的文化体验维度,实现“身体康养”与“精神康养”的协同发展。

3.2 银发群体规模与需求特征

随着人口老龄化程度不断加深,上饶市银发群体规模持续扩大,已成为体育康养旅游发展的重要目标人群。从需求结构看,老年群体普遍关注慢性病预防、身体机能保持和心理健康调适,对科学健身指导、康复训练和养生保健服务具有较高依赖性;在旅游体验方面,更倾向于节奏适中、停留时间相对较长、安全性和舒适性较高的旅游方式;在情感需求方面,希望通过集体活动和社交互动增强归属感与幸福感。这些特征决定了体育康养旅游产品应突出“低强度、可持续、强体验和重服务”的基本属性。同时,上饶市既拥有

本地老年人口基础,也具备吸引周边省市银发群体来饶旅居康养的潜力。这为体育康养旅游产品的分层设计、周期性供给和差异化定价提供了现实市场空间。

3.3 区位交通与客源市场条件

上饶市位于赣浙皖闽四省交界区域,是连接中部地区与东部沿海地区的重要节点城市,在区域交通格局中具有明显区位优势。近年来,随着高铁网络和高速公路体系不断完善,上饶与上海、杭州、南京、福州等长三角和海西经济区核心城市之间的时空距离显著缩短。

便捷的交通条件一方面降低了银发群体跨区域出行的时间成本和体力消耗,增强了老年人外出旅游和长期旅居的意愿^[7];另一方面也为体育康养旅游产业跨区域协作创造了条件,有利于形成以长三角为核心客源市场、辐射周边省市的银发康养旅游圈^[8]。这种“短途可达、长期可留”的区位优势,为上饶市发展中长期康养旅居型体育旅游提供了现实支撑。

4 上饶市体育康养旅游协同发展面临的主要问题

4.1 体育康养旅游产品适老化与专业化水平不足

上饶市现有体育康养旅游项目多由传统观光旅游项目或大众健身项目延伸而来,在设计理念上仍以一般游客为主要服务对象,对老年群体身体机能衰退、慢性疾病多发和运动风险敏感等特征关注不足。部分景区和康养场所适老化设施配置不足,如无障碍通道、休息节点和应急救援设施不完善,影响了老年群体持续参与体育康养旅游的安全感和获得感。

4.2 多产业、多部门协同发展机制尚不健全

体育康养旅游具有明显的跨部门、跨产业属性,其发展涉及体育、文化旅游、卫生健康、民政等多个部门。但从现实情况看,上饶市相关产业在规划制定、项目实施和资源配置等方面仍以各自为主,缺乏统一的统筹协调机制,容易出现政策目标分散、项目重复建设和资源利用效率不高等问题。体育企业、旅游企业和康养机构之间的合作多停留在项目层面和短期合作层面,尚未形成稳定的利益联结机制和长期协作关系,难以构建完整的体育康养旅游产业链。

4.3 智慧技术在体育康养旅游中的应用层次较浅

在数字化和智能化背景下,“智慧康养”被视为提升体育康养旅游服务质量的重要手段^[9]。然而,从上饶市实践情况看,智慧技术在体育康养旅游中的应用仍处于起步阶段,主要集中在景区信息展示、线上预约和基础数据管理等方面,且尚未建立以老年人健康数据为核心的智慧管理体系,运动风险评估、实时监测和个性化反馈功能不足,难以实现对老年群体运动安全和康养效果的动态管理。

4.4 品牌体系不完善与市场传播精准度不够

上饶市体育旅游宣传多以单个景区或单一项目为主,

缺乏以“体育康养”为核心的整体品牌表达，难以在竞争日益激烈的康养旅游市场中形成鲜明记忆点。

市场推广仍以传统宣传渠道为主，对新媒体平台、社交媒体和数字化营销工具的运用不足，未能针对银发群体及其子女群体实施精准传播。品牌内容塑造对体育康养旅游所蕴含的健康价值、情感价值和社会价值挖掘不够，影响了潜在客源对上饶市体育康养旅游的认知深度和参与意愿。

5 积极老龄化背景下上饶市体育康养旅游协同发展的行动路向

5.1 以需求精准识别为导向，构建分层分类的体育康养旅游产品体系

在积极老龄化理念指导下，上饶市体育康养旅游的发展应以老年群体真实需求为逻辑起点。依托社区、医疗机构、老年大学及旅游平台等多渠道，系统开展银发群体健康状况、运动习惯、消费能力与出游偏好的调查，形成基础数据库。结合上饶山地、森林、乡村等资源禀赋，可重点开发低强度山地健步、森林太极与气功、康复性徒步、乡村休闲农事体验等体育康养项目，并与中医理疗、膳食养生、心理调适等内容相结合，形成“运动—康复—休闲”一体化产品链条，增强产品的可持续参与性，满足银发群体“慢节奏、重体验、重安全”的出游特征。

5.2 完善多主体协同机制，推动体育康养旅游一体化发展

体育康养旅游的协同发展本质上是跨部门、跨行业、跨主体的系统工程^[10]。建立由体育、文化旅游、卫生健康、民政等部门共同参与的协同推进机制，明确职责分工与协作流程，推动政策资源、公共服务与产业资源的有效整合。积极引导体育企业、康养机构、旅行社、乡村集体经济组织等多元主体参与体育康养旅游开发，探索“政府引导+市场运作+社会参与”的合作模式。鼓励通过项目合作、品牌共建和利益共享等方式，形成稳定的产业联盟，提升体育康养旅游整体供给能力和服务质量。同时，注重发挥社区和基层组织在服务衔接和需求反馈中的作用，增强协同发展的社会基础。

5.3 深化智慧技术赋能，提升体育康养旅游服务的专业化与安全性

以“智慧康养”为突破口，将数字技术深度嵌入体育康养旅游全过程管理之中。通过引入可穿戴设备、健康监测系统和智能导览平台，实现老年游客运动数据、健康指标和活动轨迹的实时采集与动态分析，为个性化运动指导和风险预警提供技术支持。在景区和康养基地层面，应推进智慧设施建设，如无障碍智能导览、紧急呼叫系统和智能安防设备，降低老年人参与体育康养旅游的安全风险，增强其信任感与参与意愿。

5.4 塑造区域特色品牌，强化体育康养旅游的市场传播力

品牌建设是推动体育康养旅游可持续发展的关键环节。上饶市可围绕“生态山水+运动康养”“乡村慢生活+健康管理”等主题，形成清晰的品牌叙事体系，增强银发群体的情感认同。积极运用新媒体平台和数字营销手段，构建线上线下融合的传播体系。通过短视频、直播体验、社群运营等方式，精准触达银发群体及其家庭成员，提高品牌曝光度和市场黏性。同时，加强与长三角等重点客源地的合作推广，推动区域联动和客源互送，逐步提升上饶市体育康养旅游在更大范围内的知名度和影响力。

6 结语

在积极老龄化背景下推进体育康养旅游协同发展，不仅是上饶市应对人口老龄化、培育银发经济的重要举措，也是实现体育产业与文旅产业高质量融合发展的现实选择。通过完善协同机制、优化产品供给和强化科技赋能，上饶市体育康养旅游有望实现由资源驱动向创新驱动转变，为地方积极应对人口老龄化和实现高质量发展提供有力支撑。未来，上饶市应在持续完善政策支持体系的基础上，加强实践探索与效果评估，不断优化体育康养旅游发展模式，使其在促进老年群体身心健康、增强社会参与感以及推动区域经济社会协调发展中发挥更加积极和持久的作用。

参考文献

- [1] 杨秀成,宋立中,钟姚越等.福建省康养旅游资源空间分布特征及其影响因素研究[J].福建师范大学学报(自然科学版),2019,35(05):106-116.
- [2] 卫庶,熊建.以健康老龄化应对人口老龄化[N].人民日报海外版,2024-07-23(009).
- [3] 董丽媛,王建梅.银发经济背景下康养旅游产业的发展研究[J].中国科技投资,2025,(10):49-51.
- [4] 王石峰,蒋依依.积极老龄化背景下体育康养旅游的价值、困境与策略[J].中国生态旅游,2024,14(06):1293-1310.
- [5] 唐志.积极老龄化视角下低龄老人康养与体育休闲旅游的融合发展研究[N].经济导报,2025-07-07(005).
- [6] 姜燕,高文宇.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.
- [7] 王石峰,蒋依依.体育康养旅游积极应对人口老龄化的理论机制与行动路向[J].体育文化导刊,2024,(11):95-102.
- [8] 欧阳舒敏.河源市源城区康养旅游发展策略研究[D].广西师范大学,2024.
- [9] 李想,朱斌.基于SWOT-AHP分析的大连市康养旅游发展策略研究[J].市场论坛,2024,(08):71-80.
- [10] 杨文凯.积极老龄化视角下的康养旅游要素创新[J].国际公关,2023,(13):20-22.