

60后“新老人”玩转“第二童年”

紧跟时尚潮流，在网络虚拟世界过足瘾

“

树荫下打麻将、公园里跳广场舞、坐在沙发上看一天电视……提起老年人的休闲娱乐，很多人的脑中都会出现这样的场景。但60后“新老人”的兴趣爱好、娱乐内容、休闲方式发生了令人耳目一新的变化，无论是线上还是线下，家里、社区还是千里之外的他乡异国，都是他们其乐无穷的“游乐园”。他们对互联网并不陌生，传统的老年退休生活已完全满足不了其需求，60后“新老人”无论是在线下还是线上，正在“玩转”自己退休后的“第二童年”。

”

戴美瞳、KTV飙歌 “新老人”愿为美丽人生消费

已经和即将退休的60后，不同于以往的“传统老人”，他们快速成长于改革开放时期，受教育程度相对较高，收入和消费水平也较前代大幅提升，思想观念更加开放，知识视野更加开阔。他们以鲜明的群体特征，正在擦亮一个新标签——“新老人”。

爱健身、爱减肥、爱美容……这些本应属于年轻人独有的标签，越来越被“新老人”群体所分享。阿里健康研究院今年发布的《新老人互联网健康消费洞察报告》显示，“新老人”因其独有的特质，正成为数字健康领域不可忽视的一支生力军。

科技的发展加速了“新老人”在互联网上拥抱健康生活的脚步。很多“新老人”通过购物车传递了对“更美”的诉求。例如，报告显示，“新老人”购买彩瞳的人数两年来增加近50%，其中女性占比近七成；购买面膜和祛疤产品人数分别增加近一倍和两倍以上。

对于这种美丽人生的追求，天津市河东区芳水河畔社区老年舞蹈队队长张学敏感触很深。“几年前，大家选择加入舞蹈队的原因大多是为了锻炼身体或是打发时间。如今则出于审美需要，越来越多的队员觉得，舞蹈是美的，穿上漂亮裙子、再化个妆，站在舞台上表演的自己更加美丽。”张学敏说。

一些曾经专属于年轻人的娱乐场所当中，开始频频出现“新老人”的身影。前瞻产业研究院研究显示，在KTV下午时段消费群体中，50岁以上中老年人比青年群体要高出近两成。数据显示，在北京、武汉等多家受访的KTV中，白天时段组团唱歌的中老年人占门店客群的七成，多为3到7人的“欢唱”团体，唱歌时长在3到6个小时。

有数据显示，2021年上半年，全国量贩式KTV消费群体中60至70岁的用户数同比增长29.6%，订单量同比增长24.1%。

“年轻时爱唱歌，我们几个老姐妹感情也很好，每周都要挑几天去KTV玩一下午。”天津市退休职工李玉萍说，“KTV工作日下午时段消费不高，儿女也不用我们操心，和老姐妹唱唱歌、联络联络感情，挺好的。”



旅客在银发主题专列内观影



新疆老年开放大学学员在表演

走出家门国门 身体较好就去追逐诗和远方

60后“新老人”通常身体状况较好，七八十岁的病痛尚未到来，三四十岁的负担又已卸去，五六十岁这个年龄段被很多人称为“第二童年”。同时，60后财富积累较为丰厚，休闲时间更为富足，可以避开法定假日高峰期，独自或结伴出游，并能享受大多数景区、公园的门票免费或优惠政策。

来自江苏扬州的王秀萍退休后迎来了自己的“狂欢”：学驾照、自驾房车到处旅游、领略祖国大好河山。年轻时她便梦想能自驾游，但因为家庭经济压力、照顾家人等原因一直搁置了。自从退休后，王秀萍便开始追求自己的旅游梦，近些年已经去过数十个国家。在成功考取驾照后，她拿出积蓄购置了一辆小型房车，开始在国内多个城市自驾游，沿途体验风土人情。

网上召集“驴友”，自由行22天，徒步穿行尼泊尔。日常生活中，我们很难将这些与60后女性联系在一起。然而，来自河南的网友“荔枝”做到了。抱着一颗热爱的心和对登山运动的喜爱，“荔枝”将尼泊尔列入旅行计划，并开始自制攻略、四处约伴。

最终，“荔枝”和来自江苏、山西、陕西的4位“驴友”一行5人，开启了尼泊尔穿越之旅。语言不通只能连比带猜，登山时出现“高反”，在荒郊野地赶夜路……回忆起这次旅行，“荔枝”不停地说：“自己真是胆

大了一回！”

资深“驴友”中出现了越来越多60后的身影。去年，中国社会科学院发布的《旅游绿皮书：2020—2021年中国旅游发展分析与预测》显示，过去一年，有超过23.9%的60后个人旅游消费开支超过5000元，70后、80后、90后、00后这一比例分别为20.8%、23.8%、19.4%、7.9%，60后成为个人旅游主力军。

刷抖音、追网文 “触网”解锁老年娱乐新思路

作为对互联网并不陌生的“新老人”，传统的老年活动已无法完全刺激其老有所乐的需求。他们紧跟时代技术发展潮流，将娱乐方式从线下转到线上，在网络虚拟世界过足瘾。

来自江苏苏州的60后老人陈玉珍，每天有3件几乎必做的事：刷抖音、逛淘宝、看网文。而且每个“项目”平均都得花上一两个小时。解锁手机，打开应用（App），手指上下翻飞，对于各种常用软件已经熟门熟路。

“以前我基本每个月和朋友们短途旅游一次，现在又学会了使用手机和应用软件，不用依赖年轻人，我们隔着屏幕也能了解世界在发生什么。线上和身边人交流，还能找到生活的乐子，享受线上文化服务的便捷。”陈玉珍说，“抖音上有很多有趣搞笑的短视频，淘宝、拼多多等平台买东西便宜，甚至还可以买生鲜蔬菜。我还喜欢看网络小说，大字版的电子书，翻页很方便！”

越来越多的“新老人”正在跨越“数字鸿沟”，享受“触网”的快乐与便捷。

据中国互联网络信息中心发布的《中国互联网络发展状况统计报告》，截至2021年6月，中国网民总体规模超过10亿，其中50岁及以上网民占比为28.0%，同比增长5.2个百分点。

显而易见的刚性需求，催生了一片蓝海市场。记者调查发现，随着相关部门的大力推广，“手机应用适老化”大潮席卷而来。输入法为老年人准备了“半屏手写”的“长辈模式”，网约车平台提供了“一键叫车”，各类阅读软件配备“大字模式”。适老化改造的逐步推进，让更多老年人分享到和年轻人一样的快乐。

据《武汉晚报》



近日，湖南省永州市双桐子坳村吸引大量游客观赏游览 新华社 发

请您关注天气预报

全市天气：今天晴到多云。明天多云。今天最高气温：22℃，明天最高气温：19℃。今天最低气温：11℃，明天最低气温：11℃。舟山市区：今天偏南风4-5级，夜里转西北到北风5-6级。明天北到东北风5-6级。今天蓝天指数为：一级，天色碧蓝或蓝。今天森林火险指数为：四级，容易引起森林火灾，林区严格控制野外用火。
舟山市气象台2025年11月29日20时发布