

健康城市导向的老旧小区公共空间优化设计研究

文 / 廖 唯 广州市城市规划勘测设计研究院有限公司

摘要：本文基于健康城市理念为基础，以老旧小区公共空间为研究对象，探索健康城市对老旧小区公共空间优化的价值，梳理并总结关注人群需求、完善健康环境、促进健康行为、提供健康服务的规划路径，分析老旧小区公共空间存在问题，从完善基础设施、重构公共空间、塑造空间文化三个方面归纳总结出老旧小区公共空间优化设计的策略，为其他老旧小区公共空间优化设计提供一定借鉴。

关键词：健康城市；老旧小区；公共空间优化

【DOI】10.12254/j.issn.2096-6539.2025.20.005

引言

随着城市化发展从快速增长期转向稳定发展期，我国城市建设逐步由大规模增量扩张阶段转向存量提质增效，对城市公共空间提出新要求。老旧小区作为城市更新的重要研究对象，亦从单一的物理环境改造转向对健康安全、公众参与的空间优化设计。然而老旧小区建设年代久远，普遍存在基础设施落后、空间功能单一、空间活力不足的问题，无法适应新时代新需求，亟需通过健康城市理念提炼规划路径，总结老旧小区公共空间的优化设计策略。

一、健康城市理念及内涵

（一）健康城市理念

在19世纪，城市主要面临拥挤、污染、疾病流行、基础设施匮乏等问题，亟需改善城市生活环境，1984年在WHO支持下召开的“健康多伦多2000”会议，首次提出了“健康城市”（HealthyCities）的概念，并在《渥太华宪章》（1986）和《健康城市：促进城市背景下的健康》（1986）中对“健康城市”的要素构成和目标状态作出了概念性描述^[1]。除此之外，WHO还提出了健康城市评价指标体系（WHOHealthyCitiesIndicators），涵盖健康结果、健康服务、健康环境和社会经济四个评价维度^[2]，主要内容包括生存环境保障、基础物资供应、促进公众参与、保护文化遗产、改善服务质量等。该指标体系对健康城市建设起到了一定的指导作用，但各指标较为单一，难以适应不同国家实际需求。2018年国家卫健委发布了全国健康城市评价指标体系，提出5个一级指标、20个二级指标、42个三级指标^[3]，在WHO的健康城市评价指标体系基础上，考虑社会公平性给予弱势群体更多关注，同时，增加了健康文化的指标内容，加强健康文化的传播，提升居民的健康意识和健康素养，促进居民的健康生活方式和行为。

（二）健康城市导向的城市规划研究

随着健康城市概念的诞生，越来越多的学者投入健康城市和城市规划的交叉研究，国内外的研究总体经历了改善健康环境、优化健康服务、构建健康社会三个阶段。在改善健康环境阶段，研究聚焦改善空间环境质量、

优化公共服务设施、提升交通网络系统，旨在为居民提供健康环境作为生活的基础保障；在优化健康服务阶段，研究关注各年龄段人群的健康需求在基础功能完善的前提下，进一步增加高品质的空间，如医养结合设施、全民运动空间、健康疗愈花园等；在构建健康社会阶段，研究强调空间功能复合、完善参与机制，以激发空间活力，促进健康生活方式。

面对人口老龄化、城镇化进程加速，高质量、精细化的健康服务需求增长，健康城市与城市规划结合的研究逐渐强调以人为本，聚焦优化结构、提升品质、治理增效三个方面。一是优化结构，加快补齐基础设施和公共服务设施短板，推动资源均衡配置，进一步加强教育、文化、体育等设施复合使用，提升存量土地节约集约利用水平；二是提升品质，综合考虑人群的多元化需求，关注中、微观层面的健康城市规划，力求打造安全舒适、实用便利、服务完备的空间，提供更高品质的生活环境；三是治理增效，引导居民、企业、社会组织共同参与城市建设，打造共治、共享的互动空间，以互联网、大数据等技术为手段，构建城市监督管理系统，积极探索治理新机制、新模式、新方法。

（三）健康城市导向的城市规划路径

基于健康城市与城市规划的研究，健康城市导向的城市规划可总结为关注人群需求、完善健康环境、促进健康行为、提供健康服务四个路径。

关注人群需求。根据不同人群，特别是老年人、儿童，系统分析其在物质、精神、社会层面的需求，统筹考虑设施服务层级，差异化配置基础设施，推动建设全龄友好的健康城市。

完善健康环境。着力解决空气、水质、土壤等环境质量问题，补齐医疗、卫生、安全等基础设施，优化交通空间、绿化系统、无障碍设施，增设体育、文化、娱乐空间，为居民提供多元化的健康生活环境。

促进健康行为。分类对空间做出优化指引，加强空间功能复合利用及增加空间的易达性，打造健康互动空间，形成良好的邻里关系，提高空间活力。

提供健康服务。构建全面、便利的健康服务体系，

建立数字化信息平台，提高服务效能。组织开展多样化的教育活动的教育宣传，提升居民健康意识和自我管理的能力。

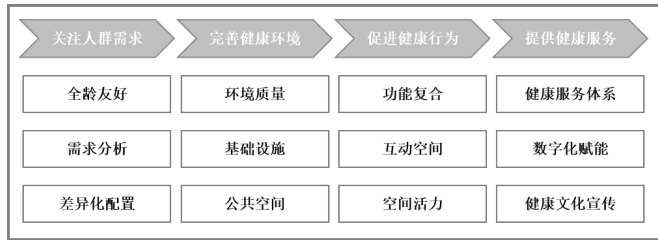


图1 健康城市导向的城市规划路径

二、健康城市导向下优化老旧小区公共空间的价值

我国城市建设高速发展，由此产生的人口增长、用地匮乏、空间供需不匹配等城市问题接踵而至，城市开发建设方式从增量转向存量。而人口老龄化亦是我国今后较长一段时期的基本国情，老龄化对城市建设的人口规模、空间布局、城乡发展等都产生影响，需统筹考虑人口、区域等宏观层面，以及社区改造、建筑设计等微观层面，明确未来城市建设的战略重点和实施路径，通过系统性、整体性、协调性规划，满足居民美好生活诉求。

1994年我国正式参与世界卫生组织的健康城市建设，后续围绕优化基础设施、改善生活方式、保障基本服务等方面，出台一系列推动建设健康城市的政策。2019年6月底，国家卫生健康委制定健康中国行动（2019—2030年），以“大卫生、大健康”为发展理念，鼓励开展全民健身行动、心理健康促进行动以及健康环境促进行动等十五项行动来改善全民健康生活水平与生活方式^[4]。中国共产党第二十次全国代表大会上的报告提出，到2035年，我国发展的总体目标是建成健康中国，将促进区域均衡布局、加强应急能力建设、推动实现全体老年人享有基本养老服务，作为推进健康中国建设的主要举措。《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》以全面推进健康中国建设的目标，提出完善健身公共服务体系，积极引导居民进行健康的生活方式，推动实现健康中国战略。

老旧小区作为城市的重要空间，仍不能适应时代背景、人群需求和政策方向的新要求，亟需持续提升老旧小区的设施条件、服务功能和文化价值，助推建设安全、宜居、便利的健康城市。而老旧小区公共空间是探索健康城市建设的重要切入点，一方面其居住人群与环境对健康需求较高，用地与空间相对紧缺，需综合考虑人群与空间的关系，加强功能复合利用，探索多元化、小范围、分步骤的创新更新方式；另一方面，老旧小区公共空间优化关系到居民的切身利益，通过引导居民积极参与优化设计，加强居民对空间的认同感，有利于探索城市治理转型的新机制。

三、老旧小区公共空间现状问题

老旧小区公共空间是指老旧小区中居民日常生活和社会交往中所利用的户外空间，大多以宅间绿地、空地为主。老旧小区在规划之初，仅考虑居民数量与公共空间面积的表层关系，居民主要以老年人、临时务工人员为主，并未考虑到弱势群体的实际需求，且由于缺少监管与维护，公共空间仍存在诸多问题。

基础设施陈旧，配套不足。供气供电排水等基础设施长期失修、失管，普遍存在老化或损坏的问题；缺乏环卫设施、照明设施、无障碍设施，无法保障居民的健康出行或健康活动，导致居民的整体安全感受偏低。

公共空间缺乏，功能单一。公共空间总体数量不足，功能单一、分布不均衡。小区公共空间缺乏娱乐、健身等休闲设施，入口、步道、绿地等公共空间的侵占问题尤为突出。一些空间未考虑全年龄段人群需求，缺乏个性化、功能性设计，部分公共空间无人使用。

空间活力不足，文化缺失。公共空间布局不合理，空间路线复杂关联性较差，导致吸引力降低，居民倾向就近活动。老旧小区设施与建筑经改建或扩建，整体形象不协调，原有的文化标志被淹没，区域特色不足。

四、健康城市导向的老旧小区公共空间优化设计策略

（一）完善基础设施，优化健康环境

1. 合理配置基础设施

基础设施是营造舒适公共空间的必要保障，需补充公共空间的市政管网、消防、安防、照明、卫生等基础设施统筹区域规划，推动智慧化建设地下综合管廊，对排水、供热、燃气、供电、电信网络等市政管网设施进行改造，保障区域运行的“生命线”；根据国家规定，补齐空间内所需的消防设施，更换老旧破损、不符合标准的消防设施；针对公共空间照明缺失、亮度不足等问题，增设或维修照明设施，完善公共空间的门禁系统、监控系统、应急系统等。

2. 优化道路交通系统

老旧小区公共空间的交通系统普遍存在道路破损、人车混行等问题，应通过平整路面、拓宽行道、完善无障碍设计等措施完善慢行交通系统，同时，修缮破损道路，并通过设置隔离护栏、绿化带或地面涂装等方式，区分步行和车行空间，打造“儿童上学路”、“老年友好步道”。优化交通流线、车行出入口，通过控制单向通行缩减车道宽度，结合城市公共交通，考虑站点覆盖率、可达性、线路密度，拓展交通接驳能力，构建人、车、环境一体的交通路网。挖掘闲置公共空间，如边角空地、荒废绿地等，增设停车设施或建设立体停车设施，提高空间利用率。

3. 增设无障碍设施

建设和改造无障碍环境涉及面较广，一方面需考虑残疾人士和阶段性不便人士，如儿童、老人、孕妇，另

一方面需综合考虑基础设施、道路交通、过渡空间，应重点关注公园、绿道、广场、公共厕所、公共停车场以及使用频率高的空间，形成覆盖医养、交通、文化、教育等无障碍网络化公共空间体系。明确无障碍设施配置及布局的具体要求，选择用安全、合适、耐用的产品和材料，完善公共空间内的无障碍专属服务设施建设，提升服务范围内文教体卫等服务设施的功能，形成无障碍流线，建设慢行系统与公共交通衔接的无障碍路网。

（二）重构公共空间，促进健康行为

1. 增设多功能空间

公共空间为居民创造健康活动、接近自然和社会交往的机会，对居民的身心健康有积极的作用，应根据居民的健康需求，增设健身运动、绿化景观、休闲交往空间。结合绿地、步道，充分利用宅间空间，选择符合的材质铺装及设施，包括增加篮球架、乒乓球台、健身器材等运动设施，预留跑步、散步、广场舞等运动空间；根据植物的高度、种类、密度、色彩，增加绿化景观，并注重植物搭配，有条件可增设科普花园、疗愈花园等促健康的互动空间；结合空间位置、空间边界、设施尺度，充分考虑气候影响，设置的廊架、凉亭等休憩设施应具备防晒、防雨等功能。

2. 优化空间布局

基于“15分钟生活圈”理念，根据居民规模及不同需求层级，通过散点状、小体量、多功能的方式，优化公共空间布局与空间的可达性，提升文化、体育、教育、养老、医疗等各类设施和公共空间的服务便利性。根据5分钟、10分钟、15分钟内的步行距离，划分三级空间，分级设置日常活动、基础服务、健康运动空间。

3. 推动空间功能复合利用

为推进土地集约利用，公共空间在设计上注重功能复合，使空间布局更紧凑、连续。不同年龄层的人群在身体状况、兴趣爱好、活动时间、空间需求等方面存在一定的差异性，可适当软化空间边界，增加空间功能的灵活性；还应加强居民的情感链接，通过增设或改造代际融合空间，打造全龄特色生活场景，促进不同年龄层的居民进行互动。代际融合设计应为不同群体提供独立与共享结合的空间，主要通过空间布局、标识指引增加流动性，并提升空间的活力和吸引力。

（三）塑造空间文化，构建健康社会

1. 挖掘区域特色

充分挖掘区域特色与历史文化内涵，基于居民日常生活习惯和老旧小区建设背景，对公用空间进行再梳理，融入本土特色线索，统一公共空间的设计语言，彰显文化特色，提高居民的文化生活品质。充分利用闲置空间，推动建设活动室、展览空间、餐饮空间等，提升小区的吸引力与商业价值。通过增加艺术雕塑、景观小品、宣传设施，形成具有标志性的节点，打造特色记忆场所。

2. 丰富居民活动

根据居民的需求与共同兴趣爱好，开展各类活动，能使居民感受到社会支持，更具归属感、幸福感、满足感，有利于居民保持身心健康，激发公共空间活力。应开展涵盖宣传、服务等健康活动，包括定期组织健康饮食、健身活动、疾病预防等科普向讲座或研讨会，联动医疗机构提供健康检查服务。结合展览空间、小区活动室举办音乐、绘画、手工等文化活动，结合绿化空间举办共同种植活动。

3. 加强治理与监管

鼓励居民参与到老旧小区公共空间优化设计，激发居民自发维护空间环境的热情，提高居民凝聚力和空间活力，挖掘治理新模式，促进居民与规划师的交流。有效引导居民参与设计全流程，通过向居民发放调查问卷、参与设计方案探讨等，形成共建、共治、共享的氛围。加强智慧化赋能治理，搭建数字监管平台，提高获取居民需求、空间信息的效率。

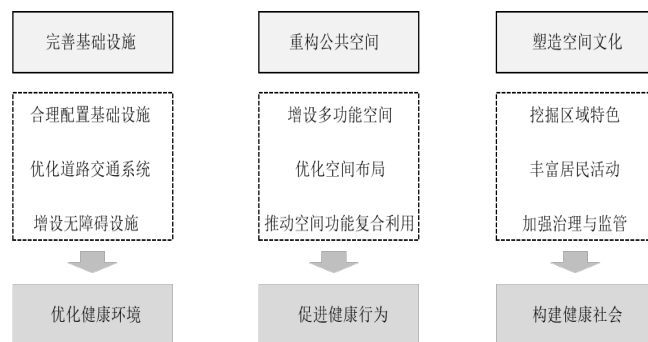


图2 健康城市导向老旧小区公共空间优化设计策略

结语

老旧小区公共空间的优化设计是当今城市更新中的主要任务，以健康城市理念为基础提出优化设计策略，对改善人居环境、提升城市品质、探索城市建设方式转型具有重要意义。实际工作中，应坚持系统谋划、因地制宜，关注人群需求，聚焦现状问题，总结成功经验与案例，形成老旧小区公共空间优化设计策略，为居民打造安全宜居、功能完善的老旧小区公共空间，推动健康城市建设。

参考文献

[1] 蒋希冀, 叶丹, 王兰. 全球健康城市运动的演进及城市规划的作用辨析 [J]. 国际城市规划, 2020, 35 (06): 128-134.

[2] 鲍海君, 李玲玲. 国土空间规划视角下健康城市规划评价指标体系构建 [J]. 生态学报, 2024, 44 (10): 4081-4091.

[3] 中国卫生部疾病预防控制局. 全国健康城市评价指标体系 (2018) [R]. 北京: 中国卫生部疾病预防控制局, 2018.

[4] 朱晓华, 张燕, 朱媛媛. 健康中国战略: 从理论构想到实践推动 [J]. 经济地理, 2023, 43 (12): 1-12.