

# 乡村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康现状和影响因素研究

贾宇祥 汪作朋\*

佳木斯大学体育学院, 黑龙江 佳木斯 154007

**[摘要]** 本研究旨在探讨乡村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康的现状和影响因素, 为乡村振兴战略的实施提供科学参考。研究采用了定量研究方法, 通过问卷调查收集老年人的健康数据, 并运用统计分析方法对数据进行处理。结果显示, 黑龙江省农村老年人的体质健康整体状况较良好, 但存在较高的慢性病发病率和生活质量下降的问题。另外, 老年人对乡村振兴的认知与态度普遍较为积极, 认为乡村振兴有助于改善自身的体质健康。

**[关键词]** 乡村振兴; 黑龙江省; 农村老年人; 体质健康; 影响因素

DOI: 10.33142/jscs.v4i1.11461

中图分类号: D669.6

文献标识码: A

## Study on the Physical Health Status and Influencing Factors of Rural Elderly People in Heilongjiang Province under the Background of Rural Revitalization

JIA Yuxiang, WANG Zuopeng\*

School of Physical Education, Jiamusi University, Jiamusi, Heilongjiang, 154007, China

**Abstract:** This study aims to explore the current situation and influencing factors of physical health of elderly people in rural areas of Heilongjiang Province under the background of rural revitalization, and provide scientific reference for the implementation of rural revitalization strategy. The study adopted quantitative research methods, collected health data of the elderly through questionnaire surveys, and processed the data using statistical analysis methods. The results show that the overall physical health of the rural elderly in Heilongjiang Province is relatively good, but there are high chronic disease incidence rate and declining quality of life problems. In addition, elderly people generally have a positive understanding and attitude towards rural revitalization, believing that rural revitalization helps improve their physical health.

**Keywords:** rural revitalization; Heilongjiang province; rural elderly; physical health; influence factor

### 引言

在中国乡村振兴战略的背景下, 农村老年人体质健康问题引起了广泛关注。随着人口老龄化的加剧和农村经济结构的转型, 东北地区农村老年人体质健康问题逐渐凸显。老年人作为农村人口的重要组成部分, 其体质健康状况对乡村振兴战略的实施和农村社区的可持续发展具有重要意义。因此, 深入研究黑龙江省农村老年人体质健康的情况, 既是贯彻乡村振兴战略的需要, 也是改善老年人生活质量、促进社会和谐发展的重要举措。

### 1 研究背景和目的

研究的背景是东北地区传统农业经济转型的加速以及快速城镇化进程。这些变化给农村老年人的生活环境和健康问题带来了新的挑战。一方面, 传统农业经济的转型导致了传统农村生活方式和社会支持系统的崩溃, 使得农村老年人失去了许多传统的生计来源和社会支持网络。另一方面, 我国城乡之间发展不平衡不充分的矛盾依然突出, 尤其是乡村发展短板明显<sup>[1]</sup>, 导致老龄化人口的流失和农村劳动力资源的外流。乡村振兴战略的提出目的是着力解决“三农”问题。从这一点上说, 城乡融合发展与乡村振兴密不可分<sup>[2]</sup>。这些经济和社会变革对黑龙江省农村老年人的体质健康产生了深远的影响。

研究的目的是通过系统的调查研究, 全面了解黑龙江省农村老年人体质健康的现状和影响因素, 为制定相应的健康政策和策略提供科学依据。具体而言, 本研究的目标包括: (1) 揭示黑龙江省农村老年人体质健康的整体水平与健康问题特征; (2) 探究乡村振兴策略对黑龙江省农村老年人体质健康的影响; (3) 分析影响黑龙江省农村老年人体质健康的主要因素; (4) 探索黑龙江省农村老年人体质健康与乡村振兴战略的关系。通过对黑龙江省农村老年人体质健康的研究, 旨在为乡村振兴提供科学的政策建议和决策支持, 促进黑龙江省农村老年人的全面发展和社会稳定。

### 2 研究方法

#### 2.1 研究设计

本研究通过文献综述和案例研究, 在乡村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康的相关问题进行全面了解, 为研究提供理论依据。乡村振兴是国家的重大战略, 而老年人作为农村人口中的重要群体, 其体质健康状况对乡村振兴的可持续发展起着重要的作用。随着人口老龄化发展趋势逐渐明显, 社会结构性变革, 尤其是从农村地区的社会角色和社会功能的巨大转变, 促使老年人健康养老需求增强, 促进老年人体育公共服务发展产生了新的变化<sup>[3]</sup>,

因此,针对黑龙江省农村老年人的体质健康问题进行研究具有重要的现实意义。其次,在问卷设计中,结合相关学术理论和实践经验,构建了一套包括个人基本信息、体质健康状况、乡村振兴认知与态度、生活方式等方面的问题,并采用五点量表和多项选择题等形式进行测量。个人基本信息包括性别、年龄、教育程度、收入等因素,体质健康状况包括身高、体重、血压、血糖等指标,乡村振兴认知与态度包括对乡村振兴政策的了解程度以及对乡村振兴效果的评价,生活方式包括饮食习惯、运动情况、社交活动等方面。通过综合测量这些指标,可以全面了解黑龙江省农村老年人的体质健康现状及其与乡村振兴的关系。最后,在样本选择上,选择了黑龙江省若干农村的老年人作为研究对象,通过随机抽样方法获取样本。样本的选择要具备代表性和可比性,以保证研究结果的可靠性和有效性。通过问卷调查获取到的数据将会进行统计分析和结果解释,为进一步深入研究提供科学的依据。

## 2.2 数据收集

数据收集阶段,我们首先联系了相关地区的社区工作人员,并向他们介绍了我们的研究目的和意义。在得到地区同意后,我们通过实地访谈和问卷发放的方式进行数据收集。在问卷发放过程中,我们特别注重问卷的回收率和有效性,以确保数据的可靠性和有效性。我们对参与调查的老年人进行了详细解释,并鼓励他们如实回答有关问题。为了提高问卷回收率,我们在社区中设立了多个回收点,并设置了回收箱和明显的提醒标识。此外,我们还进行了电话追访和提醒活动,以鼓励未回收的问卷尽快交回。在实地访谈中,我们选择了具有代表性的老年人作为受访对象,以获取更加全面和真实的数据。我们严格遵守伦理原则,在访谈过程中保护受访者的隐私权和信息安全。对于数据的收集和保管,我们采用了安全可靠的系统和方法,确保数据的机密性和完整性。在数据收集结束后,我们进行了数据质量检查和清理,以保证数据的准确性和完整性。我们排除了异常和重复值,并进行了逻辑性和合理性的检验。最终,我们得到了一份高质量的数据集,为后续的数据分析和研究奠定了良好的基础。

## 2.3 样本选择

样本选择是本研究的重要环节,我们从黑龙江省地区的若干农村地区中抽取了一定数量的老年人作为研究对象。在样本选择过程中,我们按照以下几个步骤进行:首先,我们选择了具有代表性的农村地区作为研究地点;其次,我们联系了当地社区工作人员,了解了各个村庄老年人的基本情况;最后,我们根据抽样原则,采取系统抽样或者分层抽样等方法,从每个村庄中随机抽取一定数量的老年人作为样本。我们参考了相关文献和调查数据,确保样本的代表性和可靠性。经过仔细筛选和核对,最终我们选择了10个农村作为研究地点,并从每个农村中随机

抽取了50名老年人作为样本。我们在样本选择过程中充分考虑了性别、年龄、居住地区等因素的均衡性,以保证样本具有一定的多样性和代表性。

## 2.4 变量测量

本研究中涉及到的变量包括个人基本信息、体质健康状况、乡村振兴认知与态度、生活方式等方面。个人基本信息包括年龄、性别、教育程度等,这些因素在研究老年人体质健康的重要作用和现状中起着关键作用。体质健康状况是衡量老年人整体健康状态的重要指标,我们关注的指标包括身体质量指数(BMI)、血压、血糖等,这些指标可以客观反映老年人的身体健康状况。乡村振兴认知与态度是了解老年人对乡村振兴政策的认知程度和态度的重要内容,我们将通过问卷调查等方式了解老年人对乡村振兴的了解程度和对政策的支持度。生活方式是指老年人的日常生活习惯和行为方式,包括饮食习惯、运动情况等,这些因素对体质健康有着重要的影响。为了量化这些变量,我们根据实际情况设计了相应的问题,并采用相关的测量工具进行变量的测量,确保数据的准确性和可信度。通过对这些变量的测量和分析,我们可以全面了解黑龙江省农村老年人的体质健康状况以及与乡村振兴的关系,为促进乡村振兴和老年人健康提供科学依据和对策建议。

## 2.5 数据分析方法

本研究中采用了统计分析方法来处理收集到的数据。首先,对于个人基本信息等描述性变量,我们采用了频数分析和描述性统计方法进行处理,以了解样本的基本情况和分布特点。通过频数分析,我们可以统计出各项基本信息的出现频率,并通过描述性统计方法计算均值、标准差、最大值和最小值等统计指标,以揭示样本的整体特征和变异程度。

对于体质健康状况等连续变量,我们采用了t检验、方差分析或者相关分析等方法来比较不同变量间的差异和相关性。通过t检验,我们可以判断在两个样本之间是否存在显著差异;而方差分析则用于比较三个以上样本之间的差异。此外,相关分析可以测量两个变量之间的相关程度,以评估它们之间的线性关系。

对于乡村振兴认知与态度等多分类变量,我们使用了卡方检验或者多元Logistic回归等方法进行分析。卡方检验用于检验两个或多个分类变量之间的关联性和显著性,而多元Logistic回归则可以探究多个自变量对于一个二元或多元因变量的影响情况。

最后,我们将研究结果进行整理和解读,并结合相关理论和文献进行讨论和分析。通过对数据分析结果的解读,我们可以深入理解黑龙江省农村老年人体质健康和乡村振兴之间的关系,为乡村振兴政策的制定和实施提供决策依据。同时,我们还会对研究的局限性进行说明,并提出未来研究的建议,以促进该领域的深入探索和发展。

### 3 研究结果

#### 3.1 老年人体质健康状况

根据调查数据显示,黑龙江省农村老年人体质健康状况整体较为良好。在调查的样本中,有 10%的老年人体质属于优秀级别,55%的老年人体质属于良好级别,35%的老年人体质属于中等级别。这一结果表明,大部分黑龙江省农村老年人的体质保持在较好的水平上,说明了他们在农村环境中保有一定的身体锻炼和健康意识。然而,尽管整体体质较好,但仍存在一定的健康问题,需要进一步关注和干预。经过身体健康评估,发现黑龙江省农村老年人普遍存在一些常见的健康问题,如高血压、糖尿病等。其中,高血压患病率为 30%,糖尿病患病率为 20%。这些数据显示了老年人在正常衰老过程中可能面临的健康风险,也说明了乡村振兴背景下老年人健康保障的迫切性。因此,虽然黑龙江省农村老年人体质整体较好,但仍需要加强健康管理,提高疾病防控意识,以保持良的体质和身体健康。

#### 3.2 对乡村振兴的认知与态度

研究发现,黑龙江省农村老年人对乡村振兴的认知与态度存在差异。在调查中,有 75%的老年人将乡村振兴视为发展农村经济的重要途径,认为乡村振兴可以改善农民生活质量,提升农村地区的发展水平。这些老年人认为乡村振兴可以带来更多的经济机会,增加就业机会,并为农民提供更好的收入来源。他们相信通过乡村振兴的推动,农村地区的基础设施、教育、医疗等公共服务将得到改善,农民的生活条件将得到提升。

然而,也有部分老年人对乡村振兴的认知和态度存在一定的保守观念。他们担心乡村振兴会对传统农村生活方式和社会结构造成影响。这些老年人认为乡村振兴可能导致农村人口流失,村庄的人口减少,社会关系和互助网络的破裂。他们害怕自己的传统生活方式被改变,失去原有的社交圈和生活习惯。

这些认知和态度的差异对于老年人的健康行为和乡村振兴的实施都具有一定的影响。对乡村振兴持积极认知和态度的老年人更倾向于积极参与乡村发展,投身于农村经济建设和社区事务。他们可能更愿意参加农村活动和社交团体,积极采取健康行为,例如参加健身活动、保持健康的饮食习惯等。这些积极的健康行为有助于维持老年人的体质健康。

然而,对乡村振兴持保守态度的老年人可能更倾向于保持原有的生活方式,抵制乡村振兴所带来的改变。他们可能不太愿意尝试新的生活方式和健康行为,缺乏主动参与社区活动的动力。这可能会影响到他们的社交互动、运动锻炼和保持健康的饮食习惯,从而对身体健康产生一定的负面影响。

因此,在乡村振兴的实施过程中,应该考虑到老年人对乡村振兴的认知和态度差异的存在。加强对老年人参与乡村振兴的宣传和教育,提供相关的培训和支持,帮助老

年人更好地适应和融入乡村振兴进程。同时,也要关注保守态度的老年人的需求和意见,尊重他们对乡村生活的选择和诉求,为他们提供合适的支持和服务,促进他们的身体健康和社交参与。

总之,黑龙江省农村老年人对乡村振兴的认知和态度各不相同,这种差异对老年人的健康行为和乡村振兴的实施具有一定的影响。了解和应对这些差异,有助于更好地促进黑龙江省农村老年人的体质健康和乡村振兴的发展。

#### 3.3 影响老年人体质健康的因素

在研究中,我们发现影响黑龙江省农村老年人体质健康的因素有多个方面。首先,生活方式因素对老年人的体质健康具有重要影响。饮食习惯是一个关键因素,良好的饮食习惯能为老年人提供充足的营养,促进健康。农村地区通常以粗粮、蔬菜和水果为主食,相对富含多种营养物质,并且包含较少的反式脂肪酸和胆固醇。因此,鼓励老年人保持传统的农村饮食习惯可以提高他们的体质健康水平。此外,适度的体育锻炼也对老年人体质健康至关重要。增强老年人的体育锻炼意识,如散步、太极拳等,可以促进血液循环、增强心肺功能,从而改善体质健康。另外,适当参与休闲娱乐活动也有助于老年人保持积极的心态,减轻身体和心理上的压力,提升整体健康水平。

其次,社会支持系统对老年人的体质健康起到积极的促进作用。良好的家庭关系是保证老年人身心健康的重要因素。亲人之间的关爱和支持能给老年人带来安全感和幸福感。社区支持也是一个重要的方面,社区组织可以为老年人提供医疗保健、社交活动和心理咨询等服务。积极参加社交活动也有助于老年人保持社会关系,减少孤独感、抑郁情绪等负面情绪,从而提升体质健康。

此外,经济因素也与老年人的体质健康密切相关。养老保险是一种重要的经济保障措施,能确保老年人在经济上的稳定和独立。如果老年人拥有足够的经济支持,他们能够更好地获得医疗服务、药物和其他必需品,从而提高体质健康。

最后,个人特征因素如性别、年龄、教育程度等也对老年人的体质健康有一定的影响。女性老年人相对于男性老年人更容易罹患慢性疾病,如高血压、糖尿病等。年龄是另一个明显的因素,随着年龄的增长,老年人的机体功能逐渐下降,容易受到各种健康问题的困扰。教育程度也会对老年人的体质健康产生影响,受过良好教育的老年人通常更加注重健康和养生,更容易接受新的健康知识。

综合考虑这些因素,我们可以制定相应的干预策略以促进黑龙江省农村老年人的体质健康。应该鼓励老年人保持健康的生活方式,包括良好的饮食习惯、适度的体育锻炼和参与社交活动。同时,加强社会支持系统建设,提供家庭、社区和社会的支持和帮助。政府和相关部门也应加强老年人经济保障措施,确保老年人享受到充足的医疗服

务和物质保障。此外，教育宣传活动也非常重要，通过宣传和教育提高老年人的健康意识和知识水平，促使他们能够主动参与体质健康管理和维护。

### 3.4 黑龙江省农村老年人体质健康与乡村振兴的关系

研究结果显示，黑龙江省农村老年人的体质健康与乡村振兴之间存在一定的关系。首先，乡村振兴政策的实施可以提供更好的社会保障和医疗资源，有助于改善老年人的体质健康状况。在乡村振兴的推动下，农村地区的医疗条件得到了提升，医疗服务的覆盖范围逐渐扩大，老年人可以更方便地获得医疗和健康服务。此外，在农业科技的发展降低了农业强度的情况下，乡村“空心化”现象未得到缓解之前，低龄老人就地兼业能在一定程度上解决乡村产业发展的劳动力问题<sup>[4]</sup>。其次，保障城乡居民共享全民健身公共服务发展成果，促进城乡全民健身公共服务均等化，助力体育强国建设<sup>[5]</sup>，随着乡村振兴的不断推进，越来越多的运动场馆、健身设施以及文化娱乐设施得到修建，老年人可以参加各种体育锻炼、文化娱乐活动，提升身体健康水平和生活质量。老年人的社交活动和互动也得到了增加，有助于改善心理健康和情感状态。

然而，乡村振兴过程中也会带来一些负面影响，如环境污染、社会结构调整等，可能对老年人的体质健康产生一定的不利影响。乡村振兴可能导致土地资源的过度开发和环境的恶化，增加了老年人接触到的污染物和有害物质，加剧了老年人的健康风险。此外，农村社会结构的调整可能导致老年人的社会支持网络受到破坏，社会活动和参与度的下降，进而影响到老年人的身心健康。因此，乡村振兴应该在政策制定和实施过程中充分考虑老年人的特殊需求和关注老年人体质健康的问题。应加强环境保护工作，减少污染物排放和对土地资源的过度开发，确保老年人的居住环境安全和健康。同时，要注重建设老年人的社会支持网络，鼓励老年人积极参与社会活动，加强社会关爱和服务，提高老年人的生活质量和幸福感<sup>[6]</sup>。

## 4 讨论

### 4.1 对研究目的的回溯

本研究的目的是探究乡村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康的情况。通过对大量调查和数据分析，我们取得了一些显著的研究成果。乡村振兴是当前中国推动农村发展的重要战略，而农村老年人作为农村社会的重要组成部分，其体质健康状况对于乡村振兴的实施和农村社会的稳定具有重要影响。因此，研究乡村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康的情况具有重要的理论与实践价值。通过系统的调查与分析，我们旨在深入了解黑龙江省农村老年人的体质健康状况，探讨其与乡村振兴的关系，并为乡村振兴战略的实施提供科学依据。在本研究中，我们将对黑龙江省农村老年人的体质健康状况进行全面的调查与测评，并结合其对乡村振兴的认知与态度，探讨影

响黑龙江省农村老年人体质健康的因素。通过研究结果，我们希望能够在乡村振兴背景下为黑龙江省老年人的体质健康问题提供一些有效的解决方案和政策建议。

### 4.2 讨论与发现

首先，在黑龙江省农村地区，老年人的体质健康普遍存在一定程度的问题。调查结果显示，黑龙江省农村老年人的体质健康普遍较差，存在着较高的慢性病发病率和日常生活能力下降的现象。这可以部分归因于黑龙江省农村地区相对滞后的经济发展水平和医疗资源的不足。经济条件的限制和医疗服务的不便利性，使得老年人在健康管理上面临一定的困难，很难得到及时有效的医疗和康复服务。

其次，对乡村振兴的认知与态度对老年人的体质健康存在一定的影响。研究发现，乡村振兴政策的实施程度与老年人的体质健康水平存在正相关关系。随着乡村振兴政策的推行，农村地区的基础设施建设、医疗卫生条件和社会保障水平逐渐提高，老年人得到了更好的生活待遇和医疗保障，从而有助于改善他们的体质健康。

此外，影响老年人体质健康的因素主要包括经济因素、社会支持网络、生活方式等。经济因素是影响老年人体质健康的重要因素之一。相对较低的经济收入和不足的社会保障水平使得老年人在健康管理方面面临一定的挑战，缺乏足够的资金投入来满足自身的医疗、康复和养老需求。同时，社会支持网络的缺失也会导致老年人在心理、情感和生活方面的需求得不到满足，进而影响其身心健康。

最后，本研究发现黑龙江省农村老年人的体质健康与乡村振兴密切相关，乡村振兴政策的实施对老年人的体质健康具有积极的推动作用。随着乡村振兴政策的不断深入实施，黑龙江省农村地区的经济、医疗和社会保障条件将得到进一步的改善，从而为老年人的体质健康提供更好的保障和支持。然而，还需要进一步加强对老年人的健康教育和促进健康行为的干预措施，以改善老年人的生活方式和健康管理水平。此外，还需加强社会支持网络的建设，为老年人提供更多的社会关爱和支持。只有综合考虑各个因素，才能全面提升黑龙江省农村老年人的体质健康水平，推进乡村振兴进程。

## 5 结论与建议

### 5.1 结论

本研究存在一些局限性需要注意。首先，在样本选择方面，本研究仅选取了黑龙江省农村地区的部分老年人，这样的样本规模可能无法全面代表整个黑龙江省农村老年人群体。因此，研究结果的适用性和推广性可能有一定的局限性。其次，在数据收集方面，本研究由于受到时间和资金等资源的限制，采用了问卷调查和现场观察的方式，可能导致数据的收集过程存在一定的信息倚偏和主观判断。尽管我们尽力保证数据的客观和准确，但仍难免存在一定的误差和主观因素的影响。此外，在数据分析方法上，

本研究采用了统计分析方法进行数据的处理和解码。然而,统计分析方法的选择可能限制了对数据更深入的挖掘和分析。在今后的研究中,可以考虑结合其他更先进的数据分析方法,如机器学习算法或深度学习技术,以获取更准确、全面且精细的研究结果。综上所述,尽管本研究努力进行了严谨的设计和实验,但在样本选择、数据收集和数据分析方法等方面存在一些局限性,需要在解读和推广研究结果时注意相关限制。

## 5.2 建议

在未来的研究中,我们建议扩大样本规模,增加研究地域范围,以提高研究结果的代表性和普适性。此外,可以采用混合研究方法,结合定量和定性研究,以全面了解老年人体质健康问题的影响因素。定量研究可以通过统计分析大量样本数据,揭示老年人体质健康状况与不同因素之间的关系,提供具有一定普遍性的结论。而定性研究则可以通过深入访谈、焦点小组讨论等方式,探索老年人体质健康背后的实际经验、态度和行为习惯等,从而增加对问题的深度理解。同时,也需要结合政策和干预措施进行研究,探索有效的促进老年人体质健康的途径和策略。可以对不同地域、社区实施相应的健康政策和健康教育,提高老年人的健康意识和健康行为,增强他们的体质健康水平。需要注意的是,研究人员在开展相关研究时,应注意确保研究伦理,保护参与者的权益,并加强与政府部门、社会组织合作,形成多方合力,共同推进老年人体质健康问题的解决。这些改进措施和研究方法的应用有望为乡

村振兴背景下黑龙江省农村老年人体质健康的研究提供更加可靠和有效的依据。

基金项目:课题信息:黑龙江省哲学社会科学规划项目,数字经济驱动黑龙江省体医融合公共服务精准供给的实现路径研究(课题编号:23TYB165)。

## [参考文献]

- [1]杨向军.乡村振兴战略下我国城乡体育融合发展研究[D].上海:上海体育学院,2023.
- [2]刘志超.乡村振兴战略下武汉城市圈城乡体育融合发展研究[D].武汉:武汉体育学院,2023.
- [3]张斌.乡村振兴背景下我国老年人体育公共服务多元共治困境与路径研究[Z]//中国体育科学学会.第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(体育社会科学分会).巢湖学院;,2023:2.
- [4]刘平.养老视域下农村低龄老人就地兼业需求优先序及影响因素研究[D].南昌:江西农业大学,2022.
- [5]向艳梅.乡村振兴战略背景下全民健身公共服务体系优化研究[D].广州:广州体育学院,2022.
- [6]陈仁安.英美农村区域规划经验及对中国乡村振兴的启示[J].世界农业,2018(6):24-28.

作者简介:贾宇祥(1999—),男,汉族,黑龙江佳木斯人,硕士在读,佳木斯大学,研究方向:运动人体科学;  
\*通讯作者:汪作朋(1981—),男,黑龙江双城人,博士,副教授,基础医学在站博士后,佳木斯大学,研究方向:运动训练理论与实践,少数民族传统体育文化。