

居安思危,养老金要积极应对人口老龄化

□ 杨燕绥

养老金是保障老年日常开支的现金流,即养命钱;也是促进劳动人口就业的强心剂。养老金是老龄社会风险较大的公共品,分散风险的措施是夯实基础养老金、发展职业养老金和鼓励个人积累养老金,通过三类计划来提高养老金的充足性。

一、在进入老龄社会初期,中国实现了养老保险政策全覆盖

2015年,我国进入老龄社会15年之久,中国实现了机关事业单位和企业职工养老保险并轨,费率均为工资总额的20%+8%;城乡居民养老保险并轨,模式均为个人储蓄加政府养老补贴。2016年,国家基本养老保险覆盖了3.8亿职工和5亿城乡居民,按16岁人口10亿人估计,养老保险覆盖率在88%左右;全国职工基本养老保险平均支付水平为2326元,养老保险基金累计结存由2008年的9925亿元增到2016年的43965亿元,职工养老保险基金当期结余约3200亿元;累计结余达3.86万亿元,其中企业职工养老保险基金结余3.7万亿元。按当前待遇水平也可确保17.2个月支付。目前,已经启动基本养老保险基金投资运营、划拨部分国有资本充实社保基金等措施,国家社会保障储备基金资产超过2万亿元人民币,专门用于人口老龄化高峰时期的社会保障支出的补充和调剂。

二、在进入深度老龄社会之前,中国亟待调整养老金结构

中国约在2025年左右进入深度老龄社会,养老保险缴费人数与领取人数的比例约为2.5:1,且呈现下降的趋势。目前,基本养老保险支出增长率快于收入增长率,财政部补贴与养老保险自身收入的占比不断增加,而且这种趋势很难改变,制度的持续性值得关注。

老龄社会最突出的问题即代际利益冲突。此时国家要坚持两个精算平衡,一是基于国民平均寿命建立早减晚增的养老金领取机制,以平衡个人就业和领取养老金的关系,要保持制度的激励性;二是确保养老金制度收支平衡,以协调就业参保人和养老金领取者之间的利益,要保持适度的互济性。基本养老金看似是国家和政府的责任,其实也是每个国民之间的事情。目前在中国普遍存在的,将提前退休领取养老金作为单位减员和个人减负的做法,如同向公共河流倒污水,不久就会发现大家都将受到伤害。

1942年,英国福利大师贝弗利奇在《社会保险与服务报告》中强调,社会保障需要国家和个人的合作,是促进社会进步的社会政策之一,既要有助于消除贫困,也要有助于消除懒散;国家在尽职尽责时,不应扼杀对个人的激励,并赋予他们一定的责任和空间,为自己和家人提供更高的保障水平。在一个国家

接近深度老龄社会时,这种代际利益冲突则日趋明显,人们会发现基本养老金税费负担越来越重,养老金待遇水平却越涨越慢。以德国为例,2002年在进入超级老龄社会之前,通过立法确定企业和个人的养老保险费率均不得超过工资的10%,二者加总不超20%。一旦将费率封顶,则要通过夯实费基、增加正规就业、引入劳动人口、延迟领取养老金、降低养老金替代率等多种措施来维持养老保险制度的收支平衡;同时,他们大力发展了职业年金和鼓励个人积累养老金,以弥补公共养老金的不足。美国在1935年颁布了《老遗残持续收入保障法》(1964年加入医疗保险,成为社会保障法),以实现社会稳定;1974年颁布了《雇员退休收入保障法》(即职业年金法,近期有个别企业年金计划和地方政府职业年金计划破产),以激励国民就业;在美国两党和社会群体的激烈争辩中,几乎没有人质疑这个养老金制度结构。

在我国老龄化加速,经济下行压力加大,财政收入增速放缓的大背景下,未来养老金支付压力必然加大,调整养老金结构是近期中国社会生活中的一件大事。目前统账混合的养老保险作为现收现付的制度安排,累计基金可支付17个月,其稳定性是充分的;作为部分积累的制度安排,其稳定性是不足的;同时,28%的费率也挤出了多数用人单位建立职业年金的能力。按照中

国老龄社会发展的时间表倒计时的解决社会问题,我们还有8年时间。养老金的顶层设计需要党中央做出具体决策,做好如下三件事:

一是夯实基础养老金以实现社会稳定与公平。主要工作包括夯实缴费基数以增加养老基金收入;调整费率以明确国家、企业和个人的责任,建议降低单位费率(目前的20%过高)、明确个人费率(目前的8%属性不清楚)、规范财政补贴为固定费率(如4%)用以补偿制度“中人”和“老人”的视同缴费工龄;由此继续提高和稳定参保率;提高养老基金的统筹层级,从省级到中央,促进劳动力合理流动,平衡地区间在经济发展和人口结构等方面的不平衡现象,解决在全国基本养老保险基金累计结存逐年上升,若干统筹地区却出现当期收不抵支的问题。

此外,建立养老金待遇调整机制和早减晚增的领取机制,鼓励国民增加就业年限和延迟领取养老金;完善国家社会保障储备基金制度;也是夯实基础养老金的必要条件。

二是大力发展职业年金(含企业年金)以激励就业和增加养老金。由于劳动力成本增加和企业竞争压力加大,企业年金的发展空间已经变窄,完善受托人制度和对基金资产进行合理配置,实现保值增值目标至关重要。我国事业单位发展职业年金的筹资能力十分有限,且不均衡。如果能够建立国民福利账户,打通职业年金和住房公积金,二金先用于购买首住房、再用于积累职业年金,不仅可以降低单位费率,还可以让更多的事业单位建立职业年金计划。

三是鼓励自雇人、自由职业者和居民个人积累养老资产,包括养

老金、养老房产和长期护理保险等。国家对个人养老账户实行“先免后延”政策,在一定额度内实行免费政策,达到一定额度后实行延期征税政策;做到每年有额度、终生有封顶,避免成为富人俱乐部;由个人选择产品,包括购买商业年金保险、养老基金、卖掉首住房置换护理保险的个人安排。进入老龄社会,人们购买首住房的意义自始就有两个目的,即居住和养老。

综上所述,我国养老金制度框架日趋完善,目前基本养老保险基金运行总体平稳,为养老金结构调整争取了时间。只要不失时机的完成顶层设计、建立全国统一的信息系统和管理服务体系,养老金制度将可以激励就业和持续发展,成为积极应对人口老龄化的有效措施。□

编辑 郭军平

| 东鳞西爪 | DONGLINXIZHAO

睡眠质量与饮食有关

□ 文尚伊

睡眠,是人一天中身体修复的重要时段。此时身体的肌肉在自动修复,大脑可以充电,其他一些人类尚未完全了解的健康益处也在悄悄进行。研究表明,睡眠不足,会导致人们第二天想吃高热量食物、打乱睡眠周期,导致健康状况不佳。由此证明,饮食和睡眠息息相关。

下面给大家介绍几种食品,可以改善您的睡眠质量。

洋甘菊茶 研究表明,洋甘菊茶是一种天然镇静剂和睡眠诱

导剂。在泡制该茶时,水的温度可以高些。需要注意的是,有些人会对洋甘菊茶过敏。

温热牛奶 睡前喝一杯温热的牛奶,可以使睡眠质量更好。牛奶中含有色氨酸,能促进睡眠。研究表明,母乳中的色氨酸有助于婴儿健康睡眠。

香蕉 香蕉不仅含有色氨酸,还有丰富的钾,这是人体健康和肌肉放松的重要元素。研究表明,摄入足够钾的人,更容易进入睡眠状态,并且深度睡眠时间长。

除了提高睡眠质量,适量补充镁能预防中风、心脏、骨骼等疾病。

含褪黑激素食物 褪黑激素是人体产生的一种激素,它是调节人睡眠周期、昼夜节律的因素之一。美国国立卫生研究院指出,褪黑激素对治疗睡眠有效。含天然褪黑激素的食物有:酸樱桃汁、橙黄色甜椒、核桃、西红柿、亚麻种子、杏仁、树莓。

影响睡眠的罪魁祸首是咖啡因。咖啡因不仅出现在咖啡中,还出现在巧克力、茶、能量饮料中。

为了改善睡眠质量,我们可以做一些小的改变:每天30分钟的心血管系统锻炼,帮助身体夜间很好地休息,减少在床上看电视、平板电脑、智能手机的时间。研究表明,限制睡前刷手机时间,可以改善睡眠质量。□

编辑 王珊珊