居民医保可买长护险了！

个人31元的民生兜底，读懂社保“第六险”的分量

随着大足区2027年度城乡居民医保集中征缴工作全面启动，一项惠及千家万户的民生新政正式落地：长期护理保险首次同步面向全体城乡居民开放参保。缴纳居民医保时仅需多缴31元/年，就能为家庭添置一份应对失能风险的制度保障。

这不是缴费清单上简单新增的一个项目，而是重庆长护险制度从“职工专属”迈向城乡普惠的标志性一步，也是长期护理保险制度从试点探索走向全民覆盖的基层落地。它对准的，是老龄化背景下无数家庭共同的现实难题：当家人因衰老、重病、意外失去生活自理能力，漫长的照护重担该由谁来托底。

很多人熟悉医保，却未必真正理解长护险的价值。医保侧重疾病诊疗、药品住院等医疗费用报销，解决“看病就医”的需求；而被称为社保“第六险”的长护险，聚焦的是失能后的长期生活照料，覆盖进食协助、翻身擦浴、失禁护理、基础康复等日常照护场景，解决的是“病后、老后谁来照顾”的问题。

数据显示，当前我国60岁及以上老年人口已达3.2亿，其中失能老人约3500万。对普通家庭而言，失能带来的往往是双重压力：经济上，专业护工每月数千元的费用持续累积，足以掏空一个家庭的积蓄；人力上，“一人失能、全家失衡”，常有子女被迫放弃工作全职照护，家庭收入中断、照护者身心透支，成为难以言说的民生之重。

长护险的核心逻辑，正是社会保险互助共济的本质：人人小额参保汇聚保障基金，把少数家庭面临的巨额照护风险，分摊下来，实现风险共担。它不直接发放现金，而是报销合规的护理服务费用，既让失能人员获得专业照护，也把家属从24小时连轴转的照护事务中解放出来。自2016年国家启动试点以来，全国长护险已覆盖3.08亿参保人，累计惠及超330万失能人员，是应对人口老龄化的核心制度安排。

作为全国首批长护险试点城市，重庆已历经7年制度探索。2026年8月，《重庆市建立健全长期护理保险制度实施方案》正式印发，明确将长护险参保范围扩展至城乡居民。这意味着，长护险不再是城镇职工的专属保障，广大农村居民、未成年人、参加居民医保的灵活就业人员都将纳入同一张保障网，推动基本照护保障统筹城乡、公平可及。

按照全市统一政策，大足区2027年度居民长护险实行个人缴费与财政补助1:1分担，每人每年筹资总额62元，其中个人承担31元，财政配套补助31元。长护险需与居民医保同步参保，不可单独缴费；18周岁以下未成年人随居民医保自动参保，免缴长护险个人费用；特困人员、低保对象等困难群体按规定享受参保资助，特困人员全额资助、低保对象定额资助。

日前，记者走访棠香街道某长护险定点养老机构看到，政策减负效果直观可感：一名重度失能老人入住单间，床位、伙食加护理费打包每月约3800元；纳入长护险报销后，目录内合规护理费用按居民政策比例报销，家庭每月自付费用降至约2200元。

需要明确的是，长护险报销范围仅限目录内的护理服务费用，床位费、伙食费不在报销范畴。目前居民长护险处于起步阶段，保障对象为经官方失能等级评估确认、失能状态持续满6个月的重度失能人员，合规护理费用基金支付比例约50%，不设起付线。

参保群众可根据家庭实际，选择机构集中照护、居家上门护理等多种服务模式。据介绍，当前长护险基础护理服务清单包含28项内容，2027年将扩容至36项，新增常规换药、吞咽功能训练等基础医疗护理项目，进一步覆盖多元照护需求。

2027年度居民医保和长护险的集中缴费期，从2026年10月持续至2027年1月底。参保群众可通过渝快办、微信、支付宝线上缴费，也可前往村（社区）便民服务点线下办理。逾期未在集中征缴期参保的，将按规定设置待遇等待期，无法及时享受保障。



对乡村失能老人进行能力评估。



村干部带着养老政策在田间向村民宣传。



专业助浴师上门为乡村失能老人助浴。



失能老人能力评估现场。

记者手记

在走访定点养老机构、跟进基层征缴宣传的过程中了解到，失能老人的照护重担，长久以来都压在一个个普通家庭肩上。而农业人口占比高、老龄化程度较深的区县，居民长护险的落地，补上的不只是社保体系的一块拼图，更是城乡之间长期存在的照护保障短板。

长久以来，农村家庭面对失能风险几乎没有太多选择：青壮年外出务工，留守老人一旦失去自理能力，要么靠亲属居家硬扛，既缺乏专业照护知识，也透支着家庭劳动力；要么自费入住养老机构，长期的护理开支对普通农户而言是沉重负担，“因失能致困、因照护返贫”的风险始终存在。这份原本由单个家庭独自承受的重量，如今终于有了制度层面的托举。

一年31元的个人缴费门槛看似微小，背后却是社会保险“互助共济”的核心价值。以较低的成本汇聚保障合力，让普通农村家庭也能提前锁定一份专业照护预期，把个体家庭的极端风险，转化为全体参保人共同分担的可控成本，这正是普惠型社保最实在的民生意义。

长护险带来的改变，不只是一笔经济账。标准化的专业翻身、擦浴、康复护理，远比家属非专业的照料更科学，既能减少并发症，也最大限度维护着失能人员的生活尊严；而家属得以从24小时无休的照护事务中抽身，不必再在“挣钱养家”和“贴身照料”之间做两难抉择，本质上是对家庭劳动力与家庭生活的双重解放。

长远看，制度扩面也将撬动本地护理产业从零散走向规范，催生出更多本土化护理岗位，让更多劳动力实现家门口就业，最终形成“制度保障—产业发展—服务提质”的正向循环，为老龄化背景下的乡村民生，提供更可持续的解决方案。

民生政策的温度，往往藏在这些兜底的细节里。31元的小额投入，兜住的是失能家庭的生活底线，撑起的是千家万户对安稳晚年的底气。

大足融媒全媒体记者 余佳