



單身不孤單 用保障致敬未來

11 月光棍節，不只是購物的狂歡節，也是單身族重新審視自己生活的時刻。「單身是一種自由，但自由需要規劃來守護！」生病了、失能了、失智了…這些可能情境都是單身族需要獨自承擔的風險，單身族常以為「沒人要繼承，就不需要保險」，而這正是最大的盲點！本期邀請兩位保險專家李宜芳、黃馨慧，從自身單身經驗出發，分享如何透過保險規劃，讓「一個人生活」，不只是自由，更能安心。

文／洪詩茵 攝影／陳建宏



在少子化、晚婚、甚至不婚逐漸成為社會常態的今天，單身族群的人數持續攀升。根據內政部統計資料，台灣 25 至 44 歲單身人口已經突破 470 萬人，比例年年上升，形成鮮明的「一人世代」現象。這群人經濟獨立、生活自主，卻也面臨另一種隱憂——當意外、疾病或老後生活來臨時，如何在沒有伴侶與子女依靠的情況下，為自己打造一個有尊嚴、可安心依靠的未來？

永達兩位保險專家都直接破題，「單身的人更需要保險，因為沒有人能替您扛風險。」相較於已婚族群，單

身者必須自己成為「自己的靠山」。他們需要透過保險來預防突如其來的醫療費用與收入中斷，也要為未來的退休與長照生活預先鋪路。從實支實付醫療險、失能照護險，到可作為退休規劃的保單，都是為自己預備安全網的關鍵工具。

此外，隨著長壽與失智風險提高，專家更建議單身者可搭配「安養信託」與「意定監護」制度，確保未來即使失能，也能維持生活品質與財務自主。保險不僅是保障，更是一種責任與承諾——向未來的自己致敬，也讓人生每個階段都能活得自在、有尊嚴。

李宜芳 Profile

現任 |

永達保險經紀人業務儲備協理

保險年資 |

14 年

得獎紀錄 |

4 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員

中國國際保險精英圓桌大會 CMF

國際華人龍獎 IDA

座右銘 |

人生所有的經歷都是神～～愛的禮物



李宜芳・用保險 讓未來聽您的話

談起單身族對保險的迷思，永達保經李宜芳業務儲備協理笑著說，很多人會覺得：「我沒有家人要養，也沒人靠我，為什麼要買保險？」但她認為，這正是最大的誤解。「保險的關鍵不在於別人，而是您自己。」她說，保險的本質是「愛與責任」，只是單身者的責任對象，從家人轉為自己。「如果您愛自己，就要替未來的自己安排好所有細節，這才是真正的安全感。」

李宜芳觀察，許多單身者在早年購買醫療險時，並未預期自己會長期一人生活。隨著年齡增長，身體與收入結構改變，若沒有提前調整保險內容，容易在需要時才發現保障不足。「一個人倒下時，誰能幫你？」這是她在服務單身客戶時最常提醒的一句話。

單身者面臨疾病時最大的恐懼，不是生病本身，而是「沒人照顧」。李宜芳提到，之前她生病開刀時，就是自己一個人安排住院、開刀，她以過來人的角度建議，應優先檢視醫療險的「實支實付」額度是否足夠，醫療技術越進步，費用就越高，若能

快速接受良好治療，縮短復原期，也能減輕照顧壓力。

其次，她建議提高終身醫療險的日額，因部分終身醫療險在特定條件下有給予手術費用的額外理賠倍數，「單身族年輕時家庭負擔較輕，應趁健康、費率低時拉高額度。當老年收入中斷時，這些保險給付就能補足住院與看護費用，甚至維持生活品質。」若預算有限，也可預留「專用醫療照護金」，確保未來有應急資金。

再者，「人不怕死，就怕不能工作。」單身者往往經濟獨立，若因意外導致失能，沒有人能代替維持生活開銷，所以單身者還要額外注意意外失能保障，根據職業風險調整規劃重點。

單身最怕失能、失智，李宜芳有一位女性客戶，離婚、獨力扶養三個孩子，兩人認識時，客戶大約五十幾歲，後來客戶罹患失智症，雖然有規劃失能險，但孩子領了保險費卻不願花在客戶身上，最後客戶只能輾轉在三個孩子間，成為燙手山芋。「那一刻，我深深感受到，長壽不只是祝福，有時也是一場對照護與自主的考驗。」

保險服務心法

從補教業轉戰保險業，對李宜芳而言，其實是一場不得不的轉折。在補習班任教十多年，因少子化趨勢，學生人數從一班 40 人減到 10 人，她開始思考：「接下來要走哪一條路？」當時她的保險業務，邀請她聽了一場永達的稅務講座，「那是我第一次真正理解保險的力量——它不只是醫療、意外保障，更是人一生財務風險的整體規劃。」

一場講座改變了李宜芳的心念，她開始白天到永達學習、考證照、聽課程，下課後再趕去補習班，不過一年時間，保險業收入就超越本業，轉而專注經營保險業。白紙轉入，李宜芳選擇從「緣故」做起，她說：「許多學生家長本身是企業主，我從輔導孩子教育，轉為關心他們的家庭與退休規劃，成為他們值得信賴的顧問。」

永達完善的訓練系統，從問卷分析、稅務課程到退休規劃架構，讓李宜芳在轉換的過程中不慌不亂，也找到自己的專業定位。從補教到保險，對她而言，表面看似跨界，其實核心一樣：都是在「幫人」，只是從幫孩子改為幫家庭如何守護未來。

李宜芳總結單身者老後的三大風險：活得久但收入中斷、失智或失能時無人照護、資產被誤用或侵占。她說：「重點不在『您有多少錢』，而是這些錢能不能依照您的意志被使用？」針對這些擔憂，她提出三層整合方案，以制度化的方式，讓未來「聽您的話」。

第一層：醫療與長照保險

透過醫療險與長照險，應付住院與照護支出，確疾病來時生活不失衡。

第二層：保險金信託

將終身壽險交由信託銀行管理，預先規範保險金用途，例如：照護、醫療、喪葬及捐贈。這樣做的好處是，錢不會被濫用，能專款專用，讓保險金真正照顧到未來的自己。其中三個重要關鍵是：

1. 專款專用：用途明確，避免資產被濫用或侵占。
2. 信託受託人：由銀行或其他信託業者依法執行，保障中立。
3. 自我控制權：在神智清楚時設定條件，即使未來失智也能維持尊嚴。

第三層：意定監護制度

根據《民法》第 1113 條之 2，個人可在意思健全時，預先指定一位信任的監護人。這個制度透過公證契約，具備法律效力，讓您能決定未來誰可以替你做醫療決策、保險與信託金的啟用、生活與療養的安排，這個人可以是律師、信託銀行或信任的朋友。

她進一步說明，「保險 + 信託 + 意定監護」是最完整的保護方案，監護人可依法啟動照護金、安排醫療計畫，甚至執行「不插管」等照護意願，讓未來的自己被尊重。

保險不是「為孤單準備」，而是「為自由準備」。李宜芳說：「真正的安全感，不是有人陪你，而是未來的每一步，都已被您安排好。」

長壽是福氣，但要有準備；失智不可怕，只要資金與意願已經就位。

「保險是累積資金、信託是執行、意定監護是靈魂。三者結合，就能讓單身者活得更有尊嚴也更安心。」李宜芳說道。

單身不代表孤單，當您透過規劃，把未來交回自己手中，人生的每一刻，都是向自己致敬。

黃馨慧 Profile

現任 |

永達保險經紀人業務儲備協理

保險年資 |

26 年

得獎紀錄 |

5 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員

中國國際保險精英圓桌大會 CMF

國際華人龍獎 IDA

座右銘 |

天道酬勤。



黃馨慧 · 用保險 自己做自己的靠山

近年來，單身人口快速上升，無論是未婚、離婚或喪偶，越來越多人選擇以一己之力走完人生旅程。然而，當疾病、意外或老後生活來臨時，「沒有依靠」往往成為最大的焦慮。

「單身者需要保險，而且可能比已婚者更需要。」永達保經黃馨慧業務儲備協理說道。保險的核心價值就在於讓自己在任何狀況下都有退路，對單身者而言，需要保險的理由有三：

- **自己做自己的靠山：**單身者是自己最大的經濟支柱，一旦發生意外，必須靠保險轉嫁相關風險。
- **減輕風險發生時的經濟壓力：**意外或疾病可能帶來高額的醫療費用和收入中斷，保險能避免陷入吃老本的困境。
- **提早規劃老後的生活費：**沒有子女可依賴，更需要透過保險來確保退休後的生活品質，避免晚年陷入經濟困境。

「老並不可怕，沒有尊嚴才可怕。年輕時不存糧，老了又老又窮又病，才是人生真正的悲哀。」黃馨慧建議單身者要從四個面向來看自身的保險規劃，

一、在不健康的老時，補足實支實付醫療：

單身者應從醫療基礎做起，特別是「實支實付」的保障，建議醫療給付保額至少要有 30 萬元，並每年檢視一次保單狀況，就像健檢一樣，因應醫療環境進行調整。過去許多定期日額型或終身醫療險，都只能補貼病房費，無法應付高額自費項目，因此建議要加強能賠自費的實支實付險。

二、在健康的老時，創造足夠的被動現金流：

在有能力時準備退休金，創造固定的被動收入，老後才能應付基本生活開銷。可以透過投資型保單，選擇配息基金，創造被動收入；也能規劃還本型保單或有保價金的壽險，特色是活越久累積越多。以目前國人的生活成本估算，要維持一定生活品質，退休後每月至少要有 3 萬元現金流。

三、有錢的單身高齡者，加強失能照護和資產保全：

對高資產族群而言，雖然醫療費用的轉嫁可有可無，但仍應重視失能照護、資產保全和財富傳承等需求。「有錢也需要保險」，透過失能險，萬一意外、疾病突然降臨，導致無法工作，可以轉嫁照護費用，讓生活更有保障；而為了避免投資失利、以及層出

保險服務心法

「一句承諾一生朋友」是黃馨慧 26 載保險生涯的核心理念。最初基於嚴峻的經濟壓力，在與先生離婚後，獨自撫養三個孩子，同時承擔著工廠結束後的百萬負債。深知傳統工作無法快速清償債務並實現「買房子」的目標，因此決心進入這個能讓她「多少收入自己決定」的行業。

由於缺乏人脈，她從零開始，專注於陌生拜訪。她形容自己曾每天吃「免（台語）」，但她學會克服心裡的恐懼感，主動開口認識陌生人。她將主管口中口語不清、無人脈等劣勢轉化為優勢，用真誠讓客戶安心，累積了 1,000 多位客戶。

為了履行「一輩子的服務承諾」，同時考量市場趨勢、產品限制，黃馨慧在 40 幾歲的時候，放棄可觀的續佣，轉至永達服務。將服務層級從過去的醫療保障提升至退休與資產風險規劃。

為了確保即使自己退休，客戶的服務也不會中斷成為「孤兒保單」，她更已做好服務傳承的規劃：她有兩位兒子已具備保險證照，未來將接手服務，真正實現她對客戶「一生朋友」的承諾。

不窮的詐騙等風險，則建議規劃利變型增額終身壽險，其繳費期滿、保價金隨時間複利增值的特性，能避免資產被通膨、詐騙或市場波動吞蝕。

四、沒錢的單身高齡者至少需有重大傷病、意外險：

經濟條件有限的單身族，除了必備實支實付醫療險之外，也建議備妥「一次給付的重大傷病險、癌症險與意外險」三大基本防線。越早開始準備，用小錢換大保障，是對自己最好的投資。此外，保險具備紀律性繳費的特色，對擔心自身定力不足的單身族而言，是準備退休金的最佳工具，透過繳費期固定的壽險或年金型商品，尤其是利變型增額終身壽險，能確保長期累積資產、避免退休時無以為繼。

「現在不是怕不夠活，而是怕太長壽。」黃馨慧指出，許多單身長者擔心失智後被詐騙或無人照護，應善用安養信託與意定監護制度來預防風險。她建議四大重點。

- 一、透過安養信託將資產交由銀行代為管理，專款專用。
- 二、提前辦理意定監護，指定信任的朋友或親人負責就醫與財務事務。

三、簽署預立醫療決定書，註記於健保卡上，明確表達生命末期的醫療意願。

四、在聯徵中心申請金融註記，限制金融機構核發信用卡或貸款等行為，避免詐騙發生。

「照顧自己，不只是經濟層面，也包含身心尊嚴。」她說，善用保險與法律制度，才能在老後「活得久，也活得好」。

她特別分享一位 62 歲女性客戶的故事。這位客戶喪偶多年，一手撫養四名子女長大，為了保障孩子，早年買了近 60 張保單。客戶的保障結構非常複雜，終身醫療太多、自費實支卻只有 9.5 萬，意外險偏高，還本型保單比例過重，與客戶當下想照顧自己的需求不符，於是她協助重新設計配置，規劃 8 年期繳的利變增額保單，讓客戶從 79 歲開始，每年能有約 100 萬元的現金流，既能旅遊、做公益，也不用擔心成為子女負擔。

單身不孤單，只要您懂得為自己預備未來。保險，是自己照顧自己的最好方式，也是一份對未來的敬意。💡