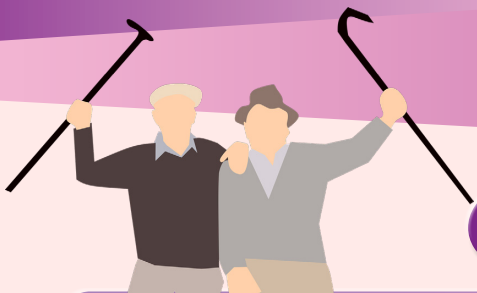


2020

我的退休金在哪兒

電子專刊





2020《我的退休金在哪兒》

CONTENT

壹、前言

P.03

拒絕下流 幸福樂退

貳、退休五大風險

P.05

長壽風險 / 醫療風險 / 長照風險 / 通膨風險 / 政策風險

參、退休金來源

P.14

退休金三大來源 / 退休規畫的過去式與進行式

肆、如何開始準備退休金

P.18

設定理想所得替代率 / 計算退休金總需求額度 /
計算社會保險及職業年金可領取的退休金額度 /
估算退休金不足度 / 選擇適合自己的退休規畫工具 /
PLUS：另需考量居住地域消費水平、是否有自住房、長期照顧需求

伍、從保險開始啟動退休規畫

P.30

適合退休機制的保險保障 / 增額終身壽險的退休優勢 /
增額終身壽險的規畫重點

陸、幸福樂退 番外篇

P.37

幸福老後鐵三角：老本、老身、老伴
退而不休 築夢踏實





壹、前言

拒絕下流 幸福樂退

狄更斯《雙城記》寫到：「這是最好的年代，也是最壞的年代。」身處當下高齡、少子化的年代，市場利率不斷下滑，錢不斷貶值，政府社會保險及職業退休金難以成為倚靠，加上無法預測的黑天鵝現象（疫情）影響，未來退休生活是好、是壞，完全取決於個人，過去是養兒防老的年代，未來是自己養老的年代，「安心退休」早已成為一種奢想。

政大風保中心與台灣人壽日前共同發布「2020台灣高齡社會退休生態觀察指標」調查，台灣民眾對未來退休財源充滿不確定感，對政府退休金制度的信心分數僅 50 分，個人退休金財源「自己儲蓄所得」首度擠下「第一層社會保險」，顯示「退休靠自己」的信念更加深化，民眾每月願意為退休準備投入的平均金額為新台幣 15,086 元，較 2019 年成長超過七成，顯示民眾對政府退休金制度缺乏信



壹、前言

心，也意識到要靠自己才能擁有理想的退休生活。至於想透過什麼工具進行退休



規劃？股票與債券 59.10% 為受訪者優先選擇，其次為定期存款（57.30%）與保險（53.20%），可看出民眾對退休規畫的心態已比過去積極。

2025 年台灣就會邁入超高齡社會，面對現行不確定的退休金制度，想要無痛退休，第一步，應了解未來可能面臨的退休風險；第二步，釐清退休金的來源；第三步，設立自己的退休目標；第四步，建立一套專屬自己的退休計畫；最後，必須有紀律地強迫自己依照規畫確實達成，才能幸福樂退！



貳、退休五大風險

長壽
風險

長照
風險

退休
五大風險

醫療
風險

通膨
風險

政策
風險

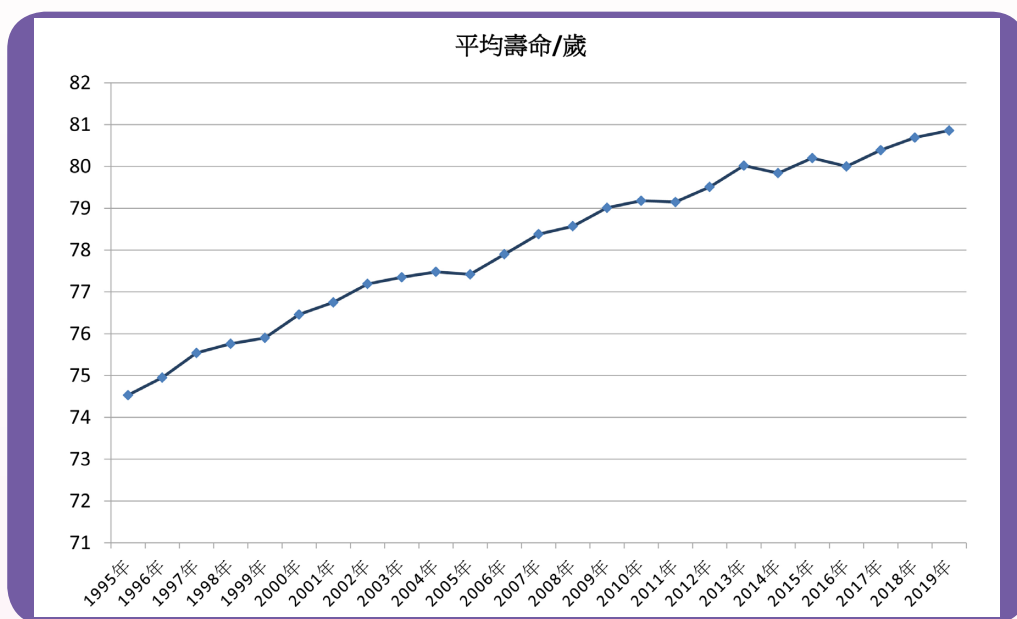




貳、退休五大風險

長壽風險

國人歷年平均壽命一覽



資料來源：中華民國內政部統計處

2019 年全國簡易生命表出爐，國人平均壽命 80.86 歲，其中男性平均壽命 77.69 歲、女性 84.23 歲。隨著醫療水準、食品安全、生活品質的提升及運動風氣盛行，國人越來越長壽，由上列圖表可知，從 1995 年到 2019 年，國人平均壽命提高了 7 歲，2019 年 65 歲男性平均餘命 18.59 年，65 歲女性平均餘命 22.23 年，顯見國人退休後普遍還要度過 20 年的退休時光，而這 20 年間的所有生活費、醫療費等支出，您都準備好了嗎？



貳、退休五大風險

醫療風險

國人平均壽命愈來愈高，依據衛生福利部統計，若將平均壽命分成「健康」及「不健康」二部分觀察，2018 年國人健康平均存活年數為 72.3 歲，不健康平均存活年數 8.4 年（合計 80.7 歲）。

而主計總處發布 2019 年家庭收支調查的消費支出內容，隨著國人平均壽命延長，衛生保健觀念增強，加上健保不給付新型用藥、醫療設備和器材，醫療保健支出佔家庭整體消費支出的比重逐年增加，2019 年已達到 16.0%，僅次於住宅服務、水電瓦斯及其他燃料（占 23.6%）。

有鑑於醫療費用逐年提升的趨勢，加上隨著年紀增長醫療費用應是只會增加而不會減少，應以醫療險彌補健保的不足，尤其醫療險有投保年齡的上限，更應趁年輕時及早做好相關規劃。

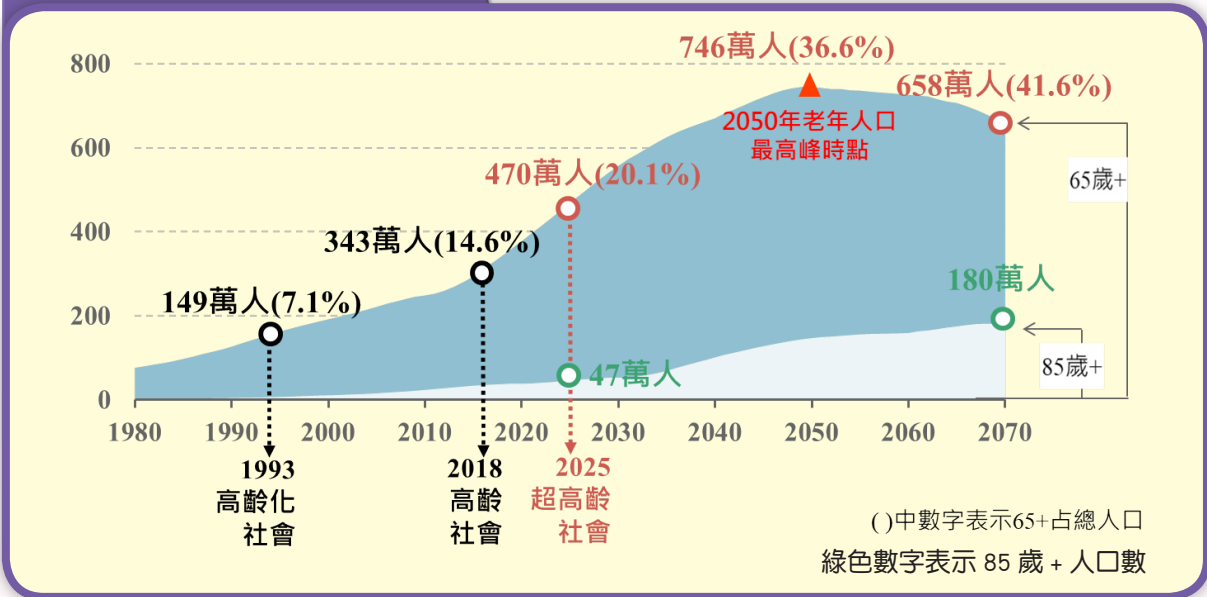




貳、退休五大風險

長照風險

台灣高齡化時程



資料來源：2020年8月，國家發展委員會「中華民國人口推估（2020至2070年）」

- 我國已於1993年成為高齡化社會，2018年轉為高齡社會，推估將於2025年邁入超高齡社會。

- 老年人口（65歲以上）年齡結構快速高齡化，2025年超高齡人口（85歲以上）達47萬人，2070年更增長至180萬人，超高齡人口占老年人口占比從10%增加至27%。

- 我國65歲以上人口占總人口比率，於2015至2070年間，由美、英、德、法、義、日、韓等主要國家中最低之列，快速增加至高於其他國家，僅次於韓國。



貳、退休五大風險

長照風險

莫讓兩代同垮 退休規畫長照不可少

衛福部推估國人一生中長照需求時間約 7.3 年（男性：6.4 年；女性 8.2 年），而全民健保主要支付民眾住院、診療、掛號、醫藥等費用，並未負擔民眾在家中安養的費用，長照費用大致包含看護、營養品和尿布等長期性支出，另還有輪椅、電動床、氣墊等非固定的一次性支出，若需要氣切等特殊照護，那費用就更可觀了。

中華民國家庭照顧者總會估算，照顧一位臥床長輩，每個月的支出大約三萬元到七萬元。而根據主計總處最新統計，受僱員工平均月薪約 4.2 萬元，這張長照時間表沒人可以預估究竟會有多長？我們可以傾盡全力照顧上一代，那我們自己呢？

或許有人會說可以善用政府的長照服務，但長照 2.0 不論是居家服務、送餐，或 A B C 整合照顧模式、



貳、退休五大風險

長照風險

莫讓兩代同垮 退休規畫長照不可少

失智共照中心、失智據點，都得「家裡有人」協助，然而台灣少子化嚴重，根據國家發展委員會推估，2070年總人口數會是2020年的六至七成，如果再讓自己或下一代綁死在照顧上，會是整個家庭、甚至國家的沈淪。

藝人侯怡君多年工作所得幾乎全用來照顧腦傷母親及全盲父親，她從不敢計算這麼多年花了多少錢，因為沒膽算才能繼續撐，为了不造成他人負擔，她預計為自己儲備六千萬退休金；昔日軍中情人方季惟為了照顧父母淡出演藝圈，陪伴罹癌父親及失智母親走完人生，單身的她，为了不造成弟妹負擔，開始規畫保險，包括儲蓄險及醫療險，更月繳2至3萬的長照保費。





貳、退休五大風險

通膨風險

個人所得及支出一覽

年別	每人可支配所得 / 萬元	每人消費支出 / 萬元
2019 年	35.1	27.5
2018 年	34.0	26.6
2017 年	33.2	26.4
2016 年	32.3	25.3
2015 年	31.1	24.5
2014 年	30.4	24.0
2013 年	29.4	23.3
2012 年	28.6	22.5
2011 年	27.6	22.2
2010 年	27.4	21.6
2009 年	26.6	21.1
2008 年	27.3	21.1
2007 年	27.3	21.2
2006 年	26.8	20.9
2001 年	24.3	18.4

資料來源：行政院主計總處

- ◆ 從 2001 至 2019 年，每人支出成長 49%，但所得僅成長 44%。收入成長速度比不上通貨膨脹的速度，因此退休規畫必須將通膨這個變數也考量進去。



貳、退休五大風險

政策風險

依台灣現行的退休制度，撇除個人理財的部分，勞工可依靠的退休金來源為勞保年金及勞工退休金（新制、舊制），軍公教人員的退休金來源為軍公教人員保險及軍公教退撫基金、私校退撫基金，農民的退休金來源為老農津貼及農民保險，至於無工作保險的一般國民，則只有國民年金可依賴。

2017年6月底，立法院三讀通過「公務人員退休資遣撫卹法修法」，公教人員退休金降幅介於9%至38%，約砍三分之一，但公教人員退撫基金未來仍將面臨入不敷出的窘境，而影響最大的勞保潛藏負債已高達10.2兆元，勞保年金改革勢在必行，將從延後退休年齡、降低給付水準、延長投保薪資採計期間、提高保險費率、政府資源挹注等五大面向並進，並採動態調整方式。





貳、退休五大風險

政策風險

現行的社會保險與職業退休金，大多採「確定給付制度」，在人口紅利結束、嬰兒潮世代退休潮來臨，以及少子化、高齡的趨勢下，這些基金未來怎麼砍都很難永續，唯有私人企業因為採「確定提撥制（存多少領多少）」，為個人退休專戶，因此未來不會有領取風險。

此外，所得替代率偏低更是潛藏的退休財務風險，在社會保險及職業退休金都無法保障退休生活的前提下，民眾只能透過個人理財規畫，提早建構未來退休生活的安全網，才能避免淪落為下流老人的窘境。





參、退休金來源

台灣民眾的退休金有三大來源：



※ 第一來源保障基本生活，第二、三來源則是退休生活品質的關鍵。

參考資料來源 / 勞動部勞工保險局





叁、退休金來源

退休金三大來源

	第一來源： 社會保險（政府 退休年金）	第二來源： 職業年金（企業退 休金）	第三來源： 個人理財（個 人儲備退休 金）
勞工	勞工保險（雇 主 70%、勞 工 20%、政府 10%）	勞工退休金（新制： 雇主負擔薪資 6%、 勞工自提薪資 1 ~ 6%；舊制：雇主負 擔薪資 2 ~ 15%）	個人儲蓄 商業保險 股票、基金、 債券、不動產 等個人理財資 產
公教人員	軍公教人員保險 （政府 65%、 軍公教 35%）	軍公教退撫基金 （政府 65%、軍公 教 35%） 私校退撫基金（教 職員 35%、政 府 32.5%、校方 32.5%）	
軍人	軍公教人員保險 （政府 65%、 軍公教 35%）	軍公教退撫基金 （政府 65%、軍公 教 35%）	
農民	老農津貼、農 民健康保險（政 府 70%、農民 30%）	—	
一般國民 （無工作 保險）	國民年金（國 民 60%、政府 40%）	—	



叁、退休金來源

● 退休規畫的過去式與進行式

年金改革的爭議問題不斷，除了農民健康保險長期虧損，勞工保險、軍公教保險、國民年金等社會保險，以及軍公教退撫基金，未來領取都有風險，民眾最好未雨綢繆，將個人理財提升到退休規畫的第一順位。





叁、退休金來源

● 退休規畫的過去式與進行式

退休の過去式：以社會保險為主要支柱



退休の進行式：以個人理財為主要支柱





肆、如何開始準備退休金

步驟一

設定理想所得替代率

步驟二

計算退休金總需求額度

步驟三

計算社會保險及職業年金可領取的
退休金額度

步驟四

估算退休金不足度

步驟五

選擇適合自己的退休規畫工具

PLUS：另需考量居住地區消費水平、是否有自住房、
長期照顧需求





肆、如何開始準備退休金

步驟一：設定理想所得替代率

$$\text{所得替代率} = \frac{\text{退休後每月可支配金額}}{\text{退休當時每月薪資}}$$

所得替代率是指退休後平均每月可支配金額與退休當時的每月薪資比例，是退休人員每月收入能否維持生活水準的關鍵。所得替代率愈高，代表退休生活水準也愈高。一般歐美國家的所得替代率都是介於6成至7成間，舉例來說，若退休前月薪是6萬元，那麼預計退休後的所得替代率就是4萬2千元。





肆、如何開始準備退休金

步驟二：計算退休金總需求額度

倘若預計 65 歲退休，可依照不同的平均餘命及每月所需月退休金額，粗擬一個退休金總需求額度分齡表，再依個人希望擁有的退休生活水平，決定個人的退休金儲備總金額。

壽命 (65 歲退休後年數)	80 歲 (15 年)	85 歲 (20 年)	90 歲 (25 年)	95 歲 (30 年)
每月 10 萬元	1,800 萬元	2,400 萬元	3,000 萬元	3,600 萬元
每月 8 萬元	1,440 萬元	1,920 萬元	2,400 萬元	2,880 萬元
每月 6 萬元	1,080 萬元	1,440 萬元	1,800 萬元	2,160 萬元
每月 5 萬元	900 萬元	1,200 萬元	1,500 萬元	1,800 萬元
每月 4 萬元	720 萬元	960 萬元	1,200 萬元	1,440 萬元
每月 3 萬元	540 萬元	720 萬元	900 萬元	1,080 萬元
每月 2 萬元	360 萬元	480 萬元	600 萬元	720 萬元

高
生活品質
↓
低



肆、如何開始準備退休金

步驟三：計算社會保險及職業年金可領取的退休金額度

勞工可至勞工保險局網站的「便民服務」項下點選「簡易試算」(<https://www.bli.gov.tw/0014161.html>)，再點選「勞保、就保給付金額試算 / 勞工保險 / 老年年金給付 (或一次請領老年給付)」，以及「勞工退休金月退休金試算」，計算個人勞保及勞退可以領回的退休金額度。

另外，勞退新制於 2020 年上路滿 15 年，只要符合年滿 60 歲、年資滿 15 年規定，就可以選擇一次領走勞工退休金個人專戶裡的錢，所以，15 年有其

階段性意義。由於勞工

退休金為個人專戶內的

金額，所

有權屬於

勞工，雇





肆、如何開始準備退休金

步驟三：計算社會保險及職業年金可領取的退休金額度

主不得查詢員工之勞工退休金個人專戶金額，勞保局目前提供勞工本人以下五種查詢方式：

1. 以「自然人憑證（需備讀卡機）」或「健保卡號 + 戶號（免插卡）」快速登入勞保局E化服務系統查詢（<https://edesk.bli.gov.tw/na/Logout.do>）。
2. 至勞保局各辦事處臨櫃查詢。
3. 向勞保局委託之 5 家金融機構（土地銀行、玉山銀行、台北富邦銀行、台新銀行、第一銀行）申請「勞動保障卡」，持該卡至發卡銀行的 ATM 查詢。
4. 以「郵政金融卡」至郵局 ATM 查詢（須在郵局簽署勞保局資料查詢同意書）。
5. 使用智慧型手機或平板電腦進入勞保局行動服務 APP 查詢（須先完成行動裝置認證）。





肆、如何開始準備退休金

步驟三：計算社會保險及職業年金可領取的退休金額度

勞保+勞退 案例簡易試算

◎ 條件：剛出社會工作的新鮮人，25歲、月薪3萬2千元、勞保投保級距33,300元

◎ 勞保65歲可以領回：

老年年金給付（每月）： ※ 試算公式來源 / 勞保局

公式 1 平均月投保薪資 × 年資 × 0.775% + 3,000 元
 $33,300 \times \text{工作 40 年} \times 0.775\% + 3,000 \text{ 元} = 13,323 \text{ 元}$

公式 2 平均月投保薪資 × 年資 × 1.55%
 $33,300 \times \text{工作 40 年} \times 1.55\% = 20,646 \text{ 元}$

1 和 2 擇優，故勞保每月可領回 20,646 元。

一次請領老年給付：

公式 平均月投保薪資 × 給付月數
 $33,300 \times \text{最高 45 個月} = 1,498,500 \text{ 元}$



◎ 勞退60歲就可以領回：

以勞退個人退休金網站試算（https://calc.mol.gov.tw/trial/personal_account_frame.asp），預估提繳率6%、投資報酬率3%、薪資成長率2%、工作年資35年、平均餘命20年～

每月可領 10,770 元 一次請領 1,946,719 元

依照上述案例的退休金試算，每月可領回 31,416 元，或是一次領回 3,445,219 元。



肆、如何開始準備退休金

步驟三：計算社會保險及職業年金可領取的退休金額度

勞保+勞退 案例簡易試算

近 350 萬元的退休金夠嗎？這個數字遠低於多數人認為的「退休至少準備一千萬元」的標準，就算保守一點估算，也低於中華民國退休基金協會理事長王儷玲提出的「民眾需再自備 400 ~ 600 萬元退休金」的標準。

就算每月可領回 31,416 元，但勞保年金未來勢必被砍，而通貨膨脹、醫療及長照費用，也都是侵蝕退休金的大黑洞，光靠目前的退休金制度絕對無法支應我們的退休生活，更遑論理想的退休生活品質。民眾一定要啟動退休金的第 3 支柱，透過個人理財規畫補強，才能將未來掌握在自己手上。





肆、如何開始準備退休金

● 步驟四：估算退休金不足度

$$\text{退休金不足度} = \text{個人退休金總需求額度} - \text{個人已儲備金額}$$

透過上述步驟擬定個人預計儲備的退休金總需求金額之後，扣除勞保及勞退試算可領回的退休金額度，以及個人當下的儲蓄或投資資產，就是所謂的退休金不足度，以此作為未來儲備退休金的目標，有目標才會有執行的動力。



● 步驟五：選擇適合自己的退休規畫工具

退休理財工具包括：存款、保險、股票、基金、不動產等等，如何挑選最適合自己的退休理財工具呢？首先，必須先釐清退休規畫的重要前提，那就是必須安全、確定、保本，尤其對於 40 歲才開始規畫退休者，因為準備時間較短，更背負著不能重來的重擔。



肆、如何開始準備退休金

● 步驟五：選擇適合自己的退休規畫工具

同時，退休規畫還應衡量「個人情況」及「規畫時間點」這兩大方向。為何要考量個人情況呢？因為每個人的風險承受度不同、資產規模不同、對金融商品的理解程度也不同，要知道，高獲利通常伴隨高風險，所以，適合什麼投資工具也是因人而異的。原則上，因為退休規畫必須安全、確定，若要做高風險的投資，最好還是先有安全、確定的退休規畫打底，比較穩健！

至於規畫的時間點，從 25 歲、35 歲、45 歲、55 歲等年齡開始規畫退休，因為距離退休的時間不同，各自的準備時間也不同，年紀愈大者退休金準備時間愈短，需要投入的金額一定較高，而且因為沒有重來的時間，最好避開高風險的投資工具。至於年輕人則適合利用「定期定額」的方式投入，

因其時間加乘的效應最是巨大，而且可以透過定期定額的方式，達到強迫儲蓄的效果。





肆、如何開始準備退休金

步驟五：選擇適合自己的退休規畫工具

	特點	風險性
存款	<ul style="list-style-type: none">✓ 安全✓ 流動性佳✓ 低利率趨勢，利息收益面臨通膨侵蝕	低
保險	<ul style="list-style-type: none">✓ 安全✓ 進可攻、退可守✓ 享有稅賦優惠✓ 保障型商品避免人生風險侵蝕退休金✓ 儲蓄型商品提供退休後穩定的現金流	低
基金	<ul style="list-style-type: none">✓ 為組合型商品，風險較股票低✓ 有保守、穩健、積極類型的基金組合，可視需求選擇✓ 非保證收益，可能侵蝕本金	中
不動產	<ul style="list-style-type: none">✓ 長期持有增值利益佳，也可以房養老✓ 房子會折舊，房價有下跌風險✓ 投資門檻高✓ 變現性較差✓ 有稅金、修繕費用等成本	高
股票	<ul style="list-style-type: none">✓ 股價波動大，漲跌難預測✓ 高收益伴隨高風險✓ 可能侵蝕本金	高



肆、如何開始準備退休金

PLUS：另需考量居住地區消費水平、是否有自住房、長期照顧需求

退休金準備金額除了依據上述步驟進行估算之外，還應考量退休後居住地區的消費水平，以及本身是否擁有自住房及長期照顧需求等較大筆的費用項目。

依據行政院主計總處家庭收支調查數據指出，2019年，居住在台北市，每人月消費支出平均為 30,981 元；但若居住在南投縣，每人月消費支出平均則僅需 17,184 元，落差高達 1 萬 3 千多元，可見居住地區也會影響退休金準備額度。至於是否擁有自住房，則關係到每個月是否需要多支出一筆房租費用，房租每月少說一萬元起跳，而長照費用更是每月至少 3 萬元起跳。



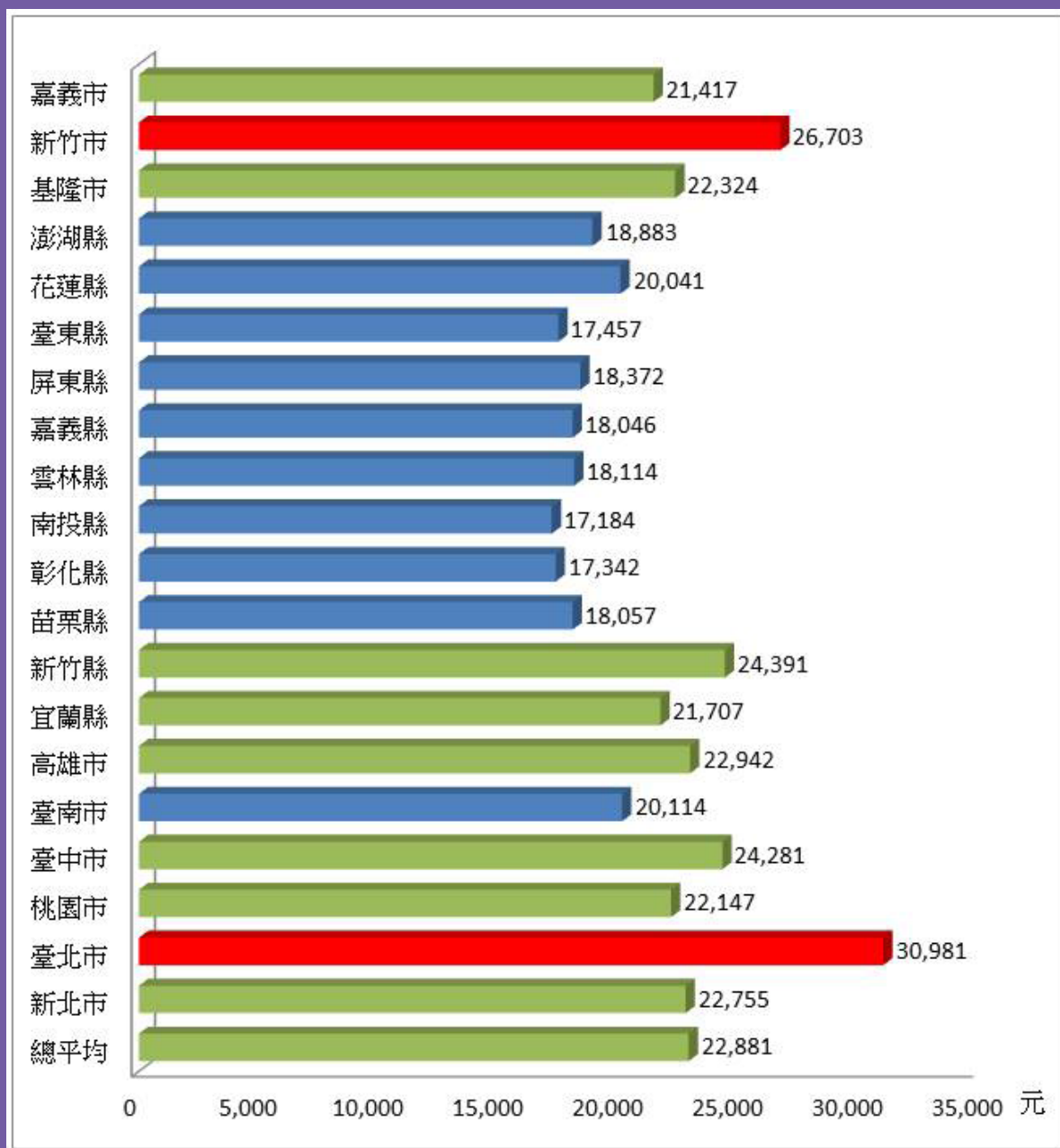
上述三大項目於擬定退休金總需求額度時，務必列入考量要素。



肆、如何開始準備退休金

- PLUS：另需考量居住地區消費水平、是否有自住房、長期照顧需求

2019 年各縣市平均每人月消費支出（單位：元）



數據資料來源：行政院主計總處家庭收支調查



伍、從保險開始啟動退休規畫

適合退休機制的保險保障

從《下流老人》、《貧困世代》到《老後兩代同垮》……，這些引起日本社會關注的書籍，無一不點出當前人們不得不面對的社會真相，銀色浪潮的來襲、逐年消失的勞動人口，在在彰顯了退休議題的重要性，快速老化的台灣、勞保收支逆差的困境，自己的老年自己顧，已是未來的趨勢。

日本 NHK 電視台曾經製作名為《老後破產：所謂「長壽」的噩夢》紀錄片，節目揭露「老後破產」的淒涼現況，長壽原本是日本富足幸福的象徵，如今卻反成壓垮老年生活的最後一根稻草，節目中一段話「人總有一死，那還不如早點死死乾淨，我根本不想要什麼長命百歲」，這句感言發人深省，老後面臨的風險，絕不是單單擁有一筆退休儲蓄可以解決，「活太久」的長壽風險、「走不了」的長照困境、「走太早」的責任未了，都是人們在進行退休規畫時必須考量的層面。



伍、從保險開始啟動退休規畫

適合退休機制的保險保障

「活太久」 怎麼辦？

長壽已是未來趨勢，尤其老年人每年平均醫療費用是一般青壯年的六到七倍，應付隨著長壽而來的生活費與醫療費支出，必須儲備與生命等長的現金流以及規畫足夠的醫療保障。

- ✓ 財務保障：增額終身壽險、年金保險
- ✓ 醫療保障：實支實付醫療險、重大傷病險、住院日額醫療險

意外與疾病的到來無法預測，儲備退休金的過程中，若不幸失去工作能力，陷入需要他人照顧的困境，必須有足夠的失能生活扶助金，還需要有「豁免保費」的保護機制。

- ✓ 長照保障：失能扶助保險、長期照護險

「走不了」 怎麼辦？

「走太早」 怎麼辦？

人生風險難以預測，若在個人責任高峰期，儲備退休金的過程中，不幸提早與上帝喝咖啡，責任未了，必須有充足的壽險保障，照顧年老的父母與年幼的子女。

- ✓ 身故保障：壽險、意外險



伍、從保險開始啟動退休規畫

適合退休機制的保險保障

人生各階段保險規畫建議

	青年 (26 ~ 35 歲)	中年 (36 ~ 55 歲)	老年 (56 ~ 65 歲)
人生風險	預算有限，首重意外、身故、醫療等基本保障，行有餘力可提前啟動退休準備	家庭責任重，生活支出高，需兼顧醫療及長照風險，同時也是退休準備的黃金期	卸下家庭重擔，手上資金充裕，同時也是意外、醫療與長照風險的高峰期，更是退休準備的最後一哩路
意外風險	意外險		
突然死亡風險	定期壽險		
醫療風險	實支實付醫療險		
	住院日額醫療險 (視個人能力與需求決定是否投保)		
	一次給付型癌症險		
失能風險	失能扶助險 (保額隨人生階段的責任額調整，中年階段需設定較高保額)		
重大傷病風險		重大傷病險	
退休風險	利變增額終身壽險 (可視個人財富能力進行階段性規畫)		



伍、從保險開始啟動退休規畫

增額終身壽險的退休優勢

一、「時間 + 複利」對抗長壽及通膨風險

增額終身壽險的特色在於，保單價值準備金會隨著保費的累積而增加，繳費期



滿之後，保價金更會隨著時間的增加終身複利增額，因此，隨著年紀增長保價金會持續增值，正好呼應長壽風險，活得愈久保價金增值幅度愈高。

二、「豁免保費」因應收入中斷的風險

所謂豁免保費，意即在遭遇保單條款所約定的特定條件時，向保險公司提出證明，保險公司就會啟動代繳機制，幫忙支付續期應繳保費，保障持續有效。目前各保險公司推出的增額終身壽險，部分商品本身會附加二至六級殘豁免保費，為保險再加上一層保險，避免退休準備因為收入中斷半途而廢。



伍、從保險開始啟動退休規畫

增額終身壽險的退休優勢

三、「強迫+紀律」避免儲蓄中斷

透過保險的定期繳費機制，強迫自己有紀律地定期定額達到退休準備的目標，退休準備是個漫長的過程，若無法有紀律地定期儲備，就會中斷「時間+複利」的增值效益。

四、「類信託機制」創造穩定現金流

透過專業人員的規畫配置，在不影響總繳保費的前提下，分階段設定部分解約的金額，建構退休後穩定被動的收入來源。此外，部分增額終身壽險更有推出「期滿轉即期年金保險、免附加費用、附約繼續有效」的選擇，滿足各種退休金流需求。

五、附加條款創造「加值效益」

為了強化增額終身壽險的退休價值，部分增額終身壽險透過附加條款加值給付創造商品優勢，提供二至六級失能生活扶助保險金、老年照護住院醫療保險金、疾病末期提前給付保險金、重大燒燙傷加值給付等附加效益，民眾挑選商品前應詳細瞭解商品特色，依個人需求審慎評估。





伍、從保險開始啟動退休規畫

增額終身壽險的規畫重點

一、「超前部署」愈早開始愈能事半功倍

愈年輕開始規畫增額終身壽險，投入的資金壓力就會愈輕，除了愈年輕保費愈便宜之外，也因為拉長準備時間，建議及早



開始，切忌有「我還年輕，過幾年再說」的觀念。

二、「長時間持有」持有時間愈長效益愈高

增額終身壽險持有時間愈長，複利效果愈明顯，若手上資金尚充裕，建議盡量延長持有的時間，放大「時間+複利」的威力。

三、「利變型商品」享增值回饋分享金

因應低利率環境，規畫增額終身壽險建議選擇利變型商品，如此在宣告利率大於預定利率的時候，即可享有「增值回饋分享金」，靈活因應市場利率的脈動。



伍、從保險開始啟動退休規畫

增額終身壽險的規畫重點

四、「附加雙豁免」一次貼現加大保障

多數增額終身壽險本身即附加「豁免保費」機制，建議可以加買豁免保費附約，創造雙豁免的優勢，在要保人與被保險人為同一人的前提下，若保單本身有提供「貼現一次給付」功能，保險公司會依豁免保費附約，提供重覆豁免保費的部分貼現，一次給付保險金給要保人，及時支應醫療及後續生活費。

五、「留意匯兌風險」依據需求挑選幣別

增額終身壽險有台幣及外幣商品，雖然美元保單的預定利率通常都會比台幣保單略高，但換匯的成本有可能會吃掉利率，侵蝕保額或現金價值，規畫的時候務必留意匯兌風險。此外，既然增額終身壽險的規畫目標是退休，應考量退休後主要使用的幣別，計畫移民國外或為子女準備留學基金等有外幣需求的人，才適合規畫外幣增額終身壽險，可以避免匯兌風險。

EXCHANGE QUOTAS		
SPOT	SELLING	買入
米ドル	現金 (CASH)	118.55
工-口	T/CHECK	116.55
		133.79

別，計畫移民國外或為子女準備留學基金等有外幣需求的人，才適合規畫外幣增額終身壽險，可以避免匯兌風險。



陸、幸福樂退 番外篇

● 幸福老後鐵三角：老本、老身、老伴

退休，您準備好了嗎？
想要幸福樂退，首先，足以支應退休生活的「老本」絕對是首要前提，有一筆足以應付退休生活的



老本，才能夠安享老後生活，因此，理財絕對是幸福樂退的首要前提；其次，是擁有健康的「老身」，財富與健康相輔相成，年老之後如果一身病痛，不僅會讓醫療費用侵蝕老本，也會降低外出旅遊、玩樂、交際的機會與興致，長期下來更會造成身心靈失衡，足見健康管理的重要性；第三，陪伴自己的「老伴」，人類是群居動物，每個人都需要與他人交流互動，不論是另一半或者是家人、朋友的陪伴，有人分享退休生活的點點滴滴，退休生活才能過得有滋有味，平常就要與親友維持良好互動，不時聯絡感情，退休後才能擁有相伴左右的「老伴」喔！



陸、幸福樂退 番外篇

退而不休 築夢踏實

國人平均壽命約 80 歲，即便勞保將退休年齡提高到 65 歲，人們退休之後仍有長達 15 年的工作工窗期，許多人一輩子辛苦打拼，退休之後突然閒下來，整天無所事事，頓失生活目標，反而不利身心健康。

被封為
「最理想
退休生活
典範」的
前嘉裕西
服總經理



江育誠日前出版《退休練習曲》一書，他以興趣開拓第二人生的巔峰，繪畫、攝影、古董鐘修復…，擺脫退休就是含飴弄孫、安享天年的想像，用力活出比工作還要精彩十倍的退休人生，他分享：「人生像是一道數學題，必須把退休當作是重大志業經



陸、幸福樂退 番外篇

退而不休 築夢踏實

營，不只該提早十年規畫，還要以一萬小時法則來刻意練習。」

曾協助抗煞團 SARS 團隊作戰的葉金川，也於 2019 年推出《退休，任性一點又何妨》分享他實現攀登百岳、泛舟等諸多夢想的過程中，

太太的陪伴與相隨，告訴大家，進入人生的下半場，可以如何懷抱夢想、實現夢想。

除了培養興趣、勇於追夢之外，「退而不休」亦是許多先進國家銀髮族選擇的老後生活型態，透過階段性退休，實現退休與工作兼顧的願景，同時維持





陸、幸福樂退 番外篇

退而不休 築夢踏實

少量工作量與若干收入，轉為半職工作或者是自由業者都是不錯選擇，而且，在勞動人口逐年降低的未來，延長銀髮族的工作時間也是降低未來社會衝擊的一種解套方案。

退休之後的生活，卸除了人生責任，可以說是人一生中可以活得最恣意快活的時刻，想要擁有鑽石般璀璨的退休生活嗎？攢足「老本、老身、老伴」，加上滿腔勇於追夢的勇氣，出發吧！讓我們一起為退休而戰！





我的退休金在哪兒 電子專刊

發行人：吳文永

編輯顧問：

李世傑／韓孫珍華／傅泓捷／

魏滿妹／林佳儀／王群元／林美雲／高文山

總經理：陳慶鴻

副總編輯：賴依萱

主編：羅怡如

編輯：洪詩茵

美術設計：余秀萍

行政專員：陳建宏

發行所：永達保險經紀人股份有限公司

地址：台北市中山區中山北路二段 79 號 5 樓

電話：02-2521-2019

傳真：02-2521-4047

網址：www.everprobks.com.tw

發行時間：2020

版權所有：本刊圖文未經本公司同意不得轉載

