

# 自在人生 活出退休好生活 2018版



HSBC Life  
滙豐保險

本冊子內列明的資訊只供參考用途，您不應僅根據此冊子而作出決定。如您對本冊子的內容有任何疑問，應向獨立人士尋求專業意見。我們沒有義務向您發佈任何進一步更新本冊子的內容，該等內容或隨時變更，並不另行通知。該等內容僅表示作為一般資訊，並不構成任何建議。任何情況下，滙豐人壽保險（國際）有限公司或滙豐集團均不對任何與您或第三方使用本冊子或依賴或使用或無法使用本冊子內資訊相關的任何損害、損失或法律責任承擔任何責任，包括但不限於直接或間接、特殊、附帶、相應而生的損害、損失或法律責任。所有被訪者發表的見解乃由被訪者提供，僅供閣下參考，並不構成對任何人士提供任何建議或以作出任何財務決定。被訪者所發表的見解只反映其個人意見，並不代表滙豐人壽保險（國際）有限公司或滙豐集團的立場。

---

# 目錄

---

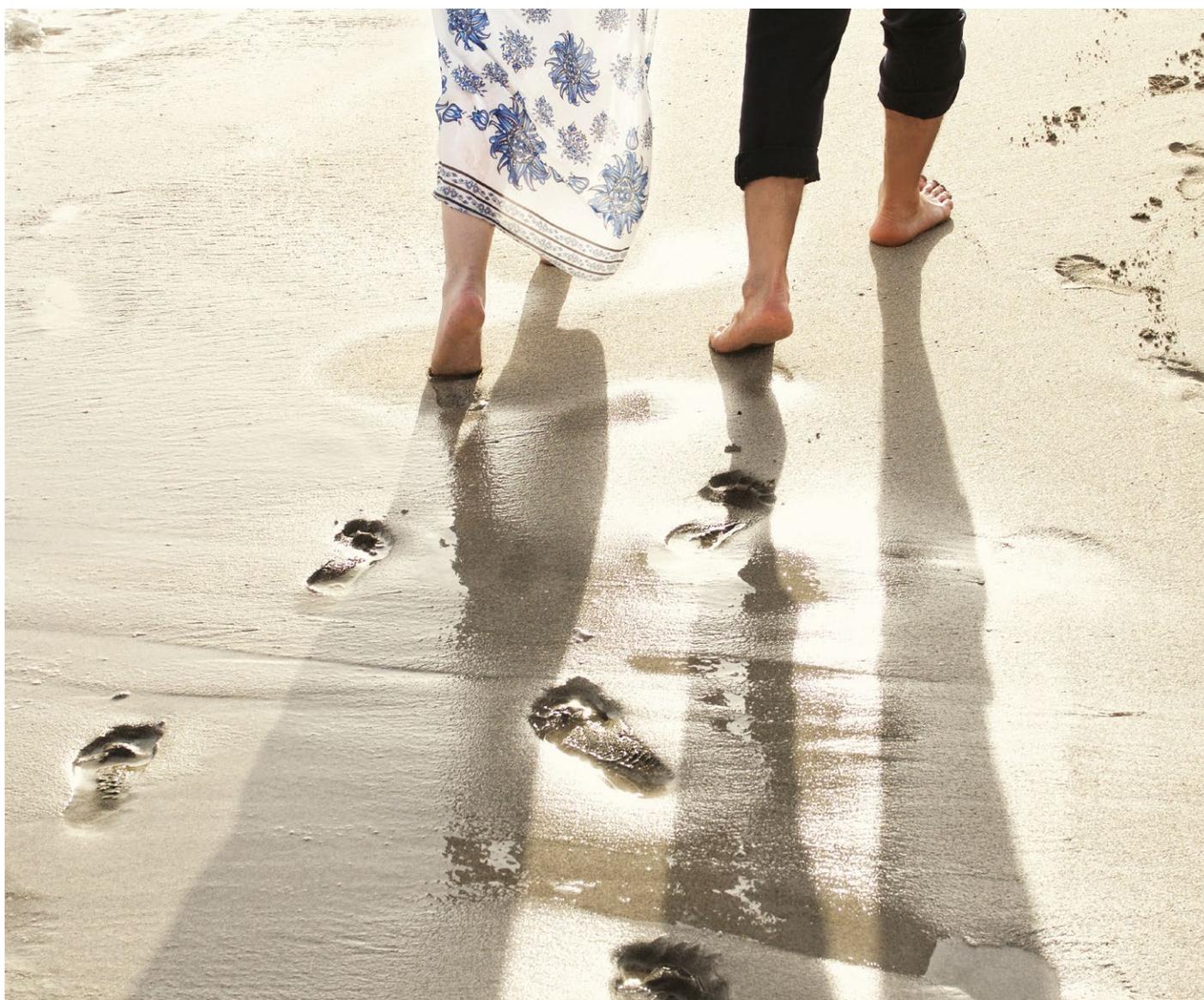
	前言	2
1	退休的迷思	3-7
2	部署退休四部曲	8
3	怎樣達致理想退休生活	9-13
4	「新中年」退休體驗	
	吳錫輝 前香港電台副廣播處長 自在退休生活分享	14-15
	林本利 前理大會計及金融學院副教授 退休計劃知多點	16-17
5	退休理財個案大解構	
	參考個案一：中產家庭退休部署	18-19
	參考個案二：一家三口保障未來	20-21
6	開展豐盛退休生活	22-24

## 前言

許多人對退休生活充滿期盼，渴望放下工作擔子，享受真正的理想人生。然而退休需要多少支出？有甚麼退休方案可以選擇？相信大部分人都缺乏相關概念，也沒有認真考慮過。有些人臨近退休才發覺沒有積蓄，甚至入不敷支，維持生活也成問題，惟有繼續工作，放棄退休的念頭。

退休是人生大事，需要周詳考慮、小心部署及精確行動。瞭解自己的需要，預算未來各項生活開支，選擇有效的投資理財計劃，退休後有充足儲備及穩定收入，才能令退休生活得到保障。

**心動不如行動，從今天起，積極籌備退休大計，邁向豐盛和完美的人生！**



# 1 退休的迷思

多數人都嚮往寫意優閒的退休生活。但要維持在職時的生活質素，享受豐盛人生，退休前就需要有周詳計劃，當中有什麼需要好好考量？

## 預期壽命

要部署退休，我們可先參考人均壽命以預計退休年期。長壽是福，也是退休計劃必須考慮的一環。香港人的平均壽命全球最高<sup>1</sup>，而且預料數字在未來還有上升趨勢。隨著人口老化持續，撫養比率亦會上升，要有安穩的退休生活，就要及早規劃個人退休後的開支。

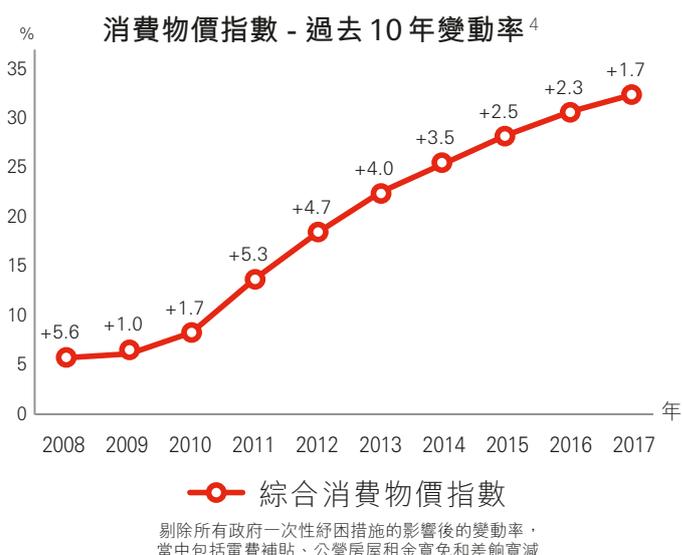
### 壽命推算<sup>2</sup>

	男性平均壽命	女性平均壽命
2016年	81.7歲	87.7歲
2066年	87.1歲	93.1歲



## 生活消費

百物騰貴，各項消費開支皆對退休生活造成負擔。據香港政府統計處資料顯示，在2008至2017年，香港通脹持續，短短10年間通脹累積升幅已達32.3%。因此我們在為退休生活計劃時，須把通脹影響亦納入計算範圍之內，才能正確估算未來開支。



1 日本厚生勞動省平均壽命之國際比較2017年

2 政府統計處「2017年至2066年香港人口推算」(數據記錄自2016年)2017年9月

3 香港政府統計處 住戶開支2014/15年

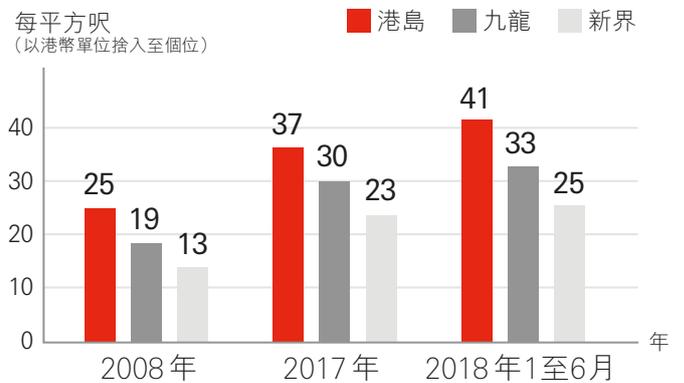
4 香港政府統計處消費物價指數年報2018年2月27日



## 住屋開支

香港是全球負擔住屋開支最困難的城市之一，樓價與家庭入息比率達 19.4<sup>5</sup>，意味著即使家庭零開支，也要 19.4 年才能負擔一間物業。租樓方面，私人住宅平均租金於 2008 年至 2017 年期間亦有顯著上升。我們可提早為自己訂立儲蓄方案，以應付退休後的開支。

私人住宅單位平均租金 -  
40 至 69.9 平方米 (約 430.56 至 752.4 平方呎)<sup>6</sup>



退休乃人生大事，應及早部署及精確行動，避免臨近退休方發覺積蓄有限，影響日後生活。

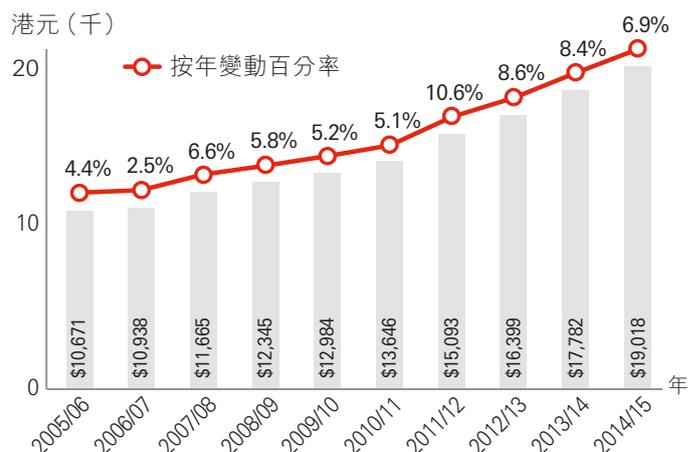
<sup>5</sup> 國際公共政策顧問機構 Demographia: 2017 年國際樓價負擔能力報告

<sup>6</sup> 差餉物業估價署私人住宅 — 各類單位平均租金 (截至 2018 年 6 月)

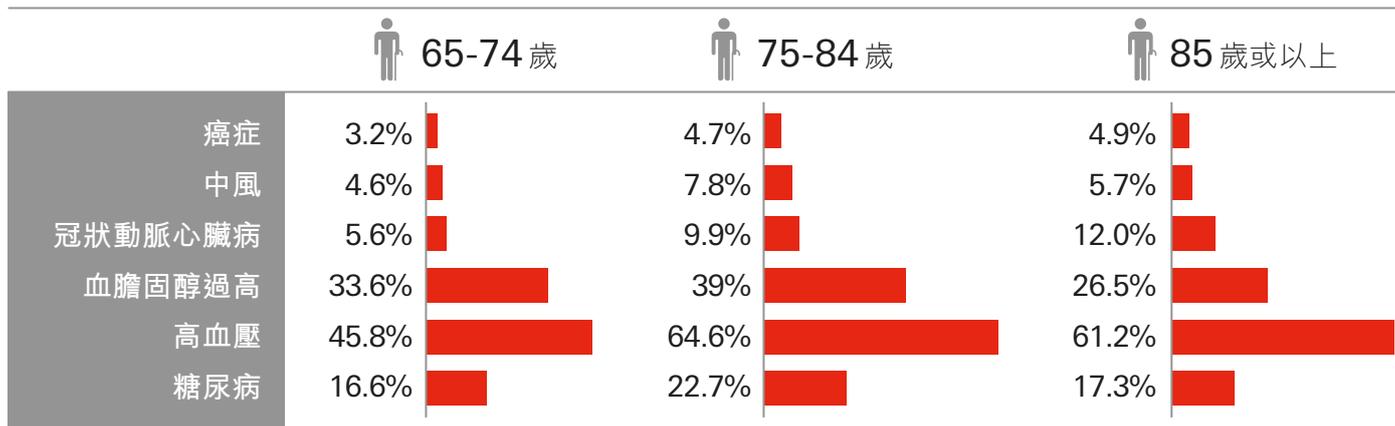
## 健康醫療

醫療費用是退休生活開支的一大隱患，每年人均醫療衛生開支持續上升，於2014/15年度，每年每人平均開支已達到港幣19,018元<sup>7</sup>。香港人的超重或肥胖、高血壓、糖尿病和高膽固醇血症的情況亦相當普遍，有機會增加患上心血管疾病和癌症等慢性疾病的風險。隨著年紀增長，身體機能衰退，醫療開支隨時大幅增加。

### 人均本地醫療衛生開支



### 不同年齡組別的患病情況<sup>8</sup>



## 安老護理

退休人士進入長者階段，都想可以「居家安老」，惟礙於個人健康或家庭因素等考慮，亦會選擇合適的安老或護理院舍照顧服務，倘若選擇這些服務，亦有各類開支需要留意。政府住宿照顧服務收費較低，但輪候需時。護理安老院（津助院舍及合約院舍）一般輪候時間為大約37個月；護養院輪候時間為大約24個月<sup>9</sup>。為了得到適切的院舍服務，有些長者會考慮入住私營安老院，以便能配合個人喜好及護理需要。此外，各間院舍提供不同的居住環境、設施及服務水平，價錢豐儉由人，視乎房間種類、景觀、有否門窗等。要享受優質安老生活，就必須及早作出預算。

### 私營安老院

收費	每年基本收費由港幣54,000元（低度照顧宿位）至港幣252,000元（豪華花園式單人房） <sup>10</sup> 不等。
雜費	陪診費、電費、廁紙、首次行政費及醫療相關費用等，收費各有不同。

<sup>7</sup> 香港食物及衛生局醫療衛生開支

<sup>8</sup> 2014-2015年度香港衛生署公布人口健康調查結果報告書

<sup>9</sup> 香港社會福利署 輪候資助長者住宿照顧服務統計

<sup>10</sup> 香港消費者委員會選擇月刊第467期2015年9月15日

要保持身體健康，達到退休目標並有充足的儲備，周全的儲蓄及保障計劃絕不可少。

### 退休資產儲備

清楚自己退休所需總金額，才能逐步實踐退休計劃。現時約有85%<sup>11</sup>在職人士擁有強積金計劃、職業退休計劃、法定退休金或公積金計劃的保障。但單靠這些有限的保障，可能並不足夠應付日後退休的生活開支。

根據香港投資基金公會於2017年進行的調查顯示，每人平均需要累積港幣3,100,000元才可以維持退休前的生活水平，但受訪者卻預期退休時只能儲約港幣1,200,000元，即還有近港幣2,000,000元的退休資金缺口。假若要應付20年的退休生活開支，除了強積金的10%供款之外，還須額外供款13.6%<sup>12</sup>。

有另一項調查的受訪者更估計，退休儲備平均需要港幣6,320,000元<sup>13</sup>，當中超過一半受訪者認為65歲退休後仍要工作，才有足夠資金退休。然而，只有三分之一受訪者有定期儲蓄習慣，為未來積累財富。

### 退休保障方案

為了讓自己和家人得到更佳的保障，您可考慮在退休前購買住院、危疾、醫療及人壽保險，避免遇上突發事件時影響自己及家人。您須留意保單設定的投保年齡及保障年歲限制。

### 儲蓄壽險

人壽保險的用途是為家人提供財務保障。現時人壽保險的產品選擇多，很多更與儲蓄掛鉤，有些「儲蓄壽險」以退休為目標，既可享有人壽保障，亦可為未來累積財富，甚至有機會獲享紅利。投保人可因應需要，調整人壽及儲蓄的比例、供款年期及投保額，以滿足未來退休生活所需。



11 強制性公積金管理局網站「背景」一欄

12 香港投資基金公會「善用退休保障五個支柱構建安穩晚年」

13 投資者教育中心「跨代財務健康調查」2017年第二季

## 年金計劃

除了物業及金融工具投資，購買年金亦是一個理想選擇。香港年金有限公司最近推出「香港年金計劃」，為65歲或以上的退休人士提供「自製長糧」的理財選擇。香港年金計劃的整付保費為最低港幣50,000元，最高港幣1,000,000元，保證金額是已繳保費的105%。以65歲人士投保港幣

1,000,000元為例，男士每月可領取約港幣5,800元，女士每月可領取約港幣5,300元<sup>14</sup>。

市場上亦有保險公司推出不同類型的年金計劃，透過每月發放年金，讓退休人士獲取固定的收入。計劃同時提供穩妥的退休儲蓄以及人壽保障，以配合不同階段的財務需要。

### 即期年金與延期年金各具特色

即期年金 (Immediate annuity)	延期年金 (Deferred annuity)
投保年齡：65歲	投保年齡不同
以整付保費方式購買，客戶購買後即時每月提取年金	以供款形式購買，在較年輕時供款一段時間，供款金額及年期都可以選擇
惟上限僅港幣1,000,000元	可以選擇不同的保額或年金收益額
投保人可於付款期後立刻開始收取年金直至終老，收益「即享終身」	年金利益會在累積特定時間或到達特定年齡後才開始領取，選擇以按月或每年的形式收取年金
保證收益	保證及非保證收益
貨幣：港元	貨幣：可選擇多於一種貨幣

\* 以上皆視乎個別保險公司而定

以上所列並非產品的所有特色，如有查詢，請聯絡有關公司諮詢產品詳情。

為鼓勵延期年金市場發展，讓市民在安排退休生活的財務計劃時有更多選擇，香港特區政府就財政預算案委託保監局發出指引，讓市場上所有符合該指引的延期年金產品的供款享有扣稅優惠<sup>15</sup>。對於尚未退休人士，在選擇適合自己的延期年金產品同時，聯同強積金自願供款，每年扣稅金額合共可達上限港幣36,000元<sup>16</sup>。

## 醫療保險

醫療保險提供私家醫院及手術保障，讓您可按個人財政計劃，配合個人生活健康需要。目前市面上提供的醫療保險，大部份都是隨著年齡上升而增加保費，且每年都須續費及更新保費。所以，醫療保險

適合在年輕及健康時候開始購買，其時保費相對較低，保障亦較全面。有保險公司更推出終身醫療保險計劃，保單或可以續保至100歲<sup>17</sup>。

<sup>14</sup> 香港年金計劃網頁內引述的例子及個案

<sup>15</sup> 《2018/19年度政府財政預算案》

<sup>16</sup> 立法會財經事務委員會討論文件2018年5月15日

<sup>17</sup> 香港保險業聯會「選購醫療保險7大重點」

## 2

## 部署退休四部曲

部署退休，意味著您將面對人生其中一個最重要的財富策劃關卡。透過以下四部曲，了解計劃退休時需注意的各種事項，讓您更清楚籌備退休生活的方向。

### 1 了解您的退休需要、風險承受程度及進行財務規劃

- 向專業人士尋求財務規劃意見
- 善用科技工具協助訂立退休目標，更快捷方便

假如您的個人財務狀況較為複雜，對金融市場及投資產品缺乏認識，加上日務繁忙難以撥冗或耗費精神心思去管理自己的財務。適當的財務策劃或能幫助您減低成本，並可為退休生活的各方面做好充足準備

### 2 建立足夠資金儲備

- 養成定時儲蓄的習慣，可按個人取向進行投資
- 投資組合應保持多元化
- 擴闊收入來源

金融市場、法規及個人經濟狀況隨時驟變，您應加強留意對自己退休計劃有影響的相關因素

### 3 及早規劃退休預算

- 預算退休開支
- 注意通脹帶來的影響
- 越早開始為退休作投資，越早利用市場俗稱的「複式效應」，提高投資回報
- 採取適當的風險管理

影響退休計劃的因素眾多，範圍廣泛，包括市場的不穩定性、低息率、通脹危機以及醫療開支上升等。加強自己的理財知識，才能夠更容易應付一切變動。

### 4 預備不時之需

- 配置有保障功能的保險方案
- 計劃退休後在醫療方面的所需開支
- 若考慮海外退休，應提早籌謀
- 財富承傳計劃

延遲籌備退休或會導致延長在職年期，減少可支配收入，甚至間接影響健康狀況。宜提早籌備，使退休生活更輕鬆。



部署退休需考量不同因素，了解個人需要及風險承受程度，尋求專業意見，及早預算退休儲備。

## 3

## 怎樣達致理想退休生活

每個人對退休後的生活有不同期望，有人喜歡回歸悠閒恬靜，有人喜歡創造多彩人生，各適其適。滙豐退休策劃指標每季整合最新市場商品及服務價格，並就基本生活、簡約生活、舒適生活、豐盛生活，為您提供相應的預算消費項目及開支等數據，及以單身或二人所需的每月開支作出參考預算，讓您和您的伴侶有所準備，根據不同需要及早制定合適的退休儲蓄方案。

您可以就上述提供的退休部署建議及以下滙豐 2018 年第四季退休策劃指標作出綜合考量，精確策劃適合自己的退休計劃。



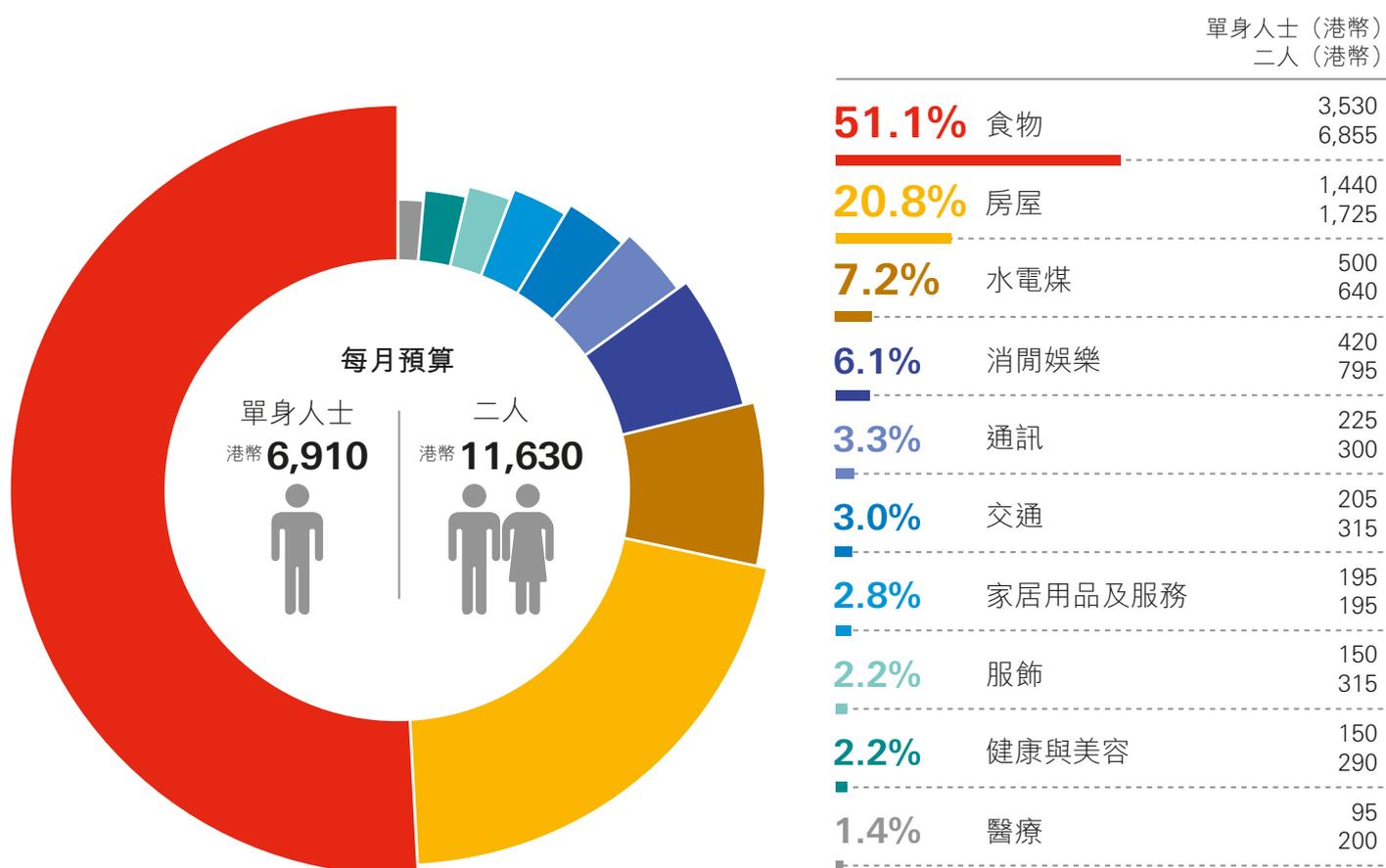
# 基本生活

量入為出 維持基本生活



假設：  
居於公共房屋\*

基本生活方式下，單身人士或二人的退休預算開支



上圖及百分率以單身人士退休後的預算開支計算。

\* 如租住私人物業，需額外預留每月開支。參考香港特別行政區政府統計處出版的《香港統計月刊(2018年11月)》，截至這2018年9月的數據，最新私人住宅樓宇新訂租約平均租金為每月每平方米港幣266元至504元。

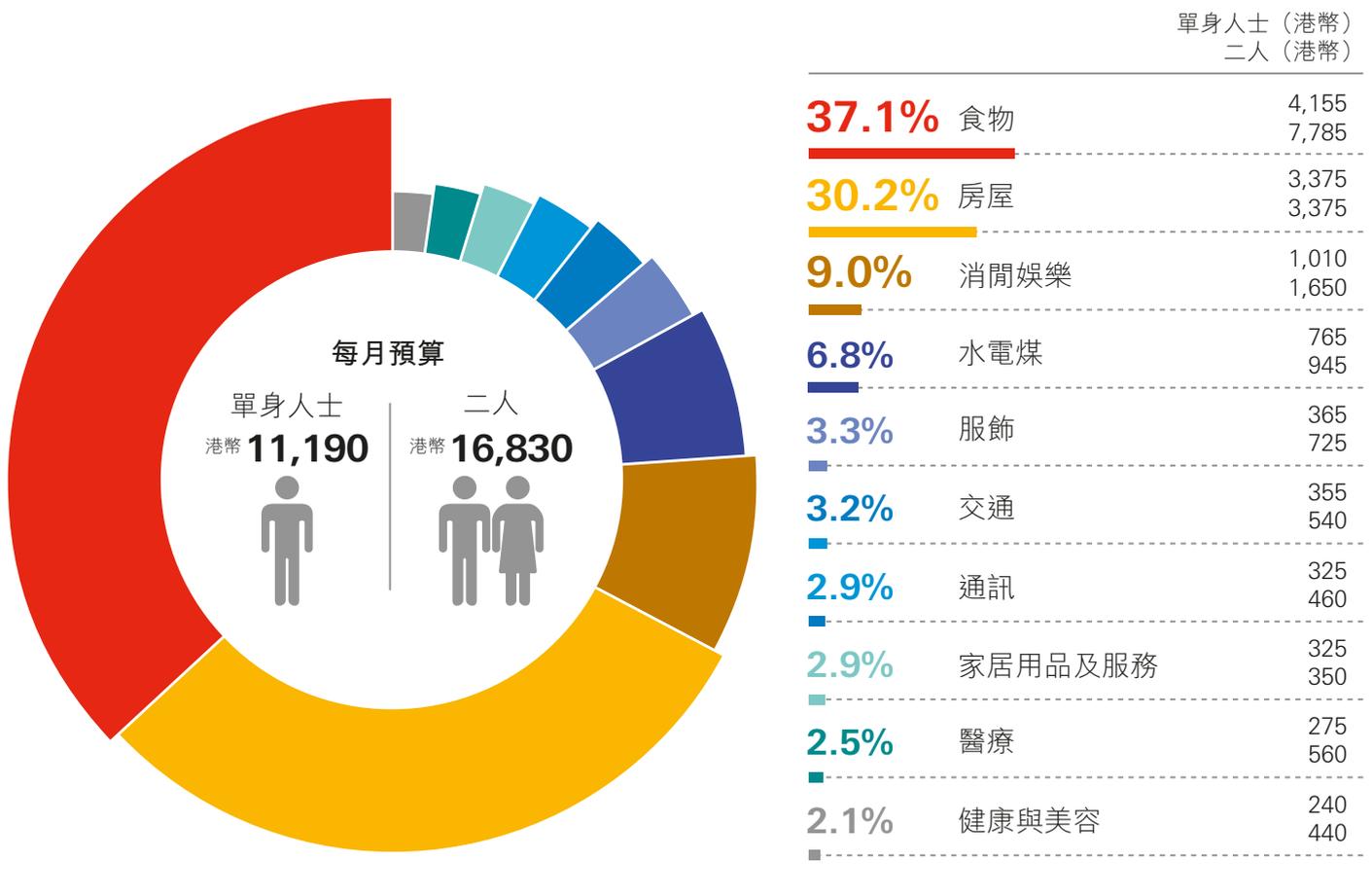
# 簡約生活

悠然自得 品味簡約生活



假設：  
居於私人物業（按揭已還清）\*

簡約生活方式下，單身人士或二人的退休預算開支



上圖及百分率以單身人士退休後的預算開支計算。

\* 如租住私人物業，需額外預留每月開支。參考香港特別行政區政府統計處出版的《香港統計月刊(2018年11月)》，截至這2018年9月的數據，最新私人住宅樓宇新訂租約平均租金為每月每平方米港幣266元至504元。

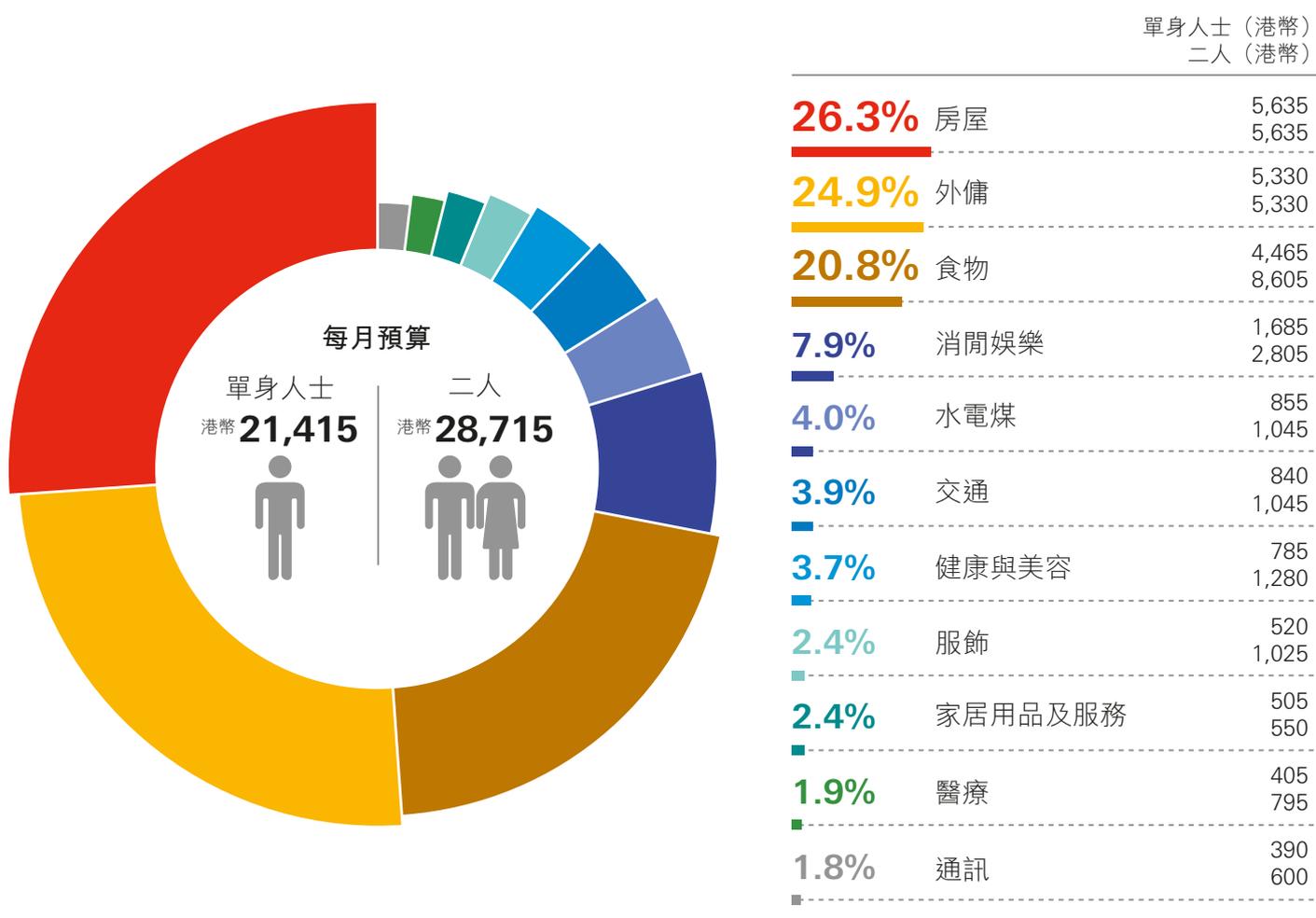
# 舒適生活

富而不奢 享受舒適生活



假設：  
居於私人物業（按揭已還清）\*

舒適生活方式下，單身人士或二人的退休預算開支



上圖及百分率以單身人士退休後的預算開支計算。

\* 如租住私人物業，需額外預留每月開支。參考香港特別行政區政府統計處出版的《香港統計月刊（2018年11月）》，截至這2018年9月的數據，最新私人住宅樓宇新訂租約平均租金為每月每平方米港幣266元至504元。

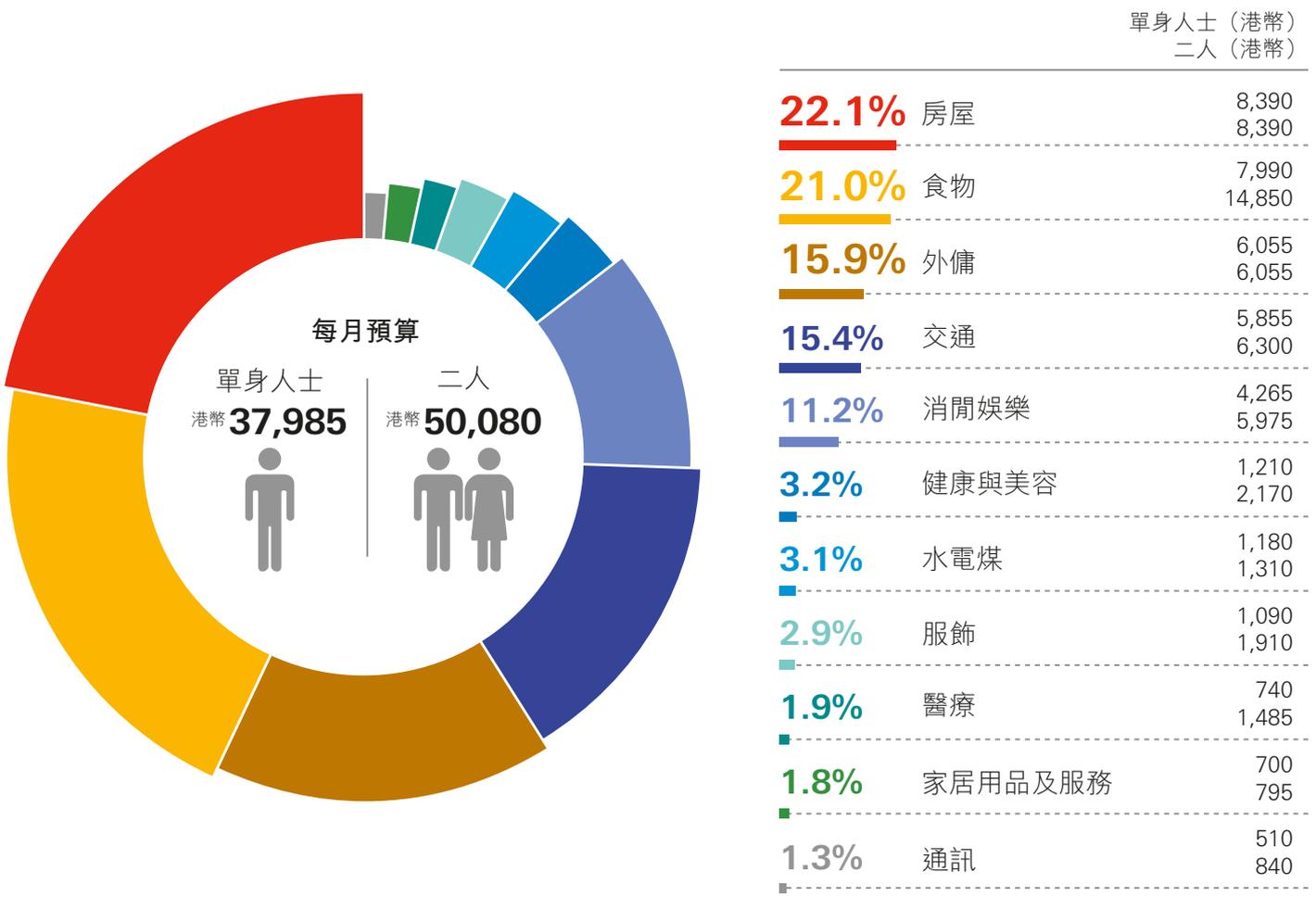
# 豐盛生活

遊歷世界 樂享豐盛生活



假設：  
居於私人物業（按揭已還清）\*

豐盛生活方式下，單身人士或二人的退休預算開支



上圖及百分率以單身人士退休後的預算開支計算。

\* 如租住私人物業，需額外預留每月開支。參考香港特別行政區政府統計處出版的《香港統計月刊（2018年11月）》，截至這2018年9月的數據，最新私人住宅樓宇新訂租約平均租金為每月每平方米港幣266元至504元。



理想退休生活定義因人而異，除了準備足夠的日常開支，切忌低估通漲對退休預算的影響。

## 4

## 「新中年」退休體驗

## 自在退休生活分享



## 吳錫輝

曾在香港電台工作長達33年，是資深的播音人。現為電視節目主持人、專欄作家、熱愛研究懷舊飲食文化的自由人。

吳錫輝在1973年畢業於香港大學，修讀英國文學和翻譯。1974至2006年間服務香港電台33年，退休前為香港電台副廣播處長。從香港電台退休後，他在香港大學、香港浸會大學教授傳理系，並出任點心衛視顧問，及於Now TV、有線電視及無線電視主持和監製文化節目。

由電台到電視台，由幕後到幕前，吳錫輝所做的，都是自己喜歡做的事，近年他先後主持電視節目《望子成才》、《輝哥的饌賞》、《輝哥為食遊》都大受觀眾歡迎。

**問：您怎樣解讀「退休」兩個字？是精神面貌，還是實際生活上的轉變？**

答：我認為「退休」兩字，是指轉變生活模式。從工作崗位退下來之後，會跳到另外一種生活模式。例如我認識的朋友中，有成為教授太極的人，也有全心投入義工服務的人。而我過去在香港電台工作的時候，已經喜歡與同事一起到各處品嚐美食。退休之後，可以用更多時間鑽研懷舊飲食文化及認識中國文化箇中精粹。對我而言，這是很大的動力。然而相信我窮一生精力，亦不能夠完全明白博大精深的中國懷舊飲食文化的精粹，所以我更需一面鑽研、一面學習。

**問：您何時開始考慮退休這個問題？當時做了甚麼部署和準備？**

答：臨近55歲時，我開始考慮退休這個問題。因為當年公務員的長俸制度中，是可以選擇55歲退休的。決定55歲退休後，我的部署是先拿取比例較少的退休現金，讓日後長俸部分可以取得較多，年邁時財務更加鬆動。

**問：除了您個人之外，整個家庭方面有何理財計劃？太太會負責管理財務嗎？**

答：多年來，主要由太太負責整個家庭的理財計劃。雖然說，我們有家庭的理財計劃，其實我倆都屬於保守型的投資者。像很多人一樣，我們持有少量股票，大部份金錢主要投資到物業市場。我們目前手上有數個物業單位，以出租為主。如果遇有適當的時機，才會考慮出售。

**問：您剛出身時的理財習慣是怎樣？當年有沒有為擁有自己第一個物業，作一些財務準備呢？**

答：我於1974年入職公務員，成為「幸運」的一群。因為當年公務員可以在政府推行的自置居所貸款/津貼計劃幫助下買樓。每月花費所剩的薪金累積多年，銀行戶口便有一定數目的存款。終於，我在1986年購入第一個物業。我不擅於理財，至今我認為最簡單的資產增值方法仍然是買物業。

**問：年輕時您是否「大使」之人？年紀漸長，對理財的觀念又有否轉變？**

答：青年人通常「大使」，我亦不例外。有如很多人年輕的時候一樣，我喜歡買衣服、唱片、與朋友吃喝玩樂等。但隨年齡的增長，感到生活節奏變慢了，物質的需求亦減少了。年紀漸長後，順應減少了物質的需求，自然不會太花錢。

**問：兩名兒子均赴笈海外升學，您有否及早在財政及教育方面未雨綢繆？**

答：大兒子在英國攻讀大學時，我仍然在香港電台工作，財政方面並沒有太大壓力。而在二兒子出生及成長階段，財務都運作順暢。到了退休之年，大兒子剛好完成大學課程，無需要再額外撥出教育費。同時我在這年用退休金贖回自住單位，及後當二兒子計劃到英國留學時，我把原本用作償還樓宇貸款的錢，轉作給二兒子到英國升學的經費。所以在教育經費方面，是「按部就班」，資金順勢由一個用途轉到另一個用途。

**問：坊間有指「成功靠父幹」，您對年輕人及自己的兒子有何忠告？有沒有向兒子灌輸理財觀念或給予理財建議？**

答：我不贊同子女要依靠能幹的父親才有成功機會。我相信作為父親，身教甚為重要。要讓兒子知道心中有目標，便有助個人的未來發展。例如，我年輕時選擇修讀英國文學，後來考進香港電台，退休後接受電視台及多媒體等工作，都是通過一步步實踐而完成的。

**問：要盡情享受退休生活，您認為最重要是什麼？對一般上班族而言，您建議他們如何為未來作好部署？例如從幾歲開始養成儲蓄習慣為最理想？**

答：享受退休生活最重要的前提是先解決日常生活所需，然後按照個人條件選擇想做的事。我本身不擅長理財，加上每個人經濟情況及家庭背景都不同，至於選擇哪一種理財計劃比較好，難以一概而論提出建議。如果真的想作好部署，應該先主動認識及學習一些理財工具及方法，再按照個人情況考慮怎樣理財。



**問：對比退休人生上、下半場，您喜歡哪種生活？**

答：現時工作的環境與港台的工作環境不一樣，工作環境改變了，生活節奏自然不會處於同一狀態，所以我不會比較退休前後的生活。個人認為，只要在適當時候做適當的事已經足夠，但是必要是自己想做及認為有意義的事。我有一句八字真言，就是「欣賞分享、學習從容」。多欣賞別人的長處，與別人分享成果及喜悅，學習面對批評，從容應對及反省。用這種態度享受退休生活，將會活得更加舒泰。可是要做到這種境界，我還要努力學習呢！

## 退休計劃知多點



### 林本利

前理工大學會計及金融學院副教授，港大社會科學學士及英國布里斯托大學經濟學博士，曾出版十多本經濟學教科書。退休後，創辦活道教育中心，開班教授理財之道、公共政策及經濟學。

經濟學者林本利博士（林Sir）於2011年退休，49歲告別任職22年的香港理工大學，實現了很多人夢寐以求在50歲前退休的目標，他成功的關鍵在於多年來理財有道。他退休前持有的資產組合中，七成為物業，其餘分散注資於股票、債券及現金。按其個人估計，投資組合每年達到至少10%的回報，作為退休生活開支。林博士贈言每位打算退休的人，必須及早作出部署，在合適時機行動，增加投資回報的可能性。

**問：您可以提早在50歲前退休，當中有什麼理財心得？**

答：我在退休前一年，開始建立一個集物業、股票、債券及現金於一身的投資組合。其中七成屬物業（一半自用、一半收租），其餘三成分配在高、中、低風險的資產，包括股票、債券、保險、人民幣及港幣現金。

**問：在您的退休計劃中，有哪些方面自己會特別注意？**

答：我會特別注意自己的生活開支。由於沒有人會知道自己的壽命有多長，而隨著醫療科技進步，香港人的平均壽命持續上升。打工仔於65歲退休後，一般可以多活20至30年，因此要有充裕的退休金準備。我們可以利用一個簡單方法去計算退休金準備，就是將退休後每月的生活開支（包括住屋）乘以300個月（即25年）。

退休人士要計算退休準備金，可以採用上述的「300法則」。舉例每月預計開支港幣20,000元（包括租金），便需要港幣20,000元 x 300個月即港幣6,000,000元的退休金準備。如果每年投資回報率預計為4%，便可得到港幣240,000元投資收入，每月有港幣20,000元可用。

一個退休人士要擁有港幣6,000,000元資產兼每年投資回報預期達到4%，最好預留一筆資金，選擇產品則不宜太進取，應選擇風險較低的產品組合，例如息率高的公用股、房地產信託基金及儲蓄保險等。

**問：您在退休後會追求怎樣的生活？**

答：我退休後的生活不但退而不「憂」，還會選擇退而不「休」，若健康許可會繼續工作。我在退休後會利用自己累積多年的理財知識和經驗回饋社會，每個月會以「半職」身份開班教導學員理財，指導學生看準時機進行投資，建立個人資產，為退休作好準備。同時，亦會向學員發放獎學金及免租金支持年輕人創業和辦學，開辦義務講座，努力為更多年輕一輩創造發展空間，傳承理財之道。



**問：港人愈來愈長壽，有哪些理財產品可以有效轉移風險以保障自己及家人的生活開支？**

答：我年輕時已開始購買保險產品，保證全家人可得到充足的保障。現在一家四口擁有合共數十份不同類型的保險計劃，包括人壽保險、醫療保險、危疾保險、子女的教育基金保險及年金計劃等，提早規劃便能減少後顧之憂。部分保險產品早在80年代購入，保險現金價值相當可觀，現時積存紅利已足夠支付餘下年期的保費，故每年全家人的保費開支由港幣30多萬元減至港幣6、7萬元。

**問：僱員參加強積金或公積金計劃外，有沒有其他職業退休保障，如額外自願性供款、即期年金及延期年金等來迎合退休後的生活需要？**

答：現今的強積金或公積金都不足應付退休後的生活，需要額外儲蓄及作適當理財。打工仔除了在現有計劃內作自願性供款外，也可按個人需要作額外更多的供款；同時，市場上亦有不少結合人壽保險與儲蓄計劃的延期及即期年金計劃讓您在退休往後選擇以按月形式收取年金，自製收入。無論是政府或私營的年金計劃，都能有效提升回報的穩定性，讓財富有遞增的功能，確實為退休人士提供多一項的理財選擇。

以我去年55歲為例，先投資港幣780,000元購買一份10年期的私營年金儲蓄計劃，期望10年後回報達到港幣1,000,000元，藉以銜接政府的終身年金計劃。我認為時下年輕人應有長遠目光，經濟許可時及早購買年金及保險產品，從而為退休生活做好穩定的回報計劃。

**問：今天的年青人總說難以儲蓄，您有什麼理財心得或「入門」建議可以與青年人分享？**

答：一般青年人每月入息約港幣萬多元，要及早達成夢想，應該盡早開始儲蓄計劃，確立目標，減低不必要的開支，量入為出，每月不難儲起港幣4,000、5,000元。直至八、九年後便可累積一筆財富作為理財規劃，之後為個人尋找適合的理財方案，例如購買保險、年金、基金、債券及股票等。有效地讓財富持續增值，除了實現人生各階段的目標外，亦為未來生活提供保障。以我為例，早期購買的人壽保險具儲蓄元素，享有穩定



的派息率，可以利用保單紅利再投資於計劃內積存生息，令儲蓄金額持續增值。

**問：如果年輕時沒有儲蓄習慣，現已踏入40、50歲之齡，您有何建議？**

答：只要未到65歲，仍然可以急起直追。現在港人愈來愈長壽，中年人士應該坐言起行，每月積極儲蓄及選擇風險較低的資產，包括息率較高的公用股和房地產信託基金等。我今年55歲也為自己購買一份延期年金計劃，在工作期內供款及滾存資金，及早累積積蓄和紅利，未雨綢繆，以建立退休後的穩定收入來源。

## 5

## 退休理財個案大解構

## 參考個案一

姓名	陳先生及陳太太
年齡	62歲及58歲
職業	大學客席講師（月入港幣80,000元）及客戶服務主管（月入港幣40,000元）
目標	希望可以在65歲時退休，自製長糧，於退休後維持「豐盛生活」方式（以2018年第三季滙豐退休策劃指標數據為參考，每月預算二人的開支大約為港幣49,935元）

## 現有資產

自住物業 (現值)	港幣 9,000,000 元
儲蓄存款	港幣 400,000 元
股票及基金	港幣 2,100,000 元
儲蓄保險	港幣 2,800,000 元
強積金 (二人合共)	港幣 3,600,000 元
私家車	港幣 800,000 元
<b>總值 港幣 18,700,000 元</b>	

## 每月收支

<b>二人收入</b>	
港幣 120,000 元	
個人及家庭支出	港幣 45,000 元
強積金供款 (包括自願性額外供款)	港幣 9,000 元
每月盈餘	港幣 66,000 元



## 如何計算退休預算？

要增加達成退休目標的機會，陳先生夫婦要有效地管理退休前的收入及支出。之後他們要確保有足夠醫療及人壽保障安排，所以陳先生需要檢討現有個人及團體保險保障是否適當及足夠。

陳先生打算 65 歲時與太太一起退休，在退休後遊歷世界，樂享豐盛生活。估計二人每月大約支出港幣 49,935 元的預算，即一年為港幣 599,220 元<sup>1</sup>。

以預期 65 歲退休，壽命 85 歲計算，他們退休時需要準備港幣 12,697,600 元<sup>1,2</sup>，即每月需要儲蓄港幣 73,437 元<sup>3</sup>。要達到這個目標，除了將已累積的資產，包括強積金，儲蓄保險，股票及基金等繼續作長線投資外，扣除僱主及僱員的強積金供款後<sup>4</sup>，每月需要額外儲蓄港幣 61,437 元<sup>5</sup>以達到理想退休目標預算。現時陳先生每月可以有港幣 66,000 元盈餘，以現時的資產來計算，有機會達到他們期望的豐盛退休生活方式。



## 計算退休預算後，陳先生如何達到退休預算目標？

陳先生經作出風險評估及財務需要分析後，他考慮選擇以年金計劃，達成為未來退休時自制長糧的目標。所以他考慮將每月盈餘透過年金計劃，分 3 年作保費供款。期後，陳先生可選擇：(一) 於 65 至 85 歲期間每月收取平均的年金金額；或 (二) 讓計劃的現金價值繼續滾存生息，以後隨時再靈活提取年金。

除此之外，視乎個別年金計劃的具體細節，陳先生亦有機會得到年金計劃所提供的額外保障，例如額外意外死亡保障、末期疾病保障及失業延繳保費保障等。

開展計劃後，陳先生夫婦應該定期及按人生階段檢討計劃進度，為豐盛退休生活做好準備。



所有計算捨入至個位。

- 以第三季滙豐退休策劃指標—豐盛生活每月預算二人的開支金額港幣 49,935 元計算，一年為港幣 599,220 元
- 3 年後，預算二人的一年總開支（即港幣 599,220 元）便會隨著通脹變為大約港幣 664,365 元（假設每年通脹率為 3.5%）。假設二人退休年期為 20 年，退休後回報為 4%，通脹 3.5% 計算。因退休人士沒有工作入息，但在退休階段仍然會面對通脹的影響，所以假設回報需要調低，以高於通脹為目標
- 假設股票及基金、儲蓄保險及強積金每年回報 5% 計算，3 年後約價值港幣 9,839,813 元。餘下退休預算的缺口為港幣 2,857,787 元 = 港幣 12,697,600 元 - 港幣 9,839,813 元。假設退休後回報為 5%，年期為 3 年，即 3\*12 月（36 月）計算得額外每月儲蓄需要港幣 73,437 元
- 假設二人收入以 5% 強積金供款計算（包括僱主供款及僱員的自願性供款）（港幣 120,000 元 \* 5% \* 2）= 港幣 12,000 元（假設退休前資產回報為 5%，退休後為 4%，通脹 3.5% 計算通脹）
- 需儲蓄港幣 73,437 元 - 港幣 12,000 元 = 港幣 61,437 元

本文件並非供銷售用途。本文件所載的例子只供說明用途，並不構成向任何人士提供建議或意見，亦不可視為取代專業意見。您不可按照本文件任何資料行事，應尋求特定的專業意見。請透過理財計劃評估尋求所需的財富管理方案。投資涉及風險。閣下應考慮自己的個人狀況及可承受風險的能力並向合資格的獨立人士尋求專業意見，以訂立適合自己的投資方案及理財策略。



## 參考個案二

姓名	關先生及關太太
年齡	40歲及35歲
職業	物流公司主管(月入港幣45,000元)及會計主任(月入港幣30,000元)
背景	育有1女(10歲) 居住在2年前購入的單位，還需供樓13年
目標	希望籌備兩人將來的退休生活，預計60歲時退休維持「舒適生活」退休方式(以2018年第三季滙豐退休策劃指標數據為參考，每月預算二人的開支大約為港幣28,615元)

## 現有資產

自住物業	港幣5,800,000元
儲蓄存款	港幣580,000元
股票	港幣350,000元
強積金累算權益 (二人合共)	港幣600,000元
未償還按揭	港幣2,700,000元
<b>總值</b>	<b>港幣4,630,000元</b>

## 每月收支

<b>二人收入</b>	<b>港幣75,000元</b>
供樓	港幣19,941元
家庭支出及強積金供款 (包括自願性額外供款)	港幣35,000元
每月盈餘	港幣20,059元

## 如何準備退休預算？

關先生預計二人於退休時生活支出比現在少，參考滙豐報告中的「舒適生活」水平，大約符合夫婦二人的退休生活需要。舒適退休生活式的每月開支為港幣 28,615 元，以一年作單位計算則為港幣 343,380 元。以預期 60 歲退休及壽命 85 歲來計算，他們退休時需要準備港幣 16,131,263 元<sup>1</sup>。

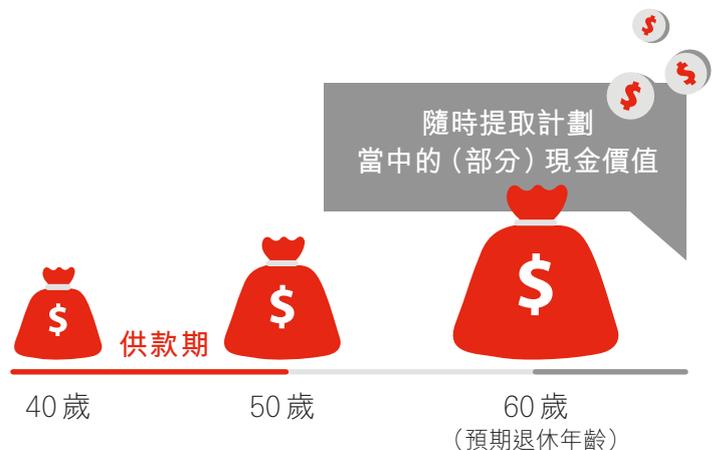
現時的自住物業將於 13 年後完成按揭供款，以現時按揭年利率 2.25% 計算，每月供款約港幣 19,941 元<sup>2</sup>。到 53 歲時，完成按揭還款，可以用作為退休而儲蓄的額外資金。但關先生認為他與太太屬於風險承受能力較低的人士，希望在未來退休時可以增加財富，所以考慮透過儲蓄保險計劃達成目標。

- 強積金供款加上用作長線投資的股票價值，關先生在 60 歲時，可把此部分資產滾存到港幣 6,556,124 元<sup>3</sup>
- 完成按揭還款，關先生可利用這筆相等於港幣 19,941 元的金額，分配至新增的儲蓄或投資中。當他到達 60 歲時，便預計可以滾存到約港幣 2,045,733 元<sup>4</sup>
- 扣除強積金供款及股票價值，餘下港幣 7,529,406 元<sup>5</sup>的退休預算缺口需以每月額外儲蓄港幣 18,243 元<sup>6</sup>來填補，來達到他期望維持舒適退休生活方式的目標



## 除了投資方案之外，還有什麼其他退休方案？

關先生按照自己情況進行的財務風險評估及財務需要分析結果，考慮選擇終身人壽計劃以累積財富。他選擇 10 年的保費供款期，預計退休時便享有長線財富增值的效果，獲取更高的潛在回報。他可以選擇在退休期間提取計劃當中的部分現金價值，以作為日常花費用途。除此之外，視乎實際計劃的細節，關先生亦有機會得到計劃所提供的額外保障，例如額外意外死亡保障、末期疾病保障及失業延繳保費保障等。



持續及定期檢討組合表現對達成退休財富目標十分重要，亦應按照人生階段及經濟情況的改變而檢討投資或保險方案是否配合當時需要。

所有計算捨入至小數後一個位。

- 1 此金額乃以港幣 683,254 元計算，年期為 25 年（預期退休 60-85 歲），假設退休後每年回報為 4%，通脹為 3.5%。港幣 683,254 元是按以下方式計算：預算二人每月開支港幣 28,615 元，一年便為港幣 343,380 元（港幣 28,615 元 \* 12），20 年後便相等於一年為港幣 683,254 元（假設通脹為每年 3.5%）
- 2 未清還按揭港幣 2,700,000 元，每年 2.25%（息率參考滙豐網站），年期為 13 年
- 3 預計 60 歲時，以現時股票及強積金累積的價值（港幣 950,000 元）及二人收入每月強積金供款 5% 計算（包括僱主及僱員的自願性供款），假設退休前回報為 6%（參考強制性公積金計劃統計摘要 2018 年 6 月），年期為 20 年計算
- 4 按揭還款的金額，假設回報為每年 5%，年期為 7 年（53-60 歲）
- 5 餘下金額（港幣 16,131,263 元 - 強積金供款及股票價值港幣 6,556,124 元 - 不用清還按揭的累積金額港幣 2,045,733 元）
- 6 餘下金額港幣 7,529,406 元，年期為 20 年，即 20\*12 月（240 月）計算，假設退休前回報為 5% 計算，計算額外儲蓄

本文件並非供銷售用途。本文件所載的例子只供說明用途；並不構成向任何人士提供建議或意見，亦不可視為取代專業意見。您不可按照本文件任何資料行事，應尋求特定的專業意見。請透過理財計劃評估尋求所需的財富管理方案。投資涉及風險。閣下應考慮自己的個人狀況及可承受風險的能力並向合資格的獨立人士尋求專業意見，以訂立適合自己的投資方案及理財策略。

## 6

## 開展豐盛退休生活

退休是人生的轉途站，是開展美好人生的新開始。有些人擔心退休後失去工作寄託，生活會變得沉悶，但其實長壽的好處，就在於退休後依然精力旺盛，可以追求以往未能實現的興趣和理想。加上銀髮市場發展蓬勃，各種專為年長者而設的產品及服務例如服裝、保健、個人護理、旅遊及保險等推陳出新。退休，可以讓您的生活更加豐盛和優質。



離開職場，讓您有更多時間探求知識上的滿足。報讀學位或碩士課程，可重拾上學樂趣之餘，亦能一圓大學夢。另外，現時有六間大專院校開設有適合充實退休生活的興趣班及實用課程，包括太極、書法、繪畫、語言學習、電腦應用及法律知識等，讓退休人士體驗讀大學的滋味。以香港公開大學為例，每科學費只需港幣400元（10堂、每堂2小時15分鐘）<sup>1</sup>。

退休是實踐環遊世界夢想的最好時機！乘郵輪環遊世界，可盡享數月至半年的海上悠閒時光，漫遊世界不同國度，豐富人生閱歷。郵輪船票收費十餘萬起<sup>7</sup>，包括郵輪住宿及船上美食，也有包含岸上觀光

### 坊間亦有眾多適合長者的興趣課程

（資料只作參考，詳情請向舉辦課程的機構查詢）

草地滾球訓練班 <sup>2</sup>	港幣 140 元 / 8 堂
中醫藥保健知識入門 <sup>3</sup>	港幣 1,950 元 / 10 堂
成人高爾夫球 <sup>4</sup>	港幣 1,200 元 / 4 堂
八段錦氣功班 <sup>5</sup>	港幣 450 元 / 每月（每周一課）
粵曲訓練班 <sup>6</sup>	港幣 740 元 / 12 課

1 香港公開大學「長青活學計劃」  
2 草地滾球總會  
3 香港大學專業進修學院  
4 南華體育會

5 香港大學中國武術舊生會  
6 公聯會業餘進修中心  
7 捷旅假期於2018年海上假期價目

不想賦閒在家，很多退休人士選擇樂走山林，配上專業服裝、背囊及行山杖等裝備，與好友結伴遊走一座座山峰。另外，利用手機或數碼相機拍照已非常方便，甚至有運動攝影機、航拍機、潛水航拍機等專業拍攝器材可選擇，價錢由數千元至過萬元不等，讓您將生活逸事或獨特景象留下記錄，跟家人及好友分享快樂。

## 發展興趣



### 例子：中小企茶餐廳<sup>8</sup>

裝修費	港幣 2,000,000 元
店舖租賃及其他長期按金	港幣 135,000 元
地產經紀佣金	港幣 60,000 元
顧問費用	港幣 30,000 元
商業登記及公司註冊費	港幣 7,500 元
存貨 (30 日)	港幣 218,722 元
經常性開支 (員工 1 個月薪金及津貼、租金、水電煤及雜項開支)	港幣 315,000 元

### 創業所需資金

港幣 2,766,222 元

## 理想創業



累積了豐富的人生經驗，您或許想將興趣變成事業。只要財政狀況穩健，又不影響退休生活，您或可選擇一嘗創業做老闆的滋味。



開展精彩人生下半場，無論進修、旅遊、玩樂、創業、移民，都可以提升生活質素，頤養天年。



<sup>8</sup> 香港工業貿易署中小企業支援與諮詢中心網站「創業預算分析表」範本

### 投資移民門檻

美國：500,000 美元<sup>9</sup>  
 澳洲：5,000,000 澳幣<sup>10</sup>  
 加拿大（魁北克）：1,200,000 加元<sup>11</sup>  
 英國：2,000,000 英鎊<sup>12</sup>  
 台灣：15,000,000 新台幣<sup>13</sup>

## 海外移民

如果您覺得習慣香港的生活之後不再有驚喜，可考慮移居外地，體驗另一種人生。放眼世界，美國、加拿大及澳洲都是熱門的移民地點。各地設有不同的投資移民門檻，您可因應能力及喜好選擇合適的移居地，同時還可一展創業抱負。

近年不少港人退休後回內地養老，並選擇在內地自置物業或入住院舍。但內地不少地區實施住房限購令，物業漲價不少，樓價由百多萬至近千萬元人民幣。此外，必須留意的是，中、港兩地的醫療保障制度存在較大的差別：內地醫院大多實行先付款後診治的機制，如因病或意外需接受治療或入院，一般需預先繳付現金或按金，否則可能拖延診治時間。

至於移居海外，要留意當地文化與香港有分別，因旅行與定居是兩回事，起居生活要重新適應。至於當地政府對待移民的政策以及文化差異等，亦會對身心帶來一定程度的挑戰。若想減輕移居異地的壓力，您可考慮在海外置業或租住房屋，作為閒置居所，享受半移民、半旅遊的悠閒生活。

香港住屋及消費開支高昂，若將相關支出轉移到外地運用，隨時「蝸居變別墅」，換來寫意新生活。但同時要留意各地入境停留期限不同，例如台灣是3個月<sup>14</sup>（可額外申請延期3個月），加拿大是6個月。累積足夠資產並加以善用，才可以創造機會。

## 樂齡科技

創新科技令生活變得更美好，現時有許多新科技產品專為年長人士而設，可以用於提升生活質素、進行健康管理、紓解年老或病患引起的生活不便等。例如：智能鏡子可以檢測情緒狀態，加強使用者與親友之間的互動聯繫；生物功能襪可保持雙足皮膚滋潤；智能機械人懂得以廣東話唸唐詩、一起耍太極及做健體操；全自動沐浴機方便使用者獨立安全地沐浴；而對於行動不便人士，還有能夠在狹窄空間靈活移動的輪椅。未來將有更多新科技產品推出，令年長人士活得更健康及有尊嚴<sup>15</sup>。



9 美國 U.S. Citizenship and Immigration Services : Permanent Worker Visa Preference Categories

10 澳洲 Australian Government Department of Home Affairs

11 加拿大 New Quebec Immigrant Investor Program (QIIP)

12 英國 Gov.uk – Tier 1 (Investor) visa

13 台灣行政院：規劃《新經濟移民法》

14 中華民國內政部移民署：香港澳門居民入出境送件須知－短期停留

15 樂齡科技博覽暨高峰會 2017

## 重要風險通知

1. 個別投資產品乃結構性投資產品涉及金融衍生工具。投資決定是由閣下自行作出的，但閣下不應投資，除非中介人於銷售該產品時已向閣下解釋經考慮閣下的財務情況、投資經驗和目標後，該類產品是適合閣下的。
2. 基金、債券、存款證、結構性投資產品（包括股票掛鈎投資、結構投資票據、高息投資存款、結構投資存款和保本投資存款）並不相等於定期存款。基金乃投資產品而部分涉及金融衍生工具。
3. 證券價格可升可跌，甚至變成毫無價值。買賣證券均可帶來虧損或盈利。
4. 在最壞的情況下，基金價值或會大幅地少於您的投資金額（在極端的情況下，您的投資可能會變成沒有價值）。
5. 發行人風險—債券、存款證、結構性投資產品和投資相連壽險計劃受發行人的實際和預計能力所影響和不保證發行人於須償債時不會拖欠債務。  
於最壞情況下（如發行者破產），投資者將不能收回任何本金或利息/票息，因此最高潛在風險為損失100%投資本金和不能獲取任何利息/票息。
6. 投資者不應僅根據此文件內所載的資料而作出投資決定。
7. 投資涉及風險。過往業績數據並非未來業績的指標。欲知投資產品的詳情、有關費用和風險因素，請參閱銷售文件和/或有關文件。
8. 結構投資存款（可贖回定息存款除外）、高息投資存款、保本投資存款和存款證均不屬於受保障存款和不會受香港的存款保障計劃保障。高息投資存款並不保本。
9. 本文件所載資料並不構成招攬任何人投資於本文所述之任何投資產品。您應就本身的投資經驗、投資目標、財政資源和其他相關條件，小心衡量自己是否適合參與任何投資項目。此文件內容未經證券及期貨事務監察委員會審核。

人壽保險計劃乃由滙豐人壽保險（國際）有限公司（「滙豐人壽」）承保，滙豐人壽已獲香港特別行政區保險業監管局授權及受其監管於香港特別行政區經營長期保險業務。如保單持有人提早終止保單，其將獲支付金額可能低於已繳付的保費。保單持有人受本公司信貸風險影響，有關詳細資料，請參考產品冊子的條款及細則。滙豐人壽將負責按人壽保單條款為您提供保險保障以及處理索償申請。The Hongkong and Shanghai Banking Corporation Limited 香港上海滙豐銀行有限公司乃根據保險業條例（香港法例第41章）註冊為滙豐人壽於香港特別行政區分銷人壽保險之代理商。有關產品細節及相關費用，請參閱有關之宣傳冊子及保單，或可向各滙豐分行職員查詢。

以上資料僅為一般摘要，有關人壽保險計劃的詳情，請向滙豐任何一間分行或職員查詢。



卓越大獎

保險界別 - 年復品牌保險公司



卓越大獎

保險界別 - 數碼創新



卓越大獎

保險界別 - 產品/服務創新



卓越大獎

保險界別 - 財富管理平台

本冊子內列明的資訊只供參考用途，您不應僅根據此冊子而作出決定。如您對本冊子的內容有任何疑問，應向獨立人士尋求專業意見。我們沒有義務向您發佈任何進一步更新本冊子的內容，該等內容或隨時變更，並不另行通知。該等內容僅表示作為一般資訊，並不構成任何建議。任何情況下，滙豐人壽保險（國際）有限公司或滙豐集團均不對任何與您或第三方使用本冊子或依賴或使用或無法使用本冊子內資訊相關的任何損害、損失或法律責任承擔任何責任，包括但不限於直接或間接、特殊、附帶、相應而生的損害、損失或法律責任。所有被訪者發表的見解乃由被訪者提供，僅供閣下參考，並不構成對任何人士提供任何建議或以作出任何財務決定。被訪者所發表的見解只反映其個人意見，並不代表滙豐人壽保險（國際）有限公司或滙豐集團的立場。

本小冊子資料由明報提供

由滙豐人壽保險（國際）有限公司（註冊成立於百慕達之有限公司）刊發  
Issued by HSBC Life (International) Limited (Incorporated in Bermuda with limited liability)

