

私校退撫儲金管理會 歷年大事紀

歷任董事長

- 第1屆 陳璽安
- 第2屆 李銓
- 第3屆 李天任
- 第4屆 李天任
- 第5屆 劉維琪



102年3月1日

實施自主投資計畫，開放私校教職員依個人需求於投資平台自主選擇。



100年12月30日

銘傳大學李銓校長當選第2屆董事長。

99年3月9日
教育部同意設立許可登記。



99年1月1日

「財團法人中華民國私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金管理委員會」成立，並由第1屆董事長陳璽安先生舉行揭牌儀式。



102年11月11日

中國文化大學李天任校長當選第3屆董事長。



103年5月6日

取得 BS10012 個人資訊安全管理系統第三方稽核認證。



103年7月14日

會址搬遷至台北市中正區愛國東路22號10樓。



104年2月5日

於台北西華飯店舉行「私校退撫儲金自主投資2014年實施成果發表」記者會。



104年11月13日

中國文化大學李天任校長連任第4屆董事長。



105年3月22日

榮獲亞洲資產管理雜誌 (Asia Asset Management) 投資與退休金期刊頒發「2015年最佳新退休基金獎」(Best Newcomer, Pension Fund)。

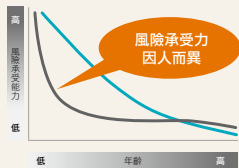


106年11月9日

中華大學劉維琪校長當選第5屆董事長。

106年9月28日

新增「人生週期型投資組合」。



106年6月7日

成立本會「LINE@生活圈」帳號。



106年6月1日

本會 LOGO 於經濟部智慧財產局取得中華民國商標註冊證。



106年4月1日

與日本「私立學校振興・共濟事業團」簽訂互惠契約。

董事長的話



諸位私校教育界先進、同仁，大家好：

承蒙第三、四屆董事厚愛，獲推選擔任兩屆董事長。四年來天任臨淵履薄，以私校教職員退撫福祉為念，與同仁悉心擘畫會務，全力為大家服務。

感謝教育部、本會董事與顧問指導與支持、信託銀行及投顧公司提供專業服務，共同為促進私校教職員同仁退撫制度而努力。這些年我們完成搬遷新會址、設計本會CIS、推動行政e化、官網資訊公開化、建立「LINE@生活圈」官方網站，提供連結私校自主投資平台最新訊息；與日本「私立學校振興共濟事業團」簽約結盟；並榮獲亞洲資產管理雜誌投資與退休金期刊頒發「2015年最佳新退休基金獎」；106年9月28日教師節再增設第四種「人生週期基金」自主投資選擇等。

私校退撫改為確定提撥制後，輔以可携式個人帳戶方式充份保障權益，雖倍受各界肯定，然私校教職員仍為年金改革的弱勢族群，少子化致私校轉型及退場，部分同仁將面臨轉業甚或失業。鑒此，推廣教職員增額提撥，謹慎管理基金，以增加日後退休保障及節稅，本會責任重大。四年來增額提撥原僅有1所173人參加，現增為121所，14947人參加，同仁功不可沒。

時值卸任，有感於私校同仁對退撫儲金不甚瞭解者仍多，特將本會會務及自主投資等攸關個人權益訊息編印專刊以廣為周知，並籌劃製作電子書以利隨時查閱。讓私校同仁資深者有保障，年輕人有希望，始終是本會的目標，有賴未來各屆董事會及同仁們積極經營，為所有私校同仁們謀取更完善退休福祉！

敬祝大家身體健康，闔府平安，本會管理運作更有成效！

李天任 謹啟

好命退休

睡覺睡到自然醒，
下一句？

06 力抗長壽風險 拉高個人準備金
私校教職員退休金如何組成？
撰文·私校退撫儲金管理會

07 私校退撫制度邁向新里程
退休金規劃 從「沒得選」到自主投資
撰文·賴俊男

14 延攬專家學者把關
儲金管理運作 透明有保障
撰文·私校退撫儲金管理會

打造自己的現金流

19 確定提撥設計 時間拉長效果更大
公私校年金差距會不會逆轉？
撰文·賴俊男

26 你的每一分錢都有人用心守護
剖析標的篩選、新增、汰換流程
撰文·私校退撫儲金管理會

30 「福利」+「儲蓄」的退休金制度
增額提撥關鍵6大QA
撰文·私校退撫儲金管理會

34 3步驟 快速查詢自主投資平台
免擔心！退休帳戶一目了然
整理·今周刊

40 隨不同年齡 配置風險與報酬
不能只是傻傻存 更要聰明選標的
撰文·陳登源

42 穩定就是好嗎？
報酬率小於2% 仍要擔心未來缺口
撰文·陳登源

無痛減壓理財法

46 退休幸福指數大調查
掌握「幸福退休333」 別為錢煩惱
整理·今周刊

49 國人認為退休財務缺口為420萬 實際恐不只
專家建議：用3P來救
整理·今周刊

54 別急著補缺口 要讓缺口不再擴大
達人親授理財新手3堂必修課
撰文·歐陽善玲

人生下半場

58 原來不工作之後，人生還有無限的可能
快樂的第二人生
撰文·許秀惠

61 8成都想及早投資 卻快40歲才行動
50歲前存夠退休金 必懂5個理財法則
撰文·歐陽善玲

65 專家：30歲開始準備 免得日後空虛
退休憂鬱不上身 你該做的3件事
整理·今周刊

發行人
李天任董事長

董事(依姓名筆劃排列)
王金龍·尤榮輝·史慶璞·朱燦煌·李尹緒瑛
李繼來·周守民·林政鴻·林淑珍·洪清池
唐彥博·孫國燕·高慧琳·黃國光·陳明堂
陳憲一·鄭琨楹·魏雪玲·謝宗興

監察人(依姓名筆劃排列)
黃永傳常務監察人·官月緞·馬君梅·詹乾隆·蔡揚宗

顧問(依姓名筆劃排列)
方元沂·陳樹·鈕則勳·葉至誠·葉炳倉·廖益興

投資策略執行小組委員(依姓名筆劃排列)
李天任召集人·陳登源執行秘書·王金龍·巫慧燕
李進生·李繼來·邱凌志·唐彥博·許家豪

編輯小組
吳惠純執行長·柳信泰·李美華·吳靜宜
許柏澄·高慧芬·陳龍潔

出版部
主編：楊琇涵·陳怡甄
編輯：袁于善
封面/美術編輯：可樂果兒




力抗長壽風險 拉高個人準備金

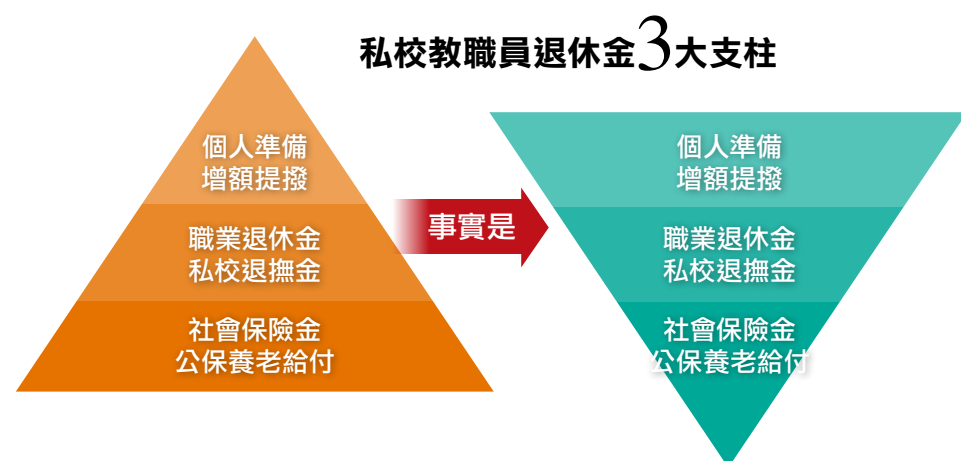
私校教職員退休金如何組成？

撰文 · 私校退撫儲金管理會 

依據聯合國的退休規劃，健全的老年退休保障制度有3層，第1層是基本最低經濟保障，由政府透過稅收或社會保險方式提撥基金，第2層是強制性儲蓄，透過雇主及員工強制提列，例如企業退休金及員工福利計劃，第3層則是自發性的個人儲蓄。

放到私校教職員身上來看，退休金來源第一層為社會保險金——公保養老給付；第二層為職業退休金——私校退撫金：舊制基金（98.12.31以前年資）+新制儲金（99.1.1以後年資）；第三層個人準備——增額提撥。

根據內政部106年9月份最新的公告，國人的平均壽命為80歲，男性76.8歲、女性83.4歲；國人目前平均退休年齡約為60歲，表示至少要準備20年以上的退休金，且隨著醫療科技發達，未來將會面臨超高齡化社會。因此，個人準備的增額提撥占退休金的比例絕對大幅提高，私校退撫儲金管理會除了原來提供的保守型、穩健型及積極型3種不同的投資組合外，於2017年928教師節新推出人生週期型基金，建議教職員們選擇最適合您的投資組合，提早為退休生活做準備，讓自己好命退休！



私校退撫制度邁向新里程

退休金規劃 從沒得選到自主投資

教育部私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金監理會執行秘書
撰文 · 賴俊男



近20年來，退休金一直是個火紅而且棘手的議題，多數國家也都面臨相同的問題。而在我國公校、私校間，還存在公校退休金明顯優於私校，也因此有部分私校教職員轉調公校任教情形發生，影響私校師資穩定與教學，引起批評。

民國84年8月9日《教師法》公布施行之後，該法用來規範公私立學校編制內專任教職員相同事項，同時規定教職員與學校要共同撥繳退撫儲金，並由政府負最後支付保證責任。公校配合84年7月1日公務人員退撫新制施行，修正學校教職員退休條例等規定，也自85年2月1日由教職員與學校共同撥繳退撫準備金。私校因為這些發展趨勢迭次要求加入公校退撫制度，以拉齊退休金差距。

教育部經過多時研議，而且也經過精算認為，私校加入公校退撫，會導

致公私校提撥費率因而調高，公私校都不利等問題，而研議另單獨成立退休基金。至於單獨成立退休基金究應採取同於公校退撫的確定給付制（Defined Benefit Plan）還是確定提撥制（Defined Contribution Plan），眾說紛紜，莫衷一是。

舊制階段

政府負擔加重 未來恐陷財務危機

我國私校最早並無統一退撫制度，是由各個學校自行決定是否要給教職員退休金。民國81年修正私立學校法，規定各學制私立學校每學期應該撥繳相當3%學費，用來支付日後教職員退休等費用，如有不足由各學制主管機關負責填補。

各校撥繳3%學費，由財團法人中

華民國私立學校教職員工退休撫卹基金管理委員會（99年7月1日因私校退撫新制施行後解散，相關業務改由新制儲金管理會承接）負責收支管理運用，並核定教職員退休金。該委員會是由學校教職員、董事會及政府共同組成；該委員會掌管的退撫基金，除短暫期間曾投資國內股票外，絕大多數期間都只辦理國內銀行定期存款。

而教職員退休金是採確定給付制方式計算，也就是按照服務年資及退休時薪級計算，給付標準與公校教職員恩給制時期一次退休金相同，只是不能辦理優惠存款，也沒有公校月退休金的選擇。依新制施行時待遇標準計算，30年舊制年資，教職員最高（770元薪級）可領取一次退休金320萬元及公保養老給付183萬元，合計503萬元，對於教職員退休保障，有所不足。

私校退撫舊制因為採取確定給付制設計，加上退撫經費要支付舊制施行前年資所需費用，根據教育部95年6月精算報告顯示，原私立學校退撫基金之潛藏負債計416億元，扣除已提存基金費用約100億元，仍短缺315億元。該缺口即需由各級教育主管機關編列預算填補。

私校舊制施行僅14年半，且退休撫卹資遣人員僅能領取一次性給與，其財務缺口即令人擔憂。該制度施行期

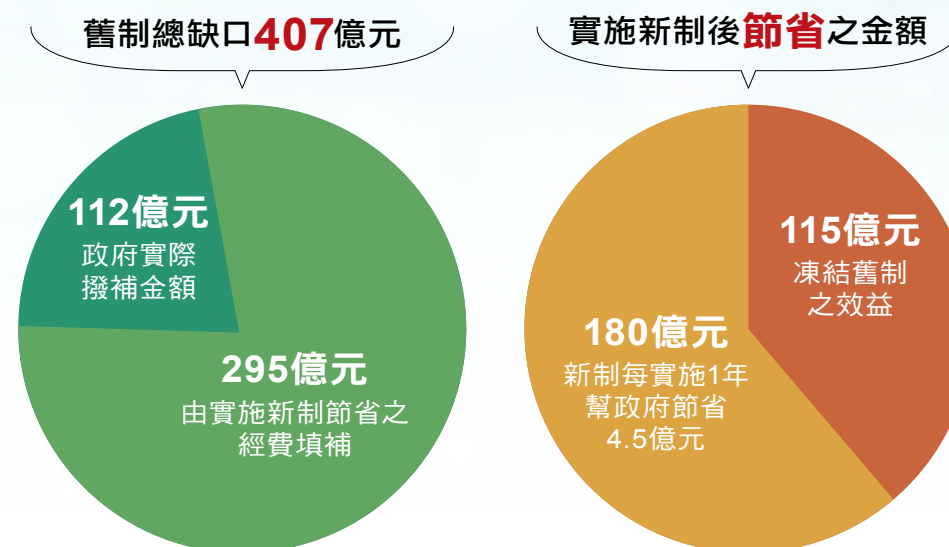
間不長，政府財務負擔就逐漸增加，教職員退休所得無法保障晚年生活，同時也有學校抱怨各校間承擔退撫責任不公平、沒有月退休金的選擇。因此，舊制進行全面、深切的改革，已無法避免。

新制階段 3方共同負擔 凍結財務缺口

新制完成立法從99年1月1日施行，所有現職與新進教職員全部同時適用確定提撥的新制。新制除了依據《教師法》第24條規定，由教職員、政府與學校每月按2倍本薪薪額的12%共同撥繳費用，建立教職員個人帳戶的退撫儲金，在教職員退休、離職、資遣領取個人帳戶本金及其孳息，所以不管離開學校原因為何，領取新制金額相同，形同取消退休條件。

新制施行，終結舊制也凍結舊制財務缺口，使其不再擴大。至於該缺口的填補，私校退撫條例規定學校每學期提撥1%學費填補（舊制每學期撥3%學費，新制施行後仍先撥3%學費，其中1%學費填補舊制缺口，2%學費支付各校新制所需負擔費用），其餘部分由政府補足。根據財團法人中華民國私立學校教職員工退休撫卹離職資遣儲金管理委員會（以下簡稱

全面實施新制 凍結舊制缺口及減少政府每年提撥金額



儲金管理會，新制施行時成立）101年4月委託完成精算顯示：

1.如預估138年12月具有私校舊制年資教職員全部退休，則自98年12月31日舊制財務缺口達407億元，至138年12月縮減為292億元，節省115億元。

2.另，新制每實施1年，政府需負擔20億元；舊制每實施1年則擴張財務缺口24.5億元以上。亦即新制每年幫政府節省4.5億元，至138年可節省180億元（連同前項節省經費115億元，合計節省295億元），亦可用以挹注舊制財務缺口292億元，合計政府實際僅需支付112億元。

為使新制順利推行，現職教職員舊制年資仍用退休時薪級的舊制標準

計算，新制年資扣掉新制自繳費用本息如低於舊制標準退休金，由政府補足差額。初期所有教職員個人帳戶運用收益保證不會低於二年期定期存款，超過二年定存收益歸教職員個人，不足時，政府補足。102年自主投資施行之後，僅保守型投資組合才有前面所說的保證收益，其餘類型投資組合就自負盈虧。

另外，新制組成之儲金管理會完全由教職員、學校法人代表及私校教育團體推薦代表組成，政府完全退出管理會，同時在教育部成立儲金監理會負責監督、考核儲金收支、管理及運用。至於新制儲金運用自100年3月起，在原先定期存款之外，增加共同基金投資，沿用迄今。

回歸自主投資

保守、穩健、積極 3標的選擇

新制按照原規劃期程自99年1月1日至101年12月底，陸續制訂各項運作規定，合計有31種法令如期完成。私校退撫儲金新制雖然是採用確定提撥制，而且為每位教職員在保管銀行設立個別帳戶，每月教職員、學校及政府按照規定撥繳儲金進入個人帳戶後，等到教職員退休離職時，領取其個人帳戶中本金及孳息。

既然個人是領取其帳戶中本金及孳息，應該有權力決定其個人帳戶中資金資產配置。事實上在新制行前3年中，教職員無法決定其儲金運用方式，主要是考量新舊制改變幅度大，監理會、管理會人員精簡，大部分教職員可能不了解新制運作概況等因素，為使新制運作順暢，儲金的運用先由教職員代表組成管理會決定。初期先完成制度運作所需基礎建設之後，自102年3月1日起，回歸確定提撥制精神，按照原訂計劃於102年1月1日開放教職員可以自主投資，讓教職員做自己退休金的主人。

為推動自主投資，教育部除依據私校退撫條例第10條規定之精神，進行各項規劃，並與教職員、專家學者、金融機構進行60場次會商，並在101年7月12日訂定學校法人及其所屬私立學校教職員退休撫卹離職資遣

儲金自主投資實施辦法，對於管理會需依據該辦法訂定教職員退撫儲金自主投資實施計劃，為原則性及必要性規範，同時也給儲金管理會相當程度管理、運用空間。

管理會依據該辦法訂定實施計劃報經監理會通過後，自102年3月1日正式啟動「教職員個人專戶自主投資運用實施計劃」，由私校教職員成為自己退休金運用方式的主導者。初期提供保守型、穩健型及積極型3種投資標的組合供私校教職員選擇，由投資顧問及教職員代表組成的儲金管理會定期檢視收益績效與風險控管，並由監理會負責監督考核，透過專業管理為每位私校教職員獲取最大利益，此為國內退休金制度首例。

3種投資組合，僅保守型仍提供二年定存保證收益外，穩健型及積極型都自負盈虧。教職員投資組合的選擇，只要符合自己的風險屬性，也可以在3種類型都配置不同比率資金，而且上網即可完成選擇的作業。（3類型產品特色如右頁圖）

新增第4種基金選擇

可隨年齡變化 配置不同比重

自主投資開辦以來，與原預期相同，大多數教職員沒有上平台選擇自己的投資組合或先完成風險屬性評

投資標的組合運用規範簡表

投資規範		保守型 (低風險)	穩健型 (中風險)	積極型 (高風險)
投資共同基金之規範	1.資本利得型基金占組合比重限制	資本利得型： 0%~20%	資本利得型： 30%~50%	資本利得型： 40%~70%
	2.個別基金占組合比重限制	≤10%	≤15%	≤15%
	3.個別基金占該基金已發行受益權單位總數比重限制	≤10%	≤10%	≤10%
	4.個別基金績效排名限制	過去三年期 績效前50%	過去三年期 績效前50%	過去三年期 績效前50%
	5.銀行存款之存放金融機構限制	長期債務 信用評等達 (BBB) 以上	長期債務 信用評等達 (BBB) 以上	長期債務 信用評等達 (BBB) 以上
投資債券之規範	6.國內外債、票券占組合比重限制	≤40%	≤25%	≤15%
	7.個別國內外債、票券占組合比重限制	≤5%	≤5%	≤5%
	8.個別國內外債、票券占該證券發行總額比重限制	≤10%	≤10%	≤10%
	9.保證、承兌及發行金融機構之信用評等限制	長期債務 信用評等達 (BBB-) 以上 短期債務 信用評等達 (A-3) 以上	長期債務 信用評等達 (BBB-) 以上 短期債務 信用評等達 (A-3) 以上	長期債務 信用評等達 (BBB-) 以上 短期債務 信用評等達 (A-3) 以上
10.再平衡 (Rebalance) 資產配置調整頻率		3個月	2個月	1個月
11.運用損益		不低於二年期 定期存款利率 (註2)	自負盈虧	自負盈虧

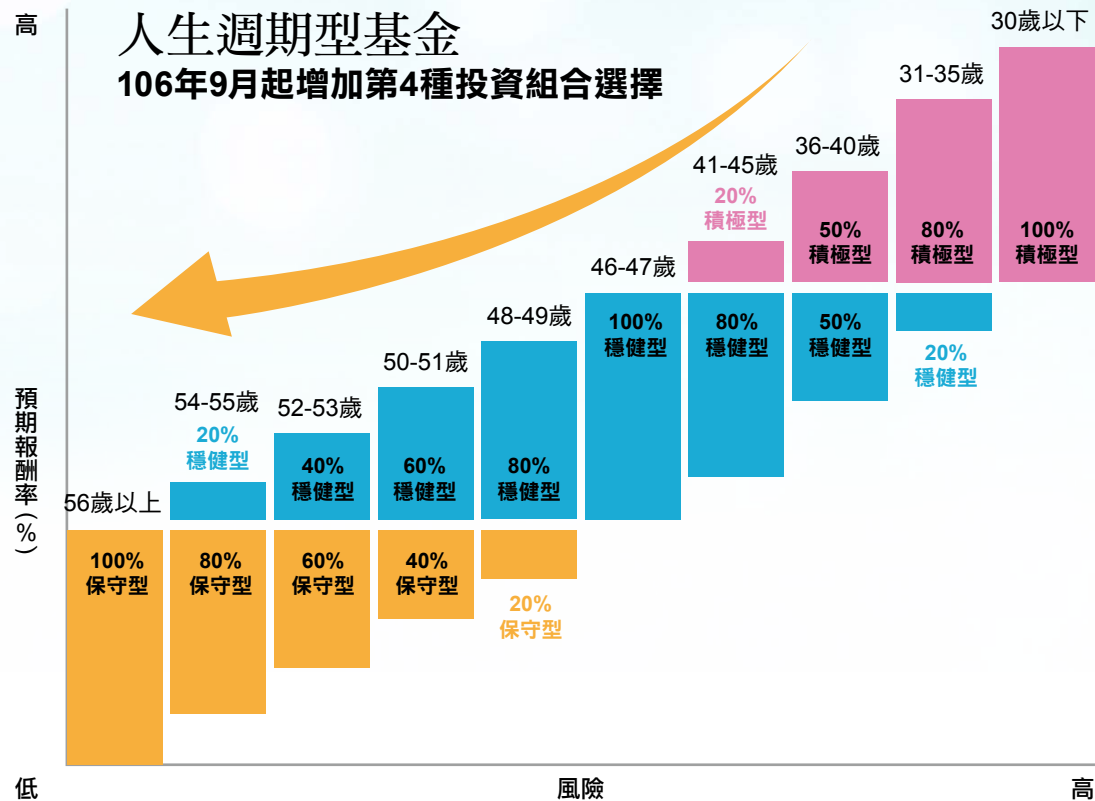
註1：上表類型中所稱之高風險係指一年以內，投資組合價值漲跌的可能性大；所稱之低風險係指一年以內，投資組合價值漲跌的可能性小。
註2：保守型之運用損益，依私校退撫條例第十條第三項規定，其收益不得低於當地銀行二年定期存款利率，如有不足，按教職員參加期間之累計收益，於離退時，由國庫補足。

估，也就是多數人沒有對他的退休金做出投資選擇。按照現行自主投資規定，這類沒有選擇的教職員個人帳戶儲金就投入保守型投資組合。

一開始僅4%選擇穩健型及積極型，經過多方宣導，至106年9月底已有18%的教職員選擇穩健型及積極

型。重點不在各類型選擇人數比率有多少，而是經過分析，50歲以下人數占75%，而保守型雖有二年定期存款的保證收益，但二年定期存款目前僅1.05%，難以抵抗退休金最大的風險——通貨膨脹。

退休金學者大都認為退休金配置



如果一個教職員進入私校到退休，都是加入人生週期基金，其所得大致與相同期間都投入穩健型差不多，但他有穩健型所沒有的優點，也就是55歲以後，全部資金轉入保守型一直到退休，這時間受有兩年定期存款的保證收益，可以不受到退休期間，短期市場價格波動影響，確保退休金在一個穩定區間，而可以安穩退休。

當然選擇人生週期基金後，仍然可以再做其他選擇，如全部或部分配置積極型或其他類型，教職員仍是其退休金最終決定者，沒有就此交出決定權。

私校退撫新制經過10餘年醞釀，也陸

續克服施行初期各項困難，按照原訂計劃分期推動，雖然投注的人力、物力依然稀少，但已獲得不錯的成果。

從新制開始，教職員存有疑慮、不諒解，之後公校各項改革如當初預言陸續實現、儲金管理會歷屆董事、同仁及相關熱心人士積極投入，進而開始信任以及有更高的期待。更重要的是，它應該是一個可長可久的制度，當代責任當代結，不會有債留子孫的退休制度，也期待因為這一制度，提升私校教職員退休照顧，讓公私校教職員不會因為退休金而流動，讓公私校教育都有健全發展的基礎。 **今**

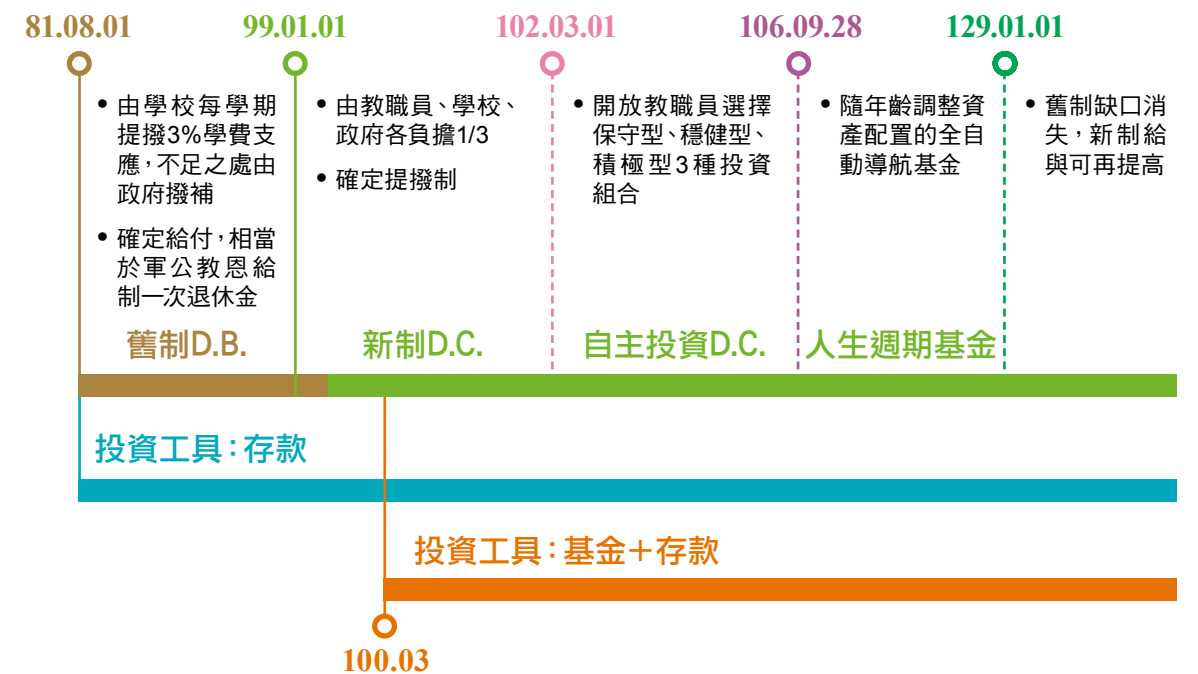
距離退休時間愈遠，投資在資本利得型資產比重應該愈高，隨著年齡增長，才逐漸調降比重。如果套用到私校自主投資來觀察，應該是年輕時，選擇積極型，隨年齡增長調整一些積極型資金到穩健型，其後再轉為全部穩健型，年齡再增長，部分轉入保守型，其後快退休時全部配在保守型。

參考國外相同實施經驗，退休金計畫參與者不太可能經常關心退休金資產配置，很多可能在初期選擇或不選擇之後，就沒空、也無意關心。因此，都推出目標日期基金 (Target-date Fund) 或人生週期基金 (Life-cycle Fund)，也就是選擇這類型基金後，

就會主動隨著你年齡增長，距離退休時間的遠近調整個人退休金帳戶資產的配置。甚至將這類型基金設為預設機制 (Default Option)，也就是沒做出明確選擇的人，就把他退休金帳戶錢直接配置在這類型基金。

私校退撫儲金新制自主投資開辦以來，雖僅4年多，對於多數50歲以下教職員，仍然沒有選擇適當投資組合，經極力宣導，成效仍不顯著；但同時積極研議人生週期基金，並已在2017年9月28日教師節推出，供教職員選擇，該基金就是隨著教職員年齡變化配置不同比重資金在3種既有投資組合中。

私校新舊制沿革



延攬專家學者把關

儲金管理運作 透明有保障



請使用行動裝置掃描QR Code
或連結網址
<https://page.line.me/t-service>
加入私校退撫儲金管理會
line@生活圈

撰文 · 私校退撫儲金管理會

為能更完善而有效照護私立學校教職員退撫權益與福利，立法院於98年6月三讀通過「學校法人及其所屬私立學校職員退休撫卹離職資遣條例」，同年7月8日總統明令公告，於99年1月1日起實施。為管理、收繳退撫基金及退撫儲金等服務，並於民國99年成立了「財團法人中華民國私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金管理委員會」（以下簡稱儲金管理會）。

儲金管理會 董事會組織架構

儲金管理會設董事會，置董事21人，其中1人為董事長，由董事互選之，負責綜理會務及主持董事會會議，對外代表儲金管理會。

董事成員及產生方式如下：1.私立學校財團法人董事代表7人。2.私立

學校教職員代表8人。3.專家學者代表6人，由中華民國全國教師會、中華民國私立大學校院協進會、中華民國私立科技大學校院協進會、中華民國私立教育事業協會、中華民國私立學校文教協會及其他依法成立之私立學校教育團體推薦之。

董事任期均為2年，連選得連任1次。董事任期屆滿未完成改聘作業前，延長其執行職務至改聘董事就任時為止。

儲金管理會還置有監察人、執行長、副執行長、顧問等組織。監察人需3~5人，任期2年，由教育部就學者、專家、政府相關機關人員及社會公正人士遴聘之，監察儲金管理會事務之執行。

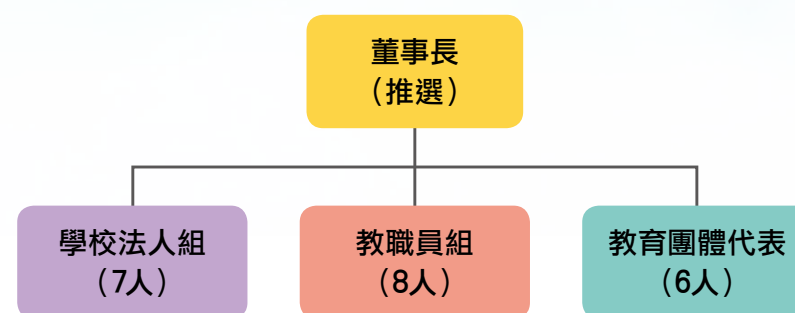
執行長1人，由董事長提名，經董事會會議通過後聘用；置副執行長1人，並分設業務組、財務組、會計組、稽

核組、秘書組及資訊組，各置專任組長1人，辦事員若干人。前項稽核組，直屬董事會，以超然獨立之精神，執行稽核業務，並應定期向董事會及監

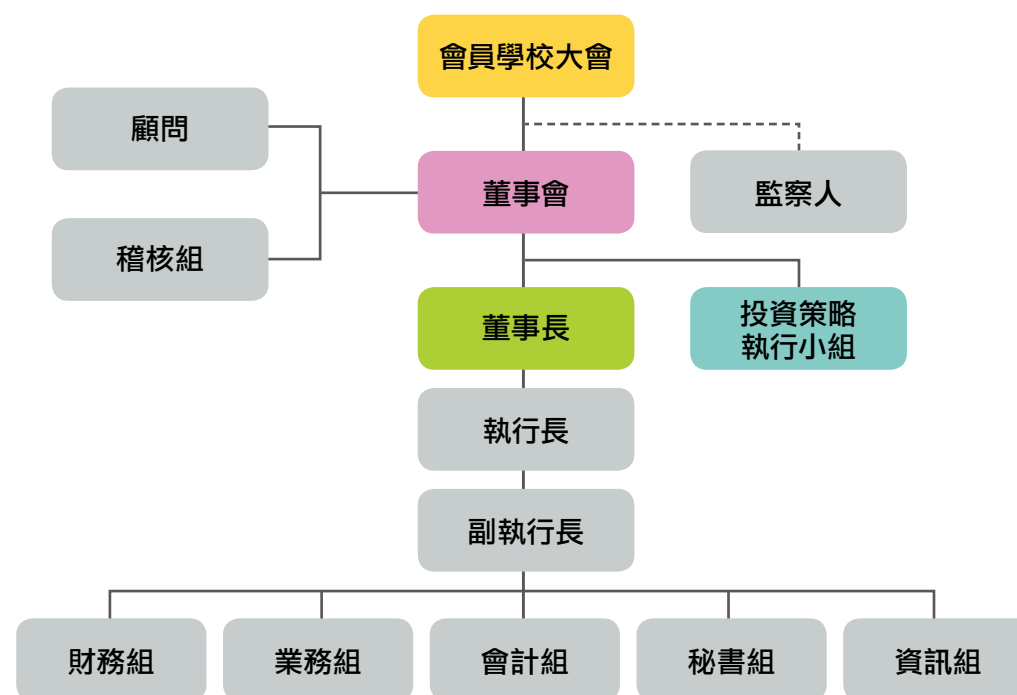
察人報告。

顧問則為5~7人，由董事長遴聘法律、財務等專家學者擔任，聘期2年，期滿得續聘之。

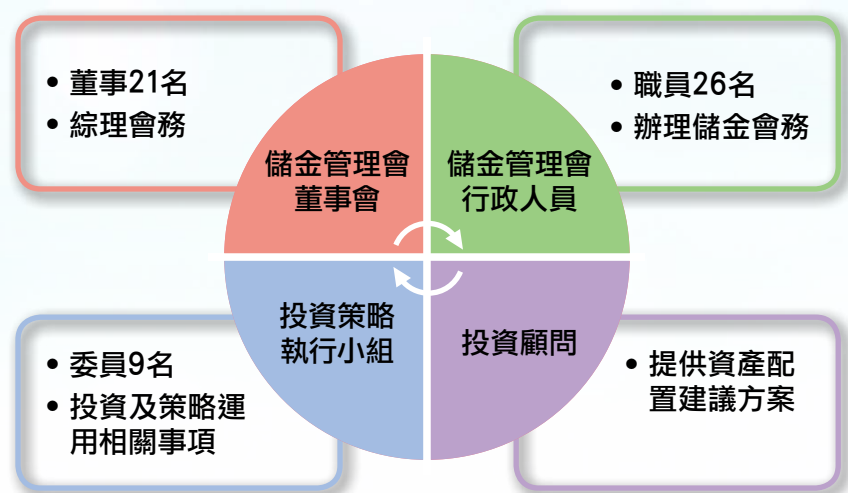
儲金管理會董事會組成示意圖



儲金管理會組織架構圖



儲金管理會運作現況



投資策略執行小組

儲金管理會為辦理學校法人及其所屬私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金（以下簡稱退撫儲金）及財團法人中華民國私立學校教職員工退休撫卹基金（以下簡稱原私校退撫基金）投資運用相關事宜，特設投資策略執行小組。

小組置委員9人，除董事長為當然委員，並擔任召集人外，其餘委員依下列規定聘任：1. 董事會董事3人：由董事互選產生，並依得票數列出備選委員之遞補名單。2. 顧問及專家學者5人：由董事長提名，經董事會同意後聘任。

投資策略小組負責執行投資決策及實際運用事項，投資顧問則負責提供專業建議方案。

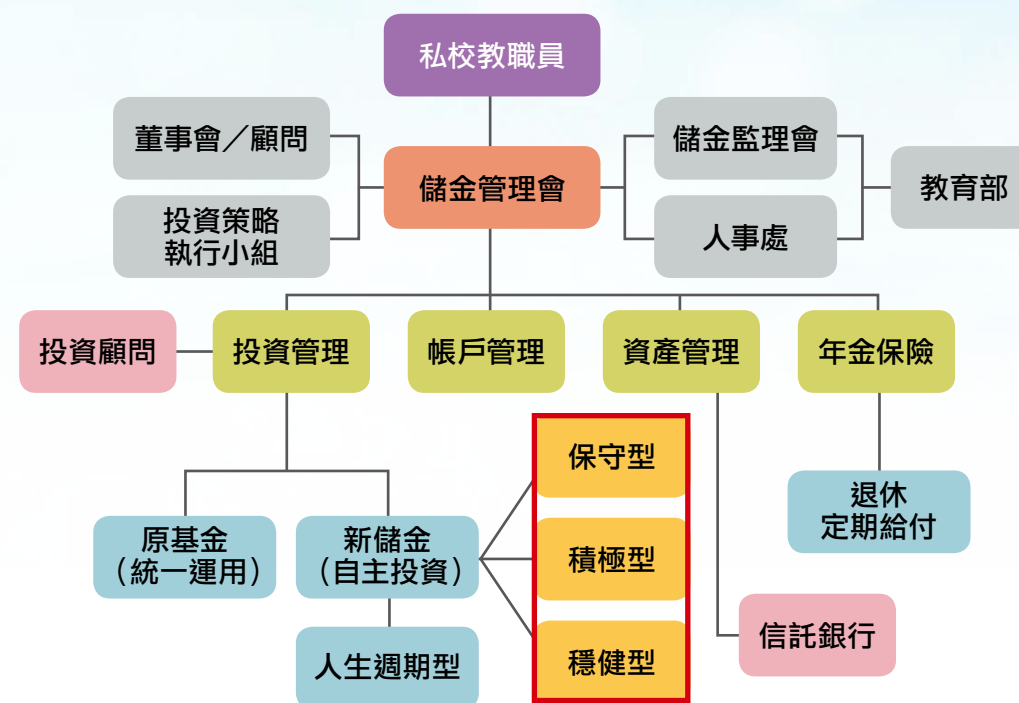
投資策略執行績效

為讓私校老師成為自己退休金運用方式的主導者，管理會於新制初期提供保守型、穩健型及積極型3種投資標的組合供私校老師選擇，由專家學者及董事代表組成的投資策略執行小組定期檢視收益績效與風險控管，並由監理會負責監督考核，透過專業管理為每位私校教職員獲取最大利益。

私校退撫儲金獲利佳，尤其是在2015年時，「保守型」報酬率為1.77%，積極型及穩健型為3.98%，不僅勝過同期台股大盤-11%的報酬率，3年來累積總報酬率高達14.21%，也打敗勞保勞退休基金等政府基金。

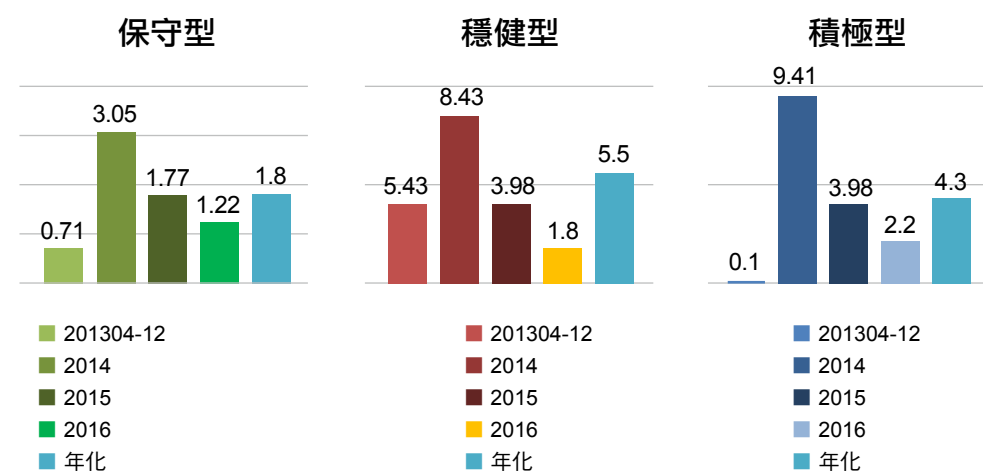
且於2017年9月28日教師節，又推出了第4種投資組合「人生週期基金」，更增加安穩退休的保障。

私校退撫儲金



3類型各年度收益

各年報酬率	保守型	穩健型	積極型
102年 (3-12月)	0.71%	5.43%	0.10%
103年	3.05%	8.43%	9.41%
104年	1.77%	3.98%	3.98%
105年	1.22%	1.80%	2.20%
106年至11月15日	1.23%	5.00%	8.64%





打造自己的 現金流

《有錢人和你想的不一樣》，書中提到，富人總把每一塊錢視為「種子」，他們不會把種子囤在倉庫裡，也不求短期暴富，而是投入能讓種子長出新芽的資產。隨著資產長大，再把收成換做更多種子，繼續投入，逐漸耕耘出一片能夠穩定長出豐厚現金的園地，像是打造了一座讓錢不斷湧出的活泉。的確，就算是透過簡單的投資標的，也能為自己創造現金流。

確定提撥設計 時間拉長效果更大

公私校年金差距 會不會逆轉？

教育部私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金監理會執行秘書
撰文·賴俊男



依據教育部在國家年金改革委員會第五次委員會議報告指出，公校老師平均任職年資約為30年，每月退休總所得為6.8萬。但因為政府財務負擔及公校退撫基金財務危機，經過多方溝通，終於完成公校年金改革，將於107年7月1日開始施行，同時逐年再調降公校老師退休金。而私校老師在舊制退休時，最高薪級770元的大學教授，僅能從領取最高320萬元舊制退休金及183萬元公保養老給付，合計的503萬元，如果轉成一般商業保險年金，大約每月可領取2.3萬元。公私校老師兩者差距相當懸殊。

如果要弭平這樣的差距，不進行制度大幅度的改革是不可能達成。健全的財務設計才是退休制度的根本。因而捨棄原先第二層職業退休金的確

定給付制設計改採確定提撥制，第一層社會保險部分，仍維持確定給付制並促成給與年金的選擇，才有達成的機會。以下僅就退休金財務健全、公私校退休金比較基礎及比較結果，簡單分析如下：

私校退休金財務健全

私校退撫儲金新制推出，當然不能只著重提高老師退休所得，還要兼顧不增加學校太多負擔及減輕政府財政負擔，否則再好的制度，終究只是曇花一現，這也可從國內、外相關退休制度改革得以理解、印證。私校退撫儲金新制是確定提撥設計，而且每人退休時只領取個人帳戶中累積本金及孳息，因此沒有舊制確定給付制財務缺口的問題。舊制財務缺口截至目前為止，由學校與政府共同填補，

財務上完全做到支出多少，就補多少的情形，缺口已經縮減一半。目前政府已撥補81億元，舊制支出已逐漸下

降。所以，私校退撫新、舊制的財務，應該是可以審慎樂觀看待。有關新舊制支出情形。（詳見下圖1至圖3）

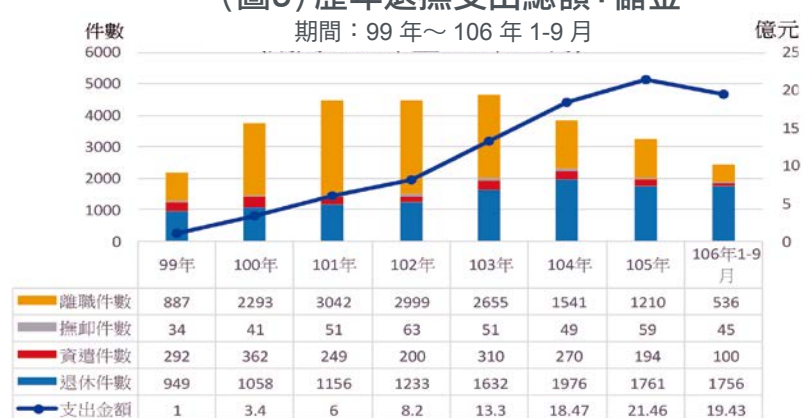
(圖1) 歷年退撫支出總額：原基金



(圖2) 歷年退撫支出總額：原基金



(圖3) 歷年退撫支出總額：儲金



公私校退休金比較基礎

在相同年資，已經符合各別領取退休金條件人員的所得比較，都假設在相同餘命、年資、薪級（包括相同敘薪起點、晉薪速度）及其相同薪額。至於退休準備金運用收益率，是依據教育部配合這次公校年金改革進行精算，設定的收益率4%進行比較。

另外公校年金改革將從107年開始，將30年年資所得替代率訂為2倍本薪薪額67.5%逐年下調1.5%，至118年調為52.5%為止，40年、35年及25年年資則分別從77.5%、75%及60%調降至62.5%、60%及45%。所以比較是以118年公校替代率為評比基準。

由於公保養老給付也提供公校老師

選擇年金，但因為選擇公保年金會併入月退休所得中，

進而一併納入前開替代率計算而刪減，預期理性的公校老師應該不會

選擇公保年金，仍繼續領取一次性公保養老給付。進而將該公校老師退休領取一次性養老給付化成

與私校相同基準商業保險年金計入其月退休所得中，再進行評比。同時公私校退休都領取25年年金，也就是60歲退休，平均餘命25年，商業保險年金利率設為2%。

另外比較所得高低同時，尚須考慮撥退撫儲(基)金、公保保費成本，也就是費率高低。當然長期而言，財務穩固與否才是各項給付條件能不能持續的保證，私校退撫沒有財務層面的隱憂，公校退撫依據教育部精算即使將各項開源節流措施所得財源全部挹注到退撫基金中，107年其退撫基金資產仍繼續下降，124年當年度收入不足以支付當年支出，到138年破產。我們在進行所得推估過程中，是以這一方案進行比較。同時把138年破產等因素拋開，就是假設124年、138年之後仍同於118年給付水準，沒有因為財務窘迫再次進行領取條件更嚴、給付更低或調高費率等方面的改革。

公校退休金比較結果

從下面表1-1，有關大學最高薪級770元退休所得，可以看出公校年改之後，如果只計算公私校第一層公保與第二層退休所得，除私校40年年資都是新制年資，也就是到民國138年，才會與公校拉齊。其餘各種狀況都是公校優於私校，差距則有0.9萬~3.3萬。這也可以推論得知138年



以前，不論那一種年資的私校老師，無庸置疑。但私校費率則低於公校費率4.29%，這也是事實。

公私校退休所得比較 不含私校增額提撥

表1-1 大學教授退職所得 單位：萬元

年金 / 月領	年資	25年	30年	35年	40年
	公校年改後	5.1	6.3	7.2	7.5
私校全舊制	2.8	3.4	4.0	4.2	
私校新制7年	3.0	3.6	4.2	4.4	
私校舊制10年	3.3	4.3	5.4	6.3	
私校全新制	3.8	5.0	6.3	7.5	

註1：私校退職所得=公保年金+儲金之一次領取金額換算成年金。
 註2：私校儲金工作期間以4%報酬率累積，退職年金給付25年，期間利率2%進行估算。
 註3：以25年年資為例，私校新制7年，表舊制年資18年，新制年資7年；私校舊制10年，表舊制年資10年，新制年資15年。
 註4：私校公保+儲金費率為(12.25%/2)+12%=18.125%。
 註5：年改後公校費率為(8.83%/2)+18%=22.415%。

私校老師在退撫儲金新制施行後，已增加第三層增額提撥，每個人還有一個8.4%本薪薪額免薪資所得課稅的額度，這是私校退撫條例鼓勵私校老師增加自己提存退休準備措施，把這個額度的增額提撥放進來看，會產生什麼變化。從下面表1-2，可以看出不小的變化：

1. 在私校純新制25年少公校0.5萬，相較於表1-1同條件少1.3萬，差距縮減0.8萬元。公校勝。
2. 純新制30年年資少公校0.3萬元，相較於表1-1少1.3萬元，差距縮減1萬元。公校勝。

3. 私校年資40年（舊制年資10年、新制年資30年）這一組合與公校40年相等，相較於表1-1同條件少1.2萬元，縮減差距1.2萬元。公私校平手。

4. 私校純新制40年就高出公校1.8萬元，相較於表1-1同條件是相等，多出1.8萬元，這情況可能發生在民國138年。私校勝。

5. 私校年資純新制年資35年時，高出公校0.5萬元，相較於表1-1同條件私校是少0.9萬元，差距達1.4萬元，這可能發生在民國134年，而民國131年或132年，在這種年資組合就可能公私校平衡。私校勝。

我們再比較公私校提撥費用成本，公校是22.415%，私校是22.325%，私校略少，但退休所得會隨著新制增加及增額提額產生不小的變化。為便於了解變化情形，將表1-1及表1-2，分別製成圖1-1及圖1-2。

公私校退休所得比較 含私校增額提撥

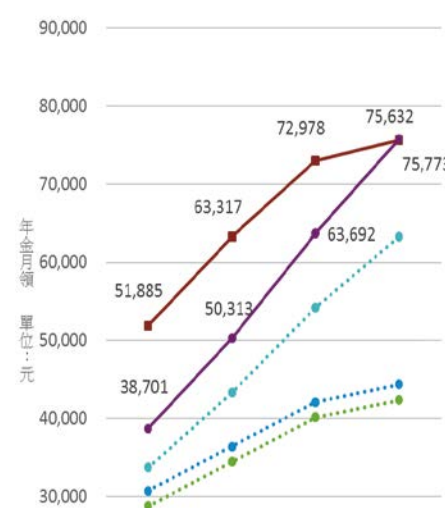
表1-2 大學教授退職所得 單位：萬元

年金 / 月領	年資	25年	30年	35年	40年
	公校年改後	5.1	6.3	7.2	7.5
私校全舊制(2層)	2.8	3.4	4.0	4.2	
私校新制7年	3.2	3.8	4.3	4.6	
私校舊制10年	3.7	4.9	6.3	7.5	
私校全新制	4.6	6.0	7.7	9.3	

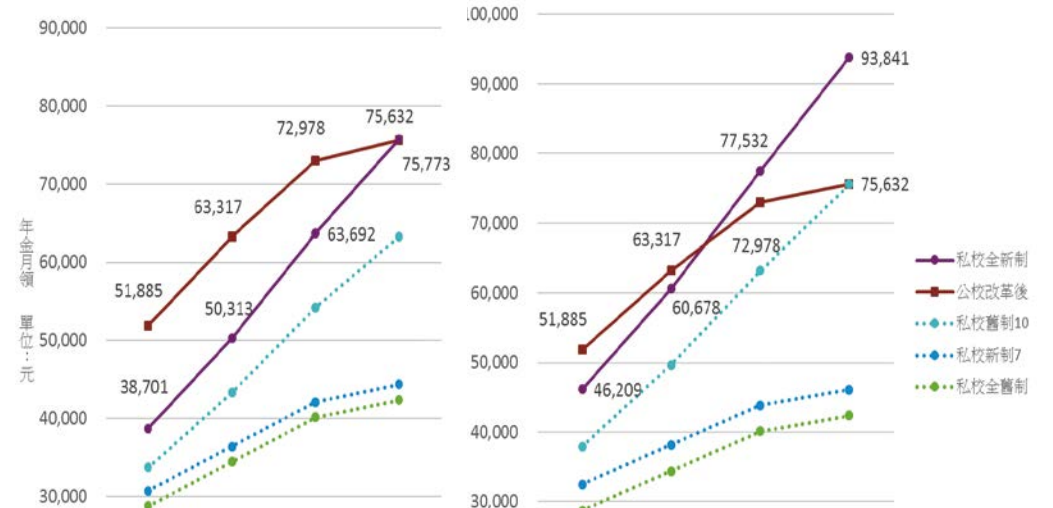
註1：私校退職所得=公保年金+儲金之一次領取金額換算成年金。
 註2：私校儲金工作期間以4%報酬率累積，退職年金給付25年，期間利率2%進行估算。
 註3：以25年年資為例，私校新制7年，表舊制年資18年，新制年資7年；私校舊制10年，表舊制年資10年，新制年資15年。
 註4：私校公保+儲金+增額費率為(12.25%/2)+12%+4.2%=22.325%。
 註5：年改後公校費率為(8.83%/2)+18%=22.415%。

私校老師退休金個人帳戶制任職期間越久，累積效果越大。

(圖1-1) 大學教授 (公保+退撫)



(圖1-2) 大學教授 (公保+退撫+增額)



至於高中以下老師所得變化情形，呈現相同趨勢，不再贅述，請參閱表2-1、表2-2、圖2-1及圖2-2。

公私校退休所得比較 不含私校增額提撥

表2-1 高中以下教師退職所得 單位：萬元

年金 /月領	年資	25年	30年	35年	40年
	公校年改後	4.5	5.5	6.4	6.7
私校全舊制	2.5	3.0	3.5	3.7	
私校新制7年	2.7	3.2	3.7	3.9	
私校舊制10年	2.9	3.8	4.7	5.5	
私校全新制	3.3	4.3	5.5	6.6	

註1：私校退職所得=公保年金+儲金之一次領取金額換算成年金。
 註2：私校儲金工作期間以4%報酬率累積，退職年金給付25年，期間利率2%進行估算。
 註3：以25年年資為例，私校新制7年，表舊制年資18年，新制年資7年；私校舊制10年，表舊制年資10年，新制年資15年。
 註4：私校公保+儲金費率為 $(12.25\%/2)+12\%=18.125\%$ 。
 註5：年改後公校費率為 $(8.83\%/2)+18\%=22.415\%$ 。

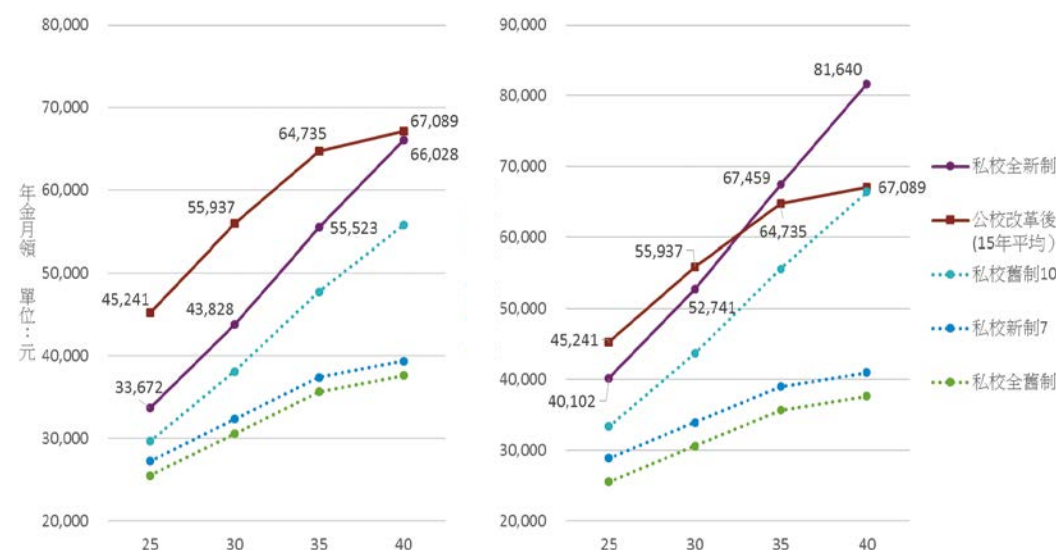
公私校退休所得比較 含私校增額提撥

表2-2 高中以下教師退職所得 單位：萬元

年金 /月領	年資	25年	30年	35年	40年
	公校年改後	4.5	5.5	6.4	6.7
私校全舊制	2.5	3.0	3.5	3.7	
私校新制7年	2.8	3.3	3.8	4.0	
私校舊制10年	3.3	4.3	5.5	6.6	
私校全新制	4.0	5.2	6.7	8.1	

註1：私校退職所得=公保年金+儲金之一次領取金額換算成年金。
 註2：私校儲金工作期間以4%報酬率累積，退職年金給付25年，期間利率2%進行估算。
 註3：以25年年資為例，私校新制7年，表舊制年資18年，新制年資7年；私校舊制10年，表舊制年資10年，新制年資15年。
 註4：私校公保+儲金+增額費率為 $(12.25\%/2)+12\%+4.2\%=22.325\%$ 。
 註5：年改後公校費率為 $(8.83\%/2)+18\%=22.415\%$ 。

(圖2-1) 高中以下教師 (公保+退撫) (圖2-2) 高中以下教師 (公保+退撫+增額)



從上面分析，可以知道私校老師退休金由於採取個人帳戶制，任職期間越久，累積效果越大，當然也有老師擔心運用收益不到4%，或者他不是選擇穩健型、積極型或人生週期基金的投資組合，而是放在保守型投資組合當中，當然就不會有這樣結果。至於所得金額可以參考作者前面另一篇專文，有三個類型投資組合所得分別以2%、4%及8%推估。但不論如何私校退休金的財務是健全穩固的，可以預期所得不會產生重大變化，或者在職多繳退休準備金而給付下降、延後等情形，仍然保有退休與否的彈性。另外，退休金都是老師或老師代表自己管理，達成原先期待可能性應該更高。

至於有人認為部分私校老師因為少子化衝擊，無法服務30年或更久。這問題在少子化衝擊過程中，確實會存在，但無法因為這因素再提高退休給付，避免因為給付過高而影響制度穩定；而應該在退休制度外另有轉職機制設計，轉職之後，如果適用退休、保險制度即使不同，目前已有各別年資銜接或分別採計的規定，可以適用。

總之，公私校退休金制度各有特色，隨著時間發展，差距是會逐漸不見的，公私校教育公平發展基礎也應該可以期待。

(本文為作者個人意見，不代表作者服務機關的意見、立場。)

你的每一分錢都有人用心守護

剖析標的篩選、新增、汰換流程

撰文 · 私校退撫儲金管理會

投資策略執行小組成員

董事長、本會董事3人、顧問及專家學者5人。

投資策略執行小組任務

應盡善良管理人忠誠義務，遵守利益迴避原則，提升退撫儲金及原私校退撫基金之運用績效，謀取私立學校教職員最大經濟利益。

配合年度預算編製時程，擬訂年度投資運用計畫。

依年度投資運用計畫，建構資產配置，評選投資標的，並依市場變化調整投資組合策略。

依學校法人及其所屬私立學校教職員退休撫卹離職資遣儲金自主投資實施辦法，初審自主投資運用實施計畫，供教職員選擇。

就自主投資運用實施計畫，密切注意投資標的組合之變化，並定期進行績效考核及評估分析，向董事會提報維持、增加或刪除之建議。

遴選並監督考核本會投資顧問及其履約情形，並審查其提報之投資標的組合定期績效分析報告或不定期專案報告。

其他投資運用及策略相關事項。

投資標的篩選流程

第1階段 篩選適合投資的資產類別

首先從全球169個資產類別（依理柏資訊系統分類）篩選出全球22個資產類別中優質共同基金為投資標的：篩選標準主要要求各資產類別的風險（波動性）較低及投資標的可選擇性較多。

經標竿指標研商會議決議，將其中8個類型納入投資範圍，另加入與部分資產類別可相替代之美國高收益債券型、美國公債型及全球股票型則為保留投資彈性的候補類型。

	指標分類	保守型比重	穩健型比重	積極型比重
1	現金及約當現金	35%	0%	0%
2	全球債券型	35%	40%	10%
3	全球高收益債券型	5%	10%	20%
4	美國股票型	15%	30%	39%
5	歐洲股票型	5%	8%	9%
6	日本股票型	1.25%	2%	3%
7	亞太除日本外股票型	2.5%	7%	16%
8	臺灣股票型	1.25%	3%	3%
	合計	100%	100%	100%

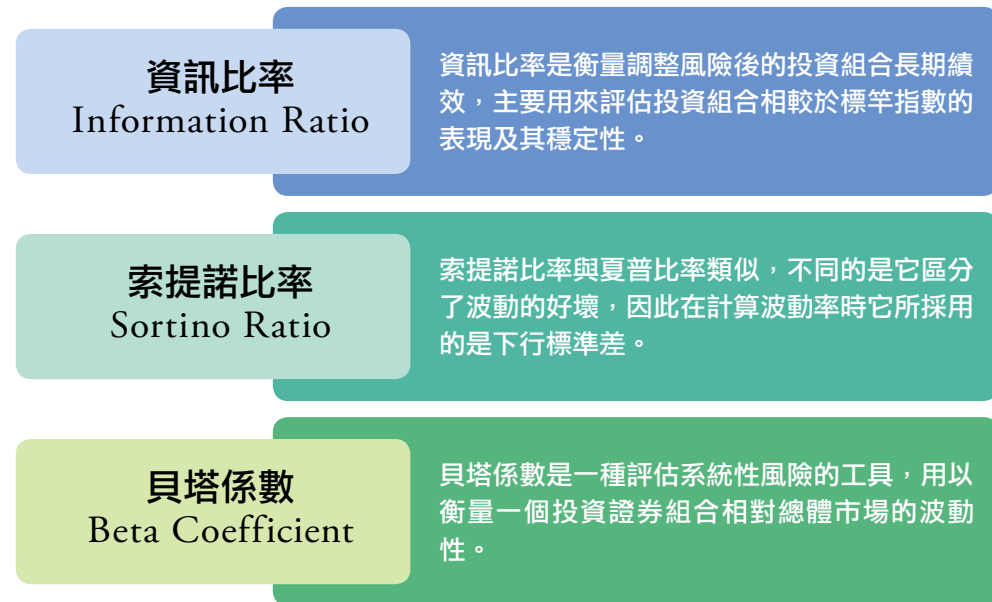
第2階段 篩選適合投資的基金標的

本篩選架構為分析基金是否有較高的穩定性為出發點，能夠貼近標竿指標變動趨勢為目標，篩選方式為分析基金之價格與基金風格表現，價格表現利用資訊比率和索提諾比率來衡量基金風險控制能力是否優於同類型基金；風格表現則依照貝塔係數

評估基金是配置型或是動能型；報酬評估績效表現是否落後於同類基金。

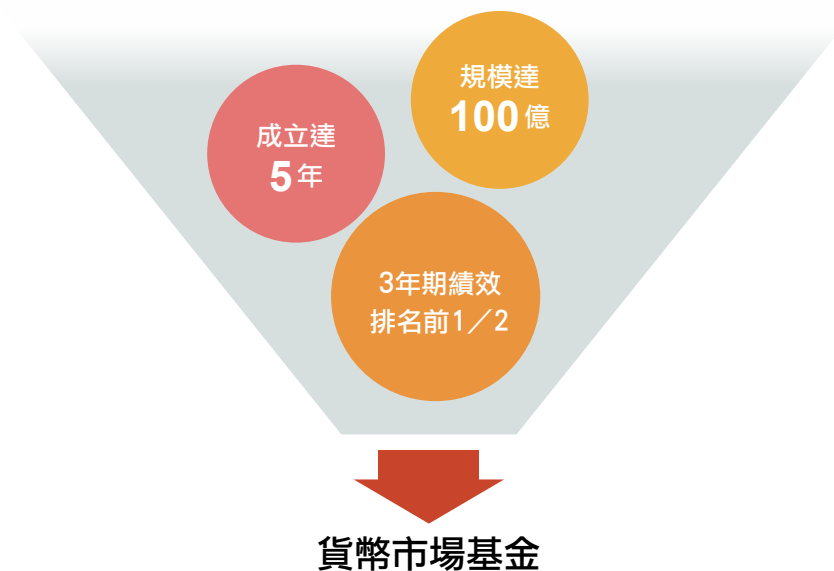
依上述價格表現和風格表現來挑選出同類型中表現相對較好、報酬變動與標竿指標相近之基金為本篩選架構主要目標。

篩選因子：

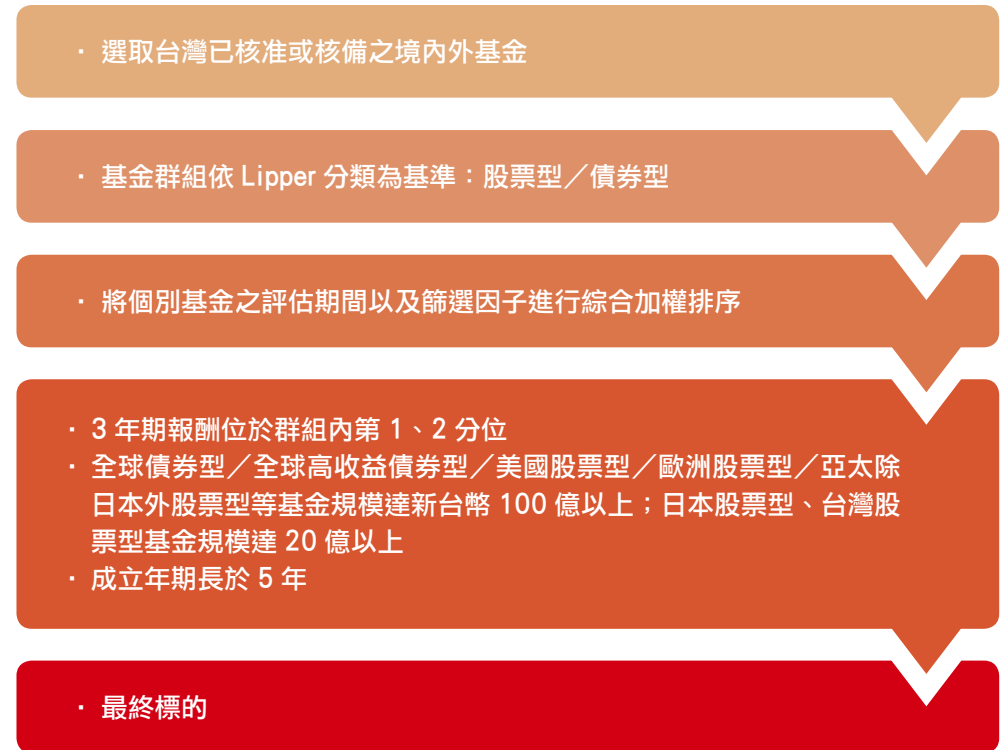


篩選架構：

- 一、貨幣市場基金篩選程序與規範：
 貨幣市場基金每季依據成立年限達5年以上、基金規模達新臺幣100億以上、且理柏(Lipper)三年期績效排名前1/2等條件篩選出備選基金名單。



二、股票型與債券型基金篩選程序與規範：



第3階段 投資組合再平衡機制 (投資後的追蹤檢視與標的新增及汰換作業)

- 一、依據各投資組合帳戶之規模，規畫應持有的基金檔數，原則上各類型基金以不超過5檔為限，並須符合相關法規規範。但為提高管理效率，減少不必要的申贖轉換成本，針對規模低於50億元的部分基金帳戶，放寬帳戶於股票型、債券型可持有3檔(含)以下之基金數。
- 二、若各投資組合帳戶投資單一基金逾越相關法規規範時，則將依照備選基金名單逐步增加基金檔數，不受各類型配置基金基本檔數之限制。
- 三、每季備選基金名單產生後，各投資組合帳戶中，未納入新名單之原持有庫存基金部位將全數贖回，改申購新名單中之基金。



「福利」+「儲蓄」的退休金制度

增額提撥 關鍵 6 大 QA

撰文 · 私校退撫儲金管理會

Q1 什麼是增額提撥？

增額提撥是一種「福利」+「儲蓄」的退休金制度，可比照儲金自主投資，藉由穩健的投資操作提高資金運用效率，並透過信託財產之安全性，鼓勵教職員長期儲蓄及保障未來退休後生活。

學校或教職員於退休、撫卹、離職、資遣或其他原因終止撥繳時，則需結清增額提撥個人帳戶。

增額提撥具備 2 大好處

好處 1：學校可凝聚教職員向心力，提升工作品質，促進勞資關係和諧，並降低教職員流動率，減少訓練成本。

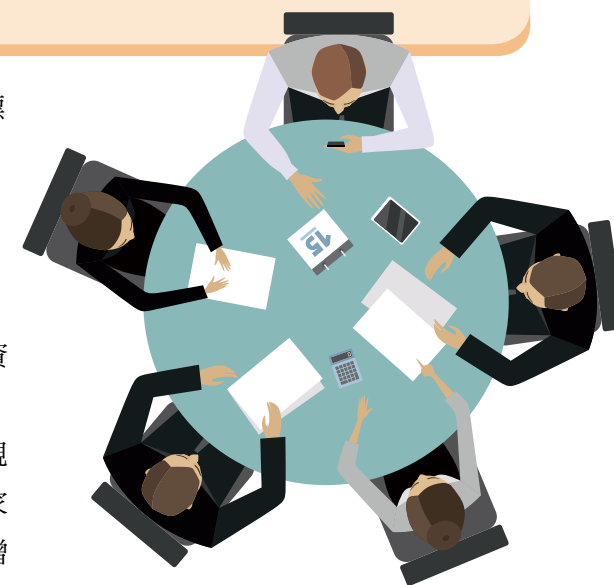
好處 2：教職員可享受學校額外提撥之退休金，提升福利，並於免稅額度內可享有稅賦優惠，亦為另項投資理財管道，可促進個人財富之累積。



Q2 為何投資標的組合中以共同基金為主？ 是否有控管措施？

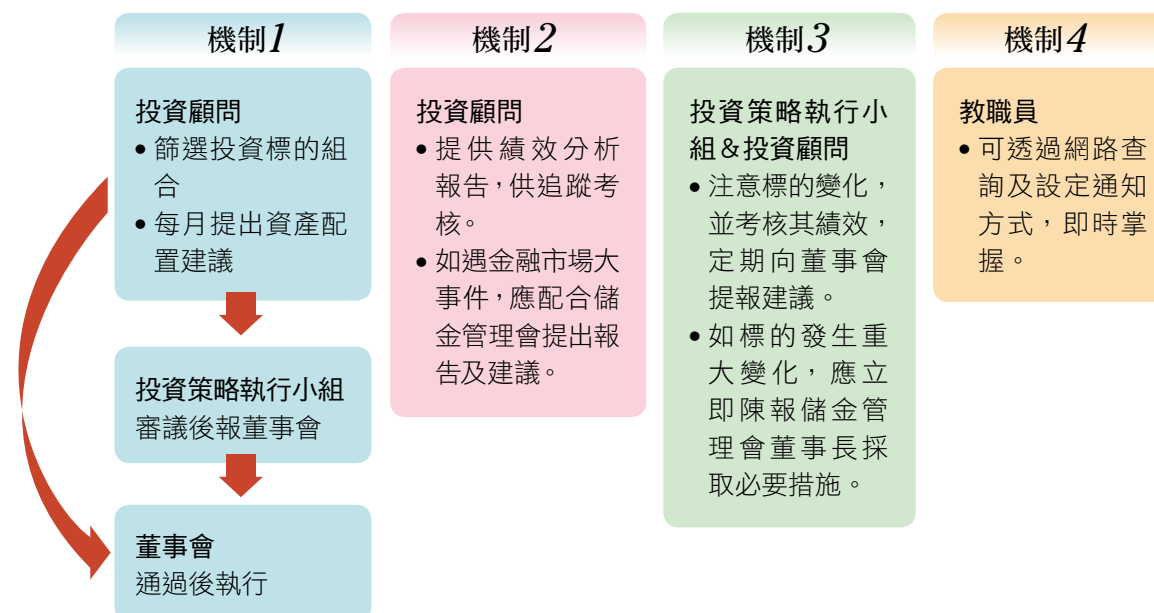
1. 自主投資運用實施計劃投資標的組合之運用範圍，須符合私校教職員退撫條例第31條，為考量長期穩健的報酬、及兼顧相對低的風險及一致性是自主投資標的組合應考量的重要指標，相對於其他投資商品（如股票、期貨或選擇權等），共同基金集眾人之資，管理資金規模相當龐大，投資標的可經由專家選擇及組合之後，達到風險分散、增加獲利的機會，投資共同基金可以達到獲利及避險的效果。

2. 基金變現性高，短時間內可立即靈活運用，又不必擔心如定存般有提



前解約的損失，並符合自主投資運用實施計劃需求，所以現行中投資標的以共同基金為主。

控管程序



Q3 學校與教職員增加提撥金額是否有額度限制？

教職員提撥金額並無限制，但提撥金額若超過私校退撫條例第8條第4項第1款規定撥繳額度（教職員個人法定提撥額度）時，超過部分仍須課稅。

增額提撥 免稅額度試算

薪(俸)額	月支數額	每月提撥金(免稅上限)	到期可累積數額
625	47,080	3,955	584,314
770	53,075	4,458	658,628

註1. 增額提撥：由教職員自負盈虧，未享有當地銀行二年定期存款利率之保證收益。
 註2. 免稅額度：按教職員本(年功)薪加1倍的12%乘以教職員撥繳率35%計算（以薪(俸)額770為例， $53,075 \times 2 \times 12\% \times 35\% = 4,458$ /月），在此數額內之增額提撥為免稅，亦即當年度增加免稅額度 $4,458 \times 12 = 53,496$ /年。
 註3. 累積數額：假設目標投資年報酬率4%，投資期間10年估算。

Q4 一定要提撥嗎？

依私校教職員退撫條例第9條規定：私立學校得斟酌其財務狀況及學校發展重點，為其教職員增加提撥退休、撫卹、離職及資遣給與準備金，學校教職員可依個人意願配合提撥，亦可不提撥。

Q5 「增額提撥」金存放方式？

同法定提撥，以信託方式存放於儲蓄專戶，安全有保障。

Q6 面對高齡化社會的趨勢來臨，退休金應如何準備？

高齡化社會已是全球共同的趨勢，未來的情況將更加的嚴峻，原有退休金設計的「確定給付制」(DB; Defined Benefit)，隨著請領人數越來越多，及少子化因素導致勞動人口的減少，更加無以為繼。目前全球退休金制度多數都以「確定提撥制」(DC; Defined Contribution)為主

流，雇主及員工按月提撥一定比例的薪資，存入個人帳戶中，等到員工退休時再提領個人帳戶中的基金收益，員工離職時可攜帶退休金，不必擔心因雇主停業或個人離職、年資中斷而領不到退休金，且員工可自行監督雇主有沒有按期提存退休準備金，而雇主定期按照個人薪資之比率提存，制度上也較為公平。

少數人因未及時理財，退休後反而在股市追高殺低，甚至從事期貨選擇權這類高風險性的投資，雖然可以短期獲利，但是相對的虧損風險也很高，最後甚至可能因小失大血本無歸。

新科諾貝爾經濟學獎得主理查德·塞勒 (Richard H. Thaler) 對於退休金規劃，他認為個人應避免投資股市，同時做到「存滿401K」(美國的退休金帳戶計劃)、「把錢放在費用低的目標期限基金 (Target Date Fund)」與「不要打開定期寄來的投資賺賠對帳單」。

依照國情不同，塞勒的3點原則對照私校退撫基金，甚至是一般勞工勞退新制帳戶的情況，大致可以解釋為：

(1) 除了雇主提撥的退休金，若有增額提撥的機會，也應該儘可能的加入提撥。

(2) 所謂目標期限基金，它的投資理念哲學是依照個人距離退休的期限遠近投資適合的基金組合，差異點僅在於目標期限基金是個人必須自行選擇適合退休年限的基金，而私校退撫儲金管理會推出的人生週期基金，則是隨著教職員的年齡，自動調整投資帳戶中，保守型、穩健型及積極型的投資比重，兩者都能滿足資產動態投資配置上的需求。

(3) 第3點是長期投資的概念，若您有參加增額提撥，建議不要因為短期的獲利或虧損就急於退出，原有的帳戶也不要因為獲利或虧損就急於轉換投資組合類型。當遇到風險性資產下跌時，積極型投資組合可能波動較大，短期損失一定大於穩健型或保守型的投資組合，但是這個時候同樣的資金反而可以取得較多的單位數，當下一波多頭行情來臨的時候，投資績效反而可以超越其他的投資組合類型，這就是在投資上常提到的「定期定額」投資的概念。📌



3步驟 快速查詢自主投資平台

免擔心！ 退休帳戶一目了然

資料提供 · 中國信託 整理 · 今周刊

私校教職員要如何了解自己的退休金狀況，或是帳戶金額呢？

教職員有以下兩種方法可以得知：

1. 透過信託銀行每年寄送的紙本對帳單或每月寄送的電子對帳單了解自己退休金的狀況。
2. 透過自主投資平台隨時隨地上網查詢最即時的退休金投資績效。

私校退撫儲金對帳單

信託銀行每月會以電子郵件方式將「每月電子對帳單」寄送至教職員登錄申請自主投資平台之Email信箱；每年會以紙本方式將「年度紙本對帳單」寄送至教職員於會員學校留存之通訊地址。

對帳單包含以下內容：

資產持有明細

(1) 儲金投資績效概況

是指教職員自加入私校退撫儲金新制以來，累積提存儲金的投資績效，計算方式為：(對帳單基準日期的儲金現值-累積提存儲金金額) / 累積提存儲金金額

(2) 投資組合績效概況

是指教職員目前持有的投資組合自第一筆加入投資以來，累積的投資組合績效，計算方式為：(對帳單基準日期的儲金現值-累積投資組合申購金額) / 累積投資組合申購金額

交易明細

(1) 提存交易明細

每月依據教職員自提、學校提撥及主管機關提撥的實際存入金額列示。

資料區間		2017/01/01-2017/07/31		教職員風險屬性		積極型																																											
基準日期		2017/07/31		專戶名稱		教職員退撫儲金專戶																																											
儲金提撥區間		2016/12/01-2017/06/30		學校名稱		宜寧高級中學																																											
私校退撫儲金對帳單																																																	
資產持有明細																																																	
儲金投資績效概況				投資組合績效概況																																													
學校名稱	累積提存金額 (A)	帳戶價值 (B)	投資利益 (C) = (B) - (A)	彙報報酬率 (D) = (C) / (A)																																													
宜寧高級中學	132,311	133,702	1,391	1.05%																																													
回任子專戶	326,842	342,527	15,685	4.79%																																													
小計	459,153	476,229	17,076	3.71%																																													
交易明細																																																	
前期結餘金額: 404,672																																																	
作業日期	學校名稱	教職員自提金額	學校提撥金額	主管機關提撥金額	總額分配金額	說明	小計																																										
2017/01/20	宜寧高級中學	2,724	2,529	2,530	0		7,783																																										
2017/02/20	宜寧高級中學	2,724	2,529	0	0		5,253																																										
2017/03/21	宜寧高級中學	2,724	2,529	0	0		5,253																																										
2017/03/24	宜寧高級中學	0	0	2,530	0		2,530																																										
2017/04/21	宜寧高級中學	0	0	2,530	0		2,530																																										
2017/04/22	宜寧高級中學	2,724	2,529	0	0		5,253																																										
2017/05/22	宜寧高級中學	2,724	2,529	2,530	0		7,783																																										
2017/05/23	宜寧高級中學	0	0	2,530	0		2,530																																										
2017/06/22	宜寧高級中學	2,724	2,529	2,530	0		7,783																																										
小計		19,068	17,703	17,710	0		54,481																																										
<table border="1"> <thead> <tr> <th>標的名稱</th> <th>淨值日期</th> <th>最近淨值</th> <th>最近一個月報酬率</th> <th>最近三個月報酬率</th> <th>最近六個月報酬率</th> <th>最近一年報酬率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>保守型投資標</td> <td>2017/07/31</td> <td>10.6982</td> <td>0.3200%</td> <td>1.4100%</td> <td>0.9400%</td> <td>0.5900%</td> </tr> <tr> <td>穩健型投資標</td> <td>2017/07/31</td> <td>12.383</td> <td>0.5000%</td> <td>2.8000%</td> <td>3.0500%</td> <td>3.0000%</td> </tr> <tr> <td>積極型投資標</td> <td>2017/07/31</td> <td>12.2313</td> <td>0.9000%</td> <td>3.9400%</td> <td>5.0800%</td> <td>7.0600%</td> </tr> <tr> <td>人生邁向投資</td> <td>2017/07/31</td> <td>12.2313</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> </tr> <tr> <td>人生邁向投資</td> <td>2017/07/31</td> <td>12.2616</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> <td>N/A</td> </tr> </tbody> </table>								標的名稱	淨值日期	最近淨值	最近一個月報酬率	最近三個月報酬率	最近六個月報酬率	最近一年報酬率	保守型投資標	2017/07/31	10.6982	0.3200%	1.4100%	0.9400%	0.5900%	穩健型投資標	2017/07/31	12.383	0.5000%	2.8000%	3.0500%	3.0000%	積極型投資標	2017/07/31	12.2313	0.9000%	3.9400%	5.0800%	7.0600%	人生邁向投資	2017/07/31	12.2313	N/A	N/A	N/A	N/A	人生邁向投資	2017/07/31	12.2616	N/A	N/A	N/A	N/A
標的名稱	淨值日期	最近淨值	最近一個月報酬率	最近三個月報酬率	最近六個月報酬率	最近一年報酬率																																											
保守型投資標	2017/07/31	10.6982	0.3200%	1.4100%	0.9400%	0.5900%																																											
穩健型投資標	2017/07/31	12.383	0.5000%	2.8000%	3.0500%	3.0000%																																											
積極型投資標	2017/07/31	12.2313	0.9000%	3.9400%	5.0800%	7.0600%																																											
人生邁向投資	2017/07/31	12.2313	N/A	N/A	N/A	N/A																																											
人生邁向投資	2017/07/31	12.2616	N/A	N/A	N/A	N/A																																											

※圖為信託銀行系統測試畫面，實際對帳單內容請以信託銀行寄送的資料為準

(2) 轉入交易明細

每月依據教職員定期轉入的投資組合及實際申購金額列示。

(3) 轉出交易明細

每月依據教職員執行庫存部位調整的轉出投資組合及實際轉出金額列示。

(4) 基金管理回饋明細

每月依據基金公司回饋私校退撫儲金已投資基金標的扣收於基金淨

值的基金經理費。

(5) 提領交易明細

每月依據教職員實際提領金額列示，包含退休、離職或溢繳提領等原因。

其他

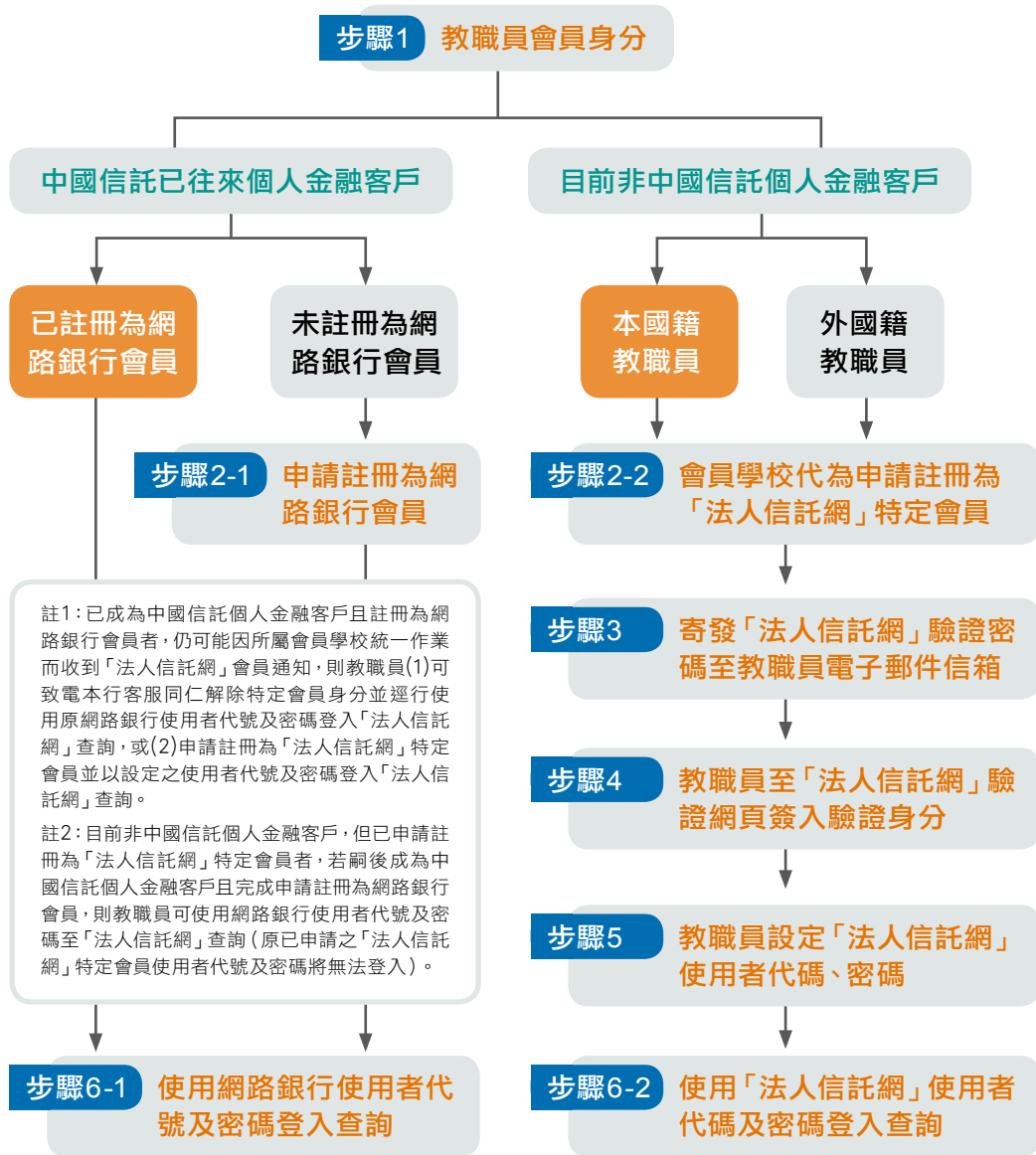
依據對帳單基準日期分別列示個別投資組合的最近淨值、最近1個月報酬率、最近3個月報酬率及最近6個月報酬率。

自主投資平台

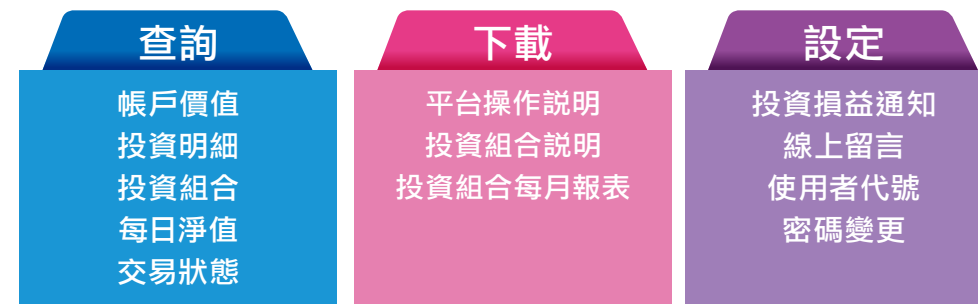
教職員可委請會員學校代為批次申請成為信託銀行「私校退撫儲金自主投資平台」免費會員，並完成登錄及設定使用者代號、密碼，即可登入查詢。如教職員已與信託銀行往來存款或信用卡等個人金融業務且已註冊為網路銀行會員，可使用個人金融的網路銀行使用者代號及密碼登入查詢。

操作步驟如下：

操作步驟如下：



教職員可登入自主投資平台進行查詢、下載，以及設定等操作；而每月的1日~15日，可登入自主投資平台變更每月投資組合、執行庫存部位調整，以及進行風險屬性評估。



自主投資平台操作流程

Step1 登入平台

- ① 輸入身分證字號、使用者代號及密碼
- ② 點選「登入」
- ③ 補發「驗證密碼函」請點選忘記密碼、「常見問題」請點選新手上路

Step2 帳戶總覽

您目前的帳戶價值: NTS 1,104,583

④ 選擇專戶

- 教職員退撫儲金專戶: NTS 1,104,297
- 增額提撥專戶: NTS 286

Step3 常用功能

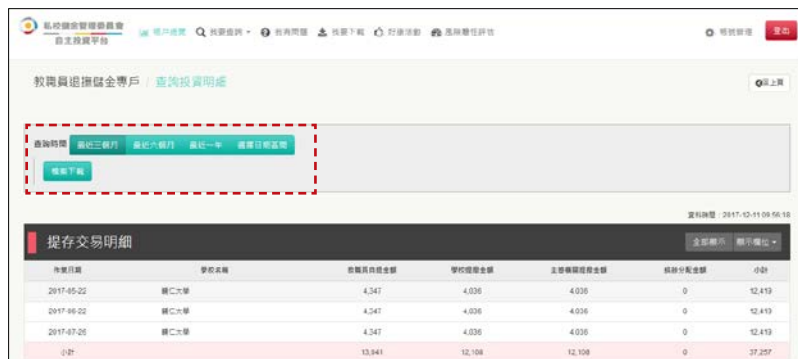
學校名稱	累積淨存金額	帳戶價值	投資損益	參考報酬率
輔仁大學	1,110,396	1,104,297	-6,099	-0.6%
小計	1,110,396	1,104,297	-6,099	-0.6%

投資組合績效概況

投資組合	累積淨存金額	參考價值	投資損益	參考報酬率	查詢	變更	設定	轉換
保守型投資組合	1,110,364	1,104,297	-12,067	-1.08%	查詢	變更	設定	轉換
小計	1,110,364	1,104,297	-12,067	-1.08%				

查詢 查詢投資明細

教職員可自行設定欲查詢期間的交易明細。



變更 變更每月投資

教職員可於每月1日至15日，自行選擇或變更每月定期投資的投資組合，惟須低於或等於教職員個人的風險屬性。



設定 投資損益通知

教職員可自行設定投資損益點，自主投資平台將每日計算投資組合的累積申購金額及參考現值，一旦觸及投資損益點，自主投資平台將主動寄送Email通知信，並於教職員登入自主投資平台時以訊息視窗方式再次提醒。



轉換 庫存部位調整

舊有投資部位可自行選擇全部或部分轉換至其他投資組合，惟新選擇的投資組合仍須低於或等於教職員本身的風險屬性。



※重要提醒：自107年1月1日起，每人每年於教職員退撫儲金專戶申請庫存部位調整次數若超過2次，將於其後每次申請時自轉出金額內扣收手續費NT\$200。若轉出金額不足扣收手續費或扣收手續費後轉出金額為0，自主投資平台將以訊息視窗通知教職員再次確認。

➔ 自主投資平台網址

可使用行動裝置透過QR Code或使用首頁網址連結至自主投資平台：
https://ecorp.ctbcbank.com/cts/school_login/index.jsp



➔ 自主投資平台服務專線

信託銀行客服專線：(02)2558-0128
 私校退撫儲金管理會：(02)2396-2880
 投資顧問服務專線：(02)2706-0756 (psf@mail.citfund.com.tw)



隨不同年齡 配置風險與報酬

不能只是傻傻存 更要聰明選標的

中華民國退休基金協會發起人兼創會秘書長
私校退撫儲金管理會投資策略執行小組執行秘書
撰文·陳登源



所謂人生週期型基金就是基金的投資運用或是資產配置模式，會隨著年齡的增加或愈接近退休目標年齡而逐漸降低基金風險性資產配置比率的基金運作型態。

隨年齡增加 自動調降風險性部位

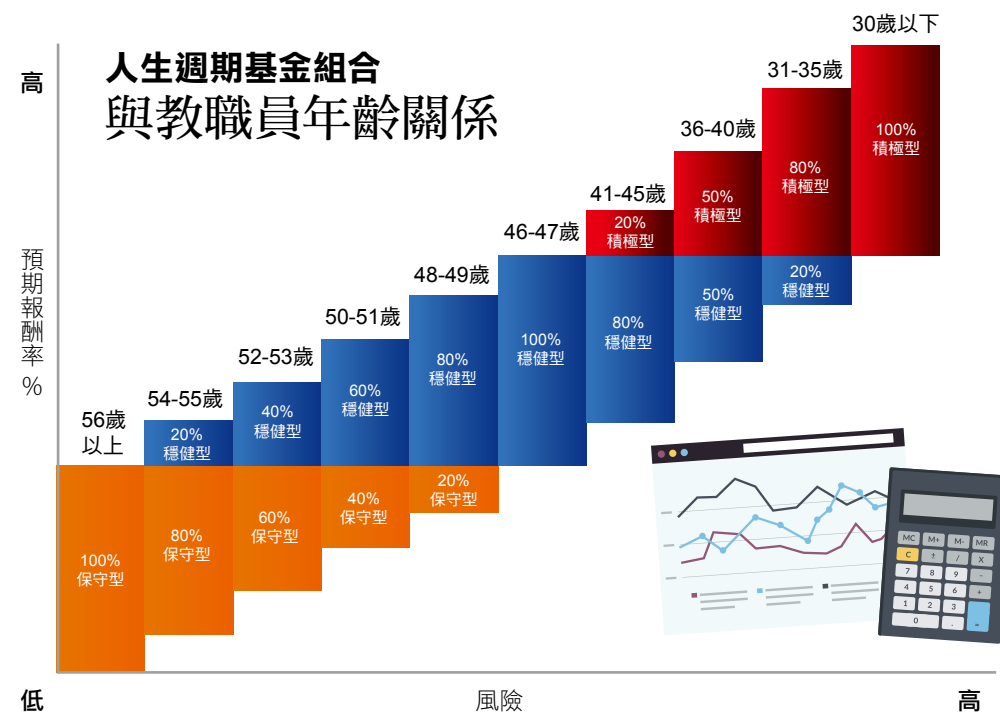
人生週期型基金的投資週期涵蓋整个人生的投資期間，也就說，如果我們選擇了人生週期型基金作為投資工具，那最好就是一直持有這種投資型態，而不要經常轉換，否則就失去了人生週期型基金的長期投資風險配置意義，更可能也因此失去了絕佳的長期投資報酬率。

以私校於2017年9月推出的人生週期型基金之配置為例來說明年齡與風險承受的關係。30歲以下的教職員，因為風險承受力較高，所以100%

投資於積極型的投資組合；31~35歲的教職員則將積極型投資組合的比重微降為80%，並配置20%的穩健型投資組合。

依此類推，41~45歲者，積極型與穩健型的配置比例分別為20%與80%，46~47歲者，因為逐漸接近退休年齡，故100%配置於穩健型投資組合，也就是同時兼顧報酬與風險的平衡性；48~49歲，穩健型與保守型的配置比例分別為80%與20%；54~55歲者，穩健型與保守型的配置比例分別為20%與80%；56歲以上者，因已非常接近60歲或65歲的退休年齡，此時並不適合承擔過高的報酬率波動風險，所以應以追求本金的保障為主，故100%配置於保守型投資組合。

避免長期低報酬導致缺口 先進國早已開始實施



人生週期型基金一直是全球退休基金的主要選項，也是最具共識的世界潮流。美國401(k)退休福利計劃（簡稱401(k)計劃）早在幾十年前就已經有了人生週期型基金（也稱為目標日期基金）；更有高達70%以上的401(k)計劃都有提供人生週期基金作為員工退休基金投資的選項。

美國政府更於2006年立法通過，將人生週期型基金作為適格預設投資方案(Qualified Default Investment Alternatives (QDIAs)，各退休基金可以將之作為預設基金。此外，退休金專家也普遍認為好的預設投資策略(Default Investment Strategy, DIS)是導引退休金參與者正確行為與決策重要的工具，也就是說，人生週期型

基金作為預設基金應該是一個正確的策略。估計到了2020年，美國將有高達28%左右的退休基金資產會選擇人生週期基金。

為避免基金參加人員將大筆的退休儲蓄基金終生投資於較低報酬的保守型基金，而導致退休後的經濟財源產生巨大的缺口，美國聯邦雇員的節約儲蓄計劃(Thrift Savings Plan, TSP)及香港的強積金(MPF)計劃已分別於2015年9月及2017年4月將生命週期基金(lifecycle fund)作為預設投資策略基金。

為提高私校教職員退撫權益，私校退撫儲金亦希望未來能將人生週期型基金作為預設基金的目標，增進各私校教職人員退休後的富裕人生。👉

穩定就是好嗎？

報酬率小於 2% 仍要擔心未來缺口

中華民國退休基金協會發起人兼創會秘書長
私校退撫儲金管理會投資策略執行小組執行秘書
撰文·陳登源



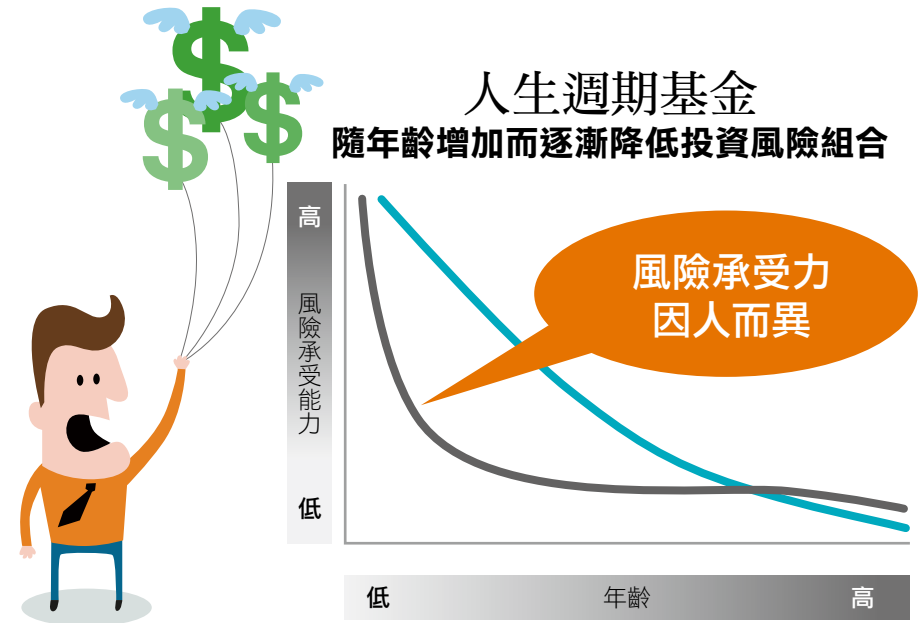
台灣的私校退撫儲金自2013年開始實施自主投資以來，有高達約80%的基金參加人員對於退休基金的個人帳戶投資採取不理不睬的態度，並因此被歸到保守型投資策略，當中甚至有許多年輕的新進教職員。

只要把錢存進保守型基金就可以高枕無憂了嗎？其實，為有效利用資金，應該更聰明的選擇以「人生週期型基金」作為預設投資標的。

只選保守型基金 退休後恐有巨額缺口

為什麼我們需要將人生週期型基金作為退休基金準備的首要選擇呢？雖然並不是每個人都非得如此不可，然而根據

統計，截至106年10月底，私校參加退撫儲金的55,210位教職員中，有高達81.4%的人都選擇或是被動的歸入到現行的保守型組合，這個組合雖然有定存利率的保障，但是如果從年輕到60幾歲退休前都一直投資於保守型組合，到了退休時可能會有很大的退休金缺口。



因為保守型組合主要投資於無風險性的存款或是極低報酬率的貨幣市場基金，長期報酬率也就非常低，這絕對不是任何人想碰到的結果。不巧的是，現有私校退撫儲金中選擇保守型組合的44,920人中竟然有19,434人都是所謂的可以承受短期風險並獲取長期報酬的年輕人。

雖然有許多教職員也清楚低風險低報酬的因果性，但是由於種種原因，他們沒有實際進行正確的選擇；人生週期型基金設計的主要目的其實也就是要服務這些力不從心或是缺乏投資基本概念的投資人。基本上凡是符合以下條件之一的任何教職員，其實都可以慎重的考慮是否該立即選擇人生週期型基金了。

- ① 沒有時間理財
- ② 沒有理財概念
- ③ 沒有太多的財富
- ④ 沒有富爸爸富媽媽
- ⑤ 不想退休後過縮衣節食的日子

只有2%的報酬率 恐無法負擔退休人生

試算一下，一個人退休後需要準備多少退休金？以基本生活開銷來說，最少大概需要1,000萬元；如果再仔細算一下，準備1,000萬元退休金需要多少的投資報酬率呢？

如果每月提撥7,000元到你的基金帳戶、提撥期間為35年（工作期間要夠長），以退休後1個人每月基本經濟需求金額為3萬元（以不生病為前提）來假設，答案是：35年提撥期間

近4年投資績效統計
(累積報酬率)




的平均年報酬率約需要6%。

但是保守型組合基金投資報酬率通常小於2%，雖然特性為低風險，卻也難有高報酬的機會，特別是對年輕人來說，並不太適合作為長期投資策略標的；因為以長遠來看，一個人的職業生涯長達數十年之久，年輕時期即使投資失利，仍有許多東山再起的機會，若一開始即選擇低報酬、低風險的標的，將終生沒有高報酬，而儲蓄累積金額將會被物價上漲吞食，非但無法累積財富反而會降低實質財富價值。

基於以上原因，目前以保守型組合作為退休金投資的預設基金可能不

是正確的選擇。預設基金一定要兼顧投資的資產穩定性與長期增值能力，建議選擇人生週期基金作為預設基金，可避免基金參加人員將大筆的退休儲蓄基金終生投資於較低報酬的保守型基金，而導致退休後的經濟財源產生巨大的缺口。

選擇了人生週期基金，實現千萬元退休金的機率將大為提高，預計平均年報酬率將介於4%~7%之間，較有可能為將來的退休人生種下幸福的種子，如果永遠選擇保守型基金，預計平均年報酬率將僅介於1%~2%之間，恐難實現財務自由的「晚美退休人生」。

無痛減壓 理財法

經營之神王永慶曾說：

「你賺的一塊錢不是你的一塊錢，你存的一塊錢才是你的一塊錢。」

我們經常輕忽隨手花掉的小錢，

認為一杯咖啡、一塊蛋糕沒什麼，但財富的累積是涓滴成河，

利用薪資分流，掌控自己生活中的每項支出、收入，

透過理財為自己奠定財富基礎。

退休幸福指數大調查

掌握「幸福退休 333」
別為錢煩惱

整理・今周刊

根據內政部104年統計顯示，國人平均壽命不但逐年攀升達80.2歲，且台灣百歲以上人瑞首度突破3,000人，20年來約增5倍！面對高齡長壽社會，施羅德投信與政治大學採礦研究中心合作，推出全台第一個參考OECD（經濟合作暨發展組織）三大幸福面向（財務、健康、社交）所設計的退休幸福指數，調查大台北地區超過500名退休人士，分析其退休生活。

幸福指數兩好一低：健康好、社交佳、財務自由度低

以三大面向來看：國人健康自由度的平均分數超過80分，為三個構面中最高；其次為社交自由度分數為74.1分；最低分者為財務自由度65.9分；顯現年長者擔心手邊經濟不能負擔未來一輩子生活的憂慮度愈高，長壽

風險已成為國人隱憂。

國立政治大學資料採礦研究中心教授鄭宇庭指出，國人健康自由度較高，應歸功於台灣擁有完善的健保制度，加上政府致力於打造友善高齡環境，持續推廣「活躍老化」概念以守護台灣退休者的健康，讓台灣退休族群的自我健康感受較佳。

進一步分析年齡對三大面向的影響後發現，各年齡層受訪者在三個構面的自評分數會隨年齡增長而有所更迭，但變動幅度均不大；唯財務自由度明顯看出會隨著年齡增長而大幅驟減，年紀越大財務壓力越重，顯示台人退休越久，財務憂慮度越大。

鄭宇庭深入分析後表示，75歲以上的受訪者財務分數平均僅63.5分，相較55~64歲的72.1分，自評財務自由度分數的驟減幅度竟高達11.9%，與健康自由度和社交自由度變動幅度

3大幸福構面
年齡層分佈

健康自由度

財務自由度

社交自由度

年齡	分數
55-64 歲	82.4
65-74 歲	83.3
75 歲以上	80.9

年齡	分數
55-64 歲	72.1
65-74 歲	66.1
75 歲以上	63.5



年齡	分數
55-64 歲	73.6
65-74 歲	74.5
75 歲以上	75.2

資料來源：施羅德投信 & 國立政治大學民意與市場調查研究中心調查，2017年1月。

僅不到3%波動相比，差距甚大，推究應為75歲以上的退休族面對長壽風險，感受到的壓力與日俱增，不確定自己的退休金是否足夠負擔退休生活，故自評財務自由度較低。

根據受訪結果，退休後經濟來源主要為「自己的儲蓄／儲蓄保險」佔55.6%，其次是政府或私人企業退休金（月領）佔29.2%；退休後花費以「三餐費用」佔93.6%最高，其次為「水電／房租費用」、「交通費用」、

「醫療保險費用」等等。然而在人口結構持續老化下，鄭宇庭教授認為醫療相關費用將大幅提升，以目前退休族財務分數僅65.9分來看，隨著年齡增長、長壽風險增加，未來財務分數恐不及格。

盲點：
根本不理財

除了長壽生活恐造成財務不自由外，另一個影響退休族財務自由度

無理財行為者財務較不自由

退休前理財方式	負擔平常生活支出					負擔一輩子生活支出				
	非常足夠	足夠	普通	不足	非常不足	非常足夠	足夠	普通	不足	非常不足
儲蓄／儲蓄型保險	14.9	55.0	22.3	7.4	0.4	14.2	43.6	23.8	17.0	1.4
互助會／跟會	9.9	56.3	26.8	7.0	-	9.9	49.3	23.9	16.9	-
投資型保險	17.4	63.8	13.0	2.9	2.9	13.0	58.0	17.4	8.7	2.9
股票／基金	15.3	60.9	18.6	5.1	-	14.4	49.8	20.5	14.9	0.5
投資不動產	27.7	56.4	11.7	4.3	-	24.5	52.1	12.8	9.6	1.1
都沒有	3.0	42.4	32.3	20.2	2.0	3.0	32.3	31.3	30.3	3.0

資料來源：施羅德投信 & 國立政治大學民意與市場調查研究中心調查，2017年1月。

的因素為退休前的理財行為。調查發現，退休前無理財行為者，回答退休後經濟來源「不足」以負擔平日生活支出的比例20.2%，高於其他受訪者；認為退休後經濟來源「不足」以負擔一輩子生活的比例更高達30.3%，也高於其他受訪者。

健康和幸福感 都與老本息息相關

鄭宇庭根據調查結果推論，擁有財務自由能維持退休生活的基本需求，為幸福退休生活的基石。交叉分析調查結果後發現，財務自由度高者，其健康、社交自由度相對較高，反之亦然，可見退休後的健康及社交幸福度與財務均呈高度相關。

幸福退休333 掌握「三好」

施羅德投信巫慧燕總裁提出「幸

福退休333概念」，呼籲國人掌握「三好」。包含：

- **健康有三好，好食、好動、好安心**——維持規律的飲食及運動，並定期健檢，心安則一切平安；
- **社交有三好，好趣、好聚、好幫手**——培養興趣，增加與親友良好互動關懷，讓老年生活更活躍；
- **財務有三好，好小心、好多元、好規劃**——以多元管道做退休準備，強調攻守兼備、才能讓退休生活無虞。

針對扮演關鍵角色的財務部份，巫慧燕特別補充說明「攻守兼備」，「攻」指的是國人儘管有退休金及子女孝養金等固定收入，仍應透過理財金三角——儲蓄、保險、投資，缺一不可的多元管道增加退休收入以因應長壽風險；「守」則代表慎防詐騙，並善用政府資源165查詢可疑電話，另外是財物支援親友時，也建議量入為出，才能有無憂慮的銀髮生活。👉

財務為幸福退休生活的基石

財務自由 vs 健康自由			財務自由 vs 社交自由						
		健康自由度					社交自由度		
		高	中	低			高	中	低
財務自由度	高	42.6	41.3	16.1	財務自由度	高	56.1	28.4	15.5
	中	22.4	40.6	37.0		中	39.6	24.0	36.5
	低	24.0	35.3	40.5		低	27.5	22.2	50.3

資料來源：施羅德投信 & 國立政治大學民意與市場調查研究中心調查，2017/1。



國人認為退休財務缺口為420萬 實際恐不只 專家建議： 用3P來救

整理·今周刊

超高齡社會來臨！內政部公佈¹台灣在今年二月老化指數首度破百，達100.18，老年人口首度超過幼年人口，顯示台灣超老齡社會來臨。且根據內政部統計²，國人104年的「平均壽命」雖達80.2歲創新高，不過，「健康平均餘命」³僅71歲，顯示老年人有近10年時間是必須仰賴醫療或他人照護才得以維繫生命，也凸顯退休金準備充足的重要性。

此外，細究這次的調查，可以總歸目前影響台灣退休族財務低分的4大成因：(1)行動小、(2)準備少、(3)落差大及(4)依賴高。其內容分述如下：

成因1：行動小

首先，是對退休金準備處於「知道、但沒有行動」的表現。超過4成(43.2%)民眾認為目前財務不足夠負擔一輩子生活，更有近2成(19.8%)民

眾對於未能好好理財，可能導致老後財務吃緊感到遺憾，可見台灣民眾對於退休後財務已感到壓力。

儘管民眾已對老後財務感到壓力，在退休財務準備的行為上依然處被動的狀態。調查結果可發現，約5成(48.3%)民眾未進行理財，且過度依賴他人，超過3成(33%)民眾完全依賴他人提供退休金。

成因2：準備少

此次調查中，有超過7成(71%)的受訪者認為，如果要有一定品質的退休生活，以目前的財務水準尚嫌不足，退休民眾平均認為還需要420萬。

但實際上到底需要多少呢？根據世界銀行的建議，退休後的所得替代率要到退休前的約7成，才能擁有較高品質的退休生活。以台灣人均所

得52,838元的7成、餘命25年，並以每年3%的通膨率計算，退休金必須至少準備約1600萬台幣。民眾可以自行衡量是否有認知落差的問題4。

成因3：落差大

在財務行為上，可發現有城鄉差距的現象。整體而言，六都的財務分數高於(59.49)非六都(58.52)，這也反映在財務行為上的差距，例如在投資行為上，六都受訪者退休後繼續投資理財的比例或是退休金來自投資所得的比例，高於非六都民眾超過1倍左右；而在尋求理財管道方面，六都民眾較積極主動尋求理財資訊，43%是透過銀行與保險專員獲得理財知識，而有49%、近半非六都民眾依賴親友告知投資訊息。

成因4：依賴高

此外，女性退休族群較為依賴。調查中顯示，有3成(33%)民眾完全依賴他人提供退休金，而其中就有近6成(59.8%)為女性，而女性依賴子女、配偶比例皆較男性為高，退休財務自主力相對較弱。此外，有36.3%女性不滿意自身目前財務狀況及32.9%女性不滿意理財狀況，比例都較男性高，對財務較憂慮。

老不休 用「3P」讓退休更幸福

針對台灣退休族面臨的財務問題，施羅德投信總裁巫慧燕建議除了個人外，需要企業與政府共同努力，特別是可以用「3P」，讓退休更幸福。（如右圖表）

Participation

退休前，及早積極準備

退休金來源三支柱，分別是政府、企業以及個人。誠如上面的試算所提，民眾的部分，最簡單的就是主動參與勞退新制的自提，如果自提比例到6%，再另外提撥個人所得的3%、持續投資，便有相當機會讓退休生活有一定的品質。

就國際趨勢，大多國家已從確定給付制(Defined Benefit Plan)轉而為確定提撥制(Defined Contribution Plan)，且採雇主和員工「自動提撥」機制，以克服不主動的慣性。另外許

多國家也已建立自提平台，提供民眾簡單的投資結果導向或生命週期產品，以增加退休金投報率。至於個人額外準備的部分，舉日韓經驗來說，皆建立ISA/IRA制度(Individual Saving Account)，透過稅賦的誘



用3P創造老不休的幸福退休藍圖

Participation 退休前 積極為退休金作準備

建議台灣民眾 至少提撥 15%

包含主動提撥勞退資選 6% (含企業提撥 6%) + 個人第三支柱定期投資至少 3%。

國際趨勢 完善的第二、第三層支柱

1. 由確定給付制(Defined Benefit Plan)轉而為確定提撥制(Defined Contribution Plan)，雇主雇員皆採自動提撥機制。另有稅率優惠，鼓勵企業和民眾於法令提撥率外、額外再行提撥。
2. 建立自選平台。
3. 稅務誘因鼓勵：如日、韓，引導勞工將存款轉向長期投資，增進退休準備。

Post-retirement Investing 退休後 持續理財永不休

建議台灣民眾

1. 持續活化資產，以因應長壽風險。
2. 目標為穩健的創造現金流、因應生活所需。

國際趨勢 完整退休族群環境與制度

1. 職場環境：鼓勵銀髮族再度投入職場，並制訂相關法規保障其權益。
2. 投資制度：由一次請領改成月收息為主的保守投資；加入遞延年金保險、因應長壽風險。另外是，將退休資產再活化。

Program of Education 退休準備 成為全民運動

建議台灣民眾

1. 退休概念：認知退休準備是自己的責任、也是必要之事。
2. 退休金準備：清楚設定目標和解自身風險屬性，選擇適合自己能長期投資的商品

國際趨勢 教育面提升民眾知識

1. 教育立法：企業與政府一起幫助民眾了解退休金制度。
2. 理財教育從小扎根，例如英國針對不同童年齡進行理財教育。

因，引導勞工將存款轉向長期投資，效率增加退休準備金。

Post-retirement Investing 退休後，持續理財

長壽風險已是全球問題，退休後持續理財、擁有穩定的現金流，會是較佳的解決之道。觀察國外經驗，如果還有資金需求者，多鼓勵退休族群二度就業，並幫助建立完整的銀髮就業環境與制度；至於退休金管理方面，趨勢為由一次請領改為月收息為主的保守投資，另外則加入遞延年金保險、以因應長壽風險。

Program of Education 退休準備成為全民運動

其實，退休準備應該是全民共同努力、關心的課題，國際上許多國家就教育面開始積極投入。針對一般民眾理財教育，許多國家採教育入法，也就是企業與政府一起幫助民眾了解退休金制度，又或者是從小扎根，例如英國從小學即開始理財教育。



切忌一招打天下 不同階段皆有其目標

至於台灣民眾該怎麼準備？巫慧燕提醒，符合實際環境的策略是，根據每個生命階段、都該有不同的投資目標，再找到對應的商品、靈活調整。重要的是，千萬不可以一招策略打天下！

針對不同年齡層，巫慧燕也說明其各自的退休金準備目標。（如右圖表）

● 成長累積期(25~50歲)

此階段應該積極準備退休金，以時間換取空間，因此投資該以成長型產品為主，持續養大本金作為目標。

● 接近退休期(50~65歲)

這階段要持續累積資產、追求成長，但是投資腳步應該著重穩健、也就是控制風險，宜以資產保全作為目標。

● 退休上半場(65~75歲)

要持續活化資產、但要同時再降低資產波動度，要以過去累積的資產投資能提供固定收益的產品作為目標，以支付生活所需。

● 退休下半場(75歲以上)

此階段著重的是確定資產能透過投資固定收益商品，持續提供穩定的現金流作為目標，甚至能將資產準備傳承。

註解

1. 內政部，106年2月統計。
2. 內政部，104年簡易生命表。
3. 衛福部，103年統計。
4. 主計處，105年統計資料。以餘命25年計，所需金額=月均所得52,838的7成資金×餘命25年×3%通膨。

不同年齡階段所對應的投資策略

階段	年齡	投資策略
成長累積期	25-50 歲	<ul style="list-style-type: none"> 採取積極策略，以成長型產品為主但須考慮投資策略的廣度及深度，建議以全球型布局之產品為主，例如全球股票型產品。
接近退休期	50-65 歲	<ul style="list-style-type: none"> 多元資產投資策略 - 多元及採分散彈性策略、穩健追求資產總報酬機會，並且管理波動風險。 生命週期型投資策略 - 根據不同年齡階段及退休週期，彈性調整波動風險、並追求長期穩定報酬。 附保證保單，身故保本保證 - 屬年金險，可作為退休後現金流規劃以及遺產傳承。
退休上半場	65-75 歲	<ul style="list-style-type: none"> 多元資產收益／因應波動投資策略 - 在低波動風險下、仍追求資產絕對報酬，重點於領取固定收益以支付退休生活所需。 附保證保單，身故保本保證 - 屬年金險，可作為退休後現金流規劃以及遺產傳承。
退休下半場	75 歲以上	<ul style="list-style-type: none"> 目標到期投資策略 - 以固定到期期間及目標收益為主要目標，追求穩定現金流。 因應通膨產品 - 不追求資產增長，以因應通膨、穩定資產價值為首要。 壽險年金化產品 - 提供穩定、可預測性現金流。

資料來源：施羅德投信

別急著補缺口 要讓缺口不再擴大

達人親授理財新手 3堂必修課

撰文·歐陽善玲

在設法彌補退休金缺口前，更應該優先考量的是，如何不讓缺口長大。」年金改革後，花旗（台灣）銀行財富管理暨研究部資深副總裁王進彰最擔心的，就是公教人員因為心急，慌亂進場。「過去不善理財的人，在缺乏資訊來源下，易急忙投入當下最夯的產業，買在相對高檔的結果，往往虧損來得比獲利更快。」

練身手

從全球平衡基金、ETF 進場實戰

他認為，在正視年金改革、因應退休金缺口前，應先建立一個觀念，即「不要心裡老想著缺口」，越在意短缺金額，越是想盡快彌補，就越容易適得其反。確認自己是以「平常心」看待理財這件事後，再來要謹守三原

則：及早做，分散做，有「息收」的才做。

「理財越早做越好，越分散越好原因，在透過時間及標的分散，做到保護資產目的，將市場波動風險降到最低。」王進彰說，有了這兩層保護後，投資部位的「耐震度」就能提高，加上「息收」第三層保護，長期下來就能慢慢彌平缺口。

而公教人員適合作為理財敲門磚的商品，王進彰建議可鎖定全球股債

花旗（台灣）銀行
財富管理暨研究部資深副總裁

王進彰



達人教戰

- ① 趁早布局，靠時間來分散投資風險
- ② 標的分散，避免猜測單一市場風險
- ③ 只挑「有配息」的理財商品
- ④ 以全球股債平衡型基金、ETF為入門商品

平衡型基金，或美股、歐股ETF（指數股票型基金）。「全球平衡型基金，一可做到區域分散，二可做到標的分散，不須猜測單一市場表現，財經資訊含量不會一下子被迫吸收太多，消化不良。」至於ETF，是直接布局指數的概念，同樣具有「相對容易研究」的特性，對想參與股市，又擔心個股風險的人來說，也能達到一定理財目標。但注意，最好以簡單、易懂的原型ETF為主，較複雜的槓桿、反向等衍生性商品，初期應避免。

王進彰認為，不斷透過市場機制訓練，理財新手也能邁出穩健步伐，「在一旁看，永遠與實際去做有落差；投資不是急就能賺錢或補足財務缺口，理解這個道理後，搞定退休金就沒那麼難了。」

練身手

先求不傷本 善用3至4%配息商品

「所有投資理財起點，都要先從風險角度出發，先講求不傷身體，再追求療效。」這句話，幾乎成了國泰世華銀行財富管理商品部協理林雄輝的口頭禪，也是他在談論公教人員理財原則的開場白。

他認為，退休理財不外乎四件事：計劃退休時間、確認財富來源、設定

國泰世華銀行
財富管理商品部協理

林雄輝



達人教戰

- ① 公教人員理財，先求「不傷身」
- ② 善用「財庫」，尋找定存替代品
- ③ 初期以創造3至5%年報酬為目標

目標報酬、進行資產配置。而對已退休或屆齡退休者來說，時間並不站在自己這邊，能做的，就先從檢視財富來源做起。

「所謂財富，又可分為財庫及財源；財庫就是銀行帳戶上的存款金額，已退休或屆齡退休人士，可透過這筆資金進行理財，貼補因年改退休金短缺部分。而財源指的是每月現金收入，有些已退休人士，每月雖無薪資入帳，但可能仍有房租收入、利息收入，可加減填補年改後退休金差額。」林雄輝說，若無財庫、也無財源，唯一解方就是「節流」。

再來是設定目標報酬，林雄輝表示，由於是利用銀行存款進行理財，性質屬於「定存替代品」，因此，必須具有保本特質，而基本目標是打敗定存利率，以目前市面上的商品來看，將年化報酬率設定在3至5%，應是相對合理、能夠穩健達到的目標。」

聰明賺

鎖定最保守工具 打造4.5%年息

富邦證券資深副總經理郭永宜，對市場上所有金融商品瞭若指掌，針對理財屬性一般偏好低波動的公教族群，他則提出了定存轉移的進階組合提案。

他建議，可先從保險、債券、股票三大理財工具中，挑選波動最低的產品，分別是保險類別中的美元儲蓄險，及債券類別中的海外金融債，股票類別中的高股息股、美國特別股、ETF等。

先看美元及台幣儲蓄險。「目前美元保單利率約3.7%，台幣利率約2.5%，利率雖低，但好處是保本保息。唯一要注意的是匯率風險，當美元兌新台幣走貶時，資產也會跟著縮水。」

或可考慮海外發行的金融公司債。郭永宜表示，海外金融債的投資過程中，價格雖有波動，但整體走勢仍算平緩，且持有至到期，可連本帶利

歸還。以目前市面上的投資等級金融債預估，目前報酬率約在3.8到4%之間。

想再積極一點，就必須承擔價格波動的市場風險，即鎖定股票型投資工具。「價格波動較大的，是一般普通股，公教人員可選擇配息穩定，過去填息機率高、公司營運狀況佳的大型權值股；只要殖利率在4至5%以上，就可逢低買進，表現較好的，報酬率還有機會看到7至8%，但單一個股的風險就必須考量。」

郭永宜補充，像美國特別股與一般普通股相比，價格波動較低，目前收益率約在5.5到6.5%，較大投資風險，在美元兌新台幣走勢。若不想承擔個股及匯率風險，就可透過國內發行的ETF、像高股息或「公司治理100ETF」配息率約在4%左右，以投資一籃子股票方式，既可參與股市漲跌，又不用擔心有投資過分集中的風險。

若從資產配置角度，公教人員可趁美國縮表造成市場回檔時，針對高股息權值股、美國特別股、台股ETF、海外金融債及美元保單，各分配兩成資金，並分批投入，預估整體配置年收益率可達4.5%，比銀行定存好3倍。

「若手上有300萬元存款，1年利息收入就超過12萬元，每月有1萬元補貼短缺差額，長期來看，勝率更大。」

（本文轉載自今周刊 1076 期）

富邦證券
資深副總經理

郭永宜



達人教戰

- ① 挑出各類理財工具中最保守商品
- ② 建議鎖定美元儲蓄險、海外金融公司債、海外特別股、高配息股、台股ETF
- ③ 上述五類商品平均配置，可在風險受控

人生下半場

人生如果還有第二次機會，
你想怎麼過？

現代人退休後，平均超過20年的下半場，正是第二次機會，
為了這個年過50之後會到來的人生，
有人早早就開始規畫準備，有人積極學習新技能，
有人歷經迂迴曲折，終於柳暗花明，尋得快樂。

原來不工作之後，人生還有無限的可能

快樂的第二人生

撰文·許秀惠

退休，是一道人生大考題，考試的題目是：你的人生下半場想怎麼過？每個人答案雖然不盡相同，但是歸納起來，不外乎是希望自己的人生下半場能過得快樂充實；只是，人人想得美好，卻不是人人都能如願以償。

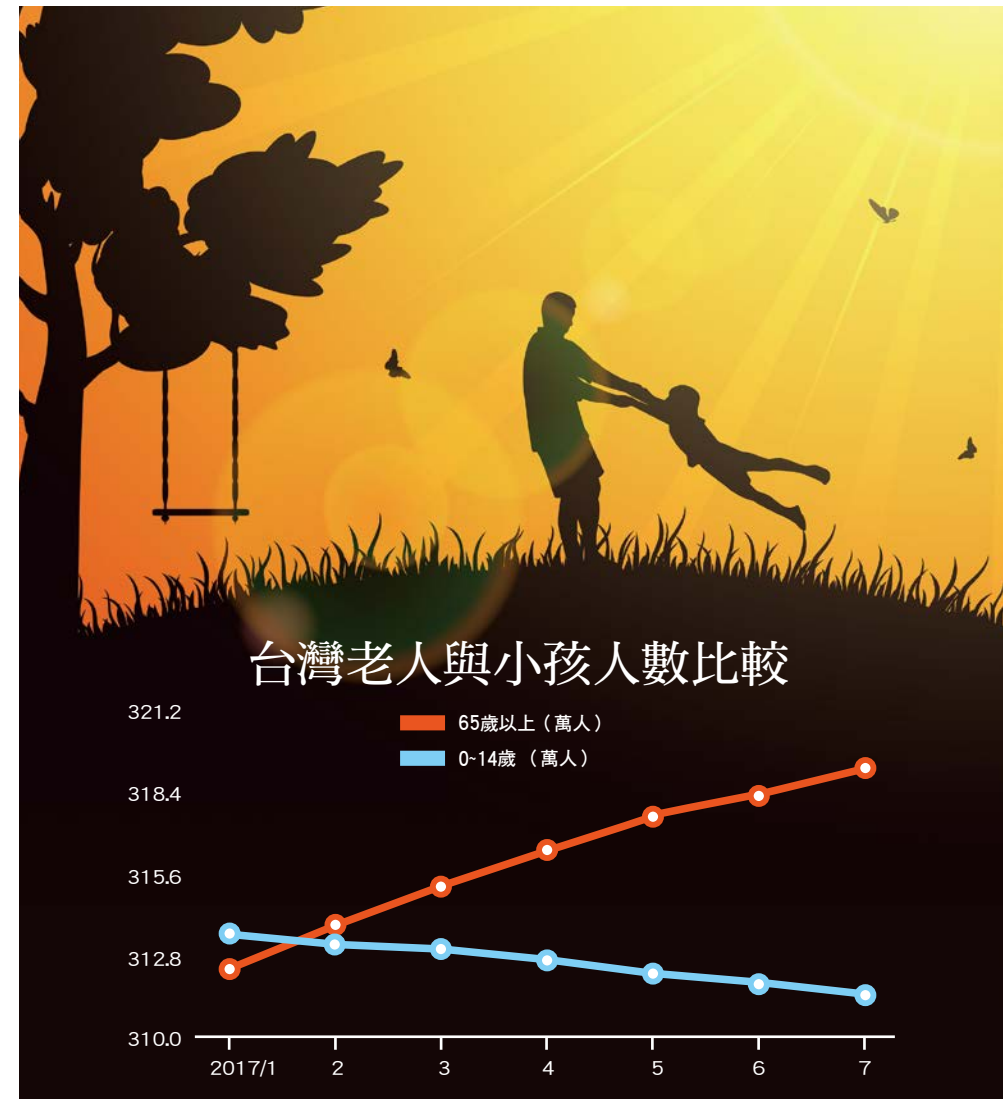
日本趨勢專家大前研一做了人生下半場的絕佳示範。他50歲以後的人生動靜皆宜，「春夏秋三季玩越野車，冬天則玩雪車……」。如果到澳洲，就玩水上摩托車；本來就擅長單簧管的他，50歲以後還開始學陶笛、小豎笛，不但充滿旺盛的學習動力，生活更是熱情洋溢，在《後五十歲的抉擇》書中，他則這麼寫道，「50世代，是思考第二人生，將思考化為行動的『轉折』時刻。」如今，他已經跨過70門檻，人生依舊充實精采。

新趨勢

台灣高齡者創新高 1年激增10萬人

大前研一所提及的，放到台灣也極為適用。高齡化已是台灣社會的重要課題，65歲以上人口在2014年創新高，單年度增加人口一舉突破10萬人，10年來共增加近65萬人之多；這群高齡人口在後年2016年，便將首次超過幼年人口（0至15歲），這已是台灣現有人口結構的面貌！65歲以上人口變多、平均壽命增長，未來長長的20年時間等著，舊式退休觀念是該跟著「退休」了。

台灣也有一群如大前研一所說的「50世代」、甚至「60世代」，用積極正向的心態，掌握退休後發球權，他們的下半場，展現出一個全新的人生面貌，以自己上半場累積的經驗智慧，用於回饋、用於傳承、用於發掘



資料來源：內政部

自我……，不僅自己精采，更為別人帶來無形的影響。

從資訊副總退下來的黃世岱便是如此，早在職場的後5年，他就逐漸把時間、精力移到未來想做、有興趣做的事情上。他認為像他這樣的戰後嬰兒潮世代，取之於社會多，如今

更該回饋，於是他去上課學小丑，用「蛋黃」的藝名到養老院表演，娛樂老人，把回饋化為行動。當他看到老人家及其家屬的開懷大笑，「我還能這樣做是有福的，施比受更有福！」

資誠聯合會計師事務所前所長薛明玲2013年退休，但在退休前的10年

就思考退休這道題目，思考「下一階段想怎麼過？」他做足了準備，從財務、健康、興趣、生活圈逐一架構出心中的藍圖，為自己寫下「能從容自在生活」、「用專業去做能創造價值的事」的目標，如今，他按部就班，第二人生確實「從容又自在」。

再如實踐家專（實踐大學前身）提早退休的教師周美惠，現在成了環保尖兵，反核、宣導節能綠建築，每一個台灣目前最該重視的議題，她都站在第一線，像個傳教士到學校、社團進行「思想改造」，希望影響更多人，即使78歲了，熱血絲毫不減。

也有如海軍艦長郭慶年、奧圖碼董事長李有田等人，即使突然退休，經歷一段失落、撞牆期後才找到「重新開機」的按鈕，在教導失業族群廚藝、在創造城市綠景觀上，寫下令人驚豔的第二人生。

新定義 人生下半場 可以自主又利他

這群人為退休人生寫下新定義，人生下半場應當「既充實地過日子，又能有益於他人」，這種利他的第二人生，格外有意義，尤其，根據衛福部、長庚醫院的現有研究資料均顯

示，台灣的老年人口並不快樂呢！

高雄長庚醫院副院長張明永針對老人做過研究，發現約每5位老人，就有1人具有憂鬱傾向，衛福部的統計數字也顯示，2013年時，使用抗憂鬱藥的人數中，51歲到64歲占7.36%，65歲以上占比超過1成，不但是越老越憂鬱，而且數字從10年前就逐年增加。

高齡退休族不快樂，在精神科醫師眼中，問題出在「無所事事」，背後的因素在於對50歲後的時間長度缺乏認知，未能意識到自己將有第二次機會、將有超過20年，甚至30年的時光可以創造更多可能，乃至於任由後50歲的日子撲來而毫無準備。何況，憧憬容易，行動難，若欠缺準備與計劃，一旦驟然進入退休模式，心理還未調適好，導致自我否定懷疑、生活消沉，出現憂鬱傾向也就可想而知了。

不想成為那憂鬱的5分之1，就要從好好解出這道退休考題開始。觀照自己的需求，書寫出自己的精采劇本，人生下半場可以是一部又一部充滿故事的銀色樂章，樂活退休的人生不算難，樂活之外，還能為別人帶來喜悅與助益才難，這樣的第二人生，銀光中帶著迷人彩光。📖

（本文轉載自今周刊 940 期）



8成都想及早投資 卻快40歲才行動

50歲前存夠退休金 必懂5個理財法則

撰文·歐陽善玲

高齡化趨勢下，人活到百歲已是現實問題；歲月漫長，如何有效管理好自己的財務風險，成為當前社會集體共識。

想要安穩累積退休金，你不可不知這幾件事！想像一下，你若是賭場裡的莊家，賭客共有5位，每人得先繳20萬元賭金；遊戲規則是，袋子裡有5顆球，4顆是白色，只有1顆紅色；只要抽中紅球，就可得80萬元。遊戲有兩種玩法，一是每人取出球後再放回，另一是球取出後不放回。在莊家利益考量下，你會選擇哪一種？

曾在大學擔任教職、擁有極佳數學腦的金國興說，「這問題10個人中有9人答：當然把球再放回去！我用數學公式來檢驗，會選擇不放回，才能管理好風險。」他表示，「若球取出後不放回，只會有一人抽中紅球，

就算付80萬元，莊家也能拿回20萬元，即期望值是20萬元，風險值卻是零。」

反觀若是球取出後再放回，會發生6種不同情況，多數莊家或許想賭看看5人都抽中白球，但最慘的情況可能是，5人如果都抽中紅球，莊家倒賠300萬元。「期望值一樣是20萬元，風險值卻升高。」金國興解釋。

「我是理工背景出身，財務面知識都是靠自己修課得來；老實說，從學校畢業後，我就沒有擔心過錢的事，很多看起來複雜的理財工具，說穿了都是數學問題。」金國興認為，理財的第一課，就是算出風險與報酬之間的關係，若投資在一個風險很低，又有一定收益的產品上，就沒有什麼好怕的。

根據花旗（台灣）銀行「2017國人

財富態度大調查」，在「成就富足人生所需採取的行動」部分，有超過8成以上的人，認為應「及早展開投資理財計畫」；但在「開始準備退休金的年齡」上，平均卻是接近40歲，才有具體行動。認知與行動上的嚴重落差，恐怕是國人面臨長壽趨勢最大風險。

回頭來看金國興，「凡事愛算」的數學頭腦，讓他知道「提早投資」是人生財務不可迴避的功課，現在，他不到50歲，就已財富自由，他分享自己在追求財富人生的12字箴言：「及早投入、抓緊趨勢、充分避險」。

法則1

趁早投入 找出自己最速配的資產

金國興是在1990年，台股創下12682歷史高點之前幾個月，進入股市，那年他才21歲、大學還沒畢業，就歷經萬點崩盤震撼教育。「會投入股市，是因為父母是一般散戶，深怕他們受傷，所以乾脆自己跳進來研究。當時，既不懂技術面，也不懂財務面，就跑去旁聽財金系的課，從最基本的財務觀念學起。」

後來，他花工夫研究可轉債，並成為財務評價面的專家。「可轉債的好處，在進可攻退可守；當股票價格好時，可將其轉換成股票；若股票價格

較差，你也可持續以債券形式持有，領取固定本金與利息，等於投資下檔風險已有保護。但對一般人來說，可轉債評價還是相對困難。」

買在相對低點，是他控制風險的第一步，而這也是累積財富最踏實的做法。「從大學教育到社會各面向，我感覺台灣正失去競爭力，後來滬港通開放，引發我買A股ETF（指數股票型基金）的興趣，那波行情確實颯翻了。後來發現，A股對H股溢價太大，站在長期投資立場，我當然要買便宜貨，於是狂掃H股ETF；直到2015年4月，大陸資金『北水南移』，造成港股大漲，本來H股對A股折價2成，後來慢慢追平，最後手上的恒香港ETF竟變成溢價100%，價格哄抬到難以想像的地步，我就賣出絕大部位，狠狠賺了一筆。」

法則2

抓緊科技浪潮 鎖定長線存股標的

除了及早理財，金國興另一個「算」出來的覺悟，就是因為人生理財目標提高，所以，你不能太早放棄能夠讓你賺到大波段的行情、不能太早離開趨勢浪頭，完全轉進保守型投資的避風港內。

金國興的投資部位中，特別鍾情港股及美股ETF，原因就在於看準大

數據、AI人工智慧趨勢，將掀起一波令人難以想像的新革命。「與其擔心看不到未來，不如現在就透過投資參與，鎖定握有數據及資料的公司，像是騰訊、谷歌這種大型企業，利用ETF來布局。但台灣最大危機，是看不到相關企業，能直接吃到這塊大餅。」

除了對未來趨勢進行避險，金國興也發展出一套「食衣住行避險策略」。「現在我是家庭主夫，對雞肉、沙拉油及衛生紙價格特別敏感，也會針對這部分來投資。」例如，雞肉價格上漲，他就藉由投資卜蜂、大成，規避物價上漲風險。

法則3

就怕通膨突襲 要具備「現值」概念

另外，他盤算每年繳稅給政府，統籌分配款部分，台北市用得最多，一定要放些資產在這裡，財富才不會被稀釋；金國興投資了不少REITs，商業大樓標的分布在台北市大安區、中山區，屬「蛋黃中的蛋黃」；「我就教小孩，用REITs領到的收益，當作買屋的頭期款；畢竟全球印鈔太凶，一旦發生通膨，別人囤積衛生紙，我只要囤積股票，就能對衛生紙做避險。」

大至機器人趨勢，小至日用衛生

紙，金國興的精明數學腦，幾乎將投資風險做到滴水不漏，但他也承認，很難用投資組合規避的，就是醫療風險。「你知道50年後的1千萬元，會值多少錢嗎？如果以50年平均利率5%折現計算，現在等值金額就是87萬元。」他認為，與其花一大筆錢去買壽險，不如買醫療險，才是降低風險的正解。

將ETF及REITs視為累積人生財富最理想的工具，把握低價時機，累積資產部位，並多方避險，是金國興能提早退休，且安穩度日的訣竅。他給自己設定的安全邊際是3千萬元以上，1年若能達到3%的投資收益，那每月僅利息部分就有7萬多元，相對較安全。

但根據花旗銀行調查，一般人理想的退休金額是1724萬元，對金國興來說仍嫌不足。

「我們家住透天厝，父親上樓不便，為解決搬運困擾，做個樓梯車，就要40萬元；失智老人常會忘了假牙放在哪，有植牙必要，植一顆牙最少4萬元，一口牙就超過了一輛國產車的價格。」金國興表示，現在年輕人對未來老後花費，還缺乏想像，如果想要安心養老，就要提高退休金準備額度。

今年51歲的吳先生（化名），任職於國內某大型科技公司，目前呈現半退休狀態。

法則4

啟動多段式人生 退休金需求更大

「過去，我一直拚工作，賺到了一些錢，但身體也發出了警訊。6年多前，我開始思考人生的意義，決定有足夠的老本後，就要去完成自己的夢想，環遊世界、或從事海洋生態保育工作都好。」吳先生給自己的退休金目標，聽起來簡單，但做起來卻不簡單。

「年紀大了，照顧好自己，不依賴子女、行有餘力還可幫助小孩，是我退休金準備的主要方向。」吳先生笑說，20歲時，市場利率環境還有7%，那時認為有1千萬元就可退休；30歲時，發現大環境變化飛快，沒有3千萬元還真不敢退休；到了40歲發現，未來會有更多不確定性，有1億元再退休，才能無後顧之憂。

吳先生在科技方面是專家，但在投資領域卻是張白紙。「起初，我透過朋友介紹，進入美商銀行尋求財富管理協助。當時有感於國內科技公司購併頻傳，自己年輕時打拚的心血，到頭來卻沒有好結果，才決定正視財務規畫這件事。記得當時的要求是，打敗通膨、追求年收益5%的配置。本來以為只要把錢交出去就好，後來發現，自己要先做功課，再與理財專員溝通，才能借助專業、事

半功倍。」

法則5

做好資產配置 先要釐清風險屬性

不過，無論投資理財的大環境如何改變，找到適合自己的資產配置，無疑都是完成各種理財任務的先決條件。

花旗銀行消費金融總事業群負責人李芸指出，就此次財富態度調查結果來看，「完善的資產配置策略」是大部分人面對理財準備最主要的方向；「而做好資產配置的第一步，得先釐清自己的風險屬性，第二步則是為股債配置比例，大致定調。」

李芸舉例說明，「風險偏好屬於中庸型的投資人，股6債4比例，或許就是基本盤。當市場分析師看好股市表現將優於債市時，股票部位就可調高一些，但仍需保留一定債券部位，以防行情變化；因此定期動態調整，是落實資產配置的第三步。」

李芸認為，未來投資理財歲月可能將變得漫長，但市場波動又無可避免，若資產配置可瞄準有股息、或債息等固定收益型商品，就算行情震盪，也不會有「白忙一場」的挫敗感。參與市場的時間愈久，對財富累積的效果就會愈好。📌

（本文轉載自今周刊 1072 期）

專家：30歲開始準備 免得日後空虛

退休憂鬱不上身 你該做的3件事

整理 · 今周刊

談到退休，大半的人莫不滿心期待，終於可以放下工作，好好生活。論起退休計劃更是七嘴八舌：環遊世界、種田、學國標舞、享受天倫之樂……，然而他們卻不知，退休憂鬱可能已經悄悄在他們心中埋下了根，因為他們對退休想得不够深。

根據衛福部與內政部的統計，2013年65歲以上國人使用抗憂鬱藥物的比率为1.75%，在所有年齡層中居冠，比30歲以下的1.36%高出許多。此外，65歲以上使用抗憂鬱藥物的人數，從2005年開始逐年攀升，成長幅度高達52%。

退休族真相 每5位老人，就有1位不開心

這個數據只計算使用抗憂鬱藥物的人數，並沒有包含有憂鬱情緒、卻沒有使用藥物的人，實際數據可能被低估。

高雄長庚醫院副院長張明永的調查也發現，平均每5位老人就有1人具憂鬱傾向，國內研究論文也指出，老人憂鬱症盛行率約在20%至30%之間。

遠東聯合診所精神科醫師、台大醫院腫瘤醫學部兼任主治醫師吳佳璇表示：「許多人退休後無所事事，常常覺得這裡不舒服、那裡不舒服。」尤其，現今報紙時常報導健康議題，退休人士往往過度放大病痛，覺得自己又老又病，長久下來便鬱鬱寡歡。

啟動想像力 照護、喪偶，都要做好心理準備

想要退休後的生活不被憂鬱纏身，中崙諮商中心所長李予澄認為，必須要有良好的退休規畫，而這來自於對未來退休生活的「想像」。除了基礎的想像，如幾歲退休、準備多少退休金，以及未來想過什麼樣的生活之外，還

要想得夠深入，例如預估自己的健康狀況，甚至對未來可能離婚、喪偶都預先做好心理準備，才算規畫完整。

至於從幾歲就必須開始準備退休？李予澄語帶驚人地說出：「30歲就可以開始準備！」因為30歲工作開始穩定，是培養興趣的好時機，而且，根據他臨床觀察：「年輕時不愛嘗試的人，往往退休後也比較消極，雖然有時間，也會常常不想動。」因此，即使現代人的普遍工時較長，還是應該抽出空閒時間，盡早培養興趣，免得退休後變得「又閒又懶」，覺得日日空虛。

掌握3原則 健康、金錢後盾、生活圈

台大醫科主治醫師、台灣憂鬱症防治協會理事李龍騰建議，好的退

休規畫應該涵蓋健康、財務、興趣、家庭、社交、生活重心等方面。歸納下來，可掌握3大原則，1是保持健康多運動，要確切了解自己身體狀況、掌握病歷，時時觀察血壓、血糖，並維持良好的運動習慣，因為「沒有健康，想做的事情也沒辦法。」

2是財務，就如薛明玲所提示的，退休金要足夠、才能維持生活品質，讓退休夢想成真。

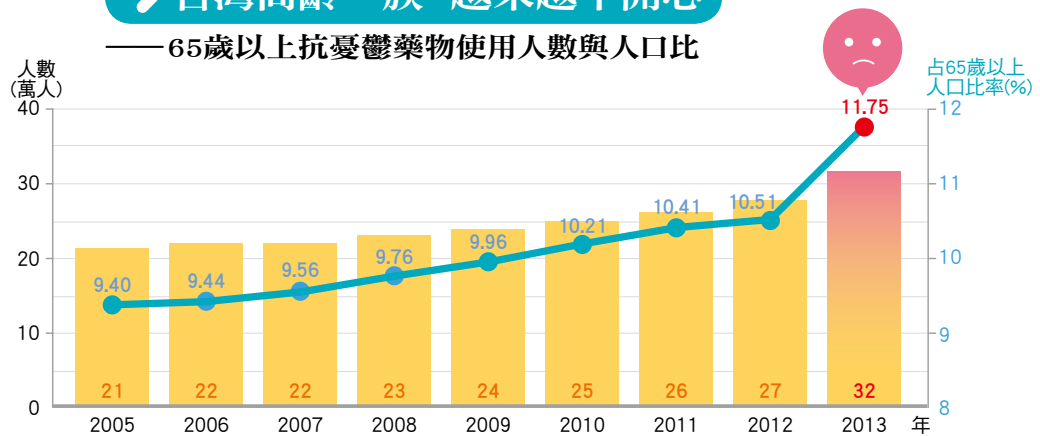
3是多元的興趣及生活圈，李予澄特別提醒，要盡量將生活圈的接觸範圍擴大，認識不同類群的朋友，培養的興趣也越多越好，不要把重心放在同一地方，以免意外發生時，生活頓時失去依靠。

看來，想要擁有銀閃閃的第二人生，只要早早準備充分，就能憂鬱不上身，讓退休生活充實且快樂。👉

(本文轉載自今周刊 940 期)

→ 台灣高齡一族，越來越不開心

—— 65歲以上抗憂鬱藥物使用人數與人口比



資料來源：內政部、衛福部健保署