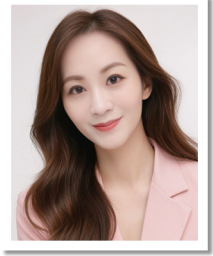


單身公務人員的財務規劃

文◎楊婷竹 (RFC)

現職：富邦人壽保險股份有限公司 行銷襄理



在這個充滿變化與挑戰的時代，我們努力工作，也在尋找生活的穩定與心的安定。金錢，看似冰冷，卻是承載夢想與責任的容器——它連結著家庭的幸福、父母的安養、以及我們對未來的盼望。

對我而言，財務規劃不只是資產的分配，而是一段關於「愛與選擇」的故事。那是愛家人、愛自己，也勇於為未來做出選擇的過程。

身為一位財務顧問，也是一位曾任教職的規劃者，我習慣從傾聽開始。每一次的訪談，不僅是在了解數字，更是在理解一個人的價值觀與生命節奏。有人為了孩子的教育努力儲蓄；有人為了父母的照顧建立長照準備；有人則希望退休後，能過一段有餘裕、能笑著生活的日子。而我相信——每一個數字的背後，都是一段真實的情感與選擇。

透過IARFC國際認證財務顧問師的專業訓練，我學會用「顧問式思維」去看見整體人生。除了保險、投資與稅務的規劃，更重要的是協助每位客戶看清「金錢背後的意義」——讓金錢不再只是焦慮的來源，而能成為支持夢想、延續愛的力量。

這份財務報告，不僅是一份分析，更是一份承諾。它承載了對生活的理解、對專業的堅持，也蘊含著我對每個家庭故事的敬意。願我們在理財的路上，不只是追求報酬率，而是一步步找到屬於自己的「財務安心感」——讓金錢順著人生

流動，讓生活有餘裕去愛、去夢想，也去成長。

個案／家庭背景介紹

Kate (化名)，現年46歲，任職於國家級研究機構，長年投入專業研究與公共服務。

她以穩定的公職身分與良好的專業聲譽，建立起值得信賴的形象。年收入約為新台幣1,218,000元（含年終獎金與研究補助），工作穩定且保障完善，是典型的「穩健型理財族群」。

目前，Kate為單身女性，與父母同住於宜蘭，每日通勤至台北工作。雖然通勤時間長，但她依然維持高度自律的生活節奏，以TPASS月票往返，平均每月交通支出約1,800元。她生活簡單有序，平日自備午餐、節制消費，卻不吝於為健康與生活品質投資。

在家庭層面，Kate長期承擔孝親責任，每月固定給付10,000元給父母作為生活費，這份穩

項目	內容
年齡	46歲
職業	國家研究機構專任人員
年收入	NT\$1,218,000
家庭狀況	單身，與父母同住 父親78歲、母親73歲，退休人員
理財性格	穩健保守型
健康狀況	良好，已有醫療和意外險
信貸狀況	餘額NT\$650,000（2031年清償）
每月捐款	NT\$1,800（富邦基金會）

定的付出展現了她深厚的家庭責任感與愛心。同時，她也熱心公益，固定每月捐款1,800元予富邦基金會「用愛心做朋友」計畫，長期協助三位孩童完成學業，讓善意成為生活的一部分。

近一年來，周遭兩位好友分別罹患乳癌與淋巴瘤的消息，讓Kate開始重新思考自己的未來。她意識到，健康風險往往來得突然，而目前單身、未有成家計畫的她，更需要為自己建立完整的醫療與長照保障，以免在意外發生時成為父母的負擔。

幸運的是，她的財務基礎穩固。在前年，她已協助父母完全償清房貸，讓家庭財務更輕鬆；而去年底郵局定期儲蓄險也順利滿期，領回本金與利息共約新台幣100萬元，成為她重新布局中期與長期財務規劃的重要啟動資金。

Kate是一位內斂、理性且自律的人，她相信「財務安全感」是生活安定與幸福的基石。透過這份財務規劃，她希望更有系統地盤整現況、完善保障，並逐步建立「退休資產」——讓人生不

只擁有穩定，更能擁抱自由與心的餘裕。

財務目標設定

在人生不同階段，我們會依據當下的狀況設定財務目標；但在專業顧問的陪伴與討論之下，常常能重新分配資源，讓金錢的使用更符合長期幸福的方向。對Kate而言，這份規劃的核心不只是「變有錢」，而是「更安心」——讓健康有保障、讓父母被照顧、讓未來的自己也能自在生活。

她原先設定的財務目標，以健康保障、旅遊與退休為主軸；經由討論後，將旅遊經費適度調降，把資金導向更長期的退休累積，使整體配置更平衡也更具永續性。此金額將依通膨與生活型態每三至五年滾動檢視。

《婷竹顧問觀察與回饋》Kate在這次規劃中，展現出極高的理財成熟度與責任感。她願意調整旅遊預算，將更多資源投入長期退休金準備，使整體財務結構更穩健、也更符合人生後半

時間	原設定目標	調整後方案	預估金額	準備年期	對應策略
短期目標 0-5年	健全醫療與健康保障：重新檢視現有保單，補足缺口。	目標維持：以保單健診為核心，強化自身風險防護，避免疾病成為家庭負擔。	約10~15萬		進行保單盤點。
	建立緊急預備金與固定儲蓄機制：建立3~6個月生活費存量。	維持原目標，採每月自動轉帳強化儲蓄紀律。	約48萬		設立專戶自動轉帳。
中期目標 5-10年	規劃「健康與生活平衡基金」及「六年旅遊基金150萬」。	旅遊基金調降至NT\$500,000（每年與父母出遊為必要支出，多餘資金轉入退休準備。	約50萬	6年	穩健型分紅保單，累積美元資產。
長期目標 10年以上	退休金規劃：65歲退休後，每月可支應NT\$40,000生活費（含3%通膨）。	加強退休準備：整合旅遊基金挪出的資金，提早建立退休金池；確保退休後每月可穩定領得NT\$55,000。	約800萬	20年	結合保險、基金與外幣投資，建構複合型退休金池。此金額將依每年通膨、生活型態與收入變化滾動檢視，建議每3~5年重新評估退休支出目標。
	安養信託與資產傳承。	維持規劃，未來導入信託機制確保晚年生活與公益延續。			透過專業顧問規劃信託架構。

場的需求。

短期，她守護健康與風險防線；

中期，她兼顧生活品質與家庭情感；

長期，她築起一份能安然老去、持續付出的退休藍圖。

這樣的三階段規劃，讓金錢成為支撐幸福的力量，而非壓力的來源。

財務資料蒐集

在財務規劃的第一步，必須先透過系統化的資料蒐集，全面了解客戶的財務結構、現金流量與風險保障狀況。以下根據Kate提供之完整資料，歸納其年度收入支出、資產負債概況及現有

保險保障內容，作為後續分析與建議的基礎。

一、收入支出表（現金流量表）

Kate目前任職於國家級研究機構，工作穩定且具長期保障。其主要收入來源為薪資與研究獎金，年總收入約為新台幣1,218,000元。

分析

支出項目則包括日常生活開銷、保險費用、孝親奉養，年度總支出約NT\$758,228。整體儲蓄率37.8%（≥25%），顯示其財務結構穩健，具有良好的儲蓄習慣。Kate生活節制且有儲蓄規律，屬「高儲蓄率族群」。其每年可支配所得約

年度收入支出表			
收入		支出	
工作收入（年）		一般支出	
個人收入	\$1,008,000	含食、衣住行育樂衛稅務	
年終獎金	\$210,000	\$364,600	
理財收入		理財支出（含各項固定投資與理財商品購買）	
金融商品		\$0	
保單還本金		保障型支出	
其他收入		含勞、健保、個人商業保險（保障型）、產險	
其他收入		\$122,116	
其他收入		其他支出（非上述各項支出）	
		\$271,512	
總收入	\$1,218,000	總支出	\$758,228

一般支出表			其他支出表		
支出項目	每年	每月	支出項目	每年	每月
食	\$120,000	\$10,000	父母奉養金	\$120,000	\$10,000
衣	\$18,000	\$1,500	信用貸款	\$129,912	\$10,826
住（房屋貸款或租金）			富邦基金會	\$21,600	\$1,800
行（大眾交通或車輛養護）	\$21,600	\$1,800			
育（進修教育）	\$20,000	\$1,666			
樂（出國旅行或其他娛樂）	\$120,000	\$10,000			
衛生保健（保養品、保健品）	\$25,000	\$2,083			
稅務（所得稅）	\$40,000	\$3,333			
總計	\$364,600	\$30,383	總計	\$271,512	\$22,626

NT\$459,722，未來可逐步導入中長期理財工具以
提升資產成長率。

Kate擁有穩定現金資產與良好償債能力，負
債比約為50%。未來可規劃逐年清償信用貸款，
以降低利息支出並提升財務彈性。

二、資產負債表

分析

資產負債表			
資產		負債	
活期存款	\$1,150,000	房貸	
房地產	\$0	車貸	
保單現價	\$146,126	卡債	
有價證券		信用貸款	\$650,000
其他		其他	
總資產	\$1,296,126	總負債	\$650,000

三、保障支出與現有保險總覽

保障支出表		
支出項目	每年	每月
健保	\$14,928	\$1,244
勞保	\$15,612	\$1,301
個人或家庭商業保險（保障型）	\$91,576	\$7,631
產物保險		
總計	\$122,116	\$10,176

Kate現有商業保單摘要：

商品代號	商品名稱	契約起期	繳費期滿日	保障年期	保險金額年	繳保費	狀態
OLA5 (主約)	富邦人壽金未來寶小額終身壽險	113/04/26	133/04/25	終身	100,000元	2,920元	有效
ADE	富邦人壽平安寶意外傷害暨兒童傷害失能保險附約	113/04/26	145/04/25	至75歲	3,000,000元	3,690元	有效
AHI	富邦人壽日額型意外傷害住院醫療保險附約	113/04/26	144/04/25	至75歲	20單位	1,380元	有效
OMR	每次意外傷害醫療保險金限額（一般型）	113/04/26	145/04/25	至75歲	300,000元	6,968元	有效
SJR1	富邦人壽增守護健康保險附約	113/04/26	160/04/25	至91歲	3,000元	14,190元	有效
CLO (主約)	富邦人壽精準守護防癌定期健康保險	113/03/11	123/03/10	至54歲	1單位	16,600元	有效
NLWF (主約)	富邦人壽平準終身壽險	96/08/22	116/08/21	終身	10,000元	227元	有效
CWRP	富邦人壽新防癌終身健康保險附約	96/08/22	116/08/21	終身	1單位	3,541元	有效
IL (主約)	富邦添福增額終身壽險	92/10/14	112/10/13	終身	100,000元	0元	有效
HSME	富邦人壽長順住院醫療定期健康保險附約（計劃E）	92/10/14	149/10/13	至80歲	1單位	2,817元	有效
211R	富邦人壽一年定期加安失能保險附約	92/10/14	144/01/13	至75歲	100,000元	5元	有效
HJR	富邦人壽安心住院醫療定額給付保險附約	92/10/14	144/01/13	至75歲	1,500元	803元	有效
PHIP	富邦住院醫療定額給付終身健康保險附約	92/10/14	112/10/13	終身	1,000元	0元	有效
HCWK	富邦新防癌終身健康保險	91/11/25	111/11/24	終身	1單位	0元	有效

保險保障視覺摘要：（根據富邦人壽保單匯總圖表）

客戶姓名：Kate



當年度保障數值

列印日期：114/11/01

單位：新臺幣。（外幣商品已依前一日臺銀匯率換算成新臺幣合計計算）

壽險保障（留愛給家人）

當年度壽險身故保障 158,936元

意外保障（無法預測的風險）

意外身故或完全失能（不含壽險身故） 3,000,000元
 意外失能 150,000~2,700,000元
 意外醫療限額（實支實付） 300,000元
 意外住院（日期） 2,000元

養老保障（對自己好一點）

當年度生存領回 ——元

以下數值僅含業務員本人服務之保單

保單帳戶價值（新臺幣） ——元
 保單價值準備金（利變） ——元

長照保障（長期延續照顧）

失能扶助
 失能保險金（一次性） 5,000~90,000元
 失能生活扶助（月給付） ——元
 失能生活扶助（年給付） ——元

特傷

特定傷病（一次性） ——元
 特定傷病（月給付） ——元
 特定傷病（年給付） ——元

長照

長期照顧（一次性） ——元
 長期照顧（月給付） ——元
 長期照顧（年給付） ——元

醫療保障（醫療費用補償）

定額給付醫療
 住院日額（30日內） 2,500元
 住院看護（日額） 750元
 住院手術看護 1500~75000元
 出院後療養日額 1250元
 出院手術 7500~495000元
 門診手術 3000~270000元

實支實付醫療
 每日病房費用限額（30日內） 3500元
 住院醫療限額/雜費 300000元
 住院手術 1000~400000元
 門診手術 299000元

癌症醫療
 罹患癌症（重度） 250000元
 罹患癌症（初期/輕度） 160000元
 癌症住院醫療（每日） 5000元
 癌症出院後療養（每日） 2000元
 住院前後癌症門診（每次） 2000元
 癌症化學醫療（每日） ——元
 癌症放射線醫療（每日） 2000元
 癌症住院手術（每次） 60000元
 癌症安養/照護（年） ——元
 癌症身故（不含壽險身故） 900000元

重大疾病與重大傷病保障
 重大傷病 ——元
 重大疾病 ——元

法定傳染病
 法定傳染病住院日額 ——元
 法定傳染病保險金（一次性） ——元

保障旅圖：（根據富邦人壽保單匯總圖表） 單位：新臺幣（元），外幣商品已依前一日臺銀匯率換算成新臺幣（元）合計計算。



保障缺口分析圖：

保障項目	建議保額	現有保額	缺口金額	備註
壽險 (身故保障)	300萬	21萬	279萬	單身，建議留足父母照護資金。建議可透過「定期壽險」或「壽險加附約」方式補足基本保障，確保萬一發生風險時能留足孝親與喪葬費用。
意外險 (含失能)	300萬	300萬	300萬	現有保額300萬，已達建議水準。可持續保留此結構，並每3~5年檢視附約是否仍具足夠失能理賠範圍。
醫療險 (日額+手術)	3,000元/日	4,500元/日		目前屬「防護型偏高配置」，建議持續保留，並確保實支實付險額與日額型相輔相成，在醫療支出發生時可有效減少自付額壓力。
癌症險 (初期+重大)	80萬	41萬	39萬	考量癌症療程與標靶用藥費用逐年上升，建議於下次保單檢視時，優先補強癌症醫療與住院津貼部分，確保可支應完整療程支出。
長期照護	終身，每月5萬	有基本失能附約		現有附約為「基本失能型」，屬初階保障。建議持續保留並增加月給付額至每月5萬元、終身型，以涵蓋長照2.0所需支出與外籍看護費用，提升退休後生活的安全緩衝力。

分析

Kate的保險組合已涵蓋壽險、意外、醫療與癌症等主要保障，屬於典型的「防守型保障結構」。目前的規劃能有效應對中短期風險，然而隨著醫療費用持續上漲與人口老化帶來的長照議題浮現，建議進一步強化以下兩個面向：

1. 延伸醫療保障至高齡階段：現有的實支實付與定額給付額度在現階段足夠，但考量醫療通膨與自費醫療支出上升（特別是癌症與重大疾病），建議未來每1-2年進行一次保單健診，適度提高醫療險與癌症險保障額度，以確保保障能隨生活成本同步成長。

2. 補足長照保障，預防老年孤照風險：雖已有失能附約，但針對失能來做給付。建議後續可透過增加長照險額度，為未來高齡生活建立第二層防護。

「保障，是財務規劃的地基。」在醫療、癌症與長照面向仍有提升空間。建議以實支實付醫療險與長照險為優先補強，並於未來三至五年依醫療通膨及年齡調整保額。

《婷竹顧問觀察與回饋》整體而言，Kate的財務體質穩健，展現出一位兼具理性與前瞻思維的理財者特質：

1. 現金流健康：收入穩定、儲蓄率達37.8%，支出結構清晰且具彈性；

2. 資產配置穩健：以現金與保單價值為主，流動性高且風險控管良好。

3. 保障基礎紮實，但高齡防護可再升級：建議逐步提升醫療實支實付與癌症險額度，並擴充長照保障。

4. 負債管理需持續調整：信用貸款可透過設定「三年清償目標」分期償還，進一步提升資產淨值與自由資金比例。

財務規劃不只是為了「預防風險」，更是為了「創造心安」。在逐步強化長照與醫療防護的同時，也讓未來的自己能擁有被照顧、被尊重、被安心接住的力量。

財務資料分析與評估

根據前章財務資料蒐集之結果，以下針對Kate的財務狀況進行四大關鍵指標的量化分析。此分析旨在評估其現階段的財務穩健度、風險防護程度與未來可支配資源之靈活性，並作為後續策略建議之依據。



一、關鍵財務指標分析

指標名稱	計算公式	現況數值	理想值	評估結果	分析
儲蓄率	$(\text{年收入} - \text{年支出}) \div \text{年收入}$	37.8%	$\geq 25\%$	優於標準	儲蓄紀律佳、現金流穩定。
負債比	$\text{總負債} \div \text{總資產}$	50.2%	$\leq 30\%$	略高	主要為信用貸款，屬可控負債，建議設立分期償還計畫以提升淨值比重。
流動比	$\text{流動資產} \div \text{月支出}$	18.2倍	3~6倍	過高	現金部位明顯偏高，安全但報酬效率低。緊急預備金充足，可因應短期醫療或突發支出，流動性穩定。
財務自由度	$\text{被動收入} \div \text{年支出}$		> 1.0	待建立	目前無被動現金流，需啟動長期現金流規劃。

二、整體財務結構診斷

1. 現金過多→建議分流

理想緊急預備金：3～6個月月支出
≈ NT\$189,557-379,114元。目前活存
NT\$1,150,000元，即使以「6個月」標準，也有
約NT\$770,886元屬於可再配置資金。

若偏好保守，也可維持先前設定NT\$480,000
元（約6個月收入）作為預備金。

2. 可再配置資金的建議走法

降負債：先用一部分加速償還信用貸款，目
標負債比3年內降至30%以下。

退休金池：依既定方案繳美元分紅保單保
費；其餘分批投入定期定額基金（年化目標5～
6%）。

中期目標：預留六年「旅遊基金50萬」的年
度撥補。

3. 被動收入=0的改善路徑

啟動「現金流建構期」：每月定期定額
NT\$10,000元（19年、年化6%）→65歲可累積約
430萬；退休後可轉為每月約1萬元現金流。

美元分紅保單於65歲後年領（你規劃的每年
約12萬元）→強化退休現金流。

三、整體財務結構診斷

現金部位偏高，後續將分批轉入投資與保障
配置。

《婷竹顧問觀察與回饋》「財務的安全感，
來自於對未來的準備，而非現金的多寡。」

Kate的財務結構如同一座穩固的房子——基
礎堅實、風險防護到位。

現階段的重點，是讓沉睡的現金開始產生效
益，將「安全」轉化為「成長」，讓錢成為實現
夢想的夥伴。

我欣賞你對父母的責任感與對生活的自律，
也看見你對未來的謹慎與柔軟。透過穩健的投資
與長期的保險架構，我們將一起打造一份能陪你
走進退休歲月、同時守護生活品質的財務藍圖。

當財務有節奏、人生就能有餘裕去愛、去夢
想、去成長。

擬訂財務規劃建議書

一、整體策略概述

經過對Kate的收入、支出、資產、負債與保
障結構的全面分析後，可見她的財務體質穩定、
儲蓄率高、現金流健康。然而，因應醫療費用上
升、長照成本增加及退休生活延長的趨勢，仍有
必要進一步優化資金配置與保障架構，使財務結
構不僅「安全」，更能「持續生長」。

以下建議依照五大面向提出具體方案：

現金管理、風險保障、投資理財、稅務與信
託、以及退休金規劃。

1. 現金管理：建立安全且有效率的現金配置

建議內容

建立3～6個月緊急預備金，以月支出
NT\$63,166計算，建議存放金額約NT\$190,000～
380,000。

財務面向	現況分析	建議
收入穩定性	公職身分，薪資固定且具獎金補助。	維持穩定收入結構，運用年終進行長期資金規劃。
支出管理	支出規律、結構明確。	保留5-10%作為「生活幸福基金」，平衡生活與休閒。
資產配置	現金比例偏高，資金效率不佳。	降低活存比重，分流至投資與保險配置。
負債管理	信用貸款偏高，其他負債無。	三年內清償，負債比降至30%以下。
風險保障	壽險、意外保障完整，但高齡醫療與長照不足。	延長醫療保障年期、提升長照給付額度。
退休準備	尚無被動收入或退休金池。	啟動基金定期定額與美元分紅保單，建立雙現金流引擎。

目前Kate活存金額高達NT\$1,150,000，流動性極佳，但報酬效率偏低。建議保留NT\$480,000作為高流動性緊急預備金，其餘資金可分配如下：

NT\$300,000用於提前清償部分信用貸款；
NT\$370,000轉入中長期投資與退休金池。

《顧問說明》保留足夠的流動現金，是財務穩定的第一步；而讓多餘的現金有方向地流動，才能讓「安全」逐步轉化為「效益」。

2. 風險保障：補足醫療與長照缺口，延長保障年期

建議內容

依據現有保單內容，Kate已具備壽險、意外、醫療及癌症保障。然而，醫療給付金與長照給付金偏低，需進一步補強。

建議調整方向如下：

增購高齡實支實付型醫療險，將醫療保障年期延長至99歲；將長照給付金額提升至NT\$30,000元/月；保留既有壽險與意外險，維持完整風險防護。

《顧問說明》醫療保障不是為了預測疾病，而是為了守護生活。長照是為「沒有依靠的明天」預先鋪好路，讓未來的自己能活得有尊嚴，也不成為家人的負擔。

3. 投資理財：建立中長期現金流與資產成長引擎

建議內容

* 美元分紅保單PFO（中期資產）

每年投入美金2,744元（約新台幣83,692元），為期6年，總保費約NT\$500,000。

預期於第6年解約時可領回約NT\$510,000，並持續產生生存金現金流。

此保單兼具「保障+儲蓄+紅利」功能，作為中期旅遊基金及退休前資產配置的一部分。同時建立美元資產基礎以分散匯率風險。

* 美元分紅保單PF65（長期資產）

每年投入美金8,082元（約新台幣246,500元），為期6年，總保費約NT\$1,479,000。

此為延後啟動型美元終身壽險，具備「外幣分散×終身分紅×現金價值累積」三重優勢。預計於2026年Q1~Q2啟動，觀察利率與匯率彈性後入場。

PF65於第7年起進入現金流累積期，可作為退休後的「美元現金流引擎」，持續提供分紅收益與傳承價值。搭配PFO的中期紅利領回，兩張保單形成「雙層美元現金流系統」，在退休後能穩定支撐生活費、醫療與長照支出。

* 定期定額基金（長期資產）

每月投入NT\$10,000，年化報酬率假設6%，投資19年（至65歲）。預期可累積約NT\$4,300,000，退休後可轉為每月約NT\$10,000的穩定現金流。

用「複利終值公式」來估算定期定額的累積金額：

$$FV = P \times \frac{(1+r/n)^{n \times t} - 1}{r/n}$$

P=10,000（每月投入金額）

r=0.06（年化報酬率6%）

n=12（每年複利12次，因為是每月投資） t=19（年數）

FV ≈ 4,235,799

《顧問說明》理財，不是追求暴利，而是與

表：定期定額NT\$10,000/月

年化殖利率	約19年累積金額
4%	約341.8萬元
6%	約423.6萬元
8%	約535.9萬元

表：轉為月配息的現金流

年化殖利率	每月現金流（約）	年現金流（約）
3%	10,590元	127,074元
4%	14,119元	169,432元
5%	17,649元	211,790元
6%	21,179元	254,148元

時間交朋友。透過紀律性的定期投入與美元資產配置，讓金錢在「中期穩健×長期複利」的結構中持續成長。

PFO提供中期紅利現金流、PF65創造長期美元複利引擎、基金則是第三層的成長動能。三者共同構築一個可持續、具彈性、能抗通膨的財務架構——讓Kate在退休前後，都能擁有穩定、可控、可選擇的現金流。

4.稅務與信託：提前規劃高資產族群的保障架構

建議內容

雖然目前資產規模尚未達到遺產稅門檻，但建議提前建立「信託觀念」。後續若資產成長，可考慮導入「信託保障機制」，確保長照、醫療及公益捐贈資金能被正確運用。

建議每二年至少檢視一次稅務結構，確認節稅工具與保單契約一致性。

《顧問說明》信託不是富人的專利，而是一種讓「愛」延續的方式。它讓金錢成為守護、而非爭執的源頭，確保財富能按照初衷流向該去的地方。

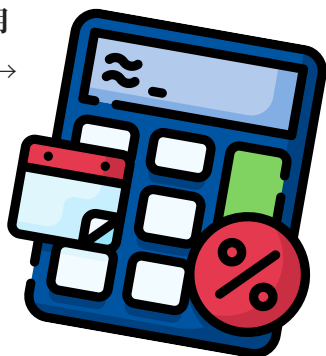
5.退休金規劃：以「所得替代率65~70%」為目標

建議內容

65歲退休，勞保月退約NT\$24,847，勞退月退約NT\$19,504。

以通膨率3%計算，退休後生活開銷目標設定為NT\$55,000/月。

退休金來源配置：勞保+勞退：約NT\$44,000/月；美元分紅保單：約NT\$10,000/月（65歲起的現金流）；基金定期定額：預估65歲後每月可領NT\$10,000元；→整體所得替代率約65%~70%，達到理想退休金水準。



二、綜合建議摘要

類別	核心建議	預期成果
現金管理	建立3~6個月預備金，餘額進行分流配置	提升資金效率與風險緩衝力
風險保障	補足醫療與長照缺口，延長保障至高齡	鞏固健康與尊嚴的後盾
投資理財	建立美元分紅保單與基金雙軸	穩定累積、建立被動現金流
稅務信託	定期檢視、預作規劃	強化資產傳承安全性
退休金	所得替代率目標65~70%	達成安穩退休生活品質

「上述建議為依據Kate目前財務現況所擬定之整體策略，實際執行項目與金額，將於與客戶確認後列入『年度行動計畫表』，並作為第七章《執行計畫》之依據，以利後續追蹤與調整。退休金目標NT\$55,000元/月將持續滾動檢視。」

《婷竹顧問觀察與回饋》「財務規劃不是冷冰冰的數字，而是一場溫柔的長期陪伴。」

Kate，妳的規律、責任感與對家人的照顧，讓這份規劃報告不只是財務藍圖，更是一份生活寫照。我希望這份建議書，能成為妳心中的「方向盤」——在每一個人生階段，提醒妳：錢是工具，生活才是目的。

我們會一起讓資金更有節奏地運作，讓「安定」成為妳最自由的模樣，讓金錢為妳服務，而不是妳為金錢奔波。

執行計劃

*短期目標重點（0~5年）

根據財務目標與現況分析，Kate的短期重點聚焦在：

穩健打底

保障延伸

現金流有序

此階段的主軸為「守為先、攻為輔」，確保中長期投資與退休規劃能在穩固的現金結構與風險防護下展開。

一、現金管理與預備金配置

項目	金額 (NT\$)	說明
建立緊急預備金	480,000	約為8~9個月生活開銷；建議存放於高流動性活期帳戶（如富邦銀行活存），採「不動用原則」。
活期存款（可動用資金）	670,000	為後續六年美元分紅保單與退休規劃預留的資金來源，保留流動彈性。
保障支出（醫療+長照）	122,000/年	以HAA2（醫療險）與LTK1（長照險）補足健康風險缺口，強化長期防護網。
美元分紅保單（旅遊基金用）	約83,700/年	六年期規劃，用於累積50萬旅遊預備金，兼具儲蓄與紅利增值。
定期定額投資（退休預備金）	每月10,000 (120,000/年)	採穩健型基金配置，專注於長期退休資金累積，強化未來現金流。
每年可再投入資金	約135,000/年	扣除上述保障與投資後，仍保留靈活運用資金，作為長期美元保單PF65投入來源。
六年累積可再投入資金	約815,000	作為長期退休保單（PF65）分期投入主力。
總可運用資金（六年內）	約1,485,000	含活期670,000+六年累積可再投入815,000，作為長期退休規劃主軸。

《顧問說明》在短期財務規劃中，Kate的投資布局同時兼顧「現在的幸福」與「未來的安心」。短期先將緊急預備金和可支配資金做配置，以利後續中長期目標規劃。

中期目標會是六年期美元分紅保單，作為旅遊基金的主要工具，每年固定投入約新台幣8萬元，逐步累積50萬元的旅遊預備金，讓她能與父母一同實現「陪伴型夢想」，在生活中留下溫暖的足跡。

而「每月定期定額NT\$10,000元」的投資，則屬於長期退休金池的基礎行動，透過長期複利

滾動與紀律投入，為65歲的未來生活提前準備一份穩定現金流。

這樣的雙軌策略，不僅讓資金運用更有方向，也讓理財成為生活節奏的一部分——每一次投入，都是在為未來的自己打造更自由、更有選擇的日子。

二、風險保障規劃

為確保健康風險可獲得長期防護，建議新增以下兩張主約保單，以延長保障年期並補足醫療與長照缺口：

保單建議書內容提要

主被保險人：Kate
要保人：Kate

保單計價幣別：新臺幣
性別：女 保險年齡：46歲 職類：1類

被保險人	商品名稱	代號	繳費年期	繳別	保額	應繳保費
Kate	富邦人壽樂時代住院醫療終身健康保險	HAA2	20年	年繳	1單位	67,400元
Kate	富邦人壽連馨滿溢長期照顧終身健康保險	LTK1	30年	年繳	1.5萬元	56,700元

規劃後保障視圖

- * 實支實付醫療限額提升 (含住院、手術、自費項目)
- * 長期照護月給付新增NT\$30,000元
- * 整體年保障費用調整為NT\$122,859元/年 (1%保費回饋)



規劃後當年度保障數值

列印日期：114/11/02

單位：新臺幣。(外幣商品已依前一日臺銀匯率換算成新臺幣合計計算)

壽險保障 (留愛給家人)

當年度壽險身故保障 230,380元

意外保障 (無法預測的風險)

意外身故或完全失能 (不含壽險身故) 3,000,000元
 意外失能 150,000~2,700,000元
 意外醫療限額 (實支實付) 300,000元
意外住院 (日期) 5,000元

養老保障 (對自己好一點)

當年度生存領回 ——元
 以下數值僅含業務員本人服務之保單
 保單帳戶價值 (新臺幣) ——元
 保單價值準備金 (利變) ——元

長照保障 (長期延續照顧)

失能扶助
 失能保險金 (一次性) 5,000~90,000元
 失能生活扶助 (月給付) ——元
 失能生活扶助 (年給付) ——元
特傷
 特定傷病 (一次性) ——元
 特定傷病 (月給付) ——元
 特定傷病 (年給付) ——元
長照
長期照顧 (一次性) 150,000元
長期照顧 (月給付) 30,000元
 長期照顧 (年給付) ——元

醫療保障 (醫療費用補償)

定額給付醫療
住院日額 (30日內) 4,500元
 住院看護 (日額) 750元
 住院手術看護 1500~75000元
 出院後療養日額 1250元
出院手術 10,500~765,000元
門診手術 6,000~540,000元
實支實付醫療
 每日病房費用限額 (30日內) 3500元
 住院醫療限額/雜費 300000元
 住院手術 1000~400000元
 門診手術 299000元
癌症醫療
 罹患癌症 (重度) 250000元
 罹患癌症 (初期/輕度) 160000元
 癌症住院醫療 (每日) 5000元
 癌症出院後療養 (每日) 2000元
 住院前後癌症門診 (每次) 2000元
 癌症化學醫療 (每日) ——元
 癌症放射線醫療 (每日) 2000元
 癌症住院手術 (每次) 60000元
 癌症安養/照護 (年) ——元
 癌症身故 (不含壽險身故) 900000元
重大疾病與重大傷病保障
 重大傷病 ——元
 重大疾病 ——元
法定傳染病
 法定傳染病住院日額 ——元
 法定傳染病保險金 (一次性) ——元

* 紅字/粗體標示處為加入規劃商品後調整的保障項目

「規劃後當年度保障視圖」僅供參考，如須投保仍需考量年齡、體況、投保規則與保額通算等狀況，不保證受理核保。

報表所示保險商品資料及保障內容由昇華科技整理提供，所彙整的保單資訊僅供參考，無法使用本報表資訊作為保險給付項目依據，實際保障內容以投保當時保單條款及核保、保全作業為準。

《顧問說明》HAA2：為現有醫療險的「實支補強層」，可應付住院自費與長期治療支出。

LTK1：針對未婚單身族群設計，當失能或需長期照護時，能穩定領取現金給付，減少對家人的依賴，確保生活尊嚴與照護品質。

「HAA2+LTK1」的組合讓Kate的健康與長照防線達到「雙層保護」。一層守住醫療支出，一層預備長期照顧，形成生活保障的底盤。

三、短期行動步驟

時程	行動項目	內容	顧問建議
2025Q4	建立緊急預備金	活存帳戶保留480,000元	採「生活帳」與「預備帳」分帳，避免誤用。
2025Q4	投保HAA2與LTK1	年保費共122,859元	健康與長照雙層防護並行。
2026Q2	啟動定期定額10,000／月基金投資	作為未來長期退休池的現金流量資金	採中低風險平衡型或全球債基金。
2025Q4	繳交美元分紅保單首期保費	建立旅遊預備金兼未來退休池彈性資金美金2,744（約NT\$83,692）	啟動中期旅遊基金，也可以作為長期退休現金流配置。
2026起	每半年檢視現金流與保障缺口	包含基金報酬率、保費續繳狀況	維持儲蓄率35~40%。

*短期階段小結

Kate的短期行動策略以「穩中求進」為核心：現金流穩健：預備金充足、投資規律、流動性高。

保障延伸：醫療+長照雙層防護，對應健康風險與高齡照護成本。

投資啟動：以定期定額基金建立理財習慣，累積旅遊基金與未來退休資金。

《婷竹顧問觀察與回饋》在理財的起點，我們不是為了追求更多報酬，而是為了擁有選擇的自由。當基礎穩了、風險被看見，金錢才能帶著安心感去實現生活中的溫度與夢想。

中期目標主軸：以六年期美元分紅保單完成旅遊基金累積

在短期階段完成醫療與長照保障補足後，Kate進入中期規劃階段（第5~10年）。此階段的核心為「夢想實踐×穩健延續」——以六年期美元分紅保單（PFO）作為旅遊基金的專屬工具，讓每年的投入同時兼具「夢想儲蓄」與「被動增值」的雙重功能。

一、中期資金與目標配置

項目	目標金額 (NT\$)	投入方式	期間	策略說明
旅遊基金	500,000	六年期美元分紅保單 (年繳約NT\$83,692)	2025~2030	累積旅遊專用資金，同時兼具保單紅利收益。
定期定額投資	每月10,000	長期退休金池投入	持續性	穩健型基金配置，持續累積退休現金流。
緊急預備金	480,000	保留於高流動性帳戶	持續	不動用原則，維持安全緩衝。

二、商品設計重點 (依PFO保單試算書)

每年固定投入：約NT\$83,692 (折合美金2,744元)

繳費年期：6年

預估滿期資金：約NT\$516,000 (以匯率1:30.5元估算)

帳戶幣別：美元

商品型態：分紅型終身壽險 (具生存金現金流)

六年後，Kate可選擇：一次領回作為「旅遊基金」使用，或繼續累積紅利滾存，作為長期退休預備金的一部分。

此設計兼顧穩健性、流動性與靈活性，既能讓旅遊夢更有節奏地實現，也能為退休金池提前預留增值空間。

三、信貸與負債管理策略

項目	金額 (NT\$)	備註
信用貸款	636,797	原貸款金額800,000元，已繳19期，餘65期，每月繳款10,826元。
貸款利率	3.70%	固定利率，至2031/03/25屆滿。
房屋貸款	無	無房貸負擔。
信用卡循環	無	每月全額繳清，信用良好。

Kate目前僅有一筆個人信用貸款，屬於中期性債務結構，採穩定本息攤還方式，無循環性負債或額外信貸壓力。整體負債比維持在健康範圍 (低於25%)，且現金流能支應月繳金額，屬於「可控型債務」。

《顧問觀察》此筆信貸將於2031年全數清償，恰與PF65美元分紅保單完成繳費時點一致，意味著Kate可再同一年釋放固定支出約NT\$130,000/年，進入「現金流轉正期」，資金可再投入長期投資或生活彈性預算。

現階段無需提前清償，建議以「穩定繳費×

富邦人壽美滿富外幣分紅終身保險建議書

被保險人：Kate	保險年齡：46歲	性別：女	本保單計價幣別：美元
保險種類	險種代號	保額	年繳保費/元
富邦人壽美滿富外幣分紅終身保險(繳費6年)	PFO	1.1萬	2,772

本保件符合保費折扣條件：繳費方式1%折扣。
年繳保費2,772元，首期折扣後保費2,744，續期折扣後保費2,744元

分紅保單投保利益彙總表(預估值)

· 本保險為分紅保險單，保單紅利部分非保險單之保障給付項目，本公司不保證期給付金額。 單位：元

保單年度	保險年齡	年度實繳保費	累計實繳保費	假設分紅：最可能紅利；年度保單紅利給付方式：繳清保險金額			
				生存保險金合計(預估值) F + G	累計已領生存保險金(預估值)	年度未身故/完全失能時可領取總金額(預估值) A + D + X	年度未解約時可領取總金額(預估值) B + E + Y
1	46	2,744	2,744			2,830	1,516
2	47	2,744	5,488			6,226	3,369
3	48	2,744	8,232			9,761	5,317
4	49	2,744	10,976			13,439	7,361
5	50	2,744	13,720			17,270	9,508
6	51	2,744	16,464			19,185	15,924
7	52		16,464	611	611	20,130	16,307
8	53		16,464	613	1,224	20,183	16,404
9	54		16,464	613	1,837	20,280	16,496
10	55		16,464	613	2,450	20,379	16,590
11	56		16,464	613	3,063	20,480	16,688
12	57		16,464	614	3,677	20,588	16,791
13	58		16,464	614	4,291	20,698	16,899
14	59		16,464	614	4,905	20,814	17,011
15	60		16,464	613	5,518	20,936	17,129
16	61		16,464	615	6,133	20,583	17,251
17	62		16,464	615	6,748	20,650	17,380
18	63		16,464	615	7,363	20,720	17,514
19	64		16,464	616	7,979	20,796	17,655
20	65		16,464	617	8,596	20,875	17,798
21	66		16,464	617	9,213	20,963	17,953

定期追蹤×保留流動性」為主軸，確保在兼顧保障與投資時，現金流仍維持舒適節奏。

《顧問建議》

1. 穩定繳費、維持信用

持續按期繳款，避免遲延或一次性提前償還，每年定期檢視信用報告，保持A級以上評等，以利未來有需要時可再運用低利貸款資源。

2. 不提前清償，保留資金彈性

在財務規劃2025~2031年中，Kate同時需要支應醫療與長照保障 (HAA2+LTK1) 與美元保單 (PFO、PF65)。若提前清償信貸，雖可降低債務壓力，但會壓縮現金流彈性與投資滾存力。現階段建議持續繳費、不提早償還，待2028~2030年視資金狀況再評估。

3. 定期檢視利率與轉貸機會

若市場利率下降至3%以下，可考慮轉貸以降低利息支出。同時保持每月多存NT\$3,000-5,000的「貸款緩衝金」，作為臨時還款或預繳備用金，以強化財務彈性。

4. 控制償債比率

目前償債支出約NT\$129,912/年，占年收入

比約15%。維持在安全範圍內（建議不超過30%），確保償債與投資能並行運作。

《顧問說明》理債不是為了「清空帳本」，而是讓金錢的流動節奏與你的生活目標同步。Kate選擇穩定償還信貸、不急於提前清償，代表她懂得在資金配置中留白、給自己彈性。

「負債若被妥善管理，也能成為人生的助力。」

當現金流穩定、信貸比下降、保單與投資並行，那份平衡就是財務成熟的象徵。

四、執行建議時間軸

時程	重點行動	內容	顧問提醒
2025~2030	持續繳交美元分紅保單PFO	每年繳約NT\$83,692	作為旅遊預備金累積，同時建立外幣資產基礎。
2025~2031	穩定償還信貸	每月繳NT\$10,826（固定利率3.7%）	維持信用良好與現金流穩定，不提前清償。
2031	旅遊基金滿期	預估累積約NT\$516,000	可選擇一次領回作旅遊基金，或續留增值作為退休池預備金。
2031起	信貸全數清償	釋放年現金流約NT\$130,000	可再投入長期投資或生活彈性預算。
2031起	視情況轉為退休金池	將旅遊金與信貸釋放金重新配置	延長複利效應，強化退休現金流。

* 中期階段小結

Kate的中期規劃已將**旅遊夢想**×**現金流穩定**×**信貸控管**串聯成一個有節奏的理財循環。透過六年期的美元分紅保單（PFO），她不僅逐步實現「與家人同行」的旅遊目標，同時以穩定的信貸繳款節奏維持現金流安全，讓財務運作更具彈性與秩序。

夢想具體化：旅遊基金不再只是目標，而是有進度、有回報的儲蓄過程。

資金彈性高：信貸穩定償還，現金流留白，兼顧投資與生活平衡。

風險可控化：無房貸壓力，債務比低於25%，投資保單佔比適中。

流動性強化：滿期金與信貸清償時點重疊，進入「現金流釋放期」。

整體而言，中期階段讓Kate的財務規劃完成了從「安全基礎」到「夢想實踐」的跨越，她的財務結構不僅穩固，更帶有故事感與生活的節奏。

《婷竹顧問觀察與回饋》Kate的中期理財，不只是財務報表上的數字轉動，更像是一段「生活節奏的譜曲」——有起伏、有留白，也有屬於自己的旋律。

從旅遊基金的逐步累積，到信貸的穩定償還，妳展現了一種成熟的金錢態度：懂得在風險與彈性之間找到最適的平衡。

「理財的目的，不是清空負債，而是讓生活能自由選擇。」

每一筆支出、每一次繳費，都在替未來的自己鋪路。未



來，當信貸清償、旅遊基金滿期、PF65 啟動時，妳的財務將正式進入「現金流自由期」，那時候的妳，能從容地在「穩定×成長×享受」之間自由切換，讓理財真正成為支持生活溫度的後盾。

長期目標主軸：延後啟動×穩定複利×外幣分散

Kate 預計於 65 歲退休，目前年齡 46 歲。

長期理財策略聚焦於三大核心方針，確保退休生活能兼顧「安全、現金流與照護保障」。

1. 延後啟動：

預計於 2026 年 Q1-Q2 啟動 PF65 美元分紅保單，以觀察匯率與利率波動，掌握更佳進場時點。延後一年繳費，可保留資金彈性，同時強化現金安全墊與中期投資。

2. 穩定複利：

持續執行「每月定期定額 NT\$10,000 元」的長期投資計劃，透過時間複利與穩健基金滾存，成為退休金池的重要累積來源。

3. 資產分層：

整合基金×保單×勞退×長照四大系統，構築「安全層（保障）+穩定層（保單）+成長層（投資）」三層現金流架構。

《顧問說明》PF65 具備「外幣分散×終身分紅×現金價值累積」三重優勢。延後啟動一年，讓資金可先用於強化現金安全墊與中期投資，同時也能因應 2025~2026 匯率波動，挑選更佳入手時點。

美元分紅保單（PF65）規劃概況：

長期退休現金流引擎

項目	內容
商品名稱	富邦人壽美富優退外幣分紅終身保險 (PF65)
繳費年期	6 年期 (2026~2031)
年繳金額	USD8,082 (約 NT\$246,500) (以匯率 1:30.5 元估算)
保險金額	USD27,000
幣別/繳費方式	美元/年繳
投保時程	預計 2026 年 Q1~Q2 啟動 (依匯率與資金流彈性調整)
預期功能	長期美元資產配置×分紅現金流×退休現金補充來源

富邦人壽美富優退外幣分紅終身保險建議書

被保險人：Kate 保險年齡：46 歲 性別：女 本保單計價幣別：美元

保險種類	險種代號	保額	年繳保費/元
富邦人壽美富優退外幣分紅終身保險(繳費6年)	PF65	2.7 萬	8,164

本保件符合保費折扣條件：繳費方式 1% 折扣。
年繳保費 8,164 元，首期折扣後保費 8,082 元，續期折扣後保費 8,082 元

分紅保單投保利益彙總表(預估值)

· 本保險為分紅保險單，保單紅利部分非保險單之保障給付項目，本公司不保證期給付金額。 單位：元

保單年度	保險年齡	年度實繳保費	累計實繳保費	假設分紅：最可能紅利；年度保單紅利給付方式：繳清保險金額			
				生存保險金合計(預估值) F + G	累計已領生存保險金(預估值)	年度未身故/完全失能時可領取總金額(預估值) A + D + X	年度未解約時可領取總金額(預估值) B + E + Y
1	46	8,082	8,082			8,655	4,253
2	47	8,082	16,164			17,728	9,444
3	48	8,082	24,246			27,459	14,902
4	49	8,082	32,328			37,863	20,639
5	50	8,082	40,410			48,726	26,671
6	51	8,082	48,492			58,077	34,787
7	52		48,492			60,673	37,718
8	53		48,492			62,397	39,829
9	54		48,492			64,172	42,036
10	55		48,492			66,005	44,357
11	56		48,492			68,353	57,689
12	57		48,492			71,516	60,379
13	58		48,492			74,770	63,143
14	59		48,492			78,148	66,007
15	60		48,492			81,671	68,995
16	61		48,492			87,756	72,137
17	62		48,492			82,333	75,419
18	63		48,492			86,068	78,849
19	64		48,492	4,004	4,004	89,972	78,430
20	65		48,492	4,012	8,016	89,449	77,983
21	66		48,492	4,017	12,033	88,889	77,510
22	67		48,492	4,020	16,053	88,302	77,015
23	68		48,492	4,026	20,079	87,686	76,494
24	69		48,492	4,033	24,112	87,037	75,943
25	70		48,492	4,034	28,146	86,348	75,363
26	71		48,492	4,043	32,189	80,210	74,800
27	72		48,492	4,048	36,237	79,608	74,216
28	73		48,492	4,052	40,269	78,973	73,600
29	74		48,492	4,059	44,348	78,312	72,960
30	75		48,492	4,064	48,412	77,625	72,295
31	76		48,492	4,066	52,478	76,904	71,599
32	77		48,492	4,072	56,550	76,158	70,878

預估利益與現金流表（根據保險建議書預測）

年齡	年度繳費 (USD)	累積繳費 (USD)	年生存金／紅利 (USD)	解約金 (USD)	顧問解讀
46~51	每年8,082	48,492		六年期繳費階段，累積本金。	
60		48,492		滾存期開始，現金價值逐年上升。	約66,007
64		48,492		準備進入退休領息階段。	約78,430
65起		48,492	約4,000/年 (約NT\$12萬)	約78,000 ↑	穩定領息期，年金化現金流。
77		48,492	約4,072	70,878	終身分紅仍持續滾存，具傳承價值。

《顧問說明》PF65結構具備「外幣分散×終身分紅×現金價值累積」三重優勢，即使延後一年啟動，也不影響長期複利效應，反而能為Kate保留更高的現金流自主權與入手靈活性。

長期行動重點（2032年起～）

自2032年（第七年後）起，PFO與PF65兩張美元保單皆已繳費完成，同時Kate的信貸亦全數清償，釋放出每年約NT\$130,000的固定支出。

此階段，Kate將正式進入「現金流釋放期」，每年可支配資金由原約NT\$330,000，提升至約NT\$460,000，並同時取得PFO滿期旅遊基金50萬元。

《顧問解析》信貸清償代表Kate已完成「中期負債管理」的關鍵節點，讓整體現金流結構更加健康，也提高長期投資與生活彈性。她不僅結束了負債期，還順利銜接進「現金流釋放×美元資產成長」的雙引擎階段。

一、年度現金流配置建議

分配方向	比例	金額 (NT\$)	用途
穩定現金流保留	40%	約184,000	作為年度生活調節金（旅遊、年度開銷、家人支出）。
再投資長期收益	40%	約184,000	投入美元配息基金或台幣高股息ETF，強化退休後收益。
自我實現預算	20%	約92,000	進修、興趣、公益行動，提升生活價值感。

《顧問提醒》信貸結清後的現金釋放，不是「少了一筆支出」，而是「多了一份選擇」。這筆新釋放的資金，將成為妳未來財務結構中最靈活的部位：可進、可守、可再投資。

二、旅遊基金滿期金（NT\$500,000）運用建議

項目	金額 (NT\$)	顧問建議
旅遊預算	200,000	每兩年一次家庭或父母旅遊，延續家庭連結與生活儀式感。
再投入退休金池	200,000	轉入PF65或美元配息基金，延續美元資產滾存力。
信託預留金	100,000	作為未來安養信託設立準備金，保障資產安全與照護安排。

三、長期退休金池整合（65歲起）

收入來源	每年金額 (NT\$)	說明
勞保老年給付	約298,000	法定穩定退休金。
勞退月退金	約234,000	穩定月金收入。
PF65分紅現金流	約120,000	每年美元生存紅利金。
定期定額基金滾存	約430萬累積資產	可轉配息或定期提領使用。
長照險 (LTK1) 現金給付	30,000/月 (若發生)	長期照護風險現金補充。

《顧問說明》根據勞動部勞工保險局的試算勞保老年年金（第二式）：NT\$24,847/月，勞工保險老年給付，選擇年金給付（月領），試算結果金額為NT\$24,847元。

勞工退休金（月退休金）：NT\$19,504/月，勞工退休金個人專戶，預計申請年齡65歲，平均餘命19年，月退休金試算結果金額為NT\$19,504元。

若未來退休支出預期上調（如NT\$60,000～NT\$70,000元/月），將透過提高定期定額投資、延長投資年期或增加報酬率假設來平衡。

* 長期階段小結

到65歲時，Kate的退休現金流結構已呈三層穩定網：**安全層**—勞保、長照與醫療保障；**穩定層**—PF65美元分紅與勞退金流；**成長層**—基金與外幣投資滾存。三層並行，讓她的退休生活具備「安全、選擇與尊嚴」。

《婷竹顧問觀察與回饋》「理財的最終目標，不是財富的多寡，而是心的安定。」Kate的長期計畫不再只是保單與數字，而是一場有節奏、有溫度的生活設計。

延後一年，是策略；穩定複利，是紀律；外幣分散，是遠見。

透過長期式的規劃結構，她將在65歲時，擁有一份既穩定又自由的退休現金流人生。

財務結構調整成果（2025年Q4執行後）

年度總收入：維持穩定，主要來源為工作與年終獎金。

年度總支出：新增保障型支出（HAA + LTK1）與理財型支出（美元保單PFO），生活支出維持不變。

年度結餘：此結餘保留於活期存款中，作為2026年啟動期理財支出的緩衝資金。

說明：2025Q4起完成第一階段規劃，重點在「補足保障缺口×建立美元現金流基礎」。收支仍保留正結餘，確保流動性與生活品質不受影響。

年度收入支出表（2025年調整後）

收入		支出	
工作收入（年）		一般支出（維持不變） 含食、衣住行育樂衛稅務	
個人收入	\$1,008,000	\$364,600	
年終獎金	\$210,000		
理財收入		理財支出（含各項固定投資與理財商品購買）	
金融商品		\$83,692	
保單還本金		保障型支出 含勞、健保、個人商業保險（保障型）、產險	
其他收入		\$244,975	
其他收入		其他支出（非上述各項支出）	
其他收入		\$271,512	
總收入	\$1,218,000	總支出	\$758,228
2025年度結餘	\$253,221	2025總支出	\$964,779

保障支出表			2025年調整後	
支出項目	每年	每月	每年	每月
健保	\$14,928	\$1,244	\$14,928	\$1,244
勞保	\$15,612	\$1,301	\$15,612	\$1,301
個人或家庭商業保險（保障型）	\$91,576	\$7,631	\$91,576	\$7,631
醫療實支HAA			\$66,726	\$5,561
長照LTK1			\$56,133	\$4,678
總計	\$122,116	\$10,176	\$244,975	\$20,415

理財支出表（2025年調整後）

支出項目	每年	每月
定期定額基金		
股票投資		
理財型保單：美元保單PFO	\$83,692	\$6,974
理財型保單：美元保單PF65		
債券		
其他理財工具		
總計	\$83,692	\$6,974

資產負債表（2025年調整後）

資產		負債	
活期存款	\$670,000	房貸	
六個月預備金專戶	\$480,000	車貸	
保單現價	\$146,126	卡債	
有價證券		信用貸款	\$636,797
其他		其他	
總資產	\$1,296,126	總負債	\$636,797

保障支出表：保障總額由12.2萬元提升至24.4萬元，反映健康與長照雙層防護全面到位。

理財支出表：2025Q4 啟動理財型 美元保單 PFO，屬中期資產增值工具。理財支出占總支出 8.6%，為中期資產累積階段的起點。

資產負債表：分割出48萬設為預備金專戶，其餘67萬作為可支配資金與投資預備金。「預備金專戶」從活存中劃出，確保六個月生活費緩衝期，提升家庭安全層。資產總額不變，但結構更清晰。信用貸款已繳19期，2031年可清償。

2025年底資產結構調整完成後，Kate已具備三層防護：預備金安全層×保單穩定層×活存彈性層。

《婷竹顧問觀察與回饋》

*2025Q4為保障補強與現金流安全期

增加醫療與長照險後，風險防護層更完善，能有效降低未來醫療支出不確定性。

*美元保單PFO啟動，為退休現金流鋪路

先以中期美元保單累積外幣資產，兼具儲蓄與穩定增值特性。

*年度結餘253,221元轉入活存帳戶

未來可靈活運用於補強保障、提前投入2026年定期定額或PF65。

此階段的完成，意味著Kate的財務基礎正式進入『穩健防禦×投資啟動』的雙軌運行期。

財務結構調整成果：2026年啟動期——長期資產累積與現金流引擎啟動

理財支出：新增定期定額基金與美元分紅保單PF65，啟動長期現金流配置。

年度總支出：進入「長期資產累積期」，支出結構優化，投資性支出大幅提升。

分析

2026年為長期理財啟動年，整體資金配置由「現金流安全層」逐步轉向「資產成長層」，正式開啟中長期現金流的累積階段。新增PF65及定

期定額基金後，年度總支出暫時高於收入，但屬於可控範圍內的健康投資性赤字。

此差額主要用於投資型支出，而非消費性開銷，資金來源則可由既有資產中的活期存款挪用，確保在不影響生活品質與緊急預備金安全的前提下，持續推進長期財富增值目標。

理財支出表：

定期定額基金：長期滾存複利投資（年化報酬6%），19年後可望累積約430萬。

美元保單PFO：延續中期美元分紅保單，穩定累積外幣現金流。

美元保單PF65：2026年正式啟動長期保單配置，作為退休期現金流核心。

年度收入支出表（2026年預估調整後）

收入		支出	
工作收入（年）		一般支出（維持不變） 含食、衣住行育樂衛稅務	
個人收入	\$1,008,000	\$364,600	
年終獎金	\$210,000		
理財收入		理財支出（含各項固定投資與理財商品購買）	
金融商品		\$450,192	
保單還本金		保障型支出 含勞、健保、個人商業保險（保障型）、產險	
其他收入		\$244,975	
其他收入		其他支出（非上述各項支出）	
其他收入		\$271,512	
總收入	\$1,218,000	總支出	\$758,228
		2026預估總支出	\$1,331,279

理財支出表（2026年預估調整後）

支出項目	每年	每月
定期定額基金	\$120,000	\$10,000
股票投資		
理財型保單：美元保單PFO	\$83,692	\$6,974
理財型保單：美元保單PF65	\$246,500	\$20,542
債券		
其他理財工具		
總計	\$450,192	\$37,516

資產負債表（2026年預估調整後）

資產		負債	
活期存款	\$923,221	房貸	
六個月預備金專戶	\$480,000	車貸	
保單現價	\$146,126	卡債	
有價證券		信用貸款	\$506,885
其他		其他	
總資產	\$1,549,347	總負債	\$506,885

資產負債表：

活期存款因前一年結餘轉入，加上年度現金流動，形成投資與支出緩衝池。

信用貸款已償還部分，預計2031年清償，屆時將釋放每年現金流約13萬元。

總資產總額較前一年提升，靜資產扣除負債後仍維持正向淨值，資產結構穩健。

退休金規劃試算與財務差額分析

為了確保退休金目標能與實際生活支出接軌，本次規劃根據Kate現行支出與未來通膨假設進行試算。目前Kate預計65歲退休，距今約19年，以每月生活支出NT\$30,383為基準，設定長期退休生活目標為NT\$55,000/月。若以年通膨率3%推算至退休時，實質需求約為NT\$82,503/月。

項目	金額 (NT\$)	備註
預計退休每月生活費 (現值)	30,383	以現行生活支出為基準
退休目標金額 (設定)	55,000	目前財務規劃假設
退休所需每月支出 (未來值)	82,503	以3%通膨率×19年估算
退休金應備總額	24,750,795	約25年退休期×未來月支出
勞保+勞退月退金	約44,333	預估可支應基本生活
退休金缺口 (含通膨)	約15,402,010	需透過投資及保險補足
每年應準備金額	456,221	以年報酬6%計算
每月應準備金額	38,018	以月投入方式推算

長期資產滾動力試算：

投資工具	年投入金額 (NT\$)	投資期間	年化報酬率	預估成果	功能定位
定期定額基金	120,000/年	19年	6%	約4,300,000	成長層 退休現金流主力
PF65美元分紅保單	約246,500/年	6年 (2026~2031)	4-6%	每年生存金約120,000 (退休後)	穩定層 美元現金流與保障
勞保+勞退年金	—	退休後	—	約44,000/月	安全層 基本生活保障

《顧問分析》Kate目前的退休儲備雖尚未啟動，但長期投資佈局已逐步成形。規劃中的定期定額基金×美元分紅保單PF65×勞退/勞保年金三軸滾動後，能形成穩定的現金流網。

《整體分析》以基金的長期複利滾存（約430萬）搭配PF65的穩定外幣現金流，可補足退休缺口約70%，所得替代率達70-75%。

若未來基金報酬率略高於6%，或投入金額提高，每月退休金流可再上修至NT\$60,000以上。勞保、勞退與PF65的固定現金流，提供安全與穩定基礎；基金則維持資產的增長潛力。

《婷竹顧問總結建議》：投資啟動期現金流策略：2026年雖屬投資性支出高峰，但活存餘額充足，可支撐年度現金流。透過美元保單與定期定額基金累積中長期現金流，達到「以流動養穩定、以穩定養成長」的效果。

短期現金調整屬健康現象：收支短暫出現差額（支出略高於收入），但屬投資型支出而非消耗性支出，為財富增長階段的正常現象。

滾動式檢視建議：每三至五年重新檢視理財報酬率與現金流狀況，確保PF65與基金報酬符合6%假設值。

理財的本質，不只是累積金額，而是設計出能「隨時間成長的安全感」。未來只要持續紀律投入，並於每三至五年進行滾動檢視，即可隨通膨與收入變化微調金額，穩健邁向「退休生活無慮、資金能自主」的目標。

未來將依此試算結果為基準，於每三至五年進行滾動式追蹤，以確保退休金目標持續貼近生活實況。

追蹤結果與後續服務

一、定期追蹤重點與回顧節奏

財務規劃並非一次完成，而是一個需要「滾動式檢視」的過程。Kate的財務藍圖已建立清晰基礎，未來重點將放在：確保現金流穩健、投資紀律維持；定期檢視保障是否符合健康與生活變化；依照人生階段調整退休目標與理財方向。

《顧問提醒》「追蹤的目的不是修正錯誤，而是確認方向仍然正確。」當人生進入不同階段，理財策略也應隨之進化。



二、滾動式追蹤與調整建議表

追蹤項目	檢視頻率	檢視重點	建議行動	備註
現金流與支出	每年一次	確認支出結構是否穩定、儲蓄率是否維持35%以上。	若支出升高，暫緩投資項目或調整基金配置。	建議每年年底檢視一次年度收支。
保險保障內容	每2年	醫療、癌症、長照保障是否符合年齡與通膨。	若保障不足，優先強化長照或實支醫療險。	健康檢查後可同步複核保單內容。
理財型保單與基金	每半年	投資績效、匯率波動、報酬率是否達標。	逢高獲利了結部分資金，維持資產平衡。	美元保單建議每半年確認現金值成長。
信貸償還進度	每季	檢視餘額與還款比率。	保持穩定還款，不提前清償，確保資金靈活。	2026年後可再評估提前結清時點。
退休金準備進度	每三年	檢視退休金池累積狀況（基金+PF65）	若低於預期，增加每月投資額度。	可與顧問共同更新退休試算。

三、滾動式財務目標設定說明

隨著人生階段與物價變化，Kate的退休需求應採「滾動式設定」機制。目前以每月NT\$55,000為退休生活基準，並於每三至五年，或當生活事件發生（如信貸清償、父母照護支出改變、健康狀況調整）後，重新評估實際生活成本與通膨影響，確保財務藍圖持續貼近真實需求。

滾動設定三階段建議：

短期（1~2年）：

完成定期定額與美元保單啟動，確保現金流穩健。

中期（3~10年）：

持續滾動檢視退休支出目標與資產報酬率，適時調整基金比例。

長期（10年以上）：

以退休現金流與可支配餘額為核心，定期試算「目標月支出」是否足夠，若通膨推升生活成



本，逐步拉升退休金目標。

《顧問語錄》「滾動式規劃不是不確定，而是一種持續修正的確定。」理財計畫應隨生活的節奏呼吸，讓數字貼近人生，而非相反。

四、顧問回饋與後續陪伴：

規劃的價值，不只是看見報表的改變，而是陪伴妳在不同階段，找到屬於自己的生活節奏。接下來，我們將依據每年的追蹤會議進行：

＊年度現金流與保障複盤

＊三年一次退休試算更新

＊若有重大事件（如健康、家庭、工作轉變），即時調整資產配置。

《婷竹顧問提醒》「金錢是一種能量，理財的核心是讓這股能量順著妳想過的生活流動。」我會持續陪伴妳檢視方向、調整步伐，讓這份報告成為妳安心與成長的里程碑。