退 休 指 南

目　　錄

壹、即將退休財務規劃

1. 退休金準備

1.1 退休準備金的三大來源
1.1.1 政府提供的退休保障（社會保險）
(1) 國民年金
(2) 勞保年金
1.1.2 雇主提撥的退休養老金
(1) 勞退新制
(2) 勞退舊制
1.1.3 自我準備退休養老金
(1) 退休前儲蓄金額多寡的考量
(2) 定期提撥金額計算

2. 退休的理想時機

2.1 向政府領取養老金的年齡
2.1.1 國民年金
2.1.2 勞保年金
2.2 向公司領取退休金的年齡
2.2.1 勞退新制
(1) 個人退休金專戶
(2) 年金保險
2.2.2 勞退舊制
2.3 自我規劃的理想退休時機

3. 退休生活規劃

3.1 社會福利
3.1.1 經濟安全
3.1.2 健康維護
3.1.3 生活照顧
3.1.4 老人保護（含獨居老人關懷照顧）
3.1.5 心理及社會適應
3.1.6 休閒、教育及社會參與
3.1.7 法律問題

3.2 長期照護機構查詢
3.3 旅遊與保障
3.4 身後事務處理

貳、退休後財務規劃

1. 退休金的運用

1.1 計畫預算

2. 退休後財務保障

2.1 設定投資最高額度與防詐騙
2.1.1 降低投資風險
2.1.2 防詐騙自我保護
2.2 福利津貼與醫療保險保障
2.2.1 檢查福利津貼
2.2.2 醫療保險保障
2.3 個人信託（退休養老信託）

3. 資產移轉規劃

3.1 遺贈稅
3.2 保險與遺囑信託

壹、即將退休財務規劃

1. 退休金準備

1.1 退休準備金的三大來源

1.1.1 政府提供的退休保障（社會保險）

(1) 國民年金（國民沒有工作期間加入的國家保險）

為確保未能被納入相關社會保險（勞保、農保、公教保、軍保等）的國民於老年、重度身心障礙或死亡時獲得基本經濟安全保障，並謀其遺屬生活安定，由政府制定國民年金保險並立法保障被保險人於遭遇老年、重度身心障礙或死亡時提供按月、持續性年金給付，以保障本人或其遺屬的經濟生活。其中有關養老金之國民老年年金給付，主要依據月投保金額與保險年資計算，依規範條件不同分為：①（月投保金額×保險年資×0.65%）+ 3,000 元；②月投保金額×保險年資×1.3%。基本上，只要年滿 65 歲，民國 32 年 10 月 1 日（含當日）以前出生之國民，在國內設有戶籍，且最近 3 年內每年居住超過 183 日，而無違反特定規範者，每人每月得請領老年基本保證年金新台幣 3,000 元（自申請當月起按月發給至死亡為止）。

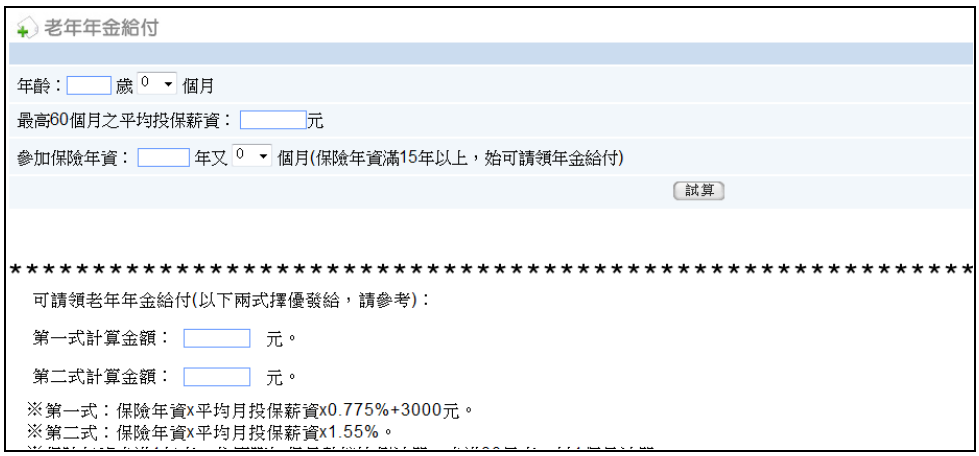
國民年金老人年金給付金額試算
http://www.bli.gov.tw/cal/oldPay2.asp

(2) 勞保年金（國民有工作期間加入的社會保險—勞保、農保、公教保、軍保等整合之社會保險；98.1.1 勞保年金開辦）

據內政部統計，60 歲以後平均餘命 22 年，以 96 年度勞保（勞工保險）被保險人請領老年給付平均年齡為 57.76 歲為例，平均每件老年給付金額約 107 萬餘元，實不足以保障退休後平均 22 年或更長久之老年生活所需。故為因應人口老化及少子女化趨勢所帶來之長期經濟生活保障問題，原勞工保險等相關社會保險於 98 年 1 月 1 日起整合為勞保年金，提供「老年年金」、「失能年金」、「遺屬年金」等保障，由原一次性給付的勞工保險給付改採年金給付與一次給付雙軌併行。其中有關養老金之勞保老年年金給付，主要按照投保人實際保險年資為計算基礎，基本上，被保險人年滿 60 歲：①平均月投保薪資×年資×0.775 %＋基本保障 3,000 元；②平均月投保薪資×年資×1.55%。

勞保老年一次給付試算 http://www.bli.gov.tw/cal/lb04.asp

勞保老年年金給付試算 http://www.bli.gov.tw/cal/oldpay.asp



以上政府提供的保障計畫是退休計畫中很重要的部分。但對多數人而言，該社會保險給付無法提供足以支持大多數人生活方式的支出。因此，若欲確保退休後過舒適的生活，必須有額外的退休規劃。（上述相關規範條件與參考資料詳「勞動部勞工保險局全球資訊網」http://www.bli.gov.tw/sub.aspx?a=Cb3j5msdrN8%3d）

1.1.2 雇主提撥的退休養老金—勞工退休金(是一種強制雇主應給付勞工退休金的制度)

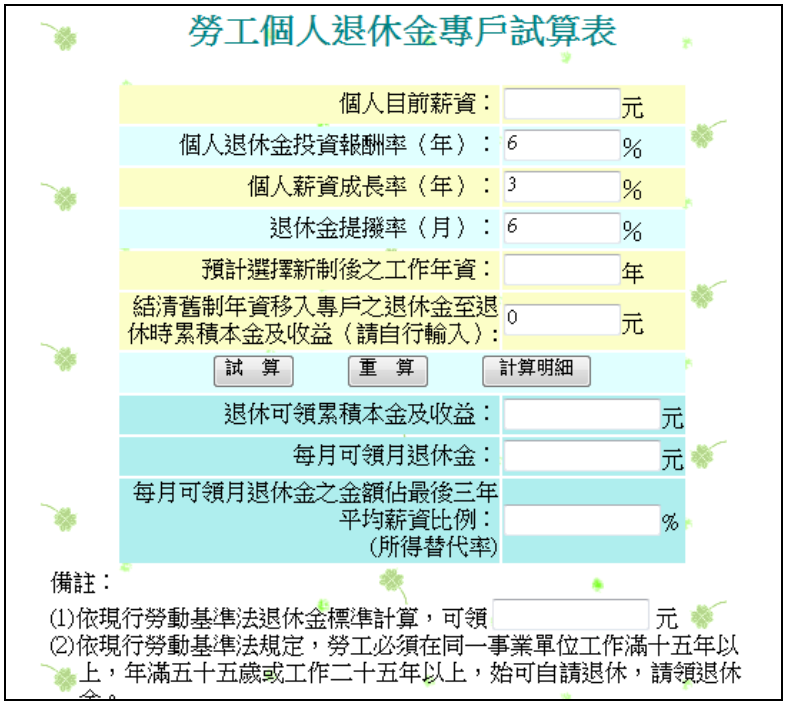
(1) 勞退新制

94 年 7 月 1 日施行，依「勞工退休金條例」辦理：勞退新制係以「個人退休金專戶」為主，「年金保險」為輔的制度：

- 個人退休金專戶：雇主應為適用勞基法之本國籍勞工，按月提繳不低於其每月工資 6%勞工退休金，儲存於勞動部勞工保險局設立之勞工退休金個人專戶，退休金累積帶著走，不因勞工轉換工作或事業單位關廠、歇業而受影響，專戶所有權屬於勞工。勞工亦得在每月工資 6%範圍內，個人自願另行提繳退休金，勞工個人自願提繳部分，得自當年度個人綜合所得總額中全數扣

除。勞工年滿 60 歲無論是否在職即得請領退休金，提繳退休金年資滿 15 年以上者，應請領月退休金，提繳退休金年資未滿 15 年者，應請領一次退休金。

進入勞工個人退休金專戶試算表試算
http://kmvc.cla.gov.tw/trial/personal_account_frame.asp



- 年金保險：僱用勞工人數 200 人以上之事業單位經工會同意，事業單位無工會者，經 1/2 以上勞工同意，且選擇參加年金保險之勞工人數達全體勞工人數 1/2 以上，經勞動部核准後，投保符合保險法規定之年金保險。 年金保險契約應由雇主擔任要保人，勞工為被保險人及受益人。事業單位以向同一保險人（承辦機構為經中央主管機關核准之保險公司）投保為限。給付請領方式依年金保險保單內容規定辦理。另外雇主每月負擔年金保險費之提繳率，不得低於勞工每月工資 6%。又事業單位實施年金保險時，有關勞退條例所規範之適用對象、新舊制度銜接、保險費計算起迄、工資、提繳率調整及申報期限、請領權利等規定，於年金保險準用個人退休金專戶之規定。

(2) 勞退舊制

依「勞動基準法」辦理：勞動基準法第 53 條及第 55 條，勞工工作十五年以上年滿五十五歲者或工作二十五年以上者，得自請退休並向雇主請領退休金；勞工退休金之給與標準：按其工作年資，每滿一年給與兩個基數（退休金基數之標準，係指核准退休時一個月平

均工資)。但超過十五年之工作年資，每滿一年給予一個基數，最高總數以四十五個基數為限。未滿半年者以半年計；滿半年者以一年計。

1.1.3 自我準備退休養老金

據內政部統計，近年平均每件老年給付金額約僅新台幣百萬餘元，以目前國民平均餘命 82 歲觀察，若國民於 60 歲退休，百萬餘元的老年給付應不足以保障退休後之老年生活所需，在認知社會保險不足保障退休生活下，自我儲蓄準備退休金是確保自己退休生活無虞的最佳方式。

(1) 退休前儲蓄金額多寡的考量

退休前所需儲蓄的金額多寡主要取決於個人理想退休生活所需，須考量變數包含：距離退休所剩年數、退休後是否需要供養自己以外的家人、自己理想的生活水平、退休時物價水準及退休後壽命延續的期間長短等。

(2) 定期提撥金額計算

假設您目前 35 歲，預計 60 歲退休，以國人平均壽命 82 歲計算，您還有 25 年的時間可以準備退休後 22 年的安養費用。25 年的準備期間內，若每年定期提撥一固定金額，此一定期提撥的金額即可稱做年金，年金終值就是這一連串等額提撥金的「個別終值的總和」。

【範例】自行提撥退休準備金計算

若您考慮由每年年終獎金提撥新台幣 12 萬元（年金）做為退休金準備並投資，此項投資將延續 25 年直到您退休為止，若預計此項投資每年有 10%的報酬率。根據以上數據，此項投資 25 年後的價值（年金終值）為 11,801,640，代表您每月提撥投資一萬元，在不考慮社會保險及雇主提撥的退休金下，經過 25 年複利效果後可以為您創增千餘萬元的退休金。

25 年後的價值

＝投資金額×終值利率因子（利率 10%，期間 25 年）

＝120,000×98.347（查年金終值表）

＝11,801,640

範例 1—自行提撥退休準備金計算

查詢年金終值表

年金終值表

更新日期：2006 年 1 月 27 日

利率 年期	1.0%	2.0%	3.0%	4.0%	5.0%	6.0%	7.0%	8.0%	9.0%	10.0%	11.0%	12.0%
1	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	1.000
2	2.010	2.020	2.030	2.040	2.050	2.060	2.070	2.080	2.090	2.100	2.110	2.120
3	3.030	3.060	3.091	3.122	3.153	3.184	3.215	3.246	3.278	3.310	3.342	3.374
4	4.060	4.122	4.184	4.246	4.310	4.375	4.440	4.506	4.753	4.641	4.710	4.779
5	5.101	5.204	5.309	5.416	5.526	5.637	5.751	5.867	5.985	6.105	6.228	6.353
6	6.152	6.308	6.468	6.633	6.802	6.975	7.153	7.336	7.523	7.716	7.913	7.913
7	7.214	7.434	7.662	7.898	8.142	8.394	8.654	8.923	9.200	9.487	9.783	9.783
8	8.286	8.583	8.892	9.214	9.549	9.897	10.260	10.637	11.028	11.436	11.859	11.859
9	9.369	9.755	10.159	10.583	11.027	11.491	11.978	12.488	13.021	13.579	14.164	14.164
10	10.462	10.950	11.464	12.006	12.578	13.181	13.816	14.487	15.193	15.937	16.722	16.722
11	11.567	12.169	12.808	13.486	14.207	14.972	15.784	16.645	17.560	18.531	19.561	19.561
12	12.683	13.412	14.192	15.026	15.917	16.870	17.888	18.977	20.141	21.384	22.713	22.713
13	13.809	14.680	15.618	16.627	17.713	18.882	20.141	21.495	22.953	24.523	26.212	26.212
14	14.947	15.974	17.086	18.292	19.599	21.015	22.550	24.215	26.019	27.957	30.095	30.095
15	16.097	17.293	18.599	20.024	21.579	23.276	25.129	27.152	29.361	31.772	34.405	34.405
16	17.258	18.639	20.157	21.825	23.657	25.673	27.888	30.324	33.003	35.950	39.190	39.190
17	18.430	20.012	21.762	23.698	25.840	28.213	30.840	33.750	36.974	40.545	44.501	44.501
18	19.615	21.412	23.414	25.645	28.132	30.906	33.999	37.450	41.301	45.599	50.396	50.396
19	20.811	22.841	25.117	27.671	30.539	33.760	37.379	41.446	46.018	51.159	56.939	56.939
20	22.019	24.297	26.870	29.778	33.066	36.786	40.995	45.762	51.160	57.275	64.203	64.203
21	23.239	25.783	28.676	31.969	35.719	39.993	44.865	50.423	56.765	64.002	72.265	72.265
22	24.472	27.299	30.537	34.248	38.505	43.392	49.006	55.457	62.873	71.403	81.214	81.214
23	25.716	28.845	32.453	36.618	41.430	46.996	54.436	60.893	69.532	79.543	91.148	91.148
24	26.973	30.422	34.436	39.083	44.502	50.816	58.177	66.765	76.790	88.497	102.174	102.174
25	28.243	32.030	36.459	41.646	47.727	54.865	63.249	73.106	84.701	98.347	114.413	114.413
26	29.526	33.671	38.553	44.312	51.113	59.156	68.676	79.954	93.324	109.182	127.999	127.999
27	30.821	35.344	40.710	47.084	54.669	63.706	74.484	87.351	102.723	121.100	143.079	143.079
28	32.129	37.051	42.931	49.968	58.403	68.528	80.698	95.339	112.968	134.210	159.817	159.817
29	33.450	38.792	45.219	52.966	62.323	73.640	87.347	103.966	124.135	148.631	178.397	178.397
30	34.785	40.568	47.575	56.085	66.439	79.058	94.461	113.283	136.308	164.494	199.021	199.021
31	36.133	42.379	50.003	59.328	70.761	84.802	102.073	123.346	149.575	181.943	221.913	221.913
32	37.494	44.227	52.503	62.701	75.299	90.890	110.218	134.214	164.037	201.138	247.324	247.324
33	38.869	46.112	55.078	66.210	80.064	97.343	118.933	145.951	179.800	222.252	275.529	275.529
34	40.258	48.034	57.730	69.858	85.067	104.184	128.259	158.627	196.982	245.477	306.837	306.837
35	41.660	49.994	60.462	73.652	90.320	111.435	138.237	172.317	215.711	271.024	341.590	341.590
36	43.077	51.994	63.276	77.598	95.836	119.121	148.913	187.102	236.125	299.127	380.164	380.164
37	44.508	54.034	66.174	81.702	101.628	127.268	160.337	203.070	258.376	330.039	422.982	422.982
38	45.953	56.115	69.159	85.970	107.710	135.904	172.561	220.316	282.630	364.043	470.511	470.511
39	47.412	58.237	72.234	90.409	114.095	145.058	185.640	238.941	309.066	401.448	523.267	523.267
40	48.886	60.402	75.401	95.026	120.800	154.762	199.635	259.057	337.822	442.593	581.826	581.826
41	50.375	62.610	78.663	99.827	127.840	165.048	214.640	280.781	369.292	487.852	646.827	646.827
42	51.879	64.862	82.203	104.820	135.232	175.951	230.632	304.244	403.528	537.637	718.978	718.978
43	53.398	67.159	85.484	110.012	142.993	187.508	247.776	329.583	440.846	592.401	799.065	799.065
44	54.932	69.503	89.048	115.413	151.143	199.758	266.121	356.950	481.522	652.641	887.963	887.963
45	56.481	71.893	92.720	121.029	159.700	212.744	285.749	386.506	525.859	718.905	986.639	986.639
46	58.046	74.331	96.501	126.871	168.685	226.508	306.752	418.426	574.186	791.795	1096.169	1096.169
47	59.626	76.817	100.397	132.945	178.119	241.099	329.224	452.900	626.863	871.975	1217.747	1217.747
48	61.223	7.354	104.408	139.263	188.025	256.565	353.270	490.132	684.280	960.172	1352.700	1352.700
49	62.835	81.941	108.541	145.834	198.427	272.958	378.999	530.343	746.866	1057.190	1502.497	1502.467
50	64.463	84.579	112.797	152.667	209.348	290.336	406.529	573.770	815.084	1163.909	1668.771	1668.771

查詢年金現值表

年金現值表　　更新日期：2006 年 1 月 27 日

利率 年期	1.0%	2.0%	3.0%	4.0%	5.0%	6.0%	7.0%	8.0%	9.0%	10.0%	11.0%	12.0%
1	0.990	0.980	0.971	0.962	0.952	0.943	0.935	0.926	0.917	0.909	0.901	0.893
2	1.970	1.942	1.913	1.886	1.859	1.833	1.808	1.783	1.759	1.736	1.713	1.690
3	2.941	2.884	2.829	2.775	2.723	2.673	2.624	2.577	2.531	2.487	2.444	2.402
4	3.902	3.808	3.717	3.630	3.545	3.465	3.387	3.312	3.240	3.170	3.102	3.037
5	4.583	4.713	4.580	4.452	4.329	4.212	4.100	3.993	3.890	3.791	3.696	3.605
6	5.795	5.601	5.417	5.242	5.076	4.917	4.767	4.623	4.486	4.355	4.231	4.111
7	6.728	6.472	6.230	6.002	5.786	5.582	5.389	5.206	5.033	4.868	4.712	4.564
8	7.652	7.325	7.020	6.733	6.463	6.210	5.971	5.747	5.535	5.335	5.146	4.968
9	8.566	8.162	7.786	7.435	7.108	6.802	6.515	6.247	5.995	5.759	5.537	5.328
10	9.471	8.983	8.530	8.111	7.722	7.360	7.024	6.710	6.418	6.145	5.889	5.650
11	10.368	9.787	9.253	8.760	8.306	7.887	7.499	7.139	6.805	6.495	6.207	5.938
12	11.255	10.575	9.954	9.385	8.863	8.384	7.943	7.536	7.161	6.814	6.492	6.194
13	12.134	11.348	10.635	9.986	9.394	8.853	8.358	7.904	7.487	7.103	6.750	6.424
14	13.004	12.106	11.296	10.563	9.899	9.295	8.745	8.244	7.786	7.367	6.982	6.628
15	13.865	12.849	11.938	11.118	10.380	9.712	9.108	8.559	8.061	7.606	7.191	6.811
16	14.718	13.578	12.561	11.652	10.838	10.106	9.447	8.851	8.313	7.824	7.379	6.974
17	15.562	14.292	13.166	12.166	11.274	10.477	9.763	9.122	8.544	8.022	7.549	7.120
18	16.398	14.992	13.754	12.659	11.690	10.828	10.059	9.372	8.756	8.201	7.702	7.250
19	17.226	15.678	14.324	13.134	12.085	11.158	10.336	9.604	8.950	8.365	7.839	7.366
20	18.046	16.351	14.877	13.590	12.462	11.470	10.594	9.818	9.129	8.514	7.963	7.469
21	18.857	17.011	15.415	14.029	12.821	11.764	10.836	10.017	9.292	8.649	8.075	7.562
22	19.660	17.658	15.937	14.451	13.163	12.042	11.061	10.201	9.442	8.772	8.176	7.645
23	20.456	18.292	16.444	14.857	13.489	12.303	11.272	10.371	9.580	8.883	8.266	7.718
24	21.243	18.914	16.936	15.247	13.799	12.550	11.469	10.529	9.707	8.985	8.348	7.784
25	22.023	19.523	17.413	15.622	14.094	12.783	11.654	10.675	9.823	9.077	8.422	7.843
26	22.795	20.121	17.877	15.983	14.375	13.003	11.826	10.810	9.929	9.161	8.488	7.896
27	23.560	20.707	18.327	16.330	14.643	13.211	11.987	10.936	10.027	9.237	8.548	7.943
28	24.316	21.281	18.764	16.663	14.898	13.406	12.137	11.051	10.116	9.307	8.602	7.984
29	25.066	21.844	19.188	16.984	15.141	13.591	12.278	11.158	10.198	9.370	8.650	8.022
30	25.808	22.396	19.600	17.292	15.372	13.765	12.409	11.258	10.274	9.427	8.694	8.055
31	26.542	22.938	20.000	17.588	15.593	13.929	12.532	11.350	10.343	9.479	8.733	8.085
32	27.270	23.468	20.389	17.874	15.803	14.084	12.647	11.435	10.406	9.526	8.769	8.112
33	27.990	23.989	20.766	18.148	16.003	14.230	12.754	11.514	10.464	9.569	8.801	8.135
34	28.703	24.499	21.132	18.411	16.193	14.368	12.854	11.587	10.518	9.609	8.829	8.157
35	29.409	24.999	21.487	18.665	16.374	14.498	12.948	11.655	10.567	9.644	8.855	8.176
36	30.108	25.489	21.832	18.908	16.547	14.621	13.035	11.717	10.612	9.677	8.879	8.192
37	30.800	25.969	22.167	19.143	16.711	14.737	13.117	11.775	10.653	9.706	8.900	8.208
38	31.485	26.441	22.492	19.368	16.868	14.846	13.193	11.829	10.691	9.733	8.919	8.221
39	32.163	26.903	22.808	19.584	17.017	14.949	13.265	11.879	10.726	9.757	8.936	8.233
40	32.835	27.355	23.115	19.793	17.159	15.046	13.332	11.925	10.757	9.779	8.951	8.244
41	33.500	27.799	23.412	19.993	17.294	15.138	13.394	11.967	10.787	9.799	8.965	8.253
42	34.158	28.235	23.701	20.186	17.423	15.225	13.452	12.007	10.813	9.817	8.977	8.262
43	34.810	28.662	23.982	20.371	17.546	15.306	13.507	12.043	10.838	9.834	8.989	8.270
44	35.455	29.080	24.254	20.549	17.663	15.383	13.558	12.077	10.861	9.849	8.999	8.276
45	36.095	29.490	24.519	20.720	17.774	15.456	13.606	12.108	10.881	9.863	9.008	8.283
46	36.727	29.892	24.775	20.885	17.880	15.524	13.650	12.137	10.900	9.875	9.016	8.288
47	37.354	30.287	25.025	21.043	17.981	15.589	13.692	12.164	10.918	9.887	9.024	8.293
48	37.974	30.673	25.267	21.195	18.077	15.650	13.730	12.189	10.934	9.897	9.030	8.297
49	38.588	31.052	25.502	21.341	18.169	15.708	13.767	12.212	10.948	9.906	9.036	8.301
50	39.196	31.424	25.730	21.482	18.256	15.762	13.801	12.233	10.962	9.915	9.042	8.304

查詢複利終值表

複利終值表　　更新日期：2006 年 1 月 27 日

年期	1%	2%	3%	4%	5%	6%	7%	8%	9%	10%	11%	12%
1	1.010	1.020	1.030	1.040	1.050	1.060	1.070	1.080	1.090	1.100	1.110	1.120
2	1.020	1.040	1.061	1.082	1.103	1.124	1.145	1.166	1.188	1.210	1.232	1.254
3	1.030	1.061	1.093	1.125	1.158	1.191	1.225	1.260	1.295	1.331	1.368	1.405
4	1.041	1.082	1.126	1.170	1.216	1.262	1.311	1.360	1.412	1.464	1.518	1.574
5	1.051	1.104	1.159	1.217	1.276	1.338	1.403	1.469	1.539	1.611	1.685	1.762
6	1.062	1.126	1.194	1.265	1.340	1.419	1.501	1.587	1.677	1.772	1.870	1.974
7	1.072	1.149	1.230	1.316	1.407	1.504	1.606	1.714	1.828	1.949	2.076	2.211
8	1.083	1.172	1.267	1.369	1.477	1.594	1.718	1.851	1.993	2.144	2.305	2.476
9	1.094	1.195	1.305	1.423	1.551	1.689	1.838	1.999	2.172	2.358	2.558	2.773
10	1.105	1.219	1.344	1.480	1.629	1.791	1.967	2.159	2.367	2.594	2.839	3.106
11	1.116	1.243	1.384	1.539	1.710	1.898	2.105	2.332	2.580	2.853	3.152	3.479
12	1.127	1.268	1.426	1.601	1.796	2.012	2.252	2.518	2.813	3.138	3.498	3.896
13	1.138	1.294	1.469	1.665	1.886	2.133	2.410	2.720	3.066	3.452	3.883	4.363
14	1.149	1.319	1.513	1.732	1.980	2.261	2.579	2.937	3.342	3.797	4.310	4.887
15	1.161	1.346	1.558	1.801	2.079	2.397	2.759	3.172	3.642	4.177	4.785	5.474
16	1.173	1.373	1.605	1.873	2.183	2.540	2.952	3.426	3.970	4.595	5.311	6.130
17	1.184	1.400	1.653	1.948	2.292	2.693	3.159	3.700	4.328	5.054	5.895	6.866
18	1.196	1.428	1.702	2.026	2.407	2.854	3.380	3.996	4.717	5.560	6.544	7.690
19	1.208	1.457	1.754	2.107	2.527	3.026	3.617	4.316	5.142	6.116	7.263	8.613
20	1.220	1.486	1.806	2.191	2.653	3.207	3.870	4.661	5.604	6.727	8.062	9.646
21	1.232	1.516	1.860	2.279	2.786	3.400	4.141	5.034	6.109	7.400	8.949	10.804
22	1.245	1.546	1.916	2.370	2.925	3.604	4.430	5.437	6.659	8.140	9.934	12.100
23	1.257	1.577	1.974	2.465	3.072	3.820	4.741	5.871	7.258	8.954	11.026	13.552
24	1.270	1.608	2.033	2.563	3.225	4.049	5.072	6.341	7.911	9.850	12.239	15.179
25	1.282	1.641	2.094	2.666	3.386	4.292	5.427	6.848	8.623	10.835	13.585	17.000
26	1.295	1.673	2.157	2.772	3.556	4.549	5.807	7.396	9.399	11.918	15.080	19.040
27	1.308	1.707	2.221	2.883	3.733	4.822	6.214	7.988	10.245	13.110	16.739	21.325
28	1.321	1.741	2.288	2.999	3.920	5.112	6.649	8.627	11.167	14.421	18.580	23.884
29	1.335	1.776	2.357	3.119	4.116	5.418	7.114	9.317	12.172	15.863	20.624	26.750
30	1.348	1.811	2.427	3.243	4.322	5.743	7.612	10.063	13.268	17.449	22.892	29.960
31	1.361	1.848	2.500	3.373	4.538	6.088	8.145	10.868	14.462	19.194	25.410	33.555
32	1.375	1.885	2.575	3.508	4.765	6.453	8.715	11.737	15.763	21.114	28.206	37.582
33	1.389	1.922	2.652	3.648	5.003	6.841	9.325	12.676	17.182	23.225	31.308	42.092
34	1.403	1.961	2.732	3.794	5.253	7.251	9.978	13.690	18.728	25.548	34.752	47.143
35	1.417	2.000	2.814	3.946	5.516	7.686	10.677	14.785	20.414	28.102	38.575	52.800
36	1.431	2.040	2.898	4.104	5.792	8.147	11.424	15.968	22.251	30.913	42.818	59.136
37	1.445	2.081	2.985	4.268	6.081	8.636	12.224	17.246	24.254	34.004	47.528	66.232
38	1.460	2.122	3.075	4.439	6.385	9.154	13.079	18.625	26.437	37.404	52.756	74.180
39	1.474	2.165	3.167	4.616	6.705	9.704	13.995	20.115	28.816	41.145	58.559	83.081
40	1.489	2.208	3.262	4.801	7.040	10.286	14.974	21.725	31.409	45.259	65.001	93.051
41	1.504	2.252	3.360	4.993	7.392	10.903	16.023	23.462	34.236	49.785	72.151	104.217
42	1.519	2.297	3.461	5.193	7.762	11.557	17.144	25.339	37.318	54.764	80.088	116.723
43	1.534	2.343	3.565	5.400	8.150	12.250	18.344	27.367	40.676	60.240	88.897	130.730
44	1.549	2.390	3.671	5.617	8.557	12.985	19.628	29.556	44.337	66.264	98.676	146.418
45	1.565	2.438	3.782	5.841	8.985	13.765	21.002	31.920	48.327	72.890	109.530	163.988
46	1.580	2.487	3.895	6.075	9.434	14.590	22.473	34.474	52.677	80.180	121.579	183.666
47	1.596	2.536	4.012	6.318	9.906	15.466	24.046	37.232	57.418	88.197	134.952	205.706
48	1.612	2.587	4.132	6.571	10.401	16.394	25.729	40.211	62.585	97.017	149.797	230.391
49	1.628	2.639	4.256	6.833	10.921	17.378	27.530	43.427	68.218	106.719	166.275	258.038
50	1.645	2.692	4.384	7.107	11.467	18.420	29.457	46.902	74.358	117.391	184.565	289.002

查詢複利現值表

複利現值表　　更新日期：2006 年 1 月 27 日

年期	1%	2%	3%	4%	5%	6%	7%	8%	9%	10%	11%	12%
1	0.990	0.980	0.971	0.962	0.952	0.943	0.935	0.926	0.917	0.909	0.901	0.893
2	0.980	0.961	0.943	0.925	0.907	0.890	0.873	0.857	0.842	0.826	0.812	0.797
3	0.971	0.942	0.915	0.889	0.864	0.840	0.816	0.794	0.772	0.751	0.731	0.712
4	0.961	0.924	0.888	0.855	0.823	0.792	0.763	0.735	0.708	0.683	0.659	0.636
5	0.951	0.906	0.863	0.822	0.784	0.747	0.713	0.681	0.650	0.621	0.593	0.567
6	0.942	0.888	0.837	0.790	0.746	0.705	0.666	0.630	0.596	0.564	0.535	0.507
7	0.933	0.871	0.813	0.760	0.711	0.665	0.623	0.583	0.547	0.513	0.482	0.452
8	0.923	0.853	0.789	0.731	0.677	0.627	0.582	0.540	0.502	0.467	0.434	0.404
9	0.914	0.837	0.766	0.703	0.645	0.592	0.544	0.500	0.460	0.424	0.391	0.361
10	0.905	0.820	0.744	0.676	0.614	0.558	0.508	0.463	0.422	0.386	0.352	0.322
11	0.896	0.804	0.722	0.650	0.585	0.527	0.475	0.429	0.388	0.350	0.317	0.287
12	0.887	0.788	0.701	0.625	0.557	0.497	0.444	0.397	0.356	0.319	0.286	0.257
13	0.879	0.773	0.681	0.601	0.530	0.469	0.415	0.368	0.326	0.290	0.258	0.229
14	0.870	0.758	0.661	0.577	0.505	0.442	0.388	0.340	0.299	0.263	0.232	0.205
15	0.861	0.743	0.642	0.555	0.481	0.417	0.362	0.315	0.275	0.239	0.209	0.183
16	0.853	0.728	0.623	0.534	0.458	0.394	0.339	0.292	0.252	0.218	0.188	0.163
17	0.844	0.714	0.605	0.513	0.436	0.371	0.317	0.270	0.231	0.198	0.170	0.146
18	0.836	0.700	0.587	0.494	0.416	0.350	0.296	0.250	0.212	0.180	0.153	0.130
19	0.828	0.686	0.570	0.475	0.396	0.331	0.277	0.232	0.194	0.164	0.138	0.116
20	0.820	0.673	0.554	0.456	0.377	0.312	0.258	0.215	0.178	0.149	0.124	0.104
21	0.811	0.660	0.538	0.439	0.359	0.294	0.242	0.199	0.164	0.135	0.112	0.093
22	0.803	0.647	0.522	0.422	0.342	0.278	0.226	0.184	0.150	0.123	0.101	0.083
23	0.795	0.634	0.507	0.406	0.326	0.262	0.211	0.170	0.138	0.112	0.091	0.074
24	0.788	0.622	0.492	0.390	0.310	0.247	0.197	0.158	0.126	0.102	0.082	0.066
25	0.780	0.610	0.478	0.375	0.295	0.233	0.184	0.146	0.116	0.092	0.074	0.059
26	0.772	0.598	0.464	0.361	0.281	0.220	0.172	0.135	0.106	0.084	0.066	0.053
27	0.764	0.586	0.450	0.347	0.268	0.207	0.161	0.125	0.098	0.076	0.060	0.047
28	0.757	0.574	0.437	0.333	0.255	0.196	0.150	0.116	0.090	0.069	0.054	0.042
29	0.749	0.563	0.424	0.321	0.243	0.185	0.141	0.107	0.082	0.063	0.048	0.037
30	0.742	0.552	0.412	0.308	0.231	0.174	0.131	0.099	0.075	0.057	0.044	0.033
31	0.735	0.541	0.400	0.296	0.220	0.164	0.123	0.092	0.069	0.052	0.039	0.030
32	0.727	0.531	0.388	0.285	0.210	0.155	0.115	0.085	0.063	0.047	0.035	0.027
33	0.720	0.520	0.377	0.274	0.200	0.146	0.107	0.079	0.058	0.043	0.032	0.024
34	0.713	0.510	0.366	0.264	0.190	0.138	0.100	0.073	0.053	0.039	0.029	0.021
35	0.706	0.500	0.355	0.253	0.181	0.130	0.094	0.068	0.049	0.036	0.026	0.019
36	0.699	0.490	0.345	0.244	0.173	0.123	0.088	0.063	0.045	0.032	0.023	0.017
37	0.692	0.481	0.335	0.234	0.164	0.116	0.082	0.058	0.041	0.029	0.021	0.015
38	0.685	0.471	0.325	0.225	0.157	0.109	0.076	0.054	0.038	0.027	0.019	0.013
39	0.678	0.462	0.316	0.217	0.149	0.103	0.071	0.050	0.035	0.024	0.017	0.012
40	0.672	0.453	0.307	0.208	0.142	0.097	0.067	0.046	0.032	0.022	0.015	0.011
41	0.665	0.444	0.298	0.200	0.135	0.092	0.062	0.043	0.029	0.020	0.014	0.010
42	0.658	0.435	0.289	0.193	0.129	0.087	0.058	0.039	0.027	0.018	0.012	0.009
43	0.652	0.427	0.281	0.185	0.123	0.082	0.055	0.037	0.025	0.017	0.011	0.008
44	0.645	0.418	0.272	0.178	0.117	0.077	0.051	0.034	0.023	0.015	0.010	0.007
45	0.639	0.410	0.264	0.171	0.111	0.073	0.048	0.031	0.021	0.014	0.009	0.006
46	0.633	0.402	0.257	0.165	0.106	0.069	0.044	0.029	0.019	0.012	0.008	0.005
47	0.626	0.394	0.249	0.158	0.101	0.065	0.042	0.027	0.017	0.011	0.007	0.005
48	0.620	0.387	0.242	0.152	0.096	0.061	0.039	0.025	0.016	0.010	0.007	0.004
49	0.614	0.379	0.235	0.146	0.092	0.058	0.036	0.023	0.015	0.009	0.006	0.004
50	0.608	0.372	0.228	0.141	0.087	0.054	0.034	0.021	0.013	0.009	0.005	0.003

2. 退休的理想時機

2.1 向政府領取養老金的年齡

2.1.1 國民年金

國民年金保險被保險人或曾參加國民年金保險者，於年滿 65 歲時，得請領老年年金給付，自符合條件之當月起按月發給至死亡當月止。

2.1.2 勞保年金—勞保老年年金給付

(1) 老年年金

年滿 60 歲，保險年資合計滿 15 年者。

被保險人擔任具有危險、堅強體力等特殊性質之工作合計滿 15 年，年滿 55 歲，並辦理離職退保者得請領老年年金給付。

(2) 老年一次金

年滿 60 歲，保險年資合計未滿 15 年者（給付標準同舊制老年給付，每滿 1 年發給 1 個月，逾 60 歲之保險年資最多以 5 年計）。

請領年齡逐步提高：自年金施行之日起，第 10 年提高 1 歲，其後每 2 年提高 1 歲，以提高至 65 歲為限。

2.2 向公司領取養老金的年齡

2.2.1 勞退新制

(1) 個人退休金專戶

雇主應為適用勞基法之本國籍勞工，按月提繳不低於其每月工資 6%勞工退休金，儲存於勞動部勞工保險局設立之勞工退休金個人專戶，退休金累積帶著走，不因勞工轉換工作或事業單位關廠、歇業而受影響，專戶所有權屬於勞工。勞工亦得在每月工資 6%範圍內，個人自願另行提繳退休金，勞工個人自願提繳部分，得自當年度個人綜合所得總額中全數扣除。勞工年滿 60 歲無論是否在職即得請領退休金，提繳退休金年資滿 15 年以上者，應請領月退休金，提繳退休金年資未滿 15 年者，應請領一次退休金。

(2) 年金保險

僱用勞工人數 200 人以上之事業單位經工會同意，事業單位無工會者，經 1/2 以上勞工同意，且選擇參加年金保險之勞工人數達全體

勞工人數 1/2 以上，經勞動部核准後，投保符合保險法規定之年金保險。 年金保險契約應由雇主擔任要保人，勞工為被保險人及受益人。事業單位以向同一保險人（承辦機構為經中央主管機關核准之保險公司）投保為限。給付請領方式依年金保險保單內容規定辦理。另外雇主每月負擔年金保險費之提繳率，不得低於勞工每月工資 6%。又事業單位實施年金保險時，有關勞退條例所規範之適用對象、新舊制度銜接、保險費計算起迄、工資、提繳率調整及申報期限、請領權利等規定，於年金保險準用個人退休金專戶之規定。

2.2.2 勞退舊制

依勞動基準法第 53 條及第 55 條，勞工工作十五年以上年滿五十五歲者或工作二十五年以上者，得自請退休並向雇主請領退休金；勞工退休金之給與標準：按其工作年資，每滿一年給與兩個基數（退休金基數之標準，係指核准退休時一個月平均工資）。但超過十五年之工作年資，每滿一年給與一個基數，最高總數以四十五個基數為限。未滿半年者以半年計；滿半年者以一年計。

2.3 自我規劃的理想退休時機

退休準備是一個預為將來做好財務準備的儲蓄計畫。越早開始退休儲蓄，將使我們有更多的時間從容準備或提早獲得我們期待的退休準備金。自我規劃的理想退休時機，在不考慮主觀條件情形下，離開有報酬的「工作時間」後，沒報酬的「休息時間」，即指老年退休後的生活照顧、經濟生活問題等客觀經濟條件無虞下，即可退休。

3. 退休生活規劃

3.1 社會福利

依老人福利法（九十八年七月八日華總一義字第〇九八〇〇一六六五一一號總統令修正公布），有關我國年滿六十五歲以上之老人福利政策（經濟安全、健康維護、生活照顧三大面向）、法規及方案之執行，由各直轄市、縣（市）主管機關辦理。讀者請依戶籍所在地，參考所屬縣市政府提供之各項老人福利。參考台北市政府社會局銀髮族服務，進入 http://www.bosa.tcg.gov.tw/i/i0100.asp?l1_code=04

3.1.1 經濟安全

(1) 中低收入老人生活津貼

為保障中低收入老人之基本生活水準，對年滿 65 歲以上，生活困苦無依或子女無力扶養之老人，未接受政府收容安置者，政府直接提供經濟援助。

(2) 中低收入老人特別照顧津貼

對領有中低收入老人生活津貼且未接受機構收容安置、居家服務、未僱用看護（傭）、未領有政府提供之日間照顧服務補助或其他照顧服務補助者，其失能程度經直轄市、縣（市）主管機關指定或委託之評估單位（人員）作日常生活活動功能量表評估為重度以上，且實際由家人照顧。補助家庭照顧者中低收入老人特別照顧津貼每月 5 千元，以彌補因照顧家中老人而喪失的經濟來源。

(3) 敬老福利生活津貼

為落實加強照顧老人生活之政策方向，協助維持老人之經濟安全，內政部於 91 年 5 月 22 日公布實施「敬老福利生活津貼暫行條例」，並於 92 年 6 月 18 日修法擴大發放對象。97 年 9 月底止，領取敬老福利生活津貼人數總計約 88 萬 33 人，全年度核發金額合計 259 億元；本項津貼已自 97 年 10 月 1 日配合國民年金保險開辦，併入老年基本保證年金賡續推動，對照顧老人經濟生活及增進老人福祉，

更有助益。

3.1.2 健康維護

(1) 老人預防保健服務

依據老人福利法第 21 條規定：「直轄市、縣（市）主管機關應定期舉辦老人健康檢查及保健服務，並依健康檢查結果及老人意願，提供追蹤服務。

(2) 中低收入老人裝置假牙補助

自 98 年度起，各直轄市、縣（市）政府，針對經醫師評估缺牙需裝置活動假牙之列冊低收入戶、領有中低收入老人生活津貼，或經各級政府全額補助收容安置老人，依其裝置假牙類別，提供每人最高 1 萬 5,000 元至 4 萬元之補助。

(3) 中低收入老人重病住院看護補助

自 90 年度起，低收入老人重病住院期間，每人每日最高補助看護費 1,800 元，每年最高補助 21 萬 6,000 元（財團法人老人福利機構之低收入老人為限）。

3.1.3 生活照顧

(1) 居家及社區式照顧

A. 居家服務

政府自 91 年 6 月 1 日起將居家服務補助對象擴大到一般戶，93 年 7 月 1 日起更增列「極重度失能者」補助標準。本項服務措施自 97 年度起，已納入我國長期照顧十年計畫「照顧服務」範疇辦理，依服務對象之失能程度核給不同補助額度，輕度失能者每月最高補助 25 小時、中度失能者每月最高補助 50 小時、重度失能者每月最高補助 90 小時。

B. 日間照顧

日間照顧服務主要提供輕、中度失能、失智老人，定期或不定期往返日間照顧中心，維持並促進其生活自立、消除社會孤立感、延緩功能退化，促進身心健康，目前由各縣（市）政府結合民間資源提供個案照顧管理、生活照顧服務、復健運動及健康促進活動、諮詢服務及家屬服務等。

C. 營養餐飲

各縣市政府最高補助低收入戶及中低收入失能老人每人每餐 50 元，由服務提供單位送餐到家，一方面解決老人炊食問題，一方面讓老人與社會接觸，獲得情緒支持。

D. 輔具購買租借與居家無障礙環境改善

為利失能者使享有尊嚴、安全、獨立自主生活，各縣市政府補助失能老人購買、租借輔具，及改善居家無障礙環境等，10 年內每人最高補助 10 萬元為原則，但經評估有特殊需要者，得專案酌增補助額度。

E. 創新服務項目

a. 家庭托顧：家庭托顧係指照顧服務員於住所內，提供失能老人身體照顧、日常生活照顧與安全性照顧服務，及依失能老人之意願與能力協助參與社區活動。97 年度計 3 個縣市申請內政部補助辦理。

b. 交通接送：補助重度失能者使用交通接送服務，每人每月 4 次（來回 8 趟），每次最高補助 190 元，以滿足失能老人就醫與使用長期照顧服務的交通需求，提高各項醫療與服務措施的可近性與運用。97 年度合計 17 個縣市申請內政部補助辦理。

(2) 機構式照顧

- 賡續補助民間參與老人福利機構之經營
- 辦理機構評鑑促進機構業務健全發展
- 每年辦理老人福利機構聯繫會報
- 賡續加強未立案機構輔導
- 賡續補助民間機構團體辦理各項訓練研習及休閒、育樂活動
- 辦理公共安全白皮書實施計畫：配合行政院災害防救委員會所編撰「公共安全管理白皮書」執行各項策略措施，責成各縣市政府主管機關加強查核機構防火避難設施安全作業，並按季填報辦理情形。
- 修正「養護（長期照護）定型化契約範本」

(3) 建立社區照顧關懷據點

為促進社區老人身心健康，落實在地老化及社區營造精神，行政院

94 年 5 月 18 日核定通過「建立社區照顧關懷據點實施計畫」，結合有意願的社會團體參與設置社區照顧關懷據點，由當地民眾擔任志工，提供關懷訪視、電話問安諮詢及轉介服務、餐飲服務、辦理健康促進活動等，以延緩長者老化速度，發揮社區自助互助照顧功能，並建立連續性之照顧體系。

(4) 失智症老人多元服務方案

因應失智人口急速增加，為提升照顧品質，並開發更多元與切合需求之服務模式，內政部自 96 年 1 月 1 日至 98 年 12 月 31 日試辦 3 年，結合民間單位或老人福利機構規劃辦理，並結合民間單位辦理相關專業訓練課程、實務觀摩、座談及研討會等，提升工作人員專業知能。截至 97 年底止，已有財團法人中華文化社會福利基金會台北縣私立翠柏新村老人安養中心參與失智症老人照顧專區試辦；另財團法人台北市中國基督教靈糧堂世界佈道會士林靈糧堂，及財團法人私立天主教中華聖母社會福利慈善事業基金會參與失智症老人團體家屋試辦。

3.1.4 老人保護（含獨居老人關懷照顧）

(1) 設置相關資訊及資源「單一窗口」：各直轄市及縣（市）政府均設置「單一窗口」，主動掌握相關資訊及資源，以落實老人保護、安養照顧服務。

(2) 強化獨居老人之關懷服務：政府部門對獨居老人除提供生活照顧服務、緊急救援連線外，也結合民間資源提供所需關懷服務。

(3) 提供緊急救援服務：獨居老人安全網之建立，目前各縣市主要透過醫療系統（生命救援連線）、消防局或警察局（警民連線或安全警鈴）、或由民間團體承辦等 3 種方式辦理老人緊急救援工作。

(4) 成立「失蹤老人協尋中心」：內政部於 90 年 10 月，藉由行政部門與民間單位合作的模式，成立「失蹤老人協尋中心」，透過教育宣導、配戴預防走失手鍊、協尋通報、後續比對、追蹤服務及社會福利諮詢等整體措施，並結合警政、社政、醫療衛生單位、傳播媒體的力量，有效協助家屬尋找不慎走失的老人。該中心的服務對象以 65 歲以上老人為主，此外，並包含 18 歲以上身心障礙者、及一般不明身分者。

3.1.5 心理及社會適應

為增進老人生活適應，保障老人權益，由政府專案補助績優民間團體於北、中、南 3 區設置老人諮詢服務中心，並於 91 年 5 月 3 日開辦

0800-228585「老朋友專線」，透過社會上對老人心理、醫療護理、衛生保健、環境適應、人際關係、福利與救助等方面具有豐富學識經驗或專長人士參與，對老人、老人家庭或老人團體提供諮詢服務，協助解決或指導處理老人各方面的問題。目前於北、中、南三區設立諮詢服務中心，分由財團法人天主教會台北教區、天主教曉明社會福利基金會、天主教聖母無原罪方濟傳教修女會等三單位承辦。

3.1.6 休閒、教育及社會參與

(1) 長青學苑

為增進老人退休後生活安排與適應，鼓勵其積極參與社會、充實精神生活，及提昇自我實現與自我價值，政府每年度均補助民間團體辦理長青學苑，課程內容兼具益智性、教育性、欣賞性、運動性等動靜態性質，豐富而多元。

(2) 老人福利服務（文康活動）中心

為充實老人精神生活、提倡正當休閒聯誼、推動老人福利服務工作，鼓勵鄉鎮市區公所興設老人文康活動中心，以作為辦理各項老人活動暨提供福利服務之場所，目前老人文康活動中心（含老人福利服務中心）有 317 所，提供老人休閒、康樂、文藝、技藝、進修及聯誼活動。另為配合老人福利服務需求，老人文康活動中心也成為福利服務提供的重要據點，諸如辦理日間照顧、長青學苑、營養餐飲、居家服務支援中心等。

(3) 行動式老人文康休閒巡迴服務

為取代定點補助興建老人文康活動中心功能，展現政府為民服務的行動力，擴大服務輸送管道，讓偏遠地區因資訊不足、交通不方便之長輩明瞭政府提供的福利服務，將相關資訊遞送至有需求之家庭，甚至當場提供協助，由政府補助縣市購置多功能、美觀、行動力十足的多功能巡迴關懷專車，並統一設計代表溫馨關懷之標誌及彩繪外觀圖案後，由縣市政府結合民間團體定期定點辦理社區巡迴服務，利用巡迴關懷專車深入社區，於各地老人聚集之社區公園或廟口，提供福利服務、健康諮詢、生活照顧、休閒文康育樂等服務，協助鄉村地區老人就近接受服務、鼓勵社區老人走出家門與社區居民互動，學習關心公共議題，參與活動並了解各項社會福利服務措施。目前計有高雄市、台北縣、宜蘭縣、桃園縣、新竹縣、苗栗縣、臺中縣、彰化縣、南投縣、嘉義縣、高雄縣、屏東縣、花蓮縣、基隆市、新竹市、臺中市、嘉義市、臺南市等 18 個縣市提出申請並獲補助。

(4) 休閒育樂活動

A.推廣屆齡退休研習活動：對於即將退休者提供研習活動，以增強民眾規劃銀髮生涯的能力，及對於相關法令、福利的了解，協助心理、生理及社會的適應。

B. 參與社會服務活動：鼓勵老人參與社團或社會服務活動，以獲得服務社區和社會的機會，增進與社會互動關係及精神生活。

C. 各類優待措施：為鼓勵老人多方參與戶外活動，對於老人搭乘國內公、民營水、陸、空大眾運輸工具、進入康樂場所及參觀文教設施等，提供半價優待。

D.辦理各項老人福利活動：包含老人人力銀行、各項研(討)習會、觀摩會及敬老活動等項目，滿足老人休閒、康樂、文藝、技藝、進修及聯誼等需求，以增添老人生活情趣，提昇銀髮族身心靈快樂，達到健身、防老的雙重效能。

3.1.7 法律問題

http://www.bosa.tcg.gov.tw/i/i0200.asp?l1_code=04&l2_code=11

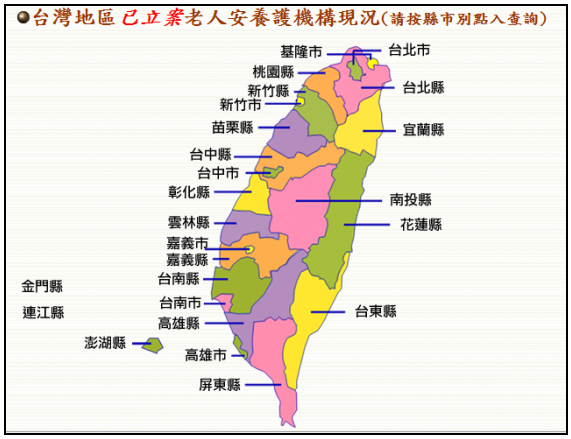
相關法規包括：

- 老人福利法
- 老人福利法施行細則
- 老人福利機構設立標準
- 私立老人福利機構設立許可及管理辦法
- 老人福利服務專業人員資格及訓練辦法
- 私立老人福利機構接管辦法
- 老人福利機構投保公共意外責任保險範圍及保險金額規定
- 老人福利機構相關法規釋示
- 臺北市老人福利機構履行營運擔保能力認定標準
- 臺北市老人全民健康保險保險費自付額補助辦法
- 臺北市政府社會局處理違反老人福利法事件統一裁罰基準
- 內政部補助或委託辦理老人服務及照顧辦法
- 失能老人接受長期照顧服務補助辦法
- 老人福利服務準則及提供者資格要件
- 中低收入老人特別照顧津貼發給辦法
- 老人福利服務提供者資格要件及服務準則
- 安養定型化契約範本
- 安養定型化契約應記載及不得記載事項
- 養護（長期照護）定型化契約範本

- 臺北市老人福利機構評鑑及獎勵辦法
- 臺北市老人與身心障礙者搭乘公車及捷運補助辦法

3.2 長期照護機構查詢

進入老人福利安養護長期照護機構查詢， http://sowf.moi.gov.tw/04/12/12.htm



3.3 旅遊與保障

進入交通部觀光局為民服務查詢
http://admin.taiwan.net.tw/public/public.aspx?no=61

3.4 身後事務處理

「生前契約」係指在生前為自己的「身後事」做好妥當的安排，與殯葬業者配合訂定契約，主要安排葬禮的種種事宜，包括事前的諮詢，儀式的安排和各項所需物品的準備，以及事後的後續關懷。歐美地區的許多國家以及日本已行之有年，在國內目前也有一些殯葬業者開始提供生前契約的服務，以莊嚴、肅穆而隆重的葬禮，正面積極地迎接人生必然的歷程。

貳、退休後財務規劃

1. 退休金的運用

1.1 計畫預算

退休後收入變低，顯示我們必須有計畫的設定出每段期間的最大花費。「預算」將幫助我們了解自己退休生活的收支情形。

進入預算編製器：

預算編製器			
收入項目(每月)			
	稅後退休金所得		0
	利息或投資收入		0
	其他收入		0
		收入合計	0
支出 項目(每月)			
	家計支出	食(餐飲)	0
		衣(置裝)	0
		住(租金/管理費)	0
		行(交通)	0
		醫療保健	0
		電話&通信(網路)	0
		水費	0
		電費	0
		瓦斯費	0
		雜費(日用品)	0
	金融往來	各類貸款(房貸/信用卡)	0
		保險費	0
		儲蓄	0
		投資	0
	休閒&學習	假期旅遊	0
		娛樂(交際)	0
		嗜好(運動)	0
		教育(學習)	0
	其他支出		0
		支出合計	0
		結餘或透支	0

2. 退休後財務保障

2.1 設定投資最高額度與防詐騙

2.1.1 降低投資風險

「投資」與「儲蓄」的最大差異在於投資標的之產品風險的高低；例如銀行存款、政府公債之固定收益類產品與股票、衍生性金融產品，之投資回報與風險間存在著相當大的差異，投資前一定要充分了解產品風險、避免因追逐高額報酬，遭致高額投資損失、影響退休生活，最好的

方法是設定總退休資產的最高投資額度限制，並避免將可投資金額全數投入單一投資商品中。

進入財團法人證券投資人及期貨交易人保護中心服務園地查詢 http://www.sfipc.org.tw/main.asp

2.1.2 防詐騙自我保護

如果看到一個充滿希望的高報酬獲利機會，一定要特別小心。通常詐騙者很有說服力，也會讓我們看起來好得是真實的，預防被詐騙，我們應了解如何保護自己並參考專業意見。

進入我的 e 政府防騙護身符 http://www.165.gov.tw/index.aspx

進入內政部警政署全民防詐騙超連結 http://165.gov.tw/index.aspx

進入本會金融智慧網防詐騙專區 http://moneywise.fsc.gov.tw/main/FinanceInfoList.aspx

2.2 福利津貼與醫療保險保障

2.2.1 檢查福利津貼

由於我國年滿六十五歲以上之老人福利政策執行係由國民所在之各直轄市、縣（市）主管機關辦理。故依戶籍所在地，參考所屬縣市政府提供之各項福利和津貼，可以幫助我們提高養老金收入或減低日常的日常費用；例如台北市政府社會局提供市民醫療補助、老人與身心障礙者搭乘公車及捷運補助、充實長者精神生活之長青學苑課程等。

2.2.2 醫療保險保障

進入中央健康保險署查詢健保醫療權益
http://www.nhi.gov.tw/webdata/webdata.aspx?menu=17&menu_id=1023&webdata_id=4244&WD_ID=1043

查詢個人投保之各壽險公司醫療保障權益

單位	網址	電話
臺銀人壽	www.twfhclife.com.tw	0800-011-966
台灣人壽	www.twlife.com.tw	0800-099-850
保誠人壽	www.pcalife.com.tw	0800-098-889
國泰人壽	www.cathaylife.com.tw	0800-036-599
中國人壽	www.chinalife.com.tw	0800-021-200
南山人壽	www.nanshanlife.com.tw	0800-020-060
國華人壽	www.khltw.com	0800-099-111
新光人壽	www.skl.com.tw	0800-031-115
國寶人壽	www.globallife.com.tw	0800-087-999
三商美邦人壽	www.mli.com.tw	0800-022-258
興農人壽	www.sinonlife.com.tw	0800-056-567
幸福人壽	www.singforlife.com.tw	0800-885-000
遠雄人壽	www.fglife.com.tw	0800-083-083
宏泰人壽	www.hontai.com.tw	0800-068-268
安聯人壽	www.allianz.com.tw	0800-007-668
保德信國際人壽	www.prulife.com.tw	0800-015-000
全球人壽	www.aegon.com.tw	0800-000-662
國際紐約人壽	www.nylitc.com.tw	0800-088-008
大都會國際人壽	www.metlife.com.tw	0800-221-505
中華郵政	www.post.gov.tw	0800-700-365
富邦人壽	www.fubonlife.com.tw	0800-060-000
第一金人壽	www.first-aviva.com.tw	0800-001-110
紐西蘭商康健人壽	www.cigna.com.tw	0800-011-709
英屬百慕達商友邦人壽保險公司台灣分公司	www.aiaco.com.tw	0800-012-666

英屬百慕達商宏利人壽	www.manulife.com.tw	0800-008-838
美商美國安泰人壽	www.inglife.com.tw	0800-011-686
法商法國巴黎人壽	www.cardif.com.tw	0800-012-899
美商安達	www.ace-ina.com.tw	0800-339-899
美商美國人壽	www.alico.com.tw	0800-012-666
英屬百慕達商中泰人壽	www.acelife.com.tw	0800-017-168
英屬百慕達商滙豐人壽	www.hsbcinsurance.com.tw	0800-661-311
英屬曼島商蘇黎世國際人壽	www.zurich.com.tw	0800-880-550

2.3 個人信託（退休養老信託）

退休養老信託是委託人（計畫退休或退休者）與受託人（通常為銀行兼營信託業）簽訂信託契約後，將資金交由受託人依照信託契約的約定加以管理運用及分配,透過受託人的專業管理使受益人(如為委託人則稱作自益信託)退休生活得以保障。由於信託財產具有獨立性與安全性，是退休後財務保障的重要工具；信託資產受到「信託法」的保護，不受委託人、受託人及受益人之債權人強制執行或抵銷不屬於該信託財產之債務，因此可以讓委託人的財富不因特殊狀況而受到影響。

認識信託 http://www.trust.org.tw/content/index.asp?pno=50

3. 資產移轉規劃

3.1 遺贈稅

遺產稅及贈與稅節稅手冊
http://www.etax.nat.gov.tw/etwmain/front/ETW118W/VIEW/406?tagCode=NtaxManual3&showCategory=&category=

贈與稅試算 http://www.etax.nat.gov.tw/etwmain/front/ETW158W7

遺產稅試算 http://www.etax.nat.gov.tw/etwmain/front/ETW158W6

3.2 保險與遺囑信託

(1) 透過保險規劃遺贈稅，進行資產移轉規劃

依照所得稅法的規定，人身保險（包括人壽保險、傷害險、意外險及年金險）給付，免納所得稅。但免稅之特定保險給付，亦納入最低稅負制中，故 95 年 1 月 1 日後簽定，且要保人不等於受益人之人壽保險及年金保險給付，須併入最低稅負制計算。其中，若為生存給付須全額納入，但若為死亡給付，每一申報戶則可享有 3,000 萬扣除額。

(2) 透過遺囑信託，進行資產移轉規劃

財產分配問題是退休者關心當自己年老生活與百年之後的重要課題。遺囑信託可以預立遺囑的方式再結合信託作完善規劃，將使遺產規劃更趨完整且更有保障。而所謂遺囑信託就是客戶於遺囑中將財產要信託的意願，及交付信託後遺產如何管理、運用及給付等需求待客戶身後，再由遺囑執行人將其遺產交付信託，信託的內容即是客戶遺囑所交辦的事項（將財產分配給的家人、後代子孫或所有想照顧的人事物）。