

退休理財問卷 顧問使用話稿

以九個問題，陪對方從生活願景走到可確認的退休準備。先理解，再整理；先查證，再提出下一步。

建議時間 12-15 分鐘

一對一需求訪談

不預設商品



本話稿搭配《退休理財問卷》使用。涉及勞保、勞工退休金、投資、稅務或商品條件時，應回到當期官方資料、個人紀錄與正式文件確認。

先建立安全感，再開始問問題

三個使用原則

- **不急著下結論**：問卷是需求盤點，不是產品推薦單。
- **不代替對方回答**：數字不確定就寫「待確認」，不要補估。
- **不蒐集多餘個資**：只記錄這次退休討論真正需要的資訊。

顧問的角色

不是替對方決定退休生活，而是把願景、時間、資源與缺口放在同一張圖上，協助他看懂下一個可行步驟。

問

用九題建立完整輪廓

聽

找出真正重視與擔心

算

只計算已確認的資料

約

留下清楚的下一步

建議開場 | 約 45 秒

「今天先不談商品，我想用這張問卷陪你把退休生活想得更具體一點。大約十五分鐘，我們會看四件事：你想過什麼生活、時間還有多久、已經有哪些準備，以及還缺哪些資料。現在答不出來沒關係，我們就標成待確認，不需要勉強猜一個數字。」

填寫時間軸

「我們先從時間開始。你幾歲開始工作？現在幾歲？希望幾歲退休？退休生活想規劃到幾歲？這四個數字不是預測，而是先建立一個可以討論的時間範圍。」

聽

退休年齡是出於期待、工作狀況、健康考量，還是家庭責任？

記

開始工作、目前、預計退休與規劃年齡；任何不確定處標示「暫估」。

避免：用「大家都活到幾歲」替對方決定預估壽命；也不要把希望退休年齡直接當成制度可請領年齡。

1

先讓退休生活有畫面

約 1.5 分鐘

退休後，最想實現哪些生活願景？

目的 | 找到 WHY

「如果明天開始不用上班，你最想把時間留給哪一件事？是旅行、學習、陪家人，還是一直想做卻還沒開始的事？」

問 「這件事對你為什麼重要？希望和誰一起？大概多久做一次？」

聽 對方的表情、語氣與優先順序；這些比勾選幾個選項更重要。

記 最重視的一項願景，以及可能涉及的時間、地點或固定支出。

轉場：「要讓這個生活持續，除了有時間，也需要知道退休後的錢會從哪裡進來。」

2

盤點預計收入，不問哪個最好

約 2 分鐘

預計退休後的收入來源有哪些？

目的 | 看依賴結構

「你目前想到的退休收入，可能有哪些來源？先全部勾出來，不需要現在就判斷金額夠不夠。」

問 「哪一項是你最有把握的？哪一項只是期待、還沒有資料可以確認？」

聽 是否過度依賴單一來源；收入是否穩定、可持續、能否跟著物價調整。

記 每一項標示為「已核實、暫估、待提供」，不要把期待值直接列入正式收入。

顧問提醒

「子女奉養」可以是家庭期待，但不宜預設為穩定收入；「退休後繼續工作」也要考慮健康、職務與工時是否可持續。先尊重，再確認。

3 看現有工具的角色，不先貼標籤 約 1.5 分鐘

目前已使用哪些退休準備工具？

目的 | 建立資產輪廓

「這些工具裡，你目前已經在使用哪些？它原本是為退休準備，還是另有用途？」

- 問 「這筆錢需要隨時能用嗎？可以接受波動嗎？希望它提供增值、保障，還是固定現金流？」
- 聽 用途是否重疊、流動性是否足夠、對風險與報酬的真實感受。
- 記 只記類型與用途；帳號、保單號碼、身分資料不寫在問卷上。

轉場：「自己的準備是一塊，制度上可能的勞保與勞退則要分開確認。」

4 把勞保與勞退分開說清楚 約 2.5 分鐘

您目前掌握到哪裡？

目的 | 找認知缺口

「很多人會把勞保老年給付和勞工退休金當成同一筆，其實是不同的制度。我們先不猜金額，只確認你目前有哪些紀錄可以查。」

- 問 「勞保投保年資與月投保薪資有紀錄嗎？勞退個人專戶最近有查過嗎？」
- 聽 是否把勞保投保薪資當成勞退本金，或把希望退休年齡當成法定請領年齡。
- 記 沒有官方紀錄就寫「待查詢」，不要用薪資單或印象直接替代。

制度備忘 | 查證日 2026-08-04

- 勞保老年給付與勞工退休金是不同制度，彼此不互相替代。
- 勞保老年年金法定請領年齡依出生年次及個人條件確認；民國 51 年次（含）以後的法定年齡為 65 歲。
- 勞退原則上年滿 60 歲可請領；實際提繳年資滿 15 年者可選月退休金或一次退休金，未滿 15 年者為一次退休金。

5

從現在的必要支出開始 約 1.5 分鐘

目前每月必要生活支出約多少？

目的 | 建立基準

「先不看總消費，我們只看每個月不能不付的部分：居住、飲食、交通、醫療和家庭責任，大約落在哪個區間？」

- 問 「有沒有房貸、扶養、照顧或醫療支出，退休後仍會繼續？」
- 聽 一次性支出與每月支出的差別；家庭共同支出是否只算到一個人身上。
- 記 先記區間；若要精算，另行整理實際帳目，不在現場逼對方回想所有細項。

6

把「安心生活」換成月現金流 約 2 分鐘

退休後，每月多少現金流會安心？

目的 | 量化願景

「如果退休後每個月都有一筆錢進來，多少會讓你覺得基本生活不緊張，也還有空間做第一題想做的事？」

- 問 「這個數字包含住房、醫療、旅行和支持家人嗎？是現在的金額，還是退休當時的金額？」
- 聽 對方在意的是最低生活、穩定感、生活品質，還是可自由運用的餘裕。
- 記 月需求、退休生活年數，以及數字是「目前幣值」或「退休時幣值」。

初步總額只是一個起點

月需求 $\times 12 \times$ 退休生活年數，可以建立未調整的粗略總額，但還沒有處理通膨、報酬、既有資產、社會保險、勞工退休金及其他收入。說明時務必保留這個界線。

不要說：「你一定需要這麼多錢。」

可以說：「這是依目前假設得到的起始值，資料補齊後還要再調整。」

7 時間不是壓力，是可調整的條件 約 1.5 分鐘

希望用多久準備退休資金？

目的 | 確認時間視窗

「如果把準備期拉開，你希望用五年、十年、十五年、二十年，還是一路準備到退休前？」

- 問 「這個年限是因為預計退休年齡、家庭責任告一段落，還是希望先看到階段成果？」
- 聽 時間設定是否與退休年齡一致；是否存在短期大額支出或收入變動。
- 記 準備期與原因。不要把較短準備期自動解讀為需要高風險工具。

8 找得到、做得到、持續得了 約 2 分鐘

目前每月可持續提撥多少？

目的 | 確認可行預算

「扣掉必要生活、緊急預備金與基本保障後，每月有多少是你願意長期留給未來自己的？」

- 問 「這筆錢遇到收入較少的月份還能維持嗎？需要分成固定與彈性兩部分嗎？」
- 聽 對方是否為了達標而報出過高金額；現金流是否已有其他重要用途。
- 記 可持續金額、可調整區間、開始時間與檢視頻率。

如果能力低於需求

先討論調整退休年齡、生活目標、準備期與支出，而不是立刻假設更高報酬。

如果能力高於需求

仍要保留緊急預備、醫療照護與其他人生目標，不把所有資源鎖在單一安排。

核心句：「退休準備不是一次做到滿，而是先找到可以穩定開始的金額，再定期檢視。」

9

領取偏好反映的是安全感

約 1.5 分鐘

偏好的退休金領取方式？

目的 | 理解風險感受

「你比較安心的是一次拿到、固定分期、像月收入一樣持續進來，還是幾種方式搭配？」

- 問** 「你比較擔心資金不夠靈活，還是擔心太早用完？是否有大額用途或傳承需求？」
- 聽** 控制感、流動性、投資經驗、長壽風險與家庭決策方式。
- 記** 偏好與顧慮，不要把選項直接等同於特定商品。

計算時，先把資料分層

已核實

官方紀錄、正式文件或可核對的帳務資料。

暫估

由本人提供、可作討論但尚未取得佐證。

待提供

目前沒有資料，不得放入收入或資產總額。

A 生活需求	每月需求 × 12 × 退休生活年數 = 未調整總需求
B 勞保老年給付	依勞保局個人投保紀錄與當期規定另行試算
C 勞工退休金	依個人專戶資料另列，不使用勞保投保薪資推估
D 既有準備	依流動性、用途與可動用時間分開列示
E 其他收入	租金、工作、家庭支持等，僅納入可合理確認部分
初步缺口	A – 可確認的 B、C、D、E；再進行情境與通膨調整

計算邊界：問卷上的除法只能協助建立尺度，不能替代完整退休規劃。未確認的資料維持空白或「待提供」，不要用相近個案、平均值或其他制度數字補上。

讓對方帶走清楚，而不是壓力

建議收尾 | 約 60 秒

「今天我們先確認了三件事：你想過什麼樣的退休生活、每月大概需要多少，以及目前有哪些準備。現在還沒有必要急著做結論，因為勞保、勞退和既有資產裡，還有幾項資料要確認。等資料補齊後，我會把已核實、暫估和待提供分開整理，再一起看有哪些可行選擇。你覺得先從哪一項資料開始最方便？」

常見待補資料

- 勞保投保年資與月投保薪資紀錄
- 勞退個人專戶資料
- 目前每月必要支出
- 既有退休準備的用途與可動用時間

下一步要明確

- 由誰準備哪一份資料
- 何時完成查詢或整理
- 下一次只討論哪些問題
- 需要時再安排正式方案比較

可以使用

- 「依目前資料初步看起來……」
- 「這個數字還需要官方紀錄確認。」
- 「我們先比較不同假設，不急著決定。」

避免使用

- 「一定領得到 / 一定不會虧。」
- 「這樣保證足夠退休。」
- 「現在不做以後一定來不及。」

正式來源 | 查證日 2026-08-04

勞動部勞工保險局 | 勞工退休金與勞保老年給付大不同
<https://www.bli.gov.tw/0017387.html>

勞動部勞工保險局 | 勞工退休金請領條件
<https://www.bli.gov.tw/0007073.html>

勞動部勞工保險局 | 勞保老年年金給付
<https://www.bli.gov.tw/0019821.html>

勞動部勞工保險局 | 勞退個人專戶查詢及試算
<https://www.bli.gov.tw/0012942.htm>