



國泰世華銀行

Cathay United Bank

國泰世華銀行

2023 臺灣全民財務健康關鍵報告

▶ 什麼是財務健康？

良好的財務健康是指透過財務規劃，滿足生活基本及風險保障需求，並能創造穩定現金流，持續累積資產，造就自信及幸福生活。本次調查運用聯合國普惠金融倡議(UNSGSA)財務健康衡量方法，並納入心理富足項目，共計五大構面。考量總體經濟影響個人財務計畫，故將總體經濟納入評分機制，為臺灣首份結合總經模型之財務健康調查報告。

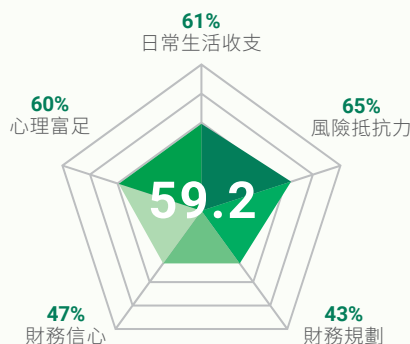


▶ 臺灣全民財務健康全貌

臺灣全民財務健康平均為59.2分

國泰世華銀行特委託資誠會計師事務所進行財務健康調查，蒐集調查樣本超過 2 萬份。2023年臺灣全民財務健康分數平均為 59.2 分，比較各構面，臺灣人於「風險抵抗力」表現最佳；「財務規劃」之分數最低。

右圖百分比係指該構面得分比例



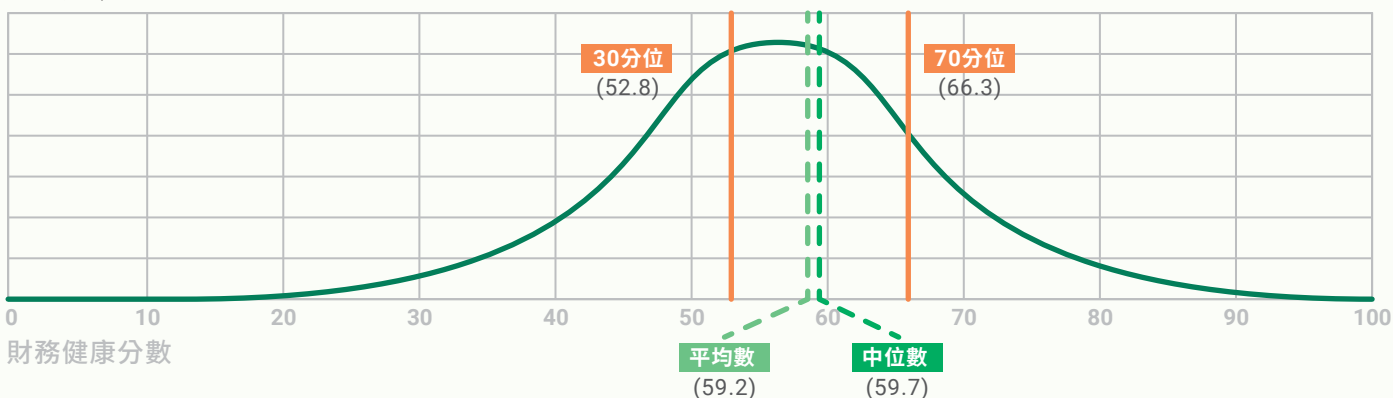
財務健康分數定義

良好 66.3 分(含)以上 (PR70)

普通 52.8 分(含)至 66.3 分

不佳 52.8 分以下 (PR30)

臺灣民眾健康分數分佈



年齡增長財務健康也會越來越好

25 歲以下	25-34 歲	35-44 歲	45-54 歲	55-64 歲	65 歲以上
54.0分	57.0分	58.1分	62.1分	65.5分	68.9分

提升財務健康的關鍵

日常生活收支

財務健康： ■ 良好 ■ 普通 ■ 不佳

數據範圍：年收入 100 萬以下

儲蓄習慣

財務健康良好者

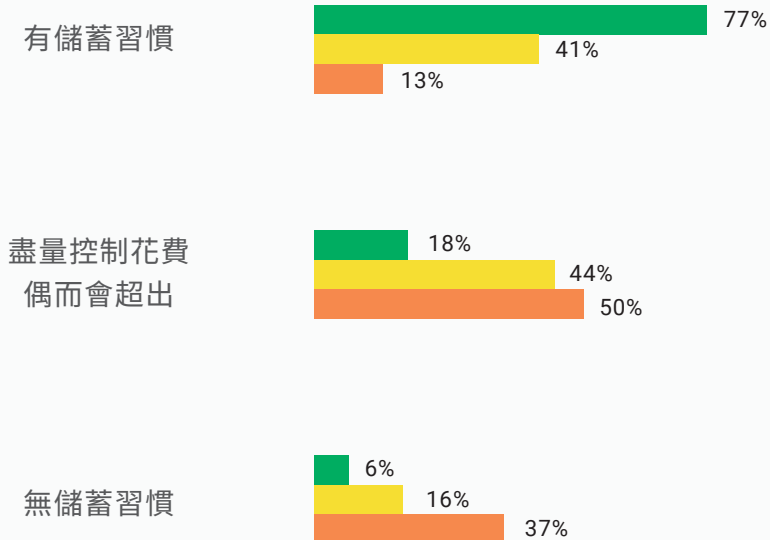
77%

有落實儲蓄

財務健康不佳者

87%

無法落實儲蓄或
無儲蓄習慣



收入花費方式

財務健康良好者

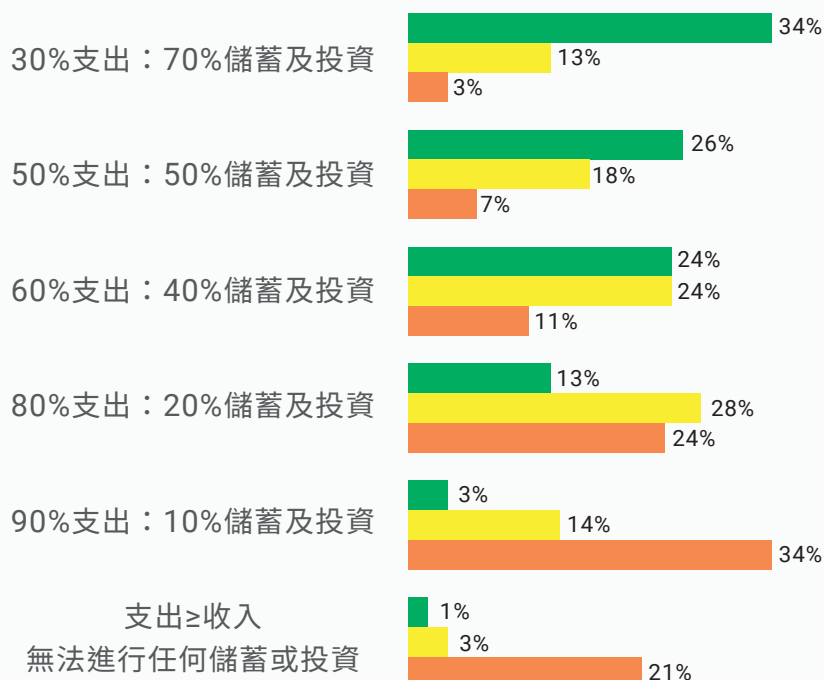
99%

有儲蓄及投資

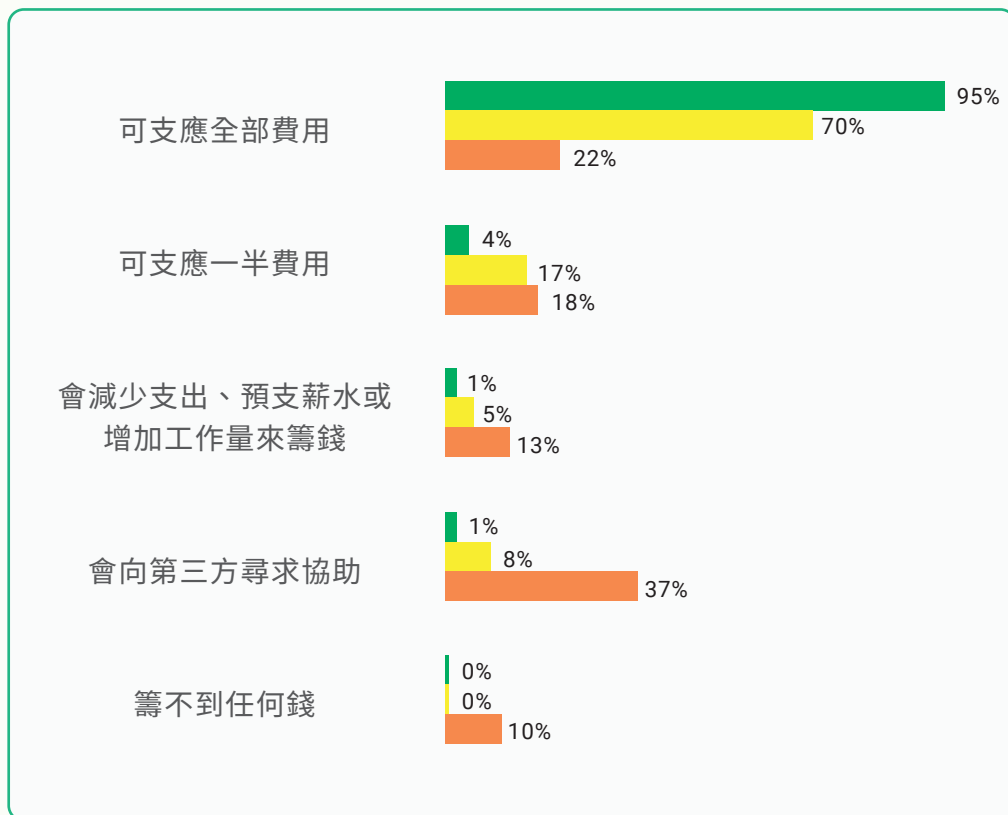
財務健康不佳者

21%

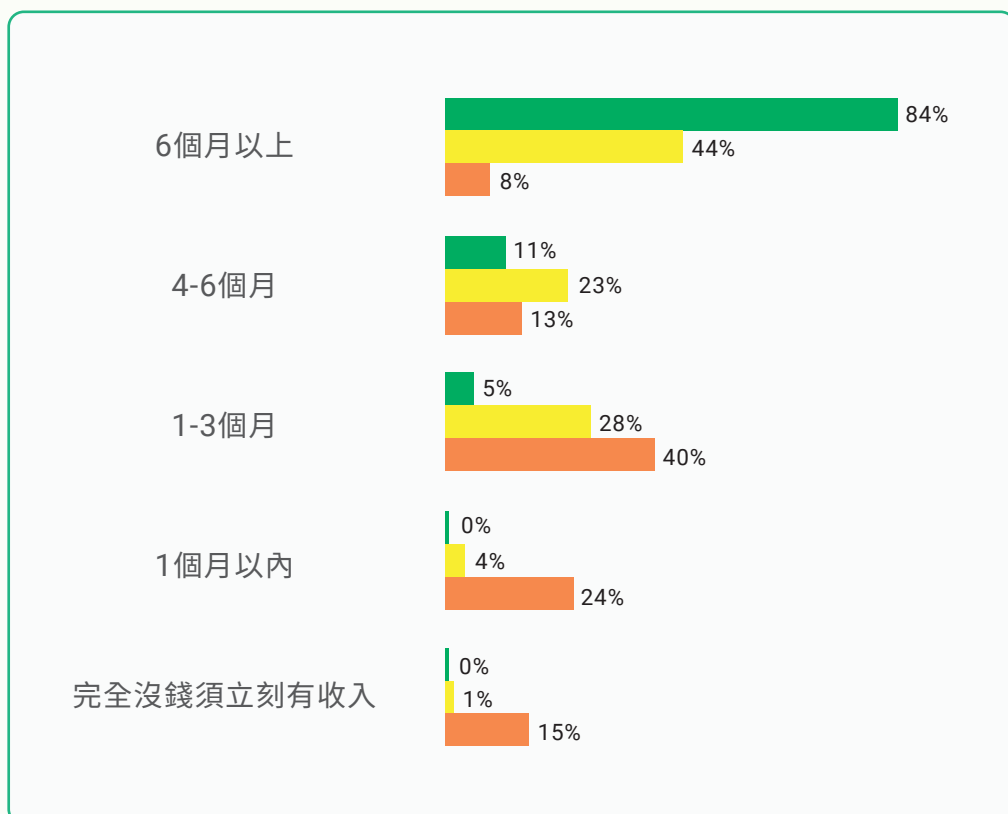
支出 ≥ 收入



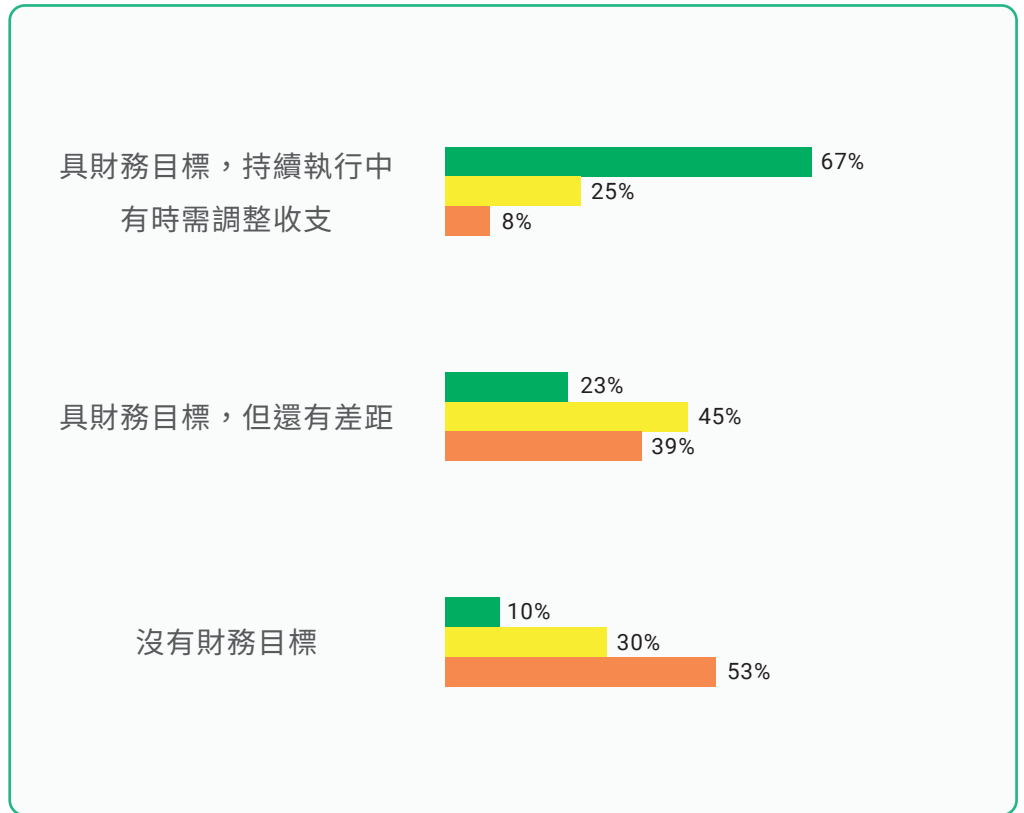
一週內籌措10萬之能力



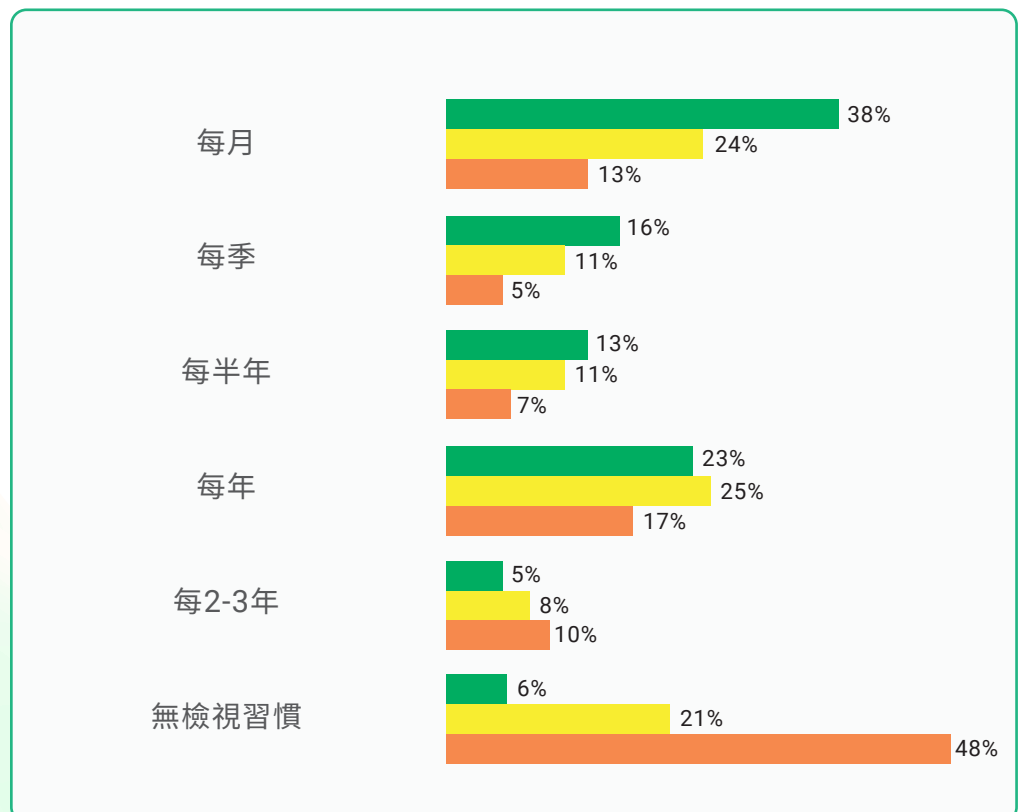
收入中斷可維持基本生活多久



財務目標制定及執行



財務檢視頻率



財務信心

財務健康： ■ 良好 ■ 普通 ■ 不佳

數據範圍：年收入 100 萬以下

自評金融知識程度

財務健康良好者

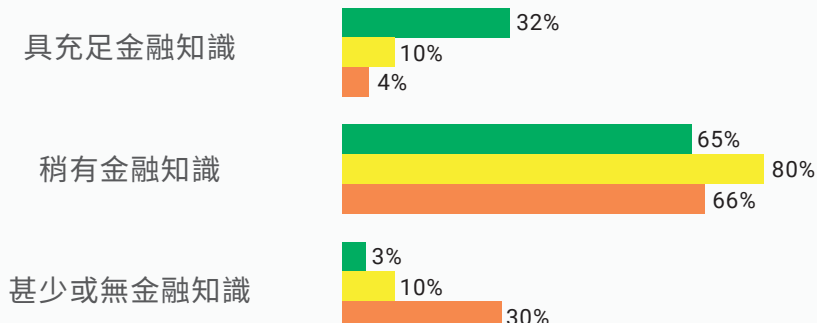
32%

自評具充足
金融知識

財務健康不佳者

僅 **4%**

自評具充足
金融知識



投資意願

財務健康良好者

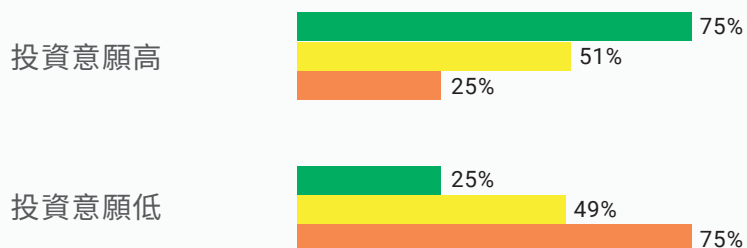
75%

投資意願高

財務健康不佳者

75%

投資意願低



投資理財判斷依據

此題為複選題

財務健康良好者

29%

會諮詢理專或
參考專業機構資訊

財務健康不佳者

16%

會諮詢理專或
參考專業機構資訊

自行研究規劃	70%
參考親朋好友推薦	42%
查詢網路社群討論	31%
諮詢理專或 參考專業機構資訊	20%

相同年收級距下，提升財務健康的錦囊 3 計



計畫

制定收支儲蓄與投資目標，
優先準備風險因應計畫



紀律

控制收入與支出，確實儲蓄，
至少每季定期檢視財務計畫執行狀態



技能

持續提升金融知識且實踐投資行動，
並善用專業金融機構提供的工具與諮詢服務

45-49 歲財務覺醒期

不要被動覺醒，要有意識地從現在開始

45-49歲因為自身資產累積，加上人生階段改變，面臨子女教養、父母照護、購屋置產及退休準備等多重壓力，被迫縝密構思以支應中長期的財務需求。財務健康的強化應要在45歲之前趁早開始，透過「有意識地提早規劃」才能在人生各階段都從容不迫地做出最適財務決策。

▶ 五大金融素養 NG 行為

「具NG行為者(52.4分)」與「不具NG行為者(65.4分)」財務健康分數差距
高達**13分**，避免NG行為即可大幅提升財務健康！

31%

臺灣人

無訂定
財務目標

若無訂定財務目標，恐將無法分配資源，
且無努力動機及方向

24%

臺灣人

完全無檢視
財務規劃習慣

未定期檢視財務規劃，則無法確實掌握目標執行狀況，
也較難適時調整財務操作與策略

13%

臺灣人

帳單遲繳

為避免債務擴大導致財務危機，處理債務心態應更積極面對
而非被動延遲

5%

臺灣人

每月娛樂支出
占比 >40%

娛樂支出屬於非必要支出，應以必要支出及儲蓄為主，
以因應未來之不時之需

3%

臺灣人

金融知識不足
仍經常投資

若不清楚金融市場及風險知識，恐對於投資標的承擔過高
風險，造成無法預期的投資損失

48% 臺灣人有以上任一金融素養 NG 行為

▶ 臺灣人財務目標

臺灣人三大財務目標：① 退休金準備 ② 旅遊 ③ 買房

- 近 6 成 臺灣人將「退休金準備」列入財務目標
- 財務健康不佳者亦超過 4 成認為「退休金準備」重要

25歲以下	25-34歲	35-44歲	45-54歲	55-64歲	65歲以上
旅遊 買房 購車	買房 旅遊 退休金準備	退休金準備 買房 旅遊 子女教育基金	退休金準備 旅遊 子女教育基金 買房	退休金準備 旅遊	退休金準備 旅遊

▶ 臺灣人的退休觀

- 臺灣人認為至少要準備 **1,431 萬** 才可以安心退休
- **10%** 臺灣人對退休金準備沒概念
- 臺灣人認為退休後每月生活費約需要 **5 萬**
- **45-64 歲** 臺灣人中約有 **15%** 能提早退休

* 提早退休定義：45-54 歲且預計五年內 / 已退休者 及 55-64 歲且已退休者

• 提早退休關鍵行為

做好因應風險準備	優先處理債務	有規劃且投資意願高
72% 自覺對於大環境變動 已做好準備	61% 無負債 有債務者多為房貸	61% 具財務目標 且執行中
58% 自評保險保障足夠	95% 僅有1項(含)以下債務	67% 投資意願高

▶ 三大財務迷思

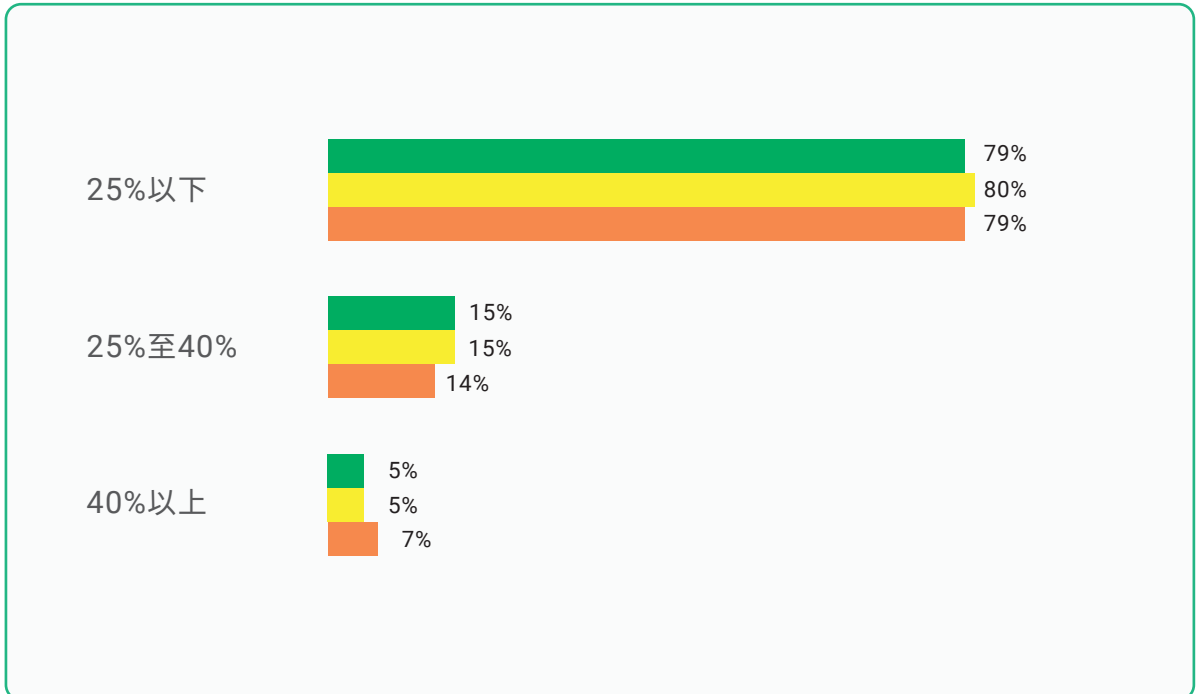
迷思一

娛樂支出較多的人，心理不一定感到富足

同年收區間下，休閒娛樂支出與心理富足程度無顯著差異

休閒娛樂支出占總收入比例 vs 心理富足程度

■ 很好 / 好 ■ 普通 ■ 尚可 / 不太好



數據範圍：年收入 100 萬以下

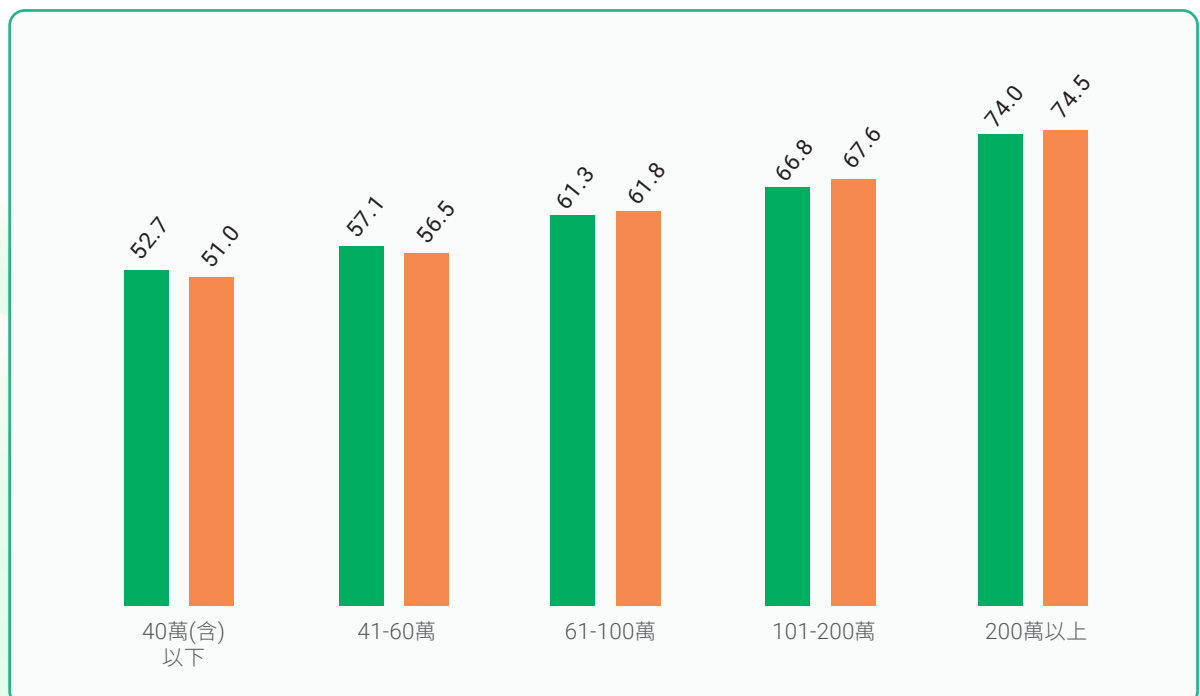
迷思二

有無子女不是影響財務健康的關鍵

無論年收，有無子女財務健康分數無顯著差異

30歲以上 各年收下有無子女者的財務健康分數

■ 有子女 ■ 無子女



迷思三 有債務者仍可有好的財務健康



有2項(含)以上債務者，雖然財務健康分數較低，
但仍有**41%**財務健康為「良好/普通」

有債務者更需做好因應風險準備



有債務者需兼顧「理債」及「理財」



► 財務健康九大型

以財務健康五大構面區分「現在」及「未來」，並依分數「良好」、「普通」、「不佳」區分出財務健康九大型：

		現在 財務現況+風險抵抗力+心理富足		
		良好	普通	不佳
未來 財務信心+財務規劃	良好	財務資優生 17%	穩健計畫通 10%	熱血夢想家 2%
	普通	自律實踐者 10%	理財潛力股 19%	理財練習生 11%
	不佳	浪漫享樂者 3%	隨興生活家 11%	財務躺平族 17%

財務資優生

- 整體財務體質健全優於80%臺灣人
- 收支比控制良好，多有餘裕儲蓄及投資
- 具明確財務目標並依規劃執行，且滿意其達成狀況
- 投資意願高，且仰賴專業機構的資訊及服務
- 退休準備逐漸完善，且有機會提前退休

- 加強資產多元性分散市場風險，配置債券商品，有助創造現金流；「主題式基金」可掌握未來經濟長期商機
- 訂立退休財務目標，並持續追蹤目標達成狀況
- 透過「信託」專款專用功能，確保資產能依自身意願分配和運用，讓財富恆傳

自律實踐者

- 優秀且自律的財務管理者，不斷追求著穩健的成長
- 具備風險意識，有定期儲蓄習慣並備有基本保險保障
- 妥善運用收入，能有限度控制娛樂消費，並滿足休閒社交需求
- 投資意願高，金融及投資理財知識可持續精進
- 雖然有財務目標，但需積極進行財務檢視，迎頭趕上計畫

- 需定期審視投資及財務計劃執行情況，適時調整往目標前進
- 拓展投資視野，並可關注「債券型基金」，其投資門檻較低，且具備固定配息的特性
- 諮詢專業理財顧問，訂定退休財務目標規劃

浪漫享樂者

- 善於平衡金錢與快樂，能充分享受生活中的美好時光
- 有定期儲蓄計畫，但偶爾花費會超出預想
- 能妥善分配支出、儲蓄及投資費用，生活費用負擔整體算容易
- 對於財務規劃隨心所欲，且較少有財務檢視的習慣
- 對投資理財知識略有了解，但投資意願較低且較少實務經驗

- 明確設定中、長期財務目標，並將退休計畫納入考量
- 加強學習金融和投資資訊，接收最新市場動態消息
- 開始投資逐步累積經驗，可諮詢專業理財顧問或選擇「智能投資」，能節省自行研究、監控市場時間

穩健計畫通

- 具備細膩的計劃能力，擅於將各項財務目標納入人生藍圖中
- 收支比控制合宜，生活費用負擔狀況壓力適中
- 面對風險尚未完全做好準備，儲蓄及保險可持續完善
- 具備基礎金融知識，且喜自行研究規劃投資理財
- 投資意願較高，穩定收益外也追求資產增值

- 定期檢視「保障缺口」，增加保障範圍及額度，確保能夠應對不同的風險
- 可評估佈局具長期趨勢的「主題型基金」及「債券型基金」增加整體投資組合多元及穩定性
- 試算退休準備金缺口，規劃理財方案逐步累積資金

理財潛力股

- 整體表現穩健，具備能夠大幅增強財務體質
- 收入可維持基本生活，但如遇全球金融波動風險恐致財務壓力
- 有定期儲蓄習慣與計畫，偶需控制消費以達成目標
- 有特定財務目標，但較不關心其執行狀態
- 對投資有興趣，喜歡自行研究並透過網路了解資訊

- 定期檢視保障缺口，視現況擴充保障範圍及額度
- 培養財務檢視習慣，透過數位工具輔助，提升財務目標執行力
- 優化你的投資組合，「平衡型基金」能讓資產配置更多元化，並可降低風險

隨興生活家

- 以輕鬆自在的態度處理金錢，重視當下享受
- 生活收支穩定，尚有餘裕作為儲蓄投資使用
- 儲蓄習慣較為隨興，若遇風險恐致財務壓力
- 無訂定財務目標及定期檢視財務規劃的習慣
- 金融財務知識稍嫌不足，投資策略以保守保值為主

- 調整不必要支出習慣，透過數位工具精準掌握收支
- 學習基礎金融和投資知識，適合以「智能投資」入門，可打造專屬投資組合並管控風險
- 「儲蓄險」兼具保障和儲蓄功能，透過定期繳費累積一桶金，並同時獲得基礎保障

熱血夢想家

- 樂觀面對財務挑戰，努力追求更好財務狀況
- 收入有限狀態下，需精打細算，生活費負擔稍微吃力
- 花費偶爾超出預想，儲蓄計劃執行困難
- 財務目標規劃清楚，定期進行檢視，適時調整執行計畫
- 投資意願高，且希望提升理財技能改善財務狀況

- 善用數位工具管理財務，快速掌握整體投資報酬，更有效地控管財務狀況
- 別忽略「保險保障」重要性，年輕時可優先選擇醫療險、意外險等保險，避免遇突發狀況經濟受影響
- 採穩健投資，透過定期定額達到平滑投資成本效果

理財練習生

- 目前面臨些財務挑戰，但仍積極地學習
- 因需負擔生活費及償還債務感到有點辛苦
- 偶因打平生活收支，影響休閒生活及心理狀態
- 具財務目標且定期檢視，但距離目標達成尚有差距
- 金融財務知識稍嫌不足，投資意願較低無法累積實務經驗

- 依目標設立母子帳戶將資產分流，避免不必要支出，落實儲蓄習慣
- 辨別債務類型，判斷償還順序，並制定明確還債計畫且定期追蹤
- 嘗試相對穩健的定期定額方式，配置基金、ETF等，養成投資習慣

財務躺平族

- 追求輕鬆自在的生活，喜歡享受當下的快樂
- 面臨著收支不平衡，常無法投資或儲蓄，甚至偶有帳單繳款逾期情況
- 金融風險抵抗力不足，收入中斷可能立即影響基本生活
- 對財務規劃無想法，且自覺金融知識甚少
- 投資意願低，對於保本很重視

- 運用「母子帳戶」管理資產，養成強迫儲蓄習慣
- 至少準備可維持基本生活六個月的緊急預備金，或提前了解正當貸款管道
- 提升金融知識，並開始小額投資，累積資產



▶ 國泰世華財務健康促進網站

立即檢測
財務健康



- 財務健康線上檢測，取得專屬財務健康報告
- 主題式金融教育文章及影音，循序漸進建立金融觀念
- 全民財務健康關鍵報告了解臺灣人財務健康狀況

▶ 財務健康促進三步驟

STEP 1

檢視你的財務健康

掌握財務健康，最重要的是了解自身狀況。運用財務健康衡量工具，10分鐘填答即可從生活收支、風險抵抗力、財務規劃、財務信心、心理富足五大構面診斷你的財務健康。

取得財務健康報告

你將知道自己屬於財務健康類型，並取得專屬財務健康報告。你可以了解**自己與同年齡或同年收級距的分數差距**、五大構面中的強弱項、所屬財務健康類型狀態說明、及強化財務健康的建議方案。



STEP 2

- 五大構面得分表現
- 財務健康分數、同年齡及同年收級距平均得分
- 財務健康九大型，以現在與未來兩維度檢視財務健康狀況
- 財務健康促進方案

STEP 3

開始財務健康促進行動

你可以從六大關鍵行動、閱讀精選文章來學習金融觀念，逐步充實累積自己的金融素養，你也可以運用網站上所提供的工具及服務，立即開始你的財務健康促進行動。

詳細數據請詳
完整版報告



1. 本調查執行時間為2023年5至6月，有效樣本數為20,751份，以臺灣人口基數為母體下，本調查在99%信心水準，抽樣誤差為±1個百分點
2. 本次調查研究樣本與臺灣人口性別、年齡、年收入之分布狀態相符，故可作為代表臺灣全民財務健康關鍵報告
3. 依據2021臺灣主計處薪資統計，整體臺灣人民平均年收入薪資為67萬，故部分分析重於年收入100萬以下，完整資訊可詳見完整版報告
4. 本份報告貨幣單位為新臺幣；統計分布採四捨五入以百分比整數位呈現



國泰世華銀行

Cathay United Bank