

2026 年 2 月 5 日

50 歲成轉場關鍵！滙豐調查：51% 台灣人渴望「微退休」 惟財務缺口達 730 萬元 以多元收入強化財務彈性成關鍵

台灣已正式邁入「超高齡社會」，在長壽與高齡化趨勢下，傳統「學習、工作、退休」的線性人生模式也逐步轉型。根據滙豐銀行調查，超過半數(51%)的台灣受訪者正在考慮「微退休」(Mini Retirement)，高於全球平均的 45%，而 50 歲被視為最理想的啟動時機。惟就現實層面考量，每次「微退休」的預算約需新台幣 730 萬元，佔傳統長期退休所需儲蓄總額的 23%，也使得台灣受訪者對於執行「微退休」的財務信心僅 60%，低於全球平均的 74%。

根據滙豐銀行最新發布的「全球生活素質特別報告」，對超過 500 名台灣的富裕投資者進行調查，有超過半數受訪者正在考慮「微退休」，亦有 67%的受訪者認為「微退休」能有效提升生活品質。不同於傳統退休後的全然停止工作，50 歲左右的「微退休」動機不僅是短暫的休息，更偏向多元發展，35%的受訪者希望藉此重新審視職業目標，另有 35%專注於個人福祉，並有 34%旨在追求終身志趣或個人發展。

就現實層面而言，想實現這種彈性的生活模式，就需要更紮實的財務基礎。在滙豐調查中，曾執行或有意願進行微退休的受訪者認為，平均每次「微退休」所需花費約新台幣 730 萬元，為支應相關開銷，台灣受訪者傾向建立多元的收入來源，包含股息、利息或資本利得(64%)、個人儲蓄(58%)以及從退休金計畫中撥付(40%)。這反映出在高齡化背景下，具備「現金流續航力」的資產配置已成為民眾追求彈性生活的核心底氣。

調查顯示，台灣受訪者認為每次「微退休」最理想的期間為 6~12 個月(30%)或 3~6 個月(22%)，有高達 65%的受訪者想待在台灣，海外則以日本(57%)、美國(30%)、新加坡(28%)為優先考量的地點。儘管對多元生活充滿渴望，財務(46%)與醫療保健福利(34%)仍是民眾在規劃微退休時的兩大挑戰，亦有 33%的受訪者認為要打理好相關的細節安排和決策具有難度。

滙豐(台灣)商業銀行國際財富管理暨卓越理財事業處負責人胡醒賢表示：「我們觀察到在高齡化社會下，客戶對於人生的規劃已從過去的線性模式轉向更具彈性的『多階段人生』。50 歲不再只是準備退休的序曲，而是重新定義生活步調的契機。滙豐銀行透過對不同生活型態的深度理解，提供多元化且全方位的財富管理解決方案，持續深化環球金融布局，協助客戶靈活配置資產，致力打造無國界、無時差、無斷點的環球體驗，讓財務彈性成為客戶追求多元人生最堅實的後盾。」

*《富裕投資者簡報 2025》是滙豐的全球生活素質特別報告。深入探討全球富裕人士的投資組合、行為與優先事項。於 2025 年 3 月透過對 12 個市場進行線上問卷調查，收集了 10,797 名年齡為 21 歲至 69 歲、可投資資產達 10 萬至 200 萬美元的富裕投資者的見解。其中，參與本次調查的台灣人有 502 名。

完 / 更多

滙豐(台灣)商業銀行

滙豐(台灣)商業銀行股份有限公司(以下簡稱滙豐(台灣))為香港上海滙豐銀行有限公司在台灣設立之子公司，於 2010 年 5 月 1 日正式營運，總部設在台北。滙豐在台灣的历史可回溯至 1885 年在淡水指定代理商推展業務，並於 1984 年在台北正式成立分行。滙豐(台灣)目前在全台灣設有 26 家分行，協同滙豐集團其他在台成員為本地和跨國企業、金融機構、個人金融及高資產客戶提供全方位的服務。

滙豐控股有限公司

滙豐控股有限公司是滙豐集團的母公司，總部設於倫敦。集團在 57 個國家及地區設有辦事處，為全球客戶服務。截至 2025 年 9 月 30 日，集團的資產達 32,340 億美元，是全球規模最大的銀行和金融服務機構之一。

全文完