



長壽新思維：重塑新世代退休部署

Thursday, 20th August 2026 | 3:00pm



主講嘉賓



譚旭耀先生
亞洲新興市場退休業務主管
宏利

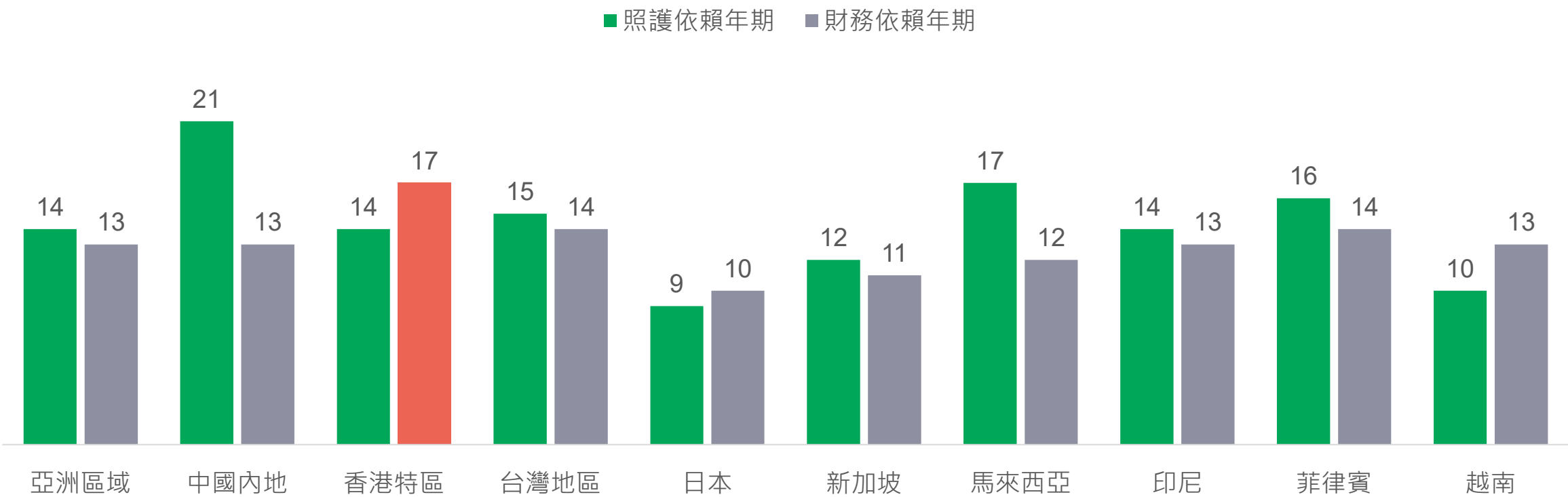
第一部分

亞洲區域全景

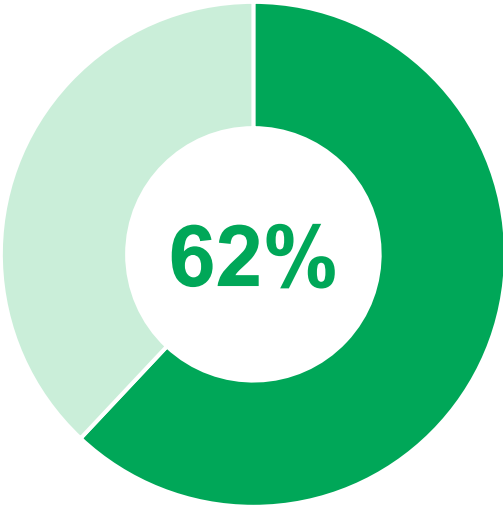
壽命延長，「依賴年期」同步拉長

各市場的照護及財務依賴年期（年）

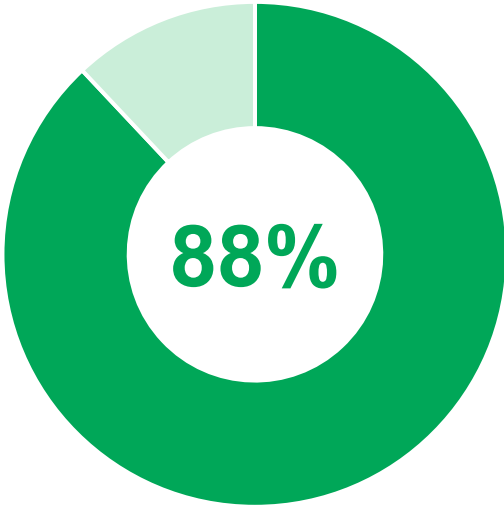
香港財務依賴期達 17 年，冠絕亞洲



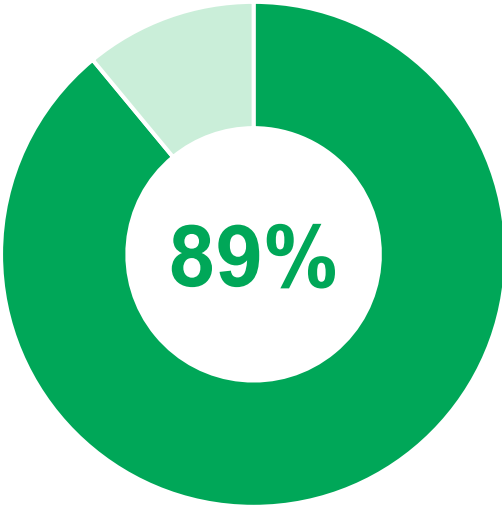
家庭支援觀念鬆散，自主人生成為共同願望



不與父母同住



認同自給自足便不會成為家人負擔

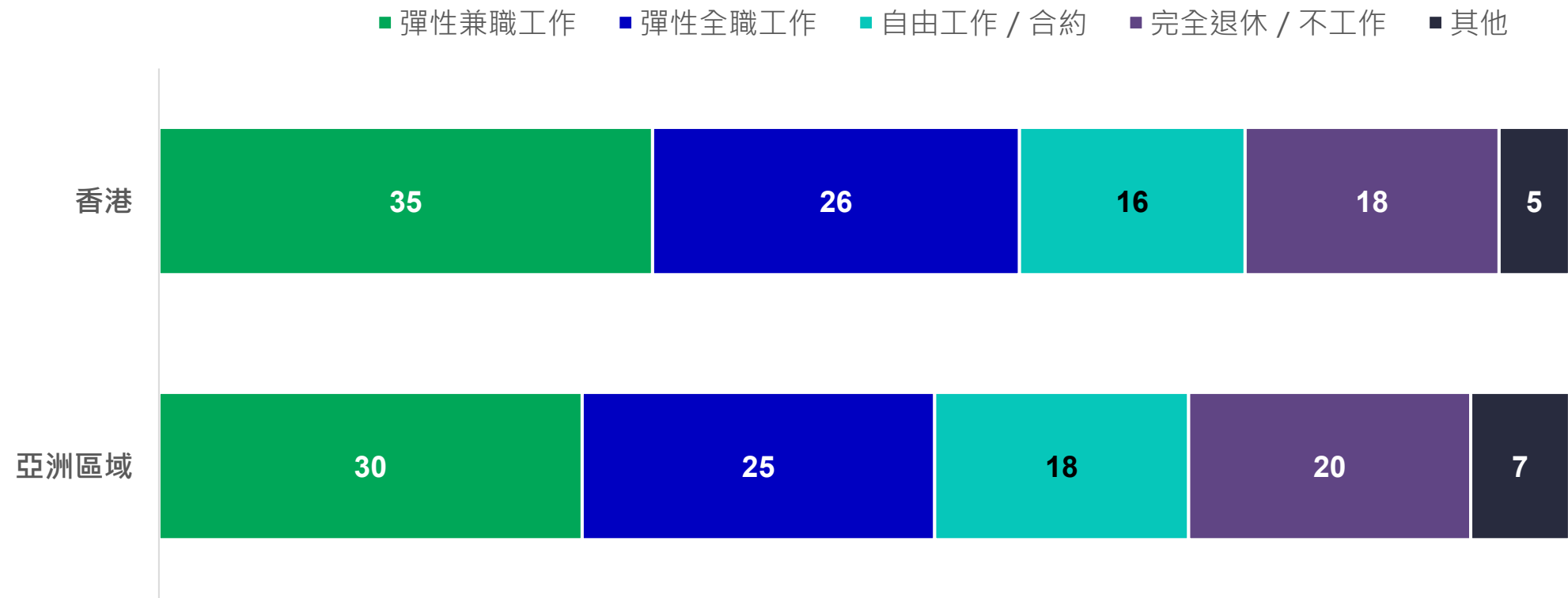


以長期自主為目標

告別「退休幻象」：七成半人不打算完全退休

65歲後偏好的工作安排 (%)

亞洲 74%、香港 77% 計劃在 65 歲後繼續以某種形式工作

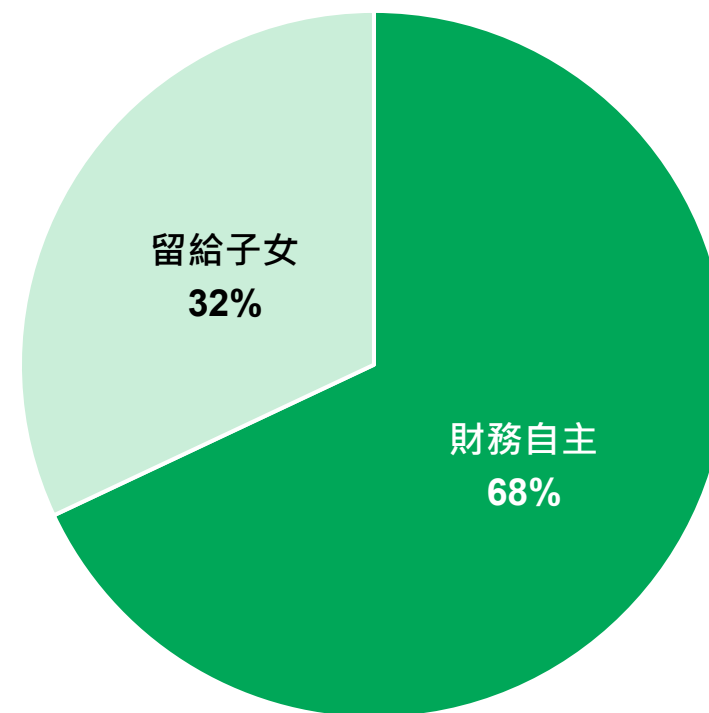


自主生活，就是新世代的「傳承」

資產分配意向（ % ）

- 82% 亞洲受訪者認為，「新傳承」是優先照顧自己未來所需，實現自主人生。
- 83% 認為為自己建立健康及財務資本，比為家人留下財富更有價值；已為人父母者亦持相同看法（ 85% ）。

「財務自主」與「留給下一代」資產分配取向



Manulife

Wealth & Asset Management

資料來源：《宏利亞洲康健調查 2026》，基數：所有受訪者，n=9,132。調查結果反映受訪者於調查時的意見及情況，未必反映未來結果，亦未必適用於個別人士的實際情況。

僅供機構投資者 / 專業投資者使用，不得向公眾人士派發

5853603

成為自主人生的兩種資本

健康資本

- 84% 認同預防保健有助延長自主生活
- 但僅 50% 每年至少接受一次全面身體檢查
- 13% 從未接受過任何身體檢查
- 僅 26% 有定期進行健康篩查的習慣

財務資本

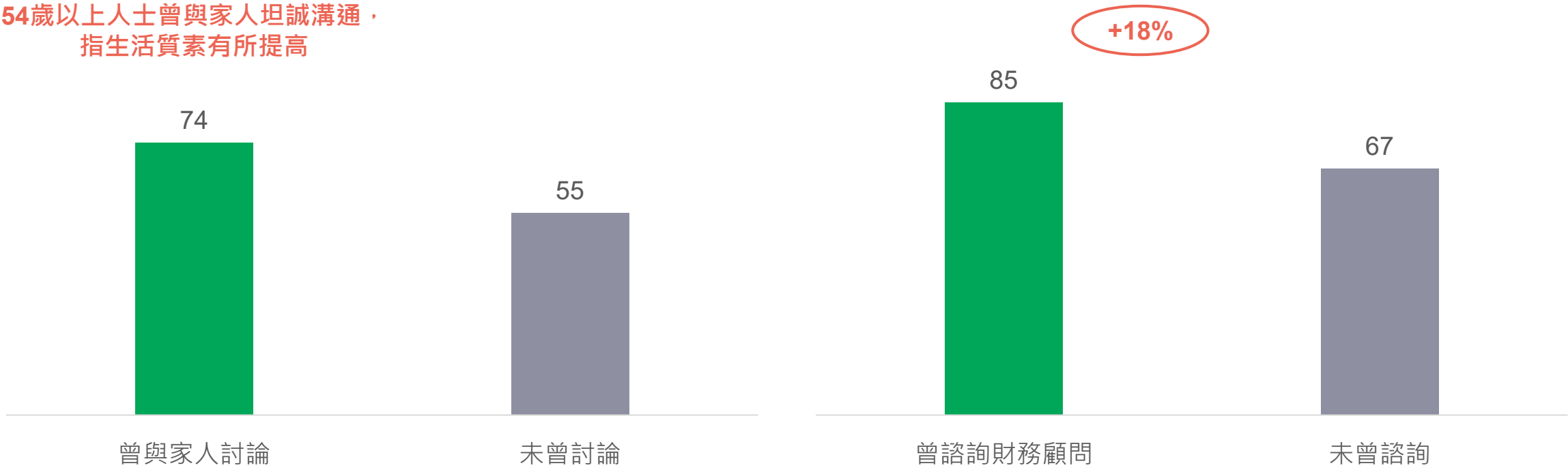
- 66% 擔心無法負擔未來的照護開支
- 79% 依靠個人儲蓄，僅 19% 依靠子女
- 40% 正轉向可產生穩定收入的投資
- 僅 52% 會考慮投資增加財務準備

打破沉默：調查顯示，對話與專業建議帶來實質差異

54歲以上受訪者的生活質素良好比例 (%)

54歲以上受訪者的生活質素良好比例 (%)

54歲以上人士曾與家人坦誠溝通，
指生活質素有所提高



69% 認同及早與家人討論退休安排有助改善晚年生活，但只有 58% 真正談過。

第二部分

香港焦點



Manulife

Wealth & Asset Management

僅供機構投資者 / 專業投資者使用，不得向公眾人士派發

5853603

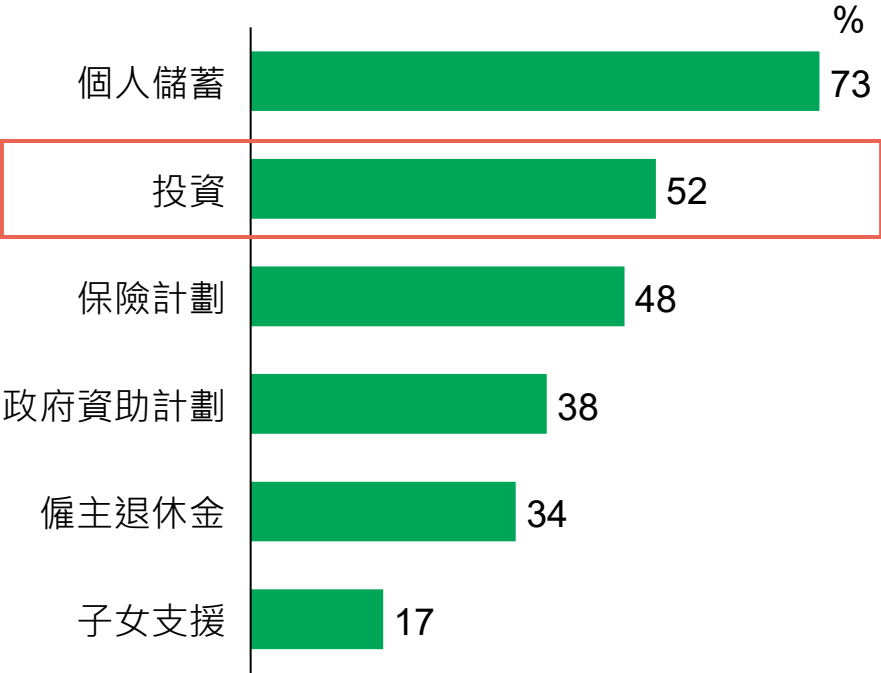
照護開支的預期與規劃

每月平均個人護理開支預算
HK\$11,531

每年平均應付突發醫療開支預算
HK\$ 9,400

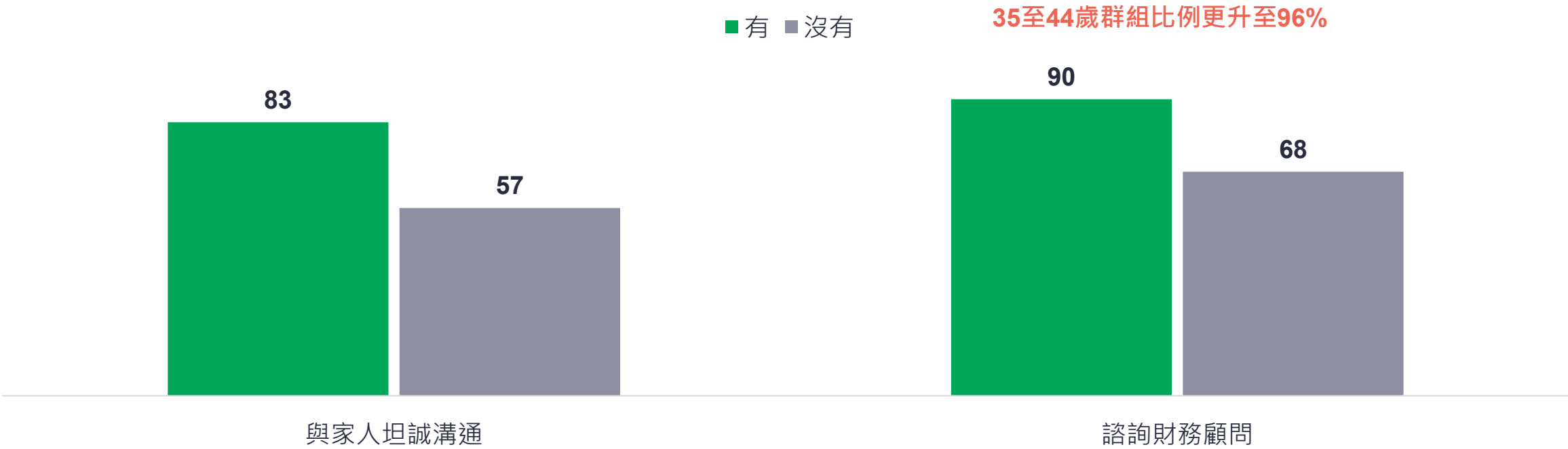
資金從何而來

- 僅半成受訪者選擇投資應付退休及照護需要



與家人及專業顧問坦誠溝通，生活質素明顯較佳

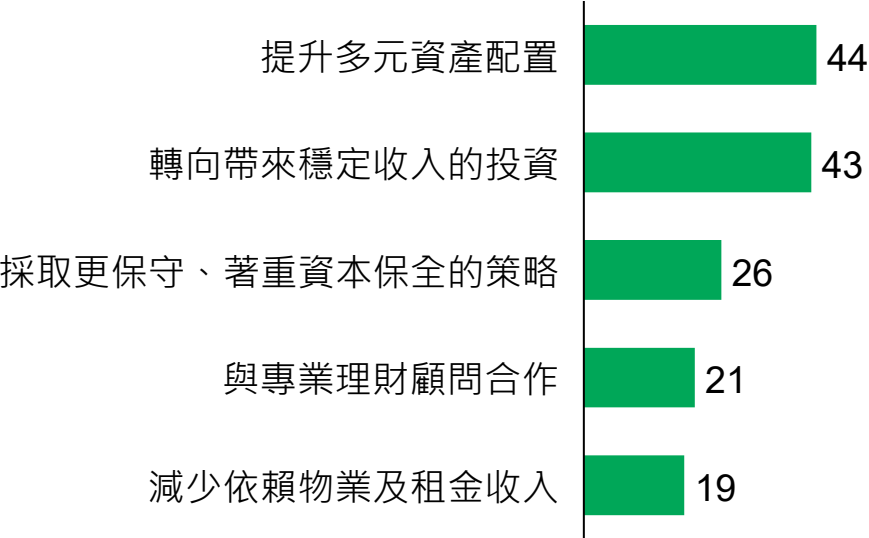
調查顯示，認為生活質素良好的比例（%）



65% 認同與家人坦誠討論退休有莫大裨益，但只有 57% 真正談過；25–34歲更低至 44%。

受訪者普遍較重視分散配置及穩定收入安排

調整儲蓄及投資策略的計劃 (%)



善用財務資源 支持自主生活



52%

保留強積金資產，分階段提取以獲取收入



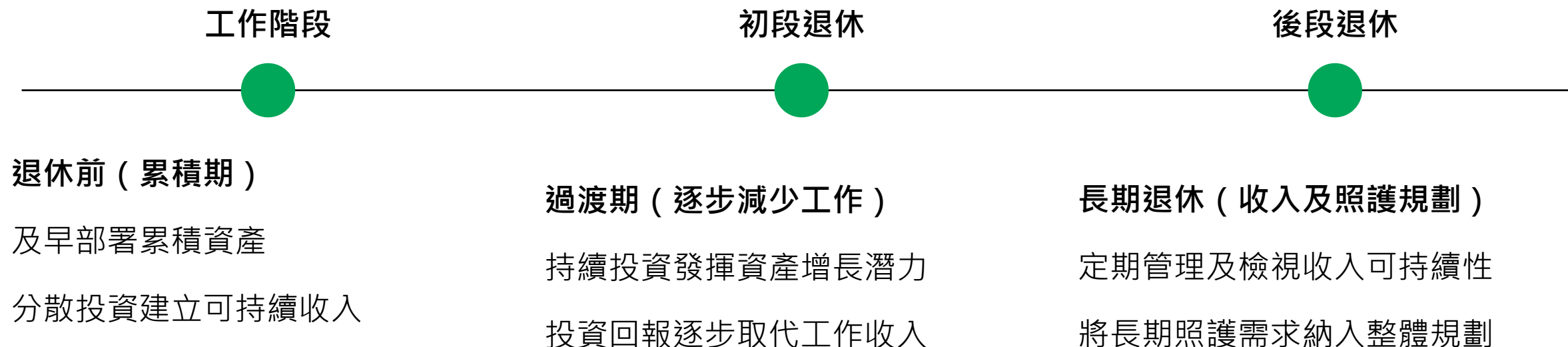
41%

考慮將強積金資產轉為具收入保證產品
(例如：年金)



資料來源：《宏利亞洲康健調查 2026》。為了未來實現財務自由及安穩退休，你計劃如何管理自己的儲蓄及投資策略？基數：曾透過投資 / 增加儲蓄 / 購買保險以確保未來財務健康的受訪者，n=864。另外，退休時，你計劃如何管理你的強積金及其他退休儲蓄？基數：所有受訪者，n=1,050。
調查結果反映受訪者於調查時的意見及情況，未必反映未來結果，亦未必適用於個別人士的實際情況。以上內容反映受訪者的退休規劃取向，不構成任何投資建議。

分階段性規劃退休，而非單一目標日期



從亞洲到香港

- **依賴年期拉長**：亞洲平均 14 年照護依賴、13 年財務依賴；香港財務依賴長達 17 年，冠絕全區
- **自主成為新傳承**：84% 香港受訪者認同，並願將 71% 資產用於支持自己的自主生活
- **準備仍有缺口**：19% 從未接受身體檢查，67% 擔心負擔不起每月 HK\$11,531 的照護開支
- **對話最見成效**：曾諮詢財務顧問者 90% 認為生活質素良好，未曾諮詢者僅 68%

重要聲明

宏利投資管理是宏利金融的環球財富及資產管理分部。本資料只供相關司法權區適用法例及規例容許收取本資料的收件人使用，內容由宏利投資管理編製，當中的觀點為撰寫文件當日的意見，並可予以更改。宏利投資管理乃根據其認為可靠的來源編匯或得出本資料的訊息及 / 或分析，惟對其準確性、正確性、有用性及完整性概不發表任何聲明，對因使用有關訊息及 / 或分析而引致的任何損失亦概不負責。有關組合的投資項目、資產分配或於不同國家分布的投資均屬過往的訊息，並非日後投資組合的指標，日後的投資組合將有所改變。宏利投資管理、其聯屬公司或彼等之任何董事、高級職員或僱員，對任何人士倚賴或不倚賴本資料所載訊息行事而引致的任何直接或間接損失、損害或任何其他後果，概不承擔法律責任或其他責任。

本資料的部份訊息可能包含就日後發生的事件、目標、管理規定或其他估計所作出的預測或其他前瞻性陳述。該等事件並不一定會發生，並可能與本資料所載的情況存在重大差異。本資料載有關於金融市場發展趨勢的陳述乃按照現時的市況作出，有關市況會出現變化，並會因市場隨後發生的事件或其他原因而改變。本資料的訊息僅供參考，並不構成代表宏利投資管理向任何人士提出買賣任何證券的建議、專業意見、要約或邀請。本資料的訊息不得視為現時或過去的建議，或游說買賣任何投資產品或採納任何投資策略的要約。本資料所載的所有訊息概不構成投資、法律、會計或稅務意見，或任何投資或策略適用於閣下個別情況的聲明，或構成向閣下提出的個人建議。過往回報並不預示未來業績。

投資涉及風險。投資者不應只單靠本資料而作出投資決定，而應仔細閱讀銷售文件(如適用)，以獲取詳細訊息，包括任何投資產品的風險因素、收費及產品特點。

專有信息 — 未經宏利投資管理事先同意，不得以任何形式或就任何目的向任何第三方複製、分發、傳閱、散播、刊登或披露本資料全部或任何部分內容。

本資料由宏利投資管理(香港)有限公司刊發。

證券及期貨事務監察委員會並未有審閱此資料。



Manulife

Wealth & Asset Management