



財務幸福自我養成計畫

財務金融學系 陳彥行 教授



職涯規劃與借貸評估

課程進度

第一堂

理財規劃流程及
家庭財務報表

第二堂

退休金制度及金
錢詐騙剝削預防

第三堂

職涯規劃及
借貸評估

第四堂

投資報酬與風險

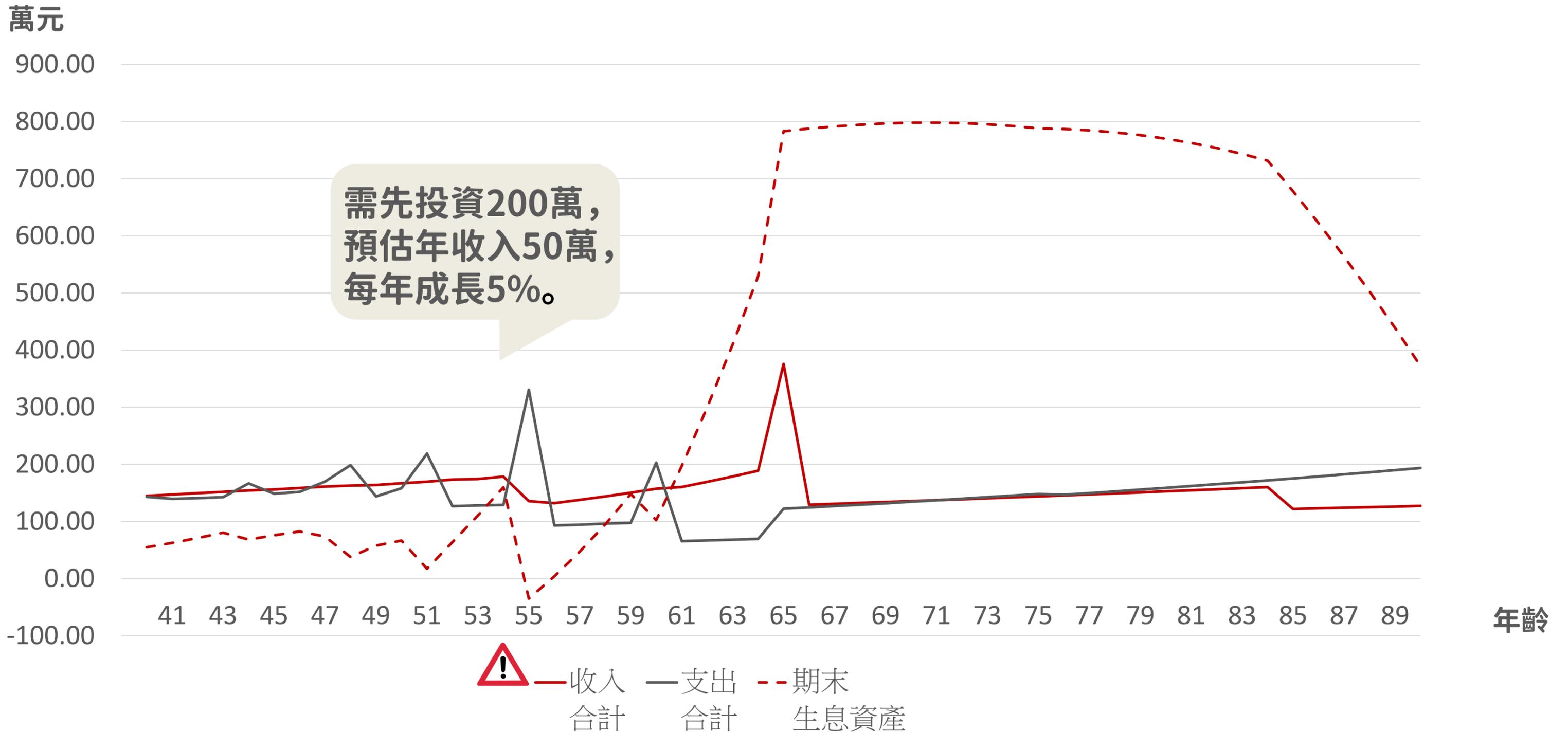
第五堂

人生風險與保險

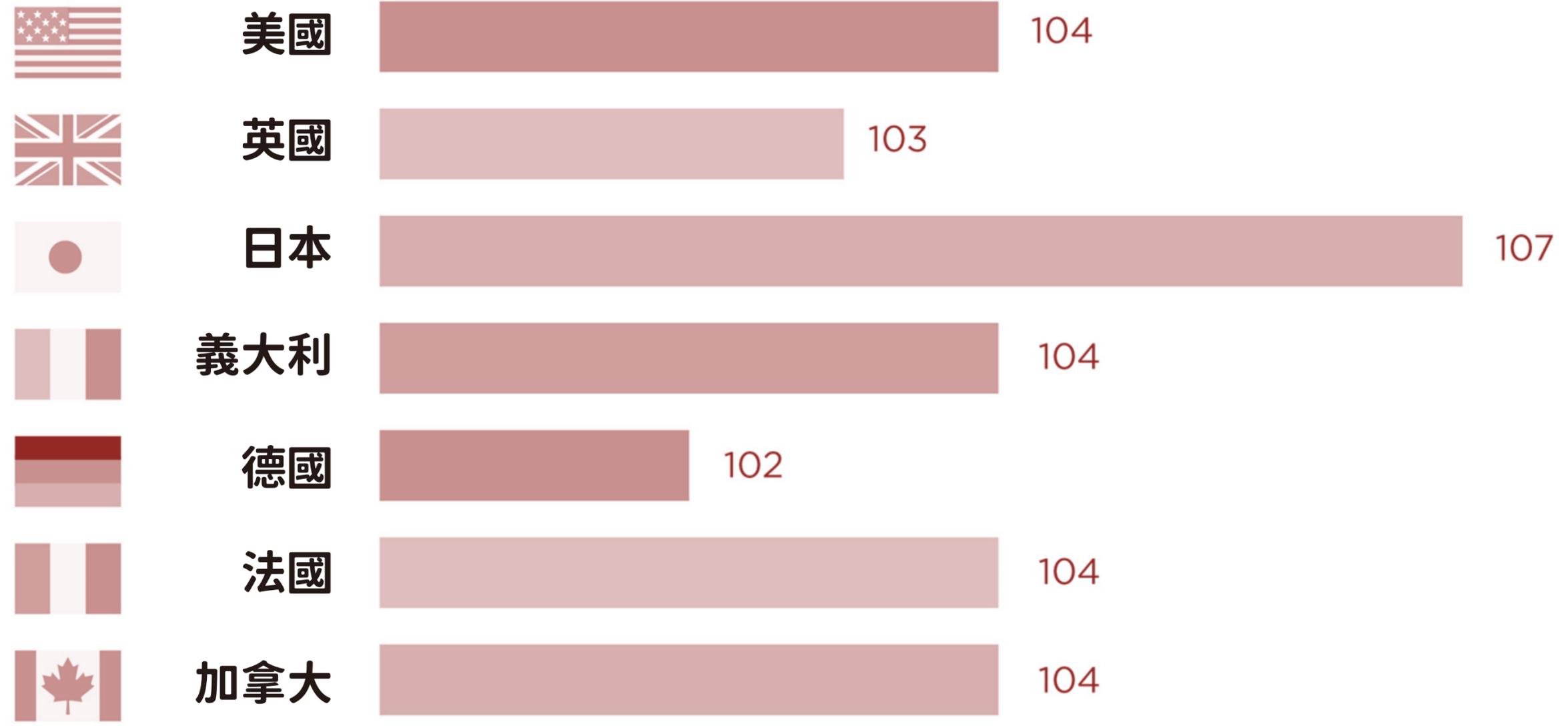
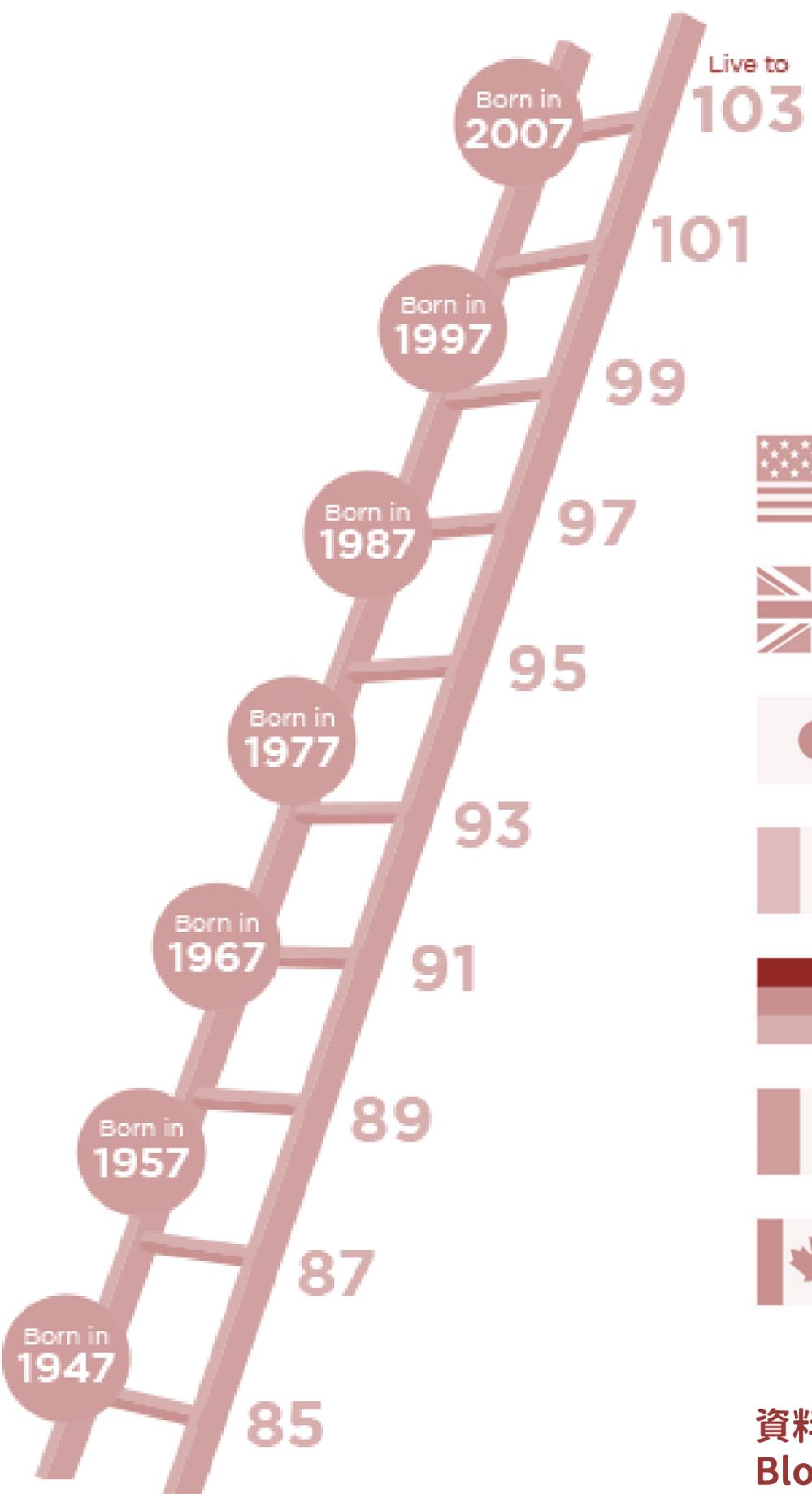
第六堂

回顧與展望

金鳳家壓力測試：阿進55歲轉職園藝



千禧年後出生的人， 超過一半有機會成為百歲人瑞...

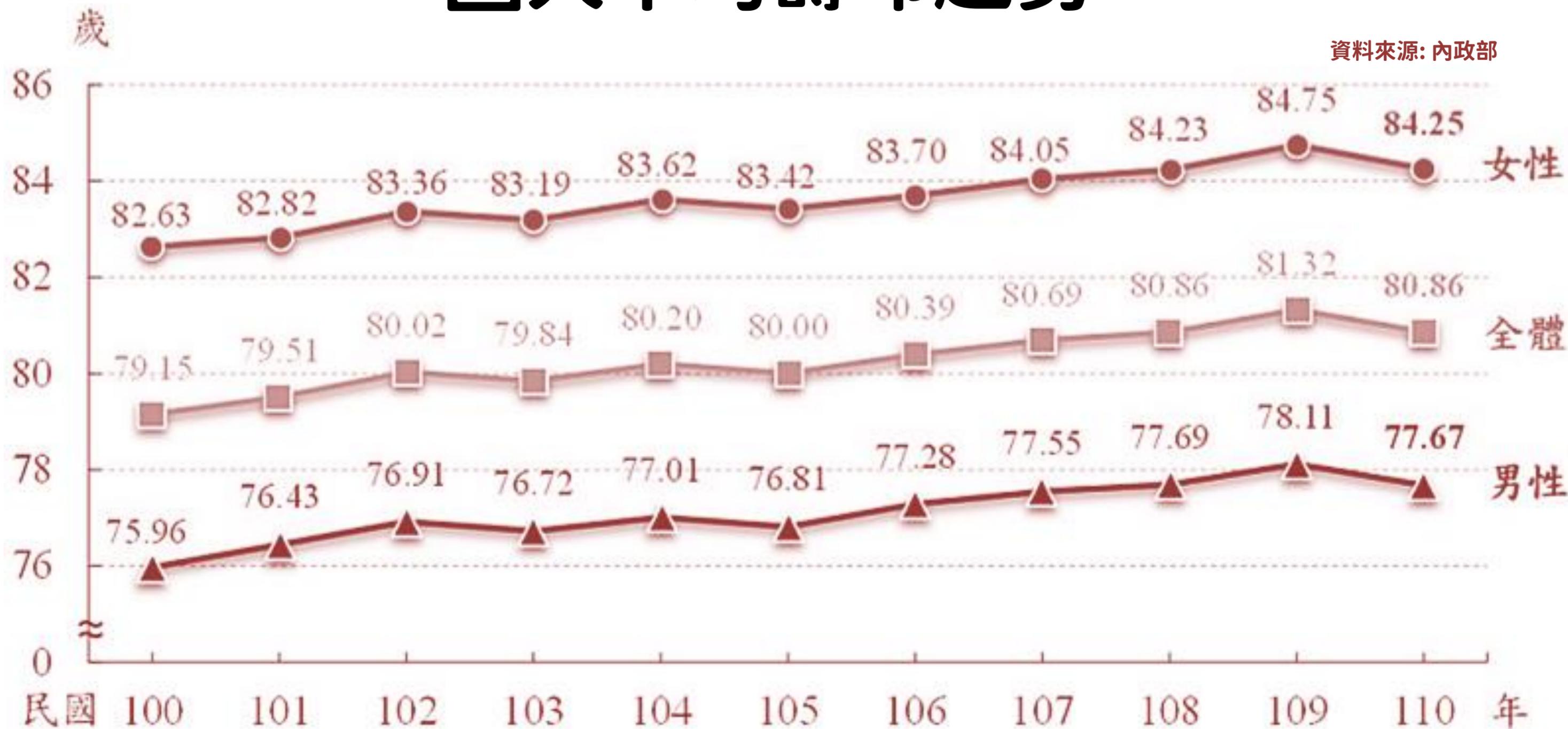


Years

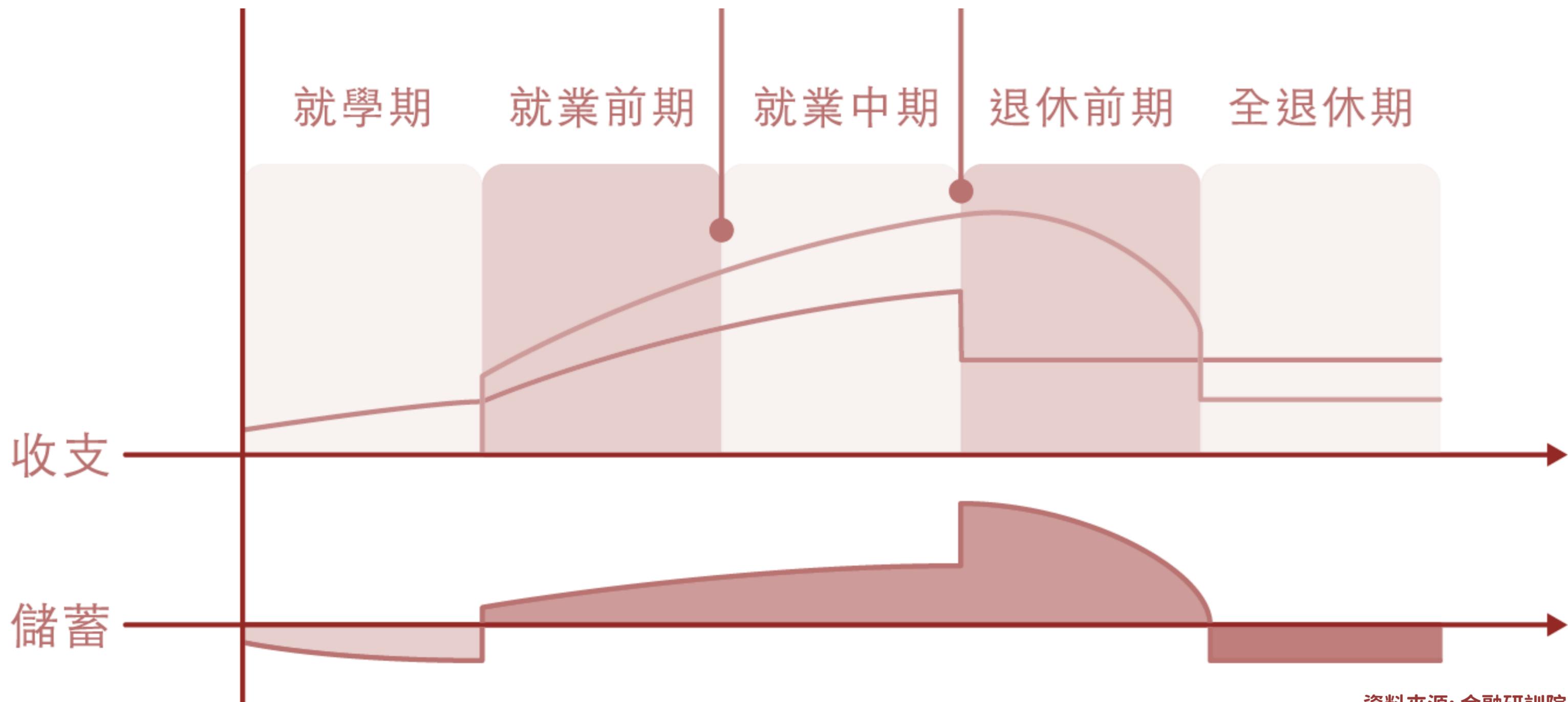
資料來源: Gratton, L., & Scott, A. J. (2016). *The 100-year life: Living and working in an age of longevity*. Bloomsbury Publishing.

國人平均壽命趨勢

資料來源: 內政部



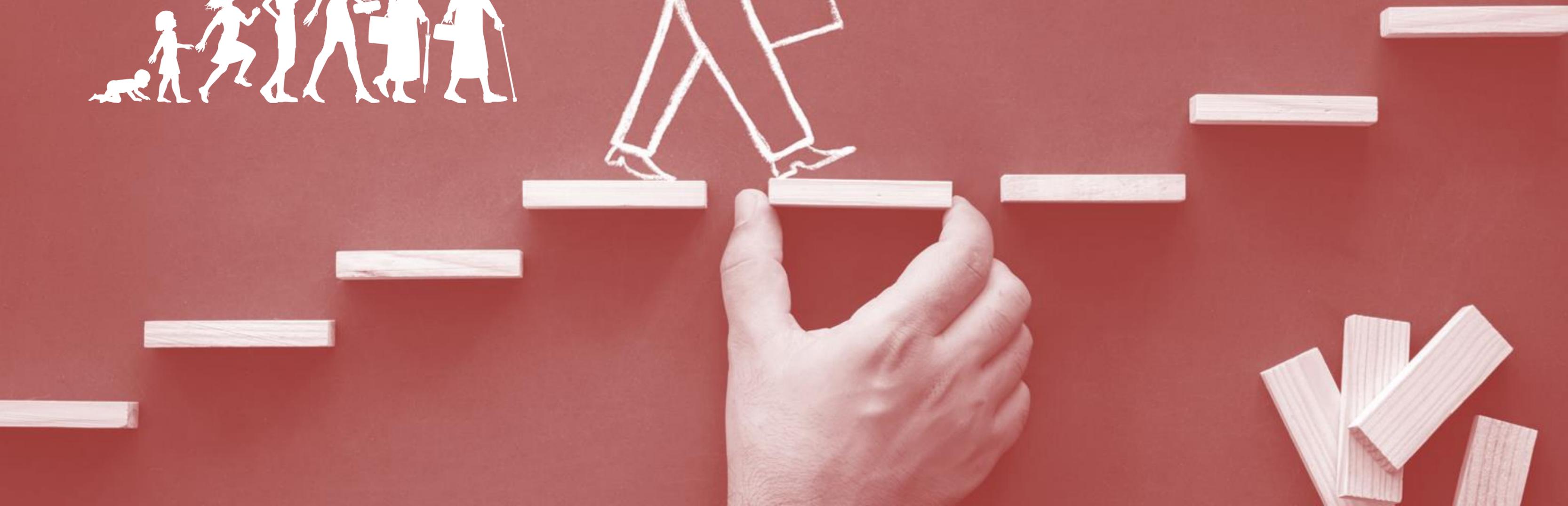
持續快樂的工作，是百歲財務策略的關鍵



每一段工作的定位
隨著自己人生階段
追求的不同而改變



工作、職涯
出人意料的長久



就業前、中期：有穩定收入達成理財目標

最重要的理財規劃	30世代	40世代	50世代	60世代	
醫療規劃	21.2%	10.3%	16.4%	26.6%	28.0%
財富累積規劃	19.2%	38.6%	23.9%	12.8%	7.5%
退休規劃	19.0%	7.9%	15.2%	31.4%	20.6%
子女教育規劃	14.8%	20.9%	25.7%	11.1%	5.7%
家庭責任規劃	12.6%	19.3%	14.3%	9.7%	9.0%
傳承規劃	1.6%	0.8%	0.8%	1.6%	2.8%

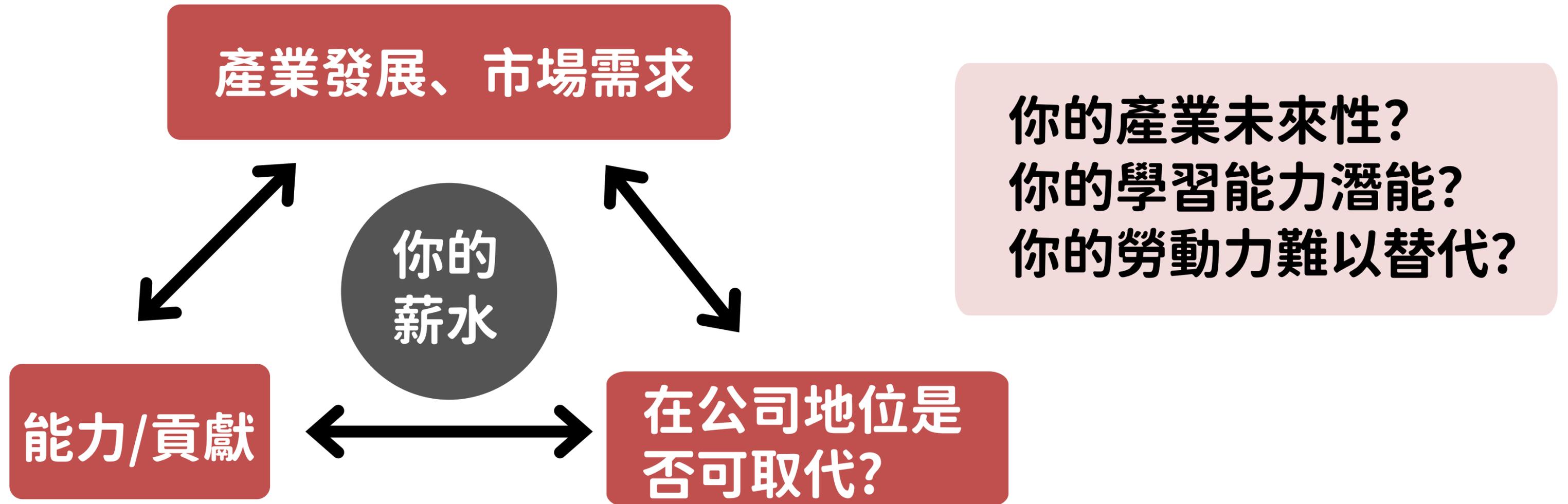
收入不穩定的原因1: 景氣循環

景氣的波動週而復始且不定期的發生。

判斷目前自己身處的產業，是在景氣的哪個位置。**在景氣好時提高儲蓄水準、未雨綢繆。**



收入不穩定的原因2: 沒有持續學習新技能



壽命延長，讓人的職涯組合變更多元

傳統三階段人生：就學-工作-退休



新的多階段人生：就學-工作-進修-轉業-進修-轉業-退休



專業技術外的重要技能

解決問題能力



批判性思考能力



內隱知識



危機管理能力



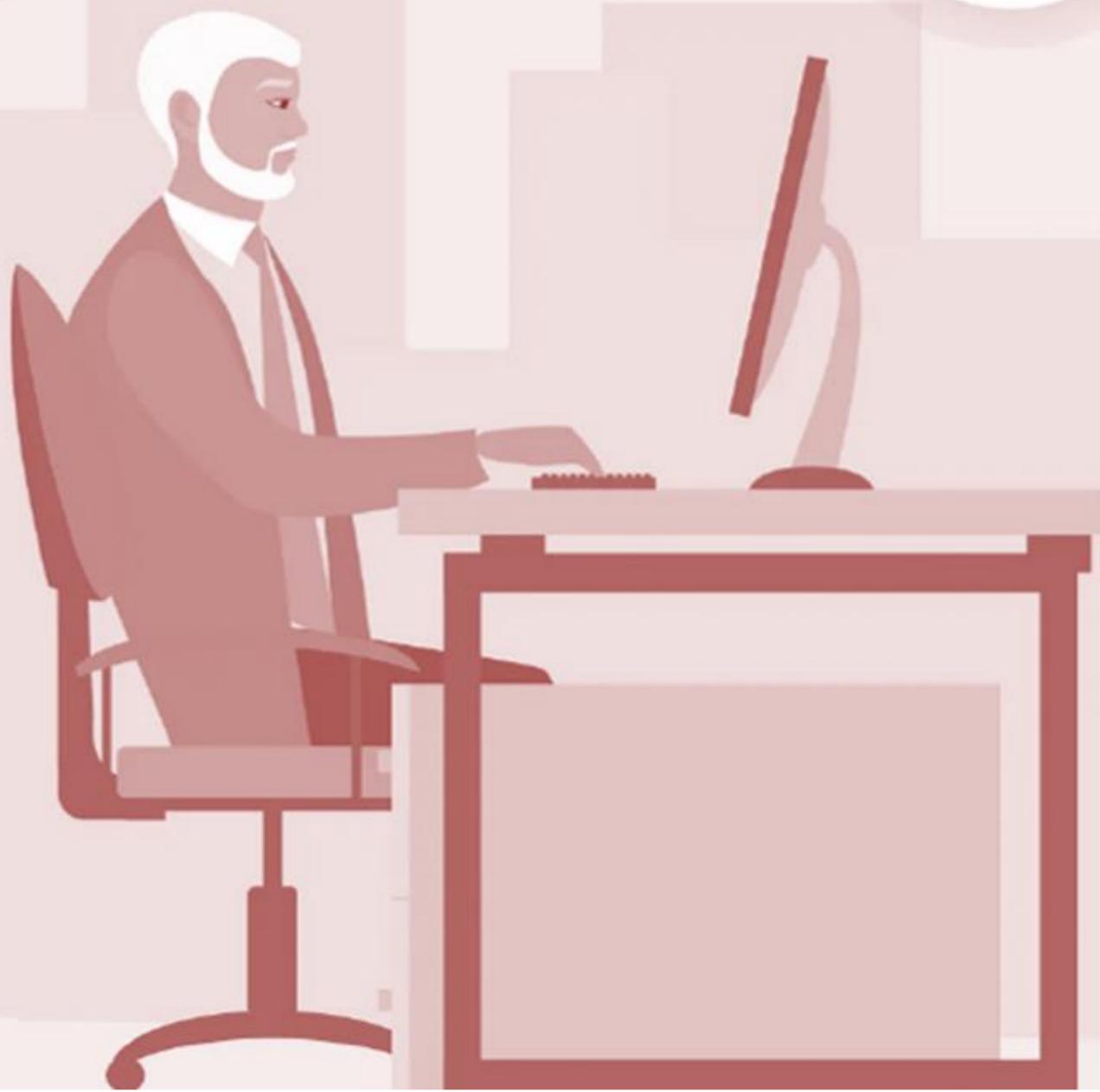
傾聽能力



關係管理能力



同理心



收入不穩定的原因3:

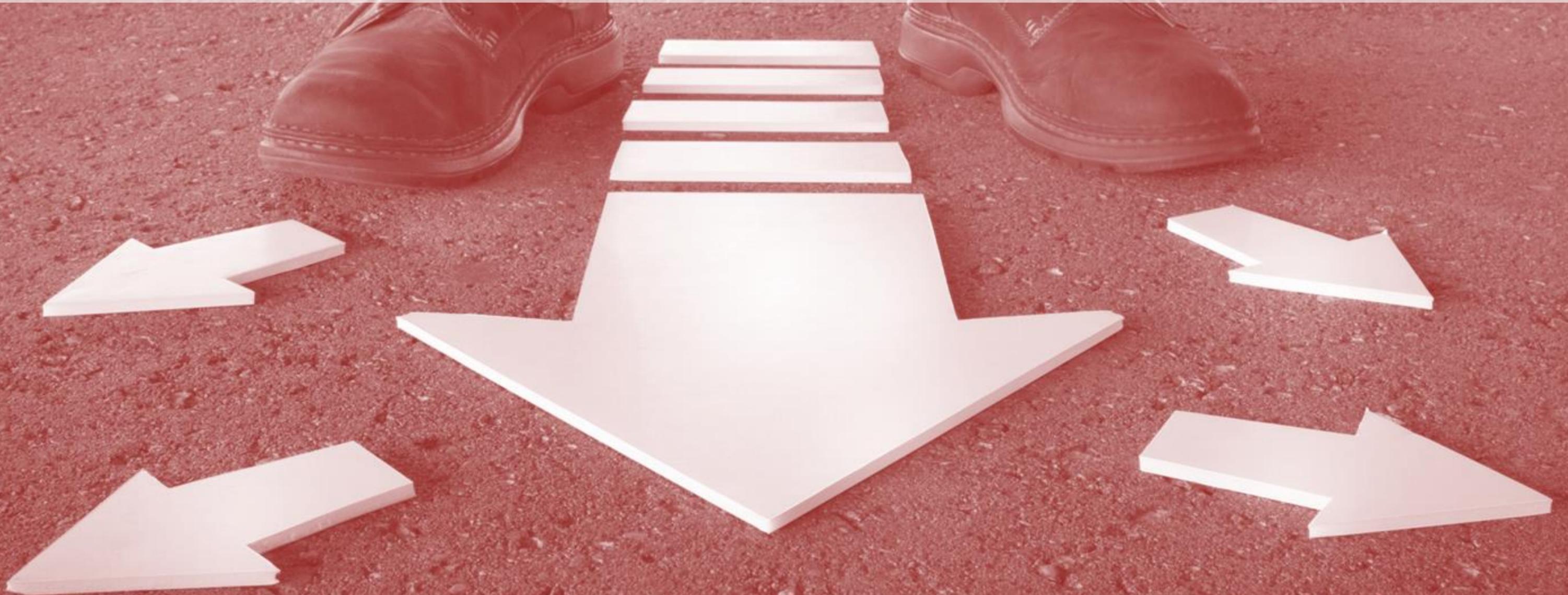
工作沒有能讓自己安定的其他價值

工作的幸福來自於:

- ✓ 完成任務的成就感
- ✓ 與同事合作無間的感覺
- ✓ 對於薪資與福利感到滿意
- ✓ 累積經驗與學習新技能
- ✓ 感到受到尊重和認可



**選擇讓你感到幸福的工作，
而非薪資最高的工作。**

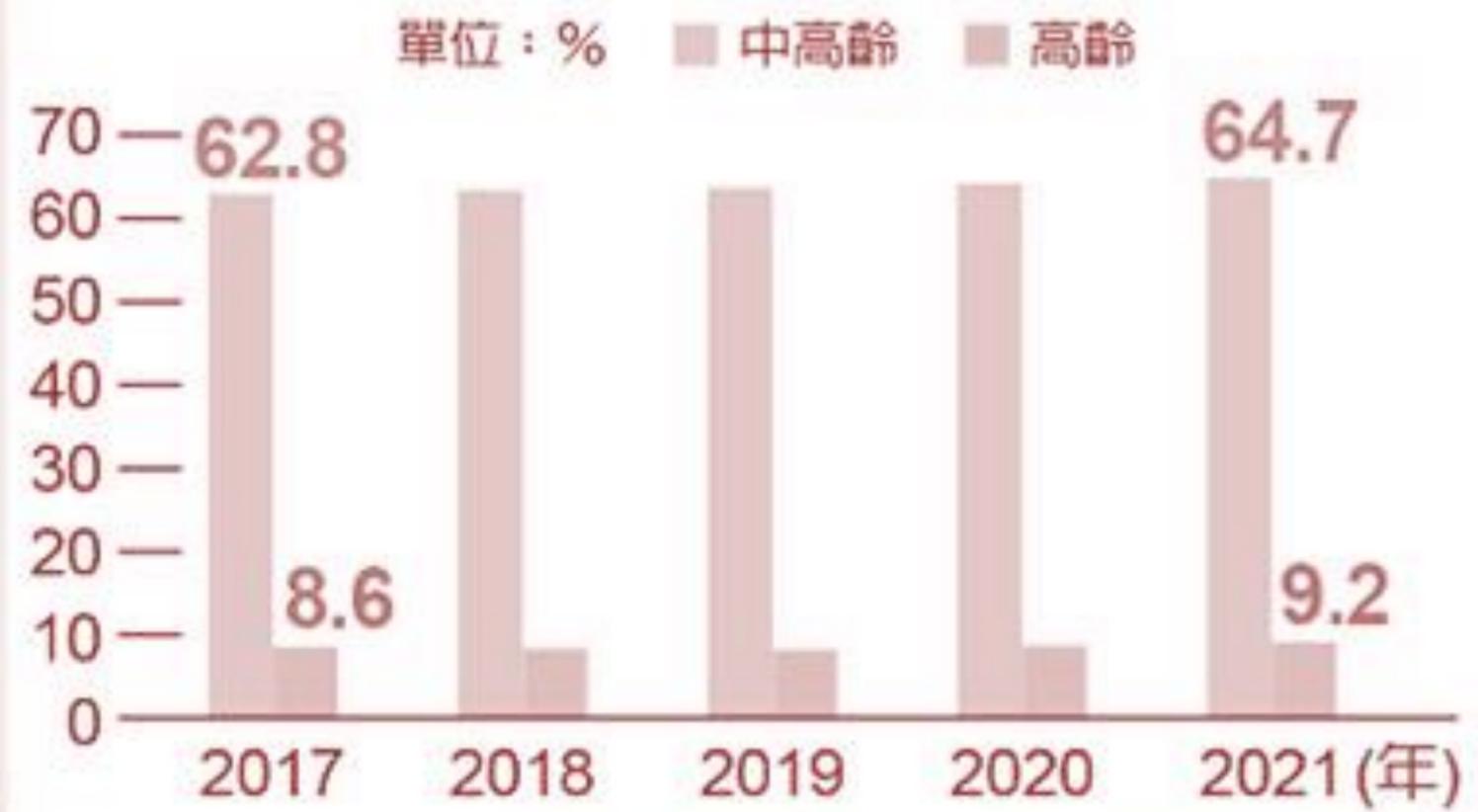


退休前期：自我實現、維持生活品質

評估自己的健康狀況，**用1/3的時間賺取1/3的報酬。**



中高齡及高齡勞參率



註：中高齡為45-64歲，高齡為65歲以上
資料來源：勞動部 (經濟日報記者余弦妙整理)

表1 自己的老年自己養！

退休金三大來源：儲蓄、投資收益、持續工作收入（複選，%）

問：若要讓你能在退休後過著理想生活的話，除了政府提供的年金或退休金外，還需要哪些資金來源？



理想生活資金來源（複選）	年齡（歲）			
	30~39	40~49	50~59	60以上
整體				
個人儲蓄	54.8	51.8	49.7	35.2
個人投資收入	55.6	56.4	46.9	26.1
退休後繼續工作的收入	40.1	46.8	33.3	16.9
子女或家庭供養	13.0	17.0	20.9	27.1
其他	0.3	0.0	0.2	0.3
都不需要，政府提供的即足夠支付	0.8	0.8	2.8	10.4
不知道 / 未回答	2.4	2.3	5.1	11.4

資料來源：2019《遠見》家庭理財暨樂活享退指數大調查

RETIREMENT



退而不休，
真正過自己
的人生！

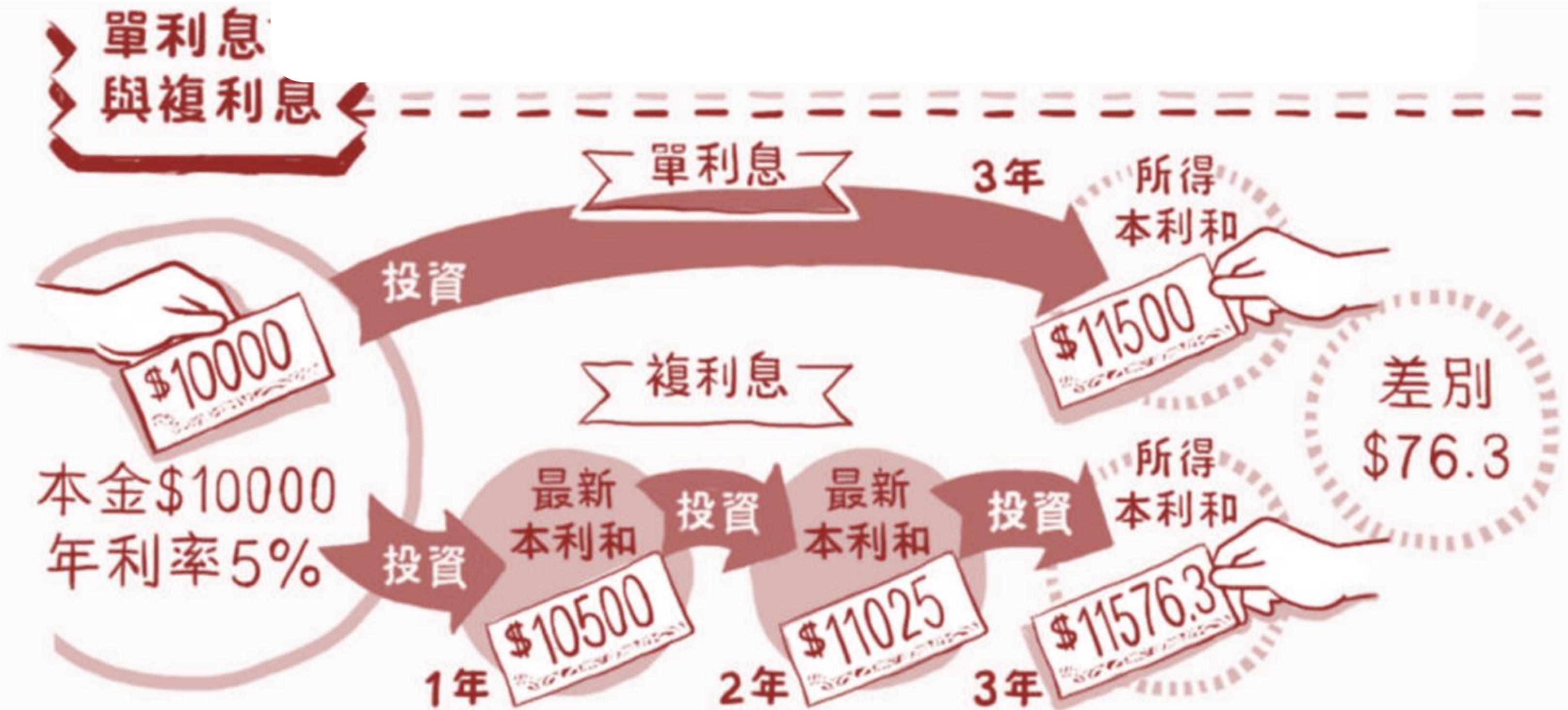
經歷職涯的盛夏之後，
承擔家庭責任的
工作使命告一段落……

退休的職涯，為了自己：
有提高**生活品質**的財力！
維持**健康**的毅力！
擺脫孤獨的勇氣！

利率決定存錢和借錢的利息



利息分為「單利」與「複利」



利息的計算

利率

■ **厘** 1厘 = 0.1%

1萬元的1厘利息，就是10元。

■ **分** 1分 = 1%

1萬元的1分利息，就是100元。

■ **%** 百分之一

1萬元的1%利息，就是100元。

計息頻率

■ **日** 每天算1%利息

借1萬元單利一年利息為36,500元。

■ **月** 每月算1%利息

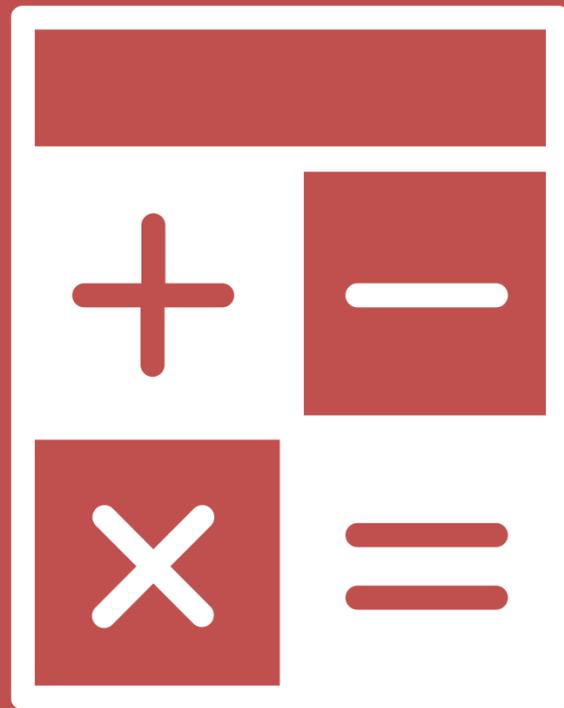
借1萬元，單利一年利息為1,200元。

■ **年** 每年算1%利息

借1萬元，單利一年利息為100元。

牛刀小試

動手算算看



案例》阿德看到下面廣告打去借了50萬元，每月繳息，5年後一次還清本金，他每年要繳多少利息？

答案揭曉： $500,000 \times 1\% \times 12 = 60,000$

他每年要付6萬元的利息，5年後就需要繳出高達30萬元的利息。

※月利息1% = 年利息12%※

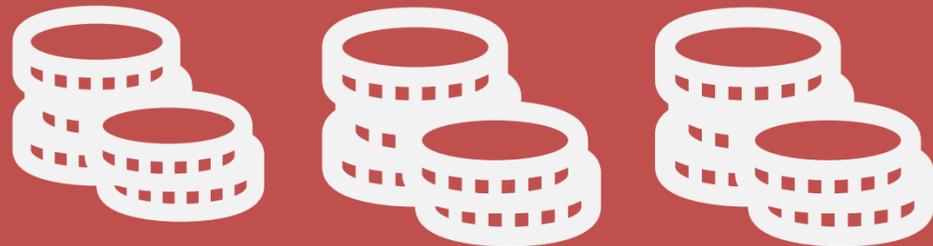
蔡老師 借款80萬內
月息利率1%
★來電保證借★
免押免保 各行各業 幫你渡難關
★·政府立案 拒絕高利·★



貸款怎麼 按月攤還?

借100萬，分7年(84期)
每月平均攤還本利，年
利率為8%。

每月還款金額為15,586。



初期還**利息**較多，後期還**本金**較多。

期	(1) 期初貸款餘額	(2) = (1)*年利率/12 本期利息	(3) 期末還款金額	(4) = (3) - (2) 清償本金額度	(5) = (1) - (4) 期末貸款餘額
1	1,000,000	\$6,667	\$15,586	\$8,920	\$991,080
2	\$991,080	\$6,607	\$15,586	\$8,979	\$982,101
3	\$982,101	\$6,547	\$15,586	\$9,039	\$973,063
4	\$973,063	\$6,487	\$15,586	\$9,099	\$963,963
5	\$963,963	\$6,426	\$15,586	\$9,160	\$954,804
6	\$954,804	\$6,365	\$15,586	\$9,221	\$945,583
79	\$91,373	\$609	\$15,586	\$14,977	\$76,396
80	\$76,396	\$509	\$15,586	\$15,077	\$61,319
81	\$61,319	\$409	\$15,586	\$15,177	\$46,142
82	\$46,142	\$308	\$15,586	\$15,279	\$30,863
83	\$30,863	\$206	\$15,586	\$15,380	\$15,483
84	\$15,483	\$103	\$15,586	\$15,483	\$0

這樣算對嗎？

找我辦貸款比較便宜，
借100萬、分84期的月
付金只要15,586元，
等於貸款利率只要
4.4%。

$$\text{平均每年償還利息} = (15,586 \times 84 - 1,000,000) / 7 = 44,175$$
$$44,175 / 1,000,000 = 4.4175\%$$

此算法將**低估利率**，因為除利息外，本金也逐漸被償還，第二個月開始分母將小於100萬。

依照您的條件，借100萬
分7年每月攤還本利的利率
是8%。

下載好用的貸款計算器



iOS系統

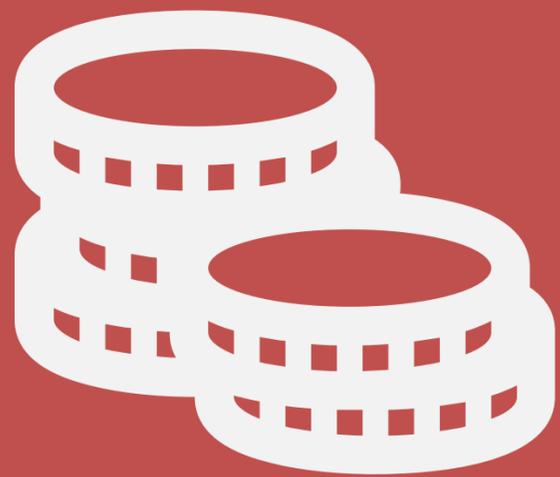


安卓系統

貸款金額	1,000,000.00		
利率 (%)	8.00		
貸款期	84	月	
付款	15,586.00	每月	
總利息	309,224.00	總還款	1,309,224.00
分期償還表格	圖表		

總費用 年百分率 是什麼？

考慮申辦貸款手續費後的平均年利率。



案例》阿德向銀行信用貸款10萬元，分12期償還，開辦費3,000元，年利率 = 6%，總費用年百分率為？

每期還款金額

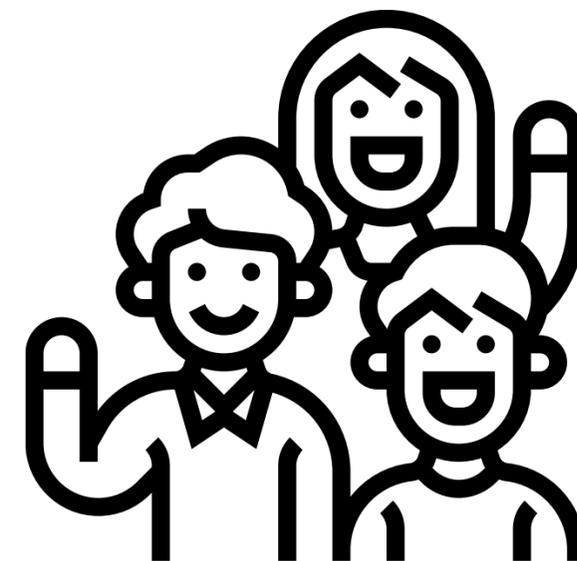
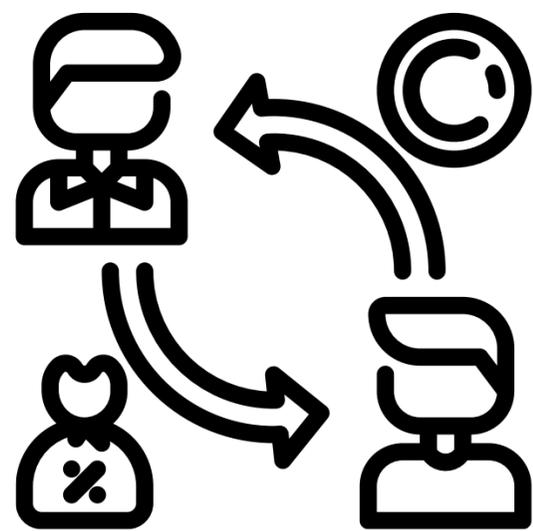
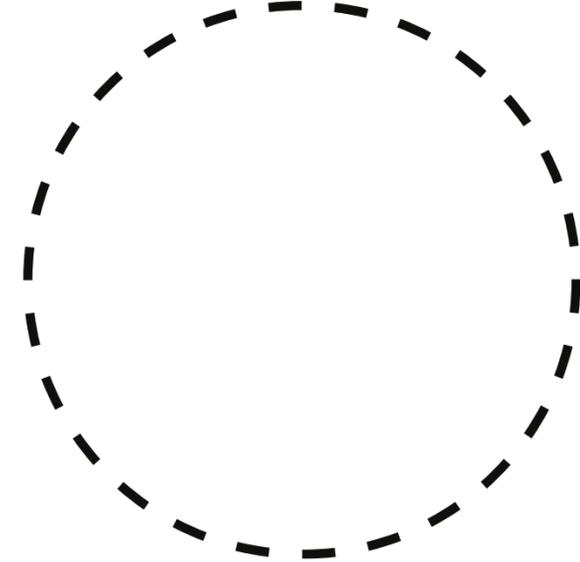
貸款金額	100,000.00
利率 (%)	6.00
貸款期	12 月
付款	8,606.64 每月

總費用年百分率

貸款金額	97,000.00
利率 (%)	11.74
貸款期	12 月
付款	8,606.64 每月



哪裡可以借到錢？



銀行

其他金融機構
(券商、壽險公司)

民間借貸

親朋好友

利息高低

擔保品

手續費

借錢難易

違約成本



銀行

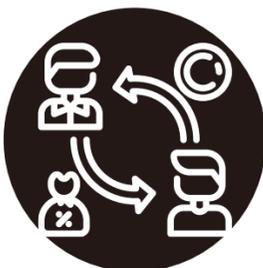
較低

有/無

低

難

違約金、利息增加
擔保品被處分
聯徵不良紀錄



其他金融機構

低

保單/股票

低

較易

違約金、利息增加
質押股票被斷頭
質押保單被停效



民間借貸

高

有/無

高

易

違約金、利息增加
擔保品被處分
被暴力討債 (若非法)



親朋好友

無

無

無

不一定

人情壓力
被口耳相傳

民間借貸 管道有哪些?



當舖



錢莊



互助會/標會



代書



代辦



融資公司



資產管理公司



網路借貸平台



儲蓄互助社

「5」 招識破民間借款陷阱



先索取證件正本

「標榜雙證件正本、印章、存摺交出來，就能幫你輕鬆辦好貸款」就要提高警覺！一不小心可能就變成詐騙人頭帳戶！



借貸利息太高

法定利率超過16%就是高利貸！若只知道貸款金額和每月還款金額，可以利用線上試算工具試算出貸款利率。



沒有合法立案

兩大要件：有沒有營業執照或登記證？有沒有固定營業處所？確認為合法正式立案的貸款機構，才能貸得安心。



先收取各種費用

通常手續費會在確定貸款之後才會收取，所以對「事先收手續費或其他各種名目費用的機構」一定要提高警覺！



流程太過簡單

沒當面對保就簽約，只要給出證件就可以馬上拿到錢、只要付手續費就能貸款，一不注意可能就落入高利貸的陷阱。

多少就算是
高利貸？



我國法定約定年利率上限

20%

16%

2021/7/20

後利息上限降為16% !

民法 § 205

高利貸超過法定年利率16%的部分，
約定無效，不用還！

「4」個當需要借錢時 要先考慮金融機構的理由：



1

可以節省借貸費用

利息及各項手續費都要比民間借貸機構低。

3

沒有被詐騙的疑慮

金融業是特許行業，營業行為都被政府嚴格監管。

2

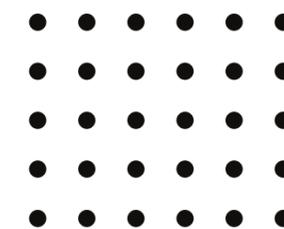
被討債無安全危險

僅可使用通信提醒繳款，民間借貸可能暗藏暴力討債危機。

4

有其他政策性貸款

許多政府提供的優惠政策貸款，多由銀行協助申辦。



原住民族綜合發展基金貸款

按郵局2年期定期儲金機動利率加年息0.125%機動計息 (2023.4時為1.72%)。

產業貸

經濟產業貸款

用於事業經營之
資本支出及週轉支出

創業貸

青年創業貸款

用於新創事業經營之
開辦費、準備金

微笑貸

微型經濟貸款

用於小型事業經營或
家計週轉用途



原住民金融服務專線

0800-508-188



原住民族委員會
COUNCIL OF INDIGENOUS PEOPLES

原住民族綜合發展基金貸款

原夢計畫 貸你圓夢

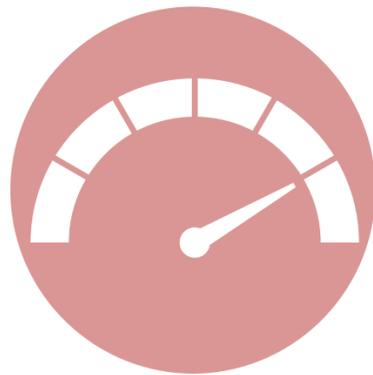
銀行借不借，看「3」要件！

銀行先將存款人的錢暫時借用給你，除了從中可以賺取利息報酬之外，銀行也有責任看顧好存款人的辛苦錢。



資本

借款人持有的
動產與不動產，
越多越好。



人品

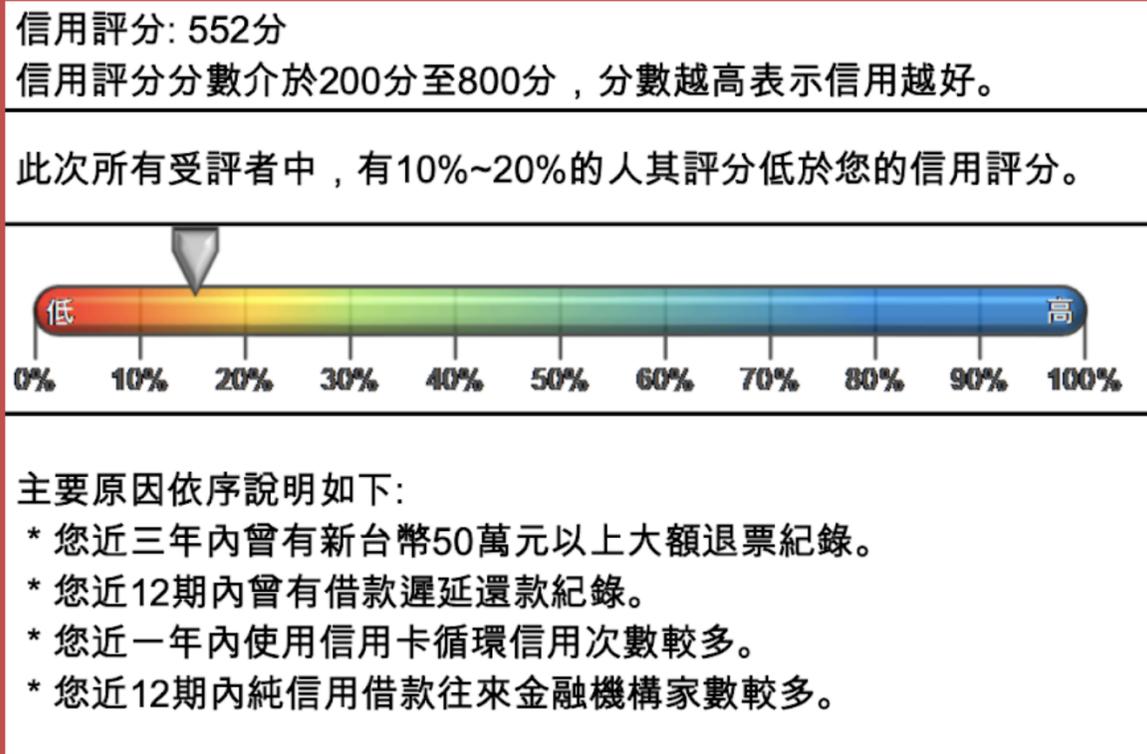
過去借過錢，
且都有準時償
還最佳。



還款能力

所得越高越好，
其他債務越少
越好。

信用分數 受什麼影響？

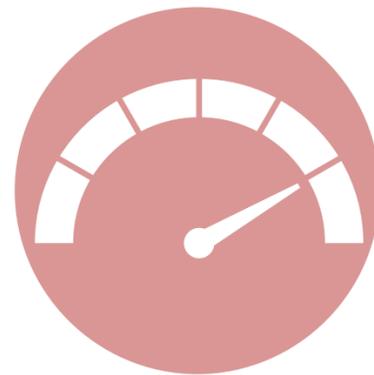


由「金融聯合徵信中心」紀錄過去你與金融機構之間信用往來資料，分數介在200-800，越高代表信用越好。



繳款行為

在信用卡、授信借貸以及票據有無繳款不良紀錄？



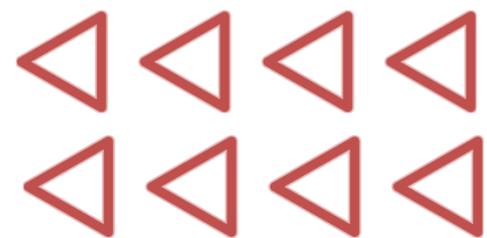
負債類

負債總額、負債型態(預借現金及循環信用)、負債變動幅度。

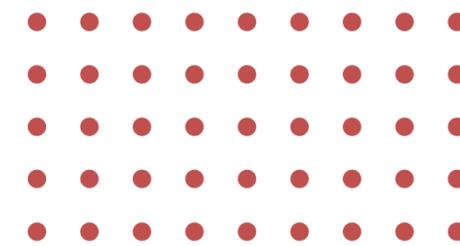


其他

新信用、信用長度、保證人等相關資訊。



如何申請信用報告



聯徵中心
臨櫃申請

郵局代收
郵寄申請

聯徵中心
網站查詢

TWID手機
App查詢

申請文件

身分證
第二證件

身分證影本
第二證件影本
戶口名簿影本

自然人憑證
讀卡機

指定證券戶憑證

申請時間

當日

約一週

當下

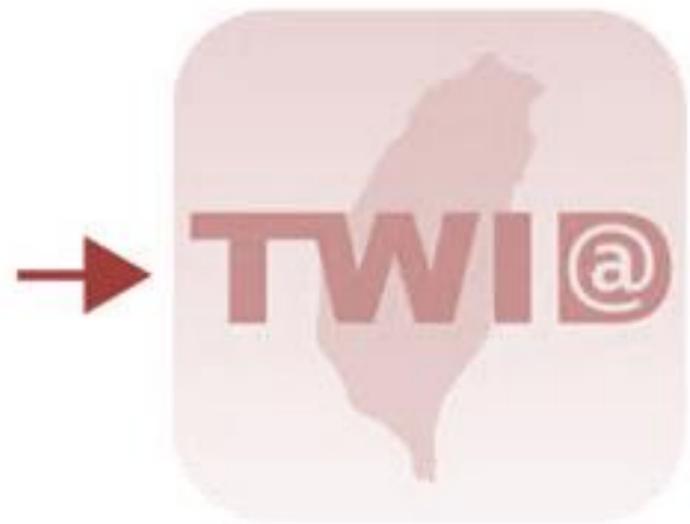
當下

申請費用

每年可免費查詢1次
(之後中文版每份100元，英文版每份
200元)

每年可免費申請1次
(之後每份80元)

個人信用行動查詢3步驟



Step1. 進入App Store或Google Play

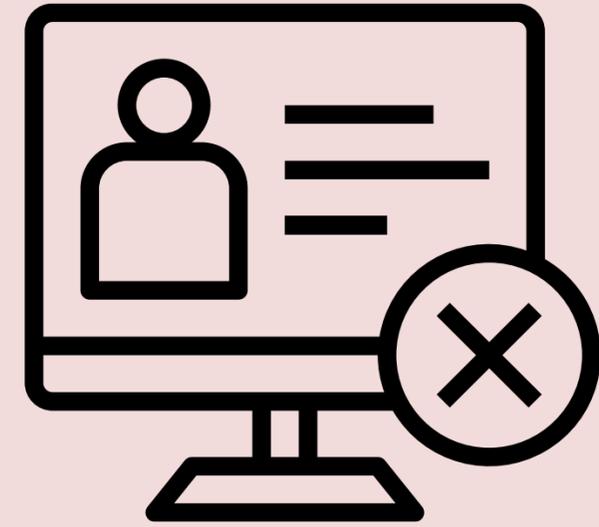
Step2. 搜尋介面輸入「TWID投資人行動網」

Step3. 點按「安裝」、往後即可隨時查詢



不要同時向多家銀行貸款

避免負債總額或增額過高

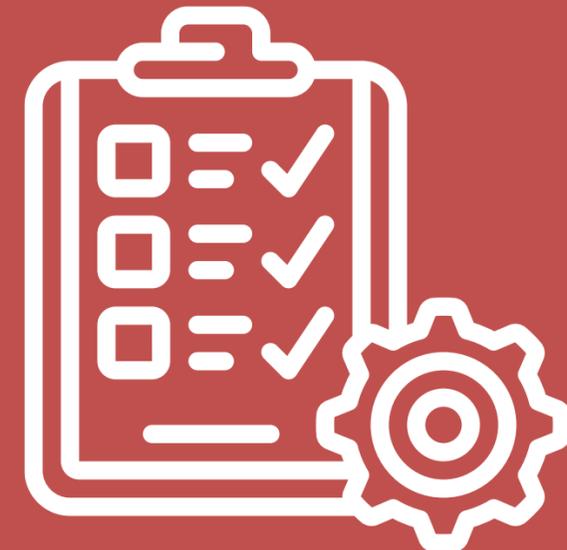
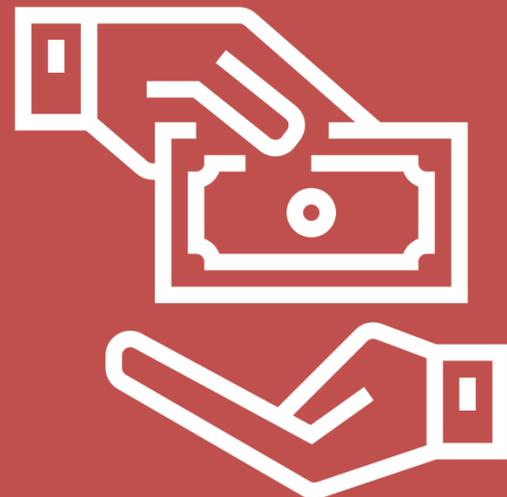


如何提高 信用分數?

按時全額繳款

信用卡不動用預借現金和循環信用

及早開始正常使用信用



沒有信用， 該怎麼開始？



1

有穩定薪轉收入

如果是日領型的工作，則可以將每月扣掉支出所剩下的收入存進銀行帳戶。

3

申辦一張信用卡

在有穩定收入與存款的情況下，就可以向銀行申辦一張信用卡，開啟建立信用之路。

2

每月固定有存款

不要當月光族，每月收入中要有可以存下來的錢。

4

正確使用信用卡

- 帳單全額繳清，不使用循環信用。
- 不延遲繳款。
- 不隨便預借現金。



善用好的債務，落實人生夢想



好債

資金用於投資能**產生收益**的**有形或無形**資產。

增加長期的安定感、幸福感。



壞債

資金用於一次性的消費或是購買**會貶值**的物品。

增加短暫的消費喜悅、快樂。



如何辨別債務好與壞？

就學貸款 該不該先還？



學貸利率低》

郵局1年期定期儲金機動利率 + 0.15%
(2023.4時為1.65%)
每1學期借款有1年償還期間。

借款50萬，分96個月(8年)償還，
每月需還5,563。

若每月還8,500 (多3,000)，61個月可還完。

考慮3,000元的其他用途：

O

定期定額投資

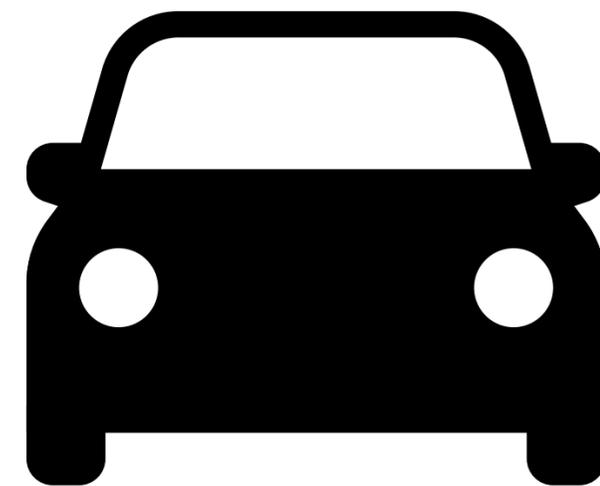
X

休閒娛樂花費

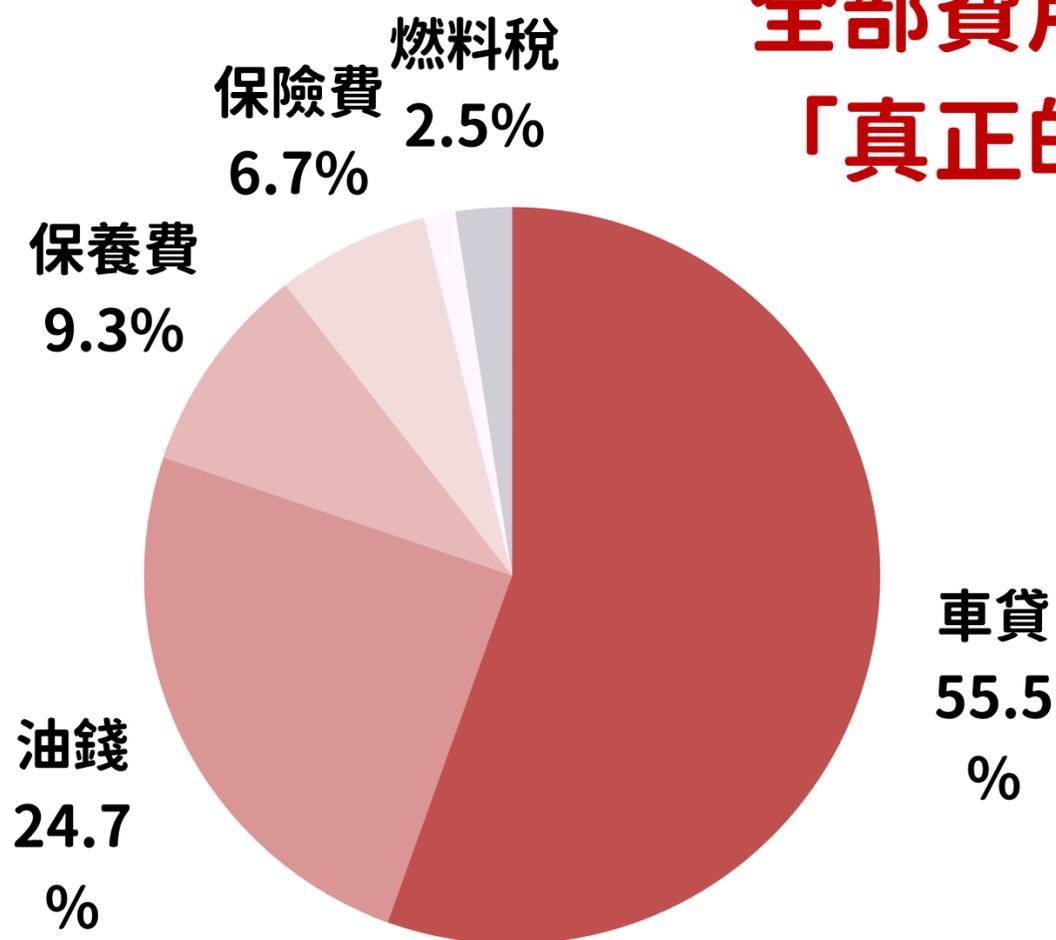
除了貸款還款金額，
還要評估真的負擔得起
「借錢要做的事或
要買的東西」嗎？

以買車為例》

除了車貸外， 還有其他的花費！



**全部費用都能負擔才是
「真正的還款能力」！**



還有其他罰單、
停車、過路費等
費用還沒算入，
一個月費用可能
超過1.6萬元。



債

欠債不還，隨著時間愈久，要承擔的責任只會愈多。損失的不只是錢，還有生活品質。

電信費欠繳，拖過2年追溯期能一筆勾銷？

追溯期會因催繳重新計算

若欠費超過2年才收到催繳(支付命令)，要在20日內向法院提出異議，主張超過時效，拒絕給付。否則支付命令確定後，追溯期又會重新計算2年。

電信欠費未來將列金融信用參考

就算有機會不用還，卻可能無法再申辦該電信業者的門號，未來跟銀行借錢也可能有困難。



欠費、債務冷處理，可能變財務破口



財產被迫處分

若擁有任何動產、不動產或銀行帳戶有存款，被發現即會被追討債務。



工作難有發展

薪資所得可能被強制執行，若不想被強制扣薪，就只能選擇日領型工作。



可能居無定所

要是房屋被拍賣後，只能搬離原來的居住地域，要重新適應其他環境。



金融服務受限

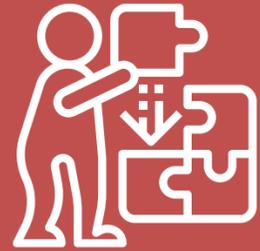
被註記信用不良，未來想再申辦信用卡或銀行貸款，會被拒於千里之外。

最優的選擇

債務處理方式

1. 債務整合

降低月付(延長年限)
降低利率
集中繳款
維持信用



債務超過
月薪22倍

無法
整合

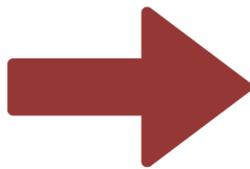
2. 前置協商

《消費者債務清理條例》
銀行協商或法院調解
年限更長 (15年)
利率更低 (0%)

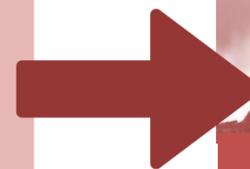


信用註記 (1年)

整合
成功



依約定條件
清償債務

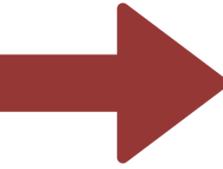


維持原有生活
最後還清所有債務



協商
成立

協商
失敗



毀約

《消費者債務清理條例》

3. 更生

更生方案 (6年)
保有財產
限制生活浪費

信用註記 (4年)

4. 清算

變賣財產清償
剩餘債務一筆勾銷
生活與職業限制

信用註記 (10年)

法律扶助 認清無分號



「內政部○○協會」、「○○法律輔助○○」、「○○扶助協會」等強調經政府核准立案或專責，可協助債務整合的民營機構，都可能要收取費用。

免費債務諮詢：**法律扶助基金會**(公辦民營)

嚴重的債務問題



財團法人法律扶助基金會
Legal Aid Foundation

法扶全國七碼專線

412-8518 市話可直撥
手機加02

一般的法律諮詢



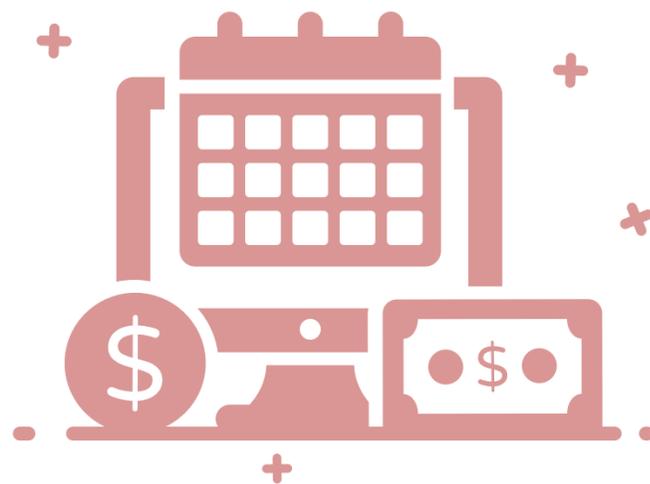
原住民族委員會
COUNCIL OF INDIGENOUS PEOPLES

原住民族金融輔導員
區公所免費法律諮詢

信用瑕疵 重建不灰心

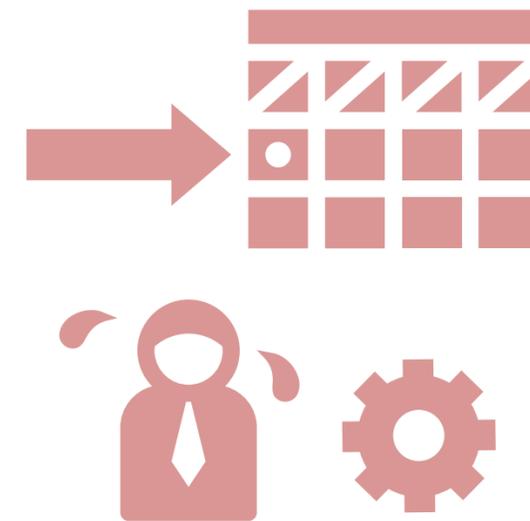


①



積極清理債務

②



了解信用瑕疵揭露期限

雖然在信用瑕疵揭露期間(前置協商履行完畢後1年、更生履行完畢後4年，清算裁定後10年)，信用評分會不好看，揭露期間後若能良好使用信用，信用評分會慢慢變好。

朋友欠錢不還，想追討怎麼辦？

先.證明借貸事實



依民法規定，借貸契約的訂定，並不一定要是書面的，所以口頭約定也算是成立契約，只是到時候如果上了法院，沒有紙本資料會比較難證明這個「借款事實」。

後.申請法律追討



可先申請發存證信函，向法院聲請支付命令、或直接提告民事訴訟。等候支付命令確定或是勝訴就可以接續申請強制執行。



總結

- 1 持續快樂的工作是有效因應長壽風險的方法。
- 2 透過儲蓄、學習新技能與選擇幸福的工作來降低失業風險與衝擊。
- 3 分期貸款初期還利息較多，後期還本金較多。
- 4 借錢成本要考慮總費用百分率(包含利息與手續費)。
- 5 向銀行借錢成本最低，民間借貸成本高且可能有陷阱。
- 6 注意會影響信用分數的因素，定期關心分數的變化。
- 7 積極處理債務問題，可利用法律扶助基金會的服務。