



熱線：2918 0102  
傳真：2259 8806  
網址：[www.mpfa.org.hk](http://www.mpfa.org.hk)

005/2024/03/YB(C)

# 積金“寶錄”

MPF SIXTEEN \* 16

2024年3月

# 目錄

序 .....	03
1 人口老化問題 .....	05
2 強積金制度 .....	07
3 加入強積金行列 .....	09
4 供款期的計算 .....	11
5 強積金供款額 .....	13
6 兼職僱員的供款額計算方法 .....	15
7 平均成本法 .....	17
8 複息效應 .....	19
9 投資三元素 .....	21
10 強積金投資旅程的六大決策點 .....	23
11 積積樂隊 .....	25
12 如何挑選強積金基金 .....	27
13 「供款帳戶」VS「個人帳戶」 .....	29
14 轉職時如何處理強積金 .....	31
15 查詢個人帳戶 .....	33
16 定期檢討強積金投資 .....	35

## 在人生不同階段有不同的財務目標



## 序

你的理想人生是怎樣的呢？無論你是想30歲前置業、當老闆，還是想退休時過著愜意無憂的生活，財務策劃都是大家不能忽視的一個課題。

在漫長的人生中，大家可能會經歷轉工、買樓、結婚、生兒育女，然後退休等。在這些人生不同的階段中，我們會有不同的財務目標和需要。財務策劃就是透過適當的財務管理和投資工具，如儲蓄、消費、保險以及各類投資及退休計劃，達致個人理財的目標。

透過這本《積金"實錄"》，我們希望為大家介紹16條有關財務管理的概念及強積金制度和投資的資訊，讓大家明白在人生不同階段作出財務策劃的重要性，及早為未來退休生活作好準備。

「年青就是本錢」，今天就一起開始準備我們未來的理想生活吧！**Start Your MPF Life Today!**





65歲及以上的長者



適齡工作的成人



## 人口老化問題

### 人口老化問題不容忽視

大家有沒有發現報章和雜誌上愈來愈多「銀髮一族」的服務及產品廣告？其實香港和世界其他地方一樣，都面臨人口老化的問題。

世界衛生組織指出，人口老化是指60歲以上人口增加的比例，高於其他年齡組別的人口增長比率。由於醫療及衛生水平改善，人們的預期壽命延長，若再加上出生率下降，便會出現人口老化的現象。

現時，香港約每3.5名適齡工作的成人需要供養一名65歲或以上的退休人士。預計在2046年，比例將會增加至1.76比1，為社會帶來沉重的經濟負擔。



## 強積金制度

### 強積金制度貫徹作為退休保障第二支柱的功能

雖然人口老化為某些行業帶來新的機遇，但同時亦為社會帶來沉重的經濟負擔。有見及此，香港於2000年12月1日開始實施強積金制度，目的是協助就業人士累積退休儲蓄。

強積金是以職業為本，由私營機構管理的強制性供款計劃，是世界銀行建議的多根退休保障支柱之一，需要其他支柱（包括社會安全網、個人儲蓄及保險、其他支援及個人資產）的配合，以應付退休的全部所需。

在強積金制度下，僱主和僱員都要作強制性供款，而供款會存放於僱員的強積金供款帳戶內，進行投資。強積金的供款會投資於基金，好處是將僱主、僱員和自僱人士個人的供款匯集。在強積金法例的監管下，透過基金投資，所有供款投資於一個或多個投資產品及市場上，以達致分散投資、長期資本增值的目標。



建造業和飲食業的臨時僱員（即使受僱少於60日）

## 加入強積金行列

無論是全職或兼職，都要參加強積金計劃

大家可能都會有做 part-time 或 summer job 的打算，賺錢之餘亦可增加工作經驗，豐富自己的人生閱歷。不過，大家又知不知道自己是否需要參加強積金計劃呢？原來無論全職或兼職，所有年滿18歲至64歲的在職人士，並符合以下條件，便要參加強積金計劃：

1. 受僱期滿60日；
2. 自僱人士；或
3. 建造業和飲食業的臨時僱員（即使受僱少於60日）。

即使是實習或暑期工，都要參加強積金計劃。

至於「60日」是怎樣計算呢？60日是按曆日計算，包括公眾假期。而受僱期是以僱員和僱主的僱傭關係而定，跟實際工作日數或時數無關。

不過「60日」的規定並不適用於建造業和飲食業的臨時僱員。由於建造業及飲食業的僱員流動性高，為保障這類僱員，強積金制度下特設「行業計劃」，供他們的僱主選擇參加。



## 供款期的計算

強積金供款項在僱員連續受僱滿60天後開始支付

僱主

須補付首60天的全部供款，並須於每個月的第10日或以前供款，及把供款紀錄在七個工作天內交給僱員。

僱員

無須就受僱首30天及首個不完整糧期供款。

如果大家還不太明白強積金供款期的計算，可參考左圖例子：

- 假設僱員在4月15日加入新公司上班，而出糧日是每月最後一天；
- 4月15日至5月14日是僱員首30天的免供款期。由於5月14日至5月31日是第一個不完整的糧期，因此僱員在這段期間亦不需要供款，僱員應由6月1日開始的糧期才需供款；
- 不過，僱主則不會享有免供款期。僱主部分的供款須由僱員受僱的第一日（即4月15日）起開始計算，首次供款須於7月10日或之前繳交。



## 強積金供款額

### 僱員和僱主一齊作強積金供款

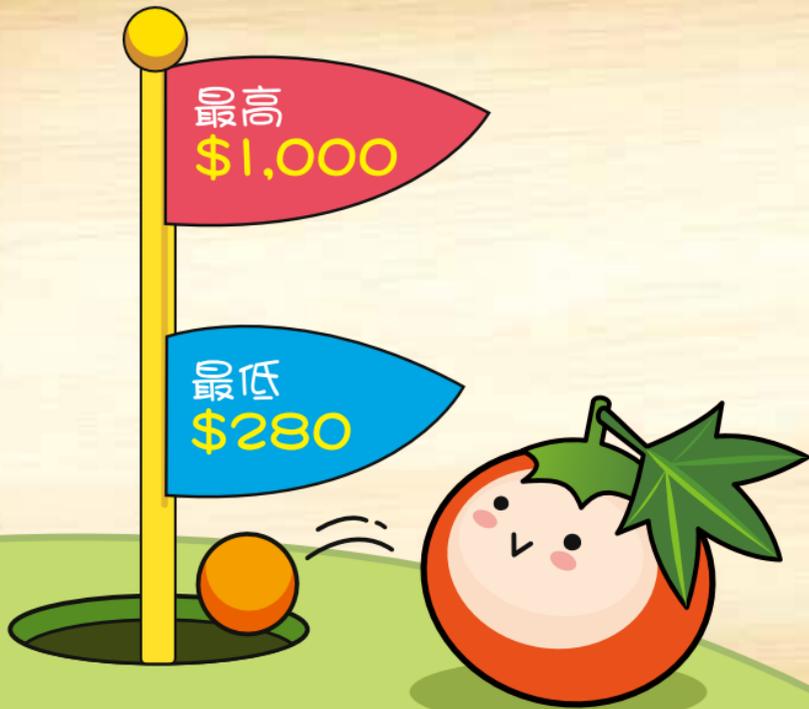
確認自己要參加強積金計劃後，大家又知道自己要供幾多強積金嗎？一般情況下，僱員和僱主分別要以僱員每個月有關入息\*的5%供款。

如果僱員每月有關入息低於7,100元，僱員不須供款，但僱主仍然要以僱員每月有關入息的5%供款。這個安排是為了保障低收入人士，平衡他們當前的經濟能力及日後的退休儲蓄需要；而如果僱員每月有關入息超過30,000元，僱主和僱員就分別只須供款1,500元。

每月有關入息	強制性供款	
	僱主供款	僱員供款
低於7,100元	有關入息×5%	無須供款
7,100元至30,000元	有關入息×5%	有關入息×5%
超過30,000元	1,500元	1,500元

\* 有關入息是指僱主以金錢形式支付予僱員的任何工資、薪金、假期津貼、費用、佣金、花紅、獎金、合約酬金、賞錢或津貼，但不包括《僱傭條例》下的遣散費或長期服務金。

每日有關入息



## 兼職僱員的供款額計算方法

非按月支薪的兼職僱員要記得兩個數字：  
1,000和280

如果你是非按月支薪的兼職僱員，應怎樣計算強積金供款額？

如兼職僱員一般的支薪糧期短於一個月，即按日、按周或每半月支薪一次，僱主須先以每日1,000元及280元來計算糧期的最高及最低有關入息水平，以釐定供款額。以按周支薪為例，一星期的日數為七天，因此最高有關入息水平為7,000元（1,000元x7天），最低有關入息水平則為1,960元（280元x7天）。根據最高及最低有關入息水平，僱主和僱員的供款安排如下：

有關入息	強制性供款額	
	僱主供款	僱員供款
少於最低有關入息水平	有關入息 x 5%	無須供款
介乎最低及最高有關入息水平	有關入息 x 5%	有關入息 x 5%
超過最高有關入息水平	最高有關入息水平x5%	最高有關入息水平x5%

不過，如果你是行業計劃的建造業或飲食業臨時僱員及其僱主，你的供款額計算方法就稍有不同了。詳情請瀏覽 [www.mpfa.org.hk](http://www.mpfa.org.hk)。



每月供款：  
\$1,000



## 平均成本法

有助抵禦投資市場的短期波動

強積金是長線投資的其中一種，有什麼長線投資策略可以幫助減低投資風險呢？答案就是平均成本法。

大家可以透過每月定額供款，以當時的市價買入強積金基金作投資。以這種方式投資，可以免卻個人對後市的判斷，當基金單位價格上升時，會買入較少的基金單位；相反，當價格下跌時，用同樣的金額，可以買入較多基金單位。

經過一段時間後，你買入的基金單位價格便會拉勻，長線而言，有助抵禦投資市場的短期波動。

雖然平均成本法可減低價格波動的影響，但是否可以賺得利潤，則視乎你賣出基金時的市價。



## 複息效應

### 產生連本帶利的滾存增值效果

「年青就是本錢！」大家千萬不要少看每月一千幾百的強積金供款，只要能夠及早開始「積金生活」，就可以透過複息效應，即是本金會賺取回報，而每次的回報會加入本金之中再增值，達到連本帶利滾存增值的效果，就好像滾雪球一樣，愈滾愈大。

大家要注意：連本帶利的效果，初期不會太明顯，因為本金要經過時間來產生利息，利息加本金又繼續滾存更多利息。所以儲蓄或投資年期愈長，效果愈明顯。

因此，大家應善用時間的威力，盡早策劃自己的儲蓄及投資計劃。



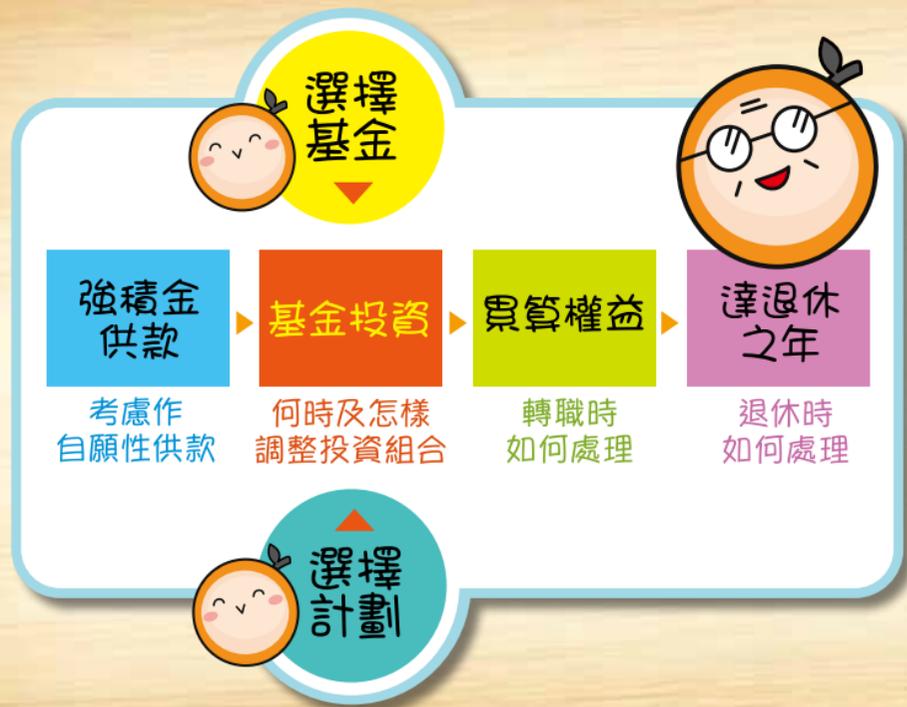
## 投資三元素

本金、時間、回報率的變化是相互影響的

投資主要涉及三個元素：**本金**、**時間**和**回報率**。這三個元素的變化，對於投資的成效，有著重要的影響。

考考大家，對於一個**18歲**的年青人，本金、時間和回報率三個元素中，哪一個較易控制呢？答案就是**時間**。

由於回報率受很多因素影響，例如市場波動及投資附帶的風險等，所以回報率是三種元素中最難確定的。另外，本金又會受制於個人因素，例如收入及人生不同階段的財務需要等，也不是容易隨時提高的。相反，投資時間是個人較容易計劃和控制的。所以年輕人應該好好把握擁有較長投資時間的優勢，及早開始儲蓄。



## 強積金投資旅程的六大決策點

人生不同階段須作出重要的決定

由大家投身社會工作那一刻開始，就必須加入強積金行列。由選擇基金作投資到選擇計劃，一直滾存到退休，其間可能經歷幾十年。為了方便大家理解，強積金投資旅程可以分為六個階段，僱員和僱主於每個階段中也要作不同的決定。

所以每一項決定也是很重要的，大家要留心了。

## 積積樂隊



強積金基金主要有五大類，分別是：**股票基金**、**混合資產基金**、**債券基金**、**保證基金**和**強積金保守基金**。「積積樂隊」每位成員各自代表一種主要的強積金基金。我們可以透過了解各類強積金基金的特性，從而選擇最切合自己需要的基金。

### 預期回報愈高的基金，潛在風險亦會愈高

一般而言，預期回報愈高的基金，潛在風險亦會愈高；相對地，預期回報愈低的基金，潛在風險亦會愈低。大家在選擇強積金投資組合時，應先充分了解各基金的風險程度，再看看能否配合自己的承受風險能力及個人需要，才作出決定。

有關各種強積金基金的特性，請瀏覽[www.mpfa.org.hk/MPFIE](http://www.mpfa.org.hk/MPFIE)。

若你沒有為你的強積金向受託人給予投資指示，你的強積金將會自動按預設投資策略(簡稱「預設投資」)進行投資。如果你認為「預設投資」適合自己，也可以主動將你的強積金按「預設投資」進行投資，或投資於「預設投資」下的基金。

「預設投資」是一個現成的投資方案，由核心累積基金(CAF)及65歲後基金(A65F)兩個混合資產基金組成。「預設投資」具備三個特點：(1)隨成員接近退休年齡自動降低投資風險(簡稱「每年降低風險」)；(2)收費設上限；及(3)分散投資環球市場。詳情請瀏覽[www.mpfa.org.hk/DIS](http://www.mpfa.org.hk/DIS)。

選擇強積金基金前，  
大家需要考慮以下因素：

- 評估個人承受風險能力
- 資產分配與個人承受風險能力的關係



## 如何挑選強積金基金

作資產分配前，先評估個人承受風險能力

選擇強積金基金前，大家必須先評定自己的承受風險能力。影響承受風險能力的主要因素包括：投資期、投資取向及為退休所作的其他儲蓄或投資等。

一般而言，根據資產分配的概念，假如你的承受風險能力較高，可考慮一個增長型的投資組合，當中包括較多風險較高的股票基金。假如你的承受風險能力較低，則可考慮一個保守型的投資組合，當中包括較多保守類別的基金，如保證基金和強積金保守基金。



## 「供款帳戶」vs「個人帳戶」

### 供款帳戶與個人帳戶大不同

大家有沒有身兼多「職」，一邊上學一邊做part-time呢？有些同學更試過做幾份part-time，又經常轉工，因此擁有多個強積金個人帳戶。大家又知道供款帳戶與個人帳戶的分別嗎？

#### 供款帳戶

- 滾存計劃成員在現職期間作出的強積金；
- 每個糧期的新供款會存入此帳戶。

#### 個人帳戶

- 滾存計劃成員過去工作累積的強積金；
- 滾存因行使僱員自選安排的轉移權，從現職供款帳戶轉入的強積金（僱員部分）；
- 每個糧期的新供款不會存入此帳戶。



最好只持有一個個人帳戶，令強積金資產一目了然，方便管理。

## 轉職時如何處理強積金

將強積金個人帳戶整合為一，  
令管理變得更簡單直接

大家畢業後，便會進入「社會大學」繼續奮鬥，其間曾經歷30-40年工作，當中亦有機會轉工或離職。那麼，大家可以怎樣處理強積金的累算權益呢？

轉職時，大家可以選擇以下其中一種方法，主動處理在舊公司工作時所累積的強積金：

1. 把強積金轉移至新僱主為你開立的「供款帳戶」
2. 如你在其他強積金計劃下已持有「個人帳戶」，把強積金轉移至該帳戶

如你本身並未持有任何「個人帳戶」及滿意舊公司所選用的強積金計劃，你亦可以考慮把強積金保留在舊公司的計劃中，以「個人帳戶」形式繼續投資。

## 方法一



## 方法二



## 方法三



## 查詢個人帳戶

## 個人帳戶查詢方法主要有三種

如果大家想知道自己有幾多個個人帳戶或有關受託人的資料，可以直接向積金局查詢。

方法一：於積金局「個人帳戶電子查詢」網站或流動應用程式申請成為「個人帳戶電子查詢」服務的用戶，透過該電子平台隨時查詢強積金個人帳戶所在。  
詳情可登入<https://epa.mpfa.org.hk>。

方法二：於積金局網頁([www.mpfa.org.hk](http://www.mpfa.org.hk))下載查詢表格，連同香港身份證明文件副本，郵寄或傳真（傳真號碼：3146 7367）至積金局。

方法三：帶同香港身份證明文件，親臨積金局辦事處查詢。



我剛出來社會工作，距離退休還有一段長時間，所以承受風險能力較高，可選擇一個進取的投資組合。

我很快就會退休，承受風險能力相對較低，想轉換一些較為保守的投資組合，從而鎖定已賺取的回報。



18歲年青人



58歲近退休人士

## 定期檢討強積金投資

每半年或一年檢討一次，檢視強積金投資組合

大家可能都會定時做身體檢查，確保身體健康。其實，大家亦要定期檢討強積金投資組合，以確保可以配合自己的投資目標和切合自己的承受風險能力。

在漫長的人生中，大家可能會經歷轉工、買樓、結婚、生兒育女，然後退休等。在這些人生不同的階段，我們會有不同的財務目標和需要。此外，隨著年齡增長，大家的家庭及工作的狀況或會有所變動，因而影響大家承受風險的能力。所以，大家應該定期檢視強積金投資組合。一般情況下，建議應該**定期每半年或一年檢討一次**。如有需要，可調整強積金投資組合，以適切個人的需要。

退休儲蓄是一項長線投資，投資期一般超過40年。其間曾經歷多個市場投資周期，所以計劃成員無須太擔心短期的市場波動。



Like「滾續達人」



追蹤「職場meme」

除了積金局網頁外，如果大家想時刻緊貼強積金的最新資訊，都可以Like「滾續達人」Facebook專頁及追蹤「職場meme」Instagram專頁。

