



ข้อความ ภาพประกอบ ตาราง แผนภาพ หรือข้อมูลใด ๆ
ที่ปรากฏในหลักสูตรอบรม ถือเป็นลิขสิทธิ์
ของศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ตลาดทุน
ห้ามทำซ้ำ ดัดแปลง หรือเผยแพร่ส่วนหนึ่งส่วนใด
หรือทั้งหมดในทุกรูปแบบ
และห้ามอัดเสียง ภาพ หรือวิดีโอในระหว่างการบรรยาย
หากผู้ใดกระทำการที่เข้าข่าย จะถือว่าเป็นการละเมิดลิขสิทธิ์

เงินทองต้องวางแผน
HAPPY MONEY
HAPPY RETIREMENT

บริหารเงินหลังเกษียณ สไตล์วัยเก๋า



บรรยายโดย

ดร.ธนิยวงศ์ กীরตวานิชย์

วิทยาการผู้ทรงคุณวุฒิ

ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย



หัวข้อการบรรยาย

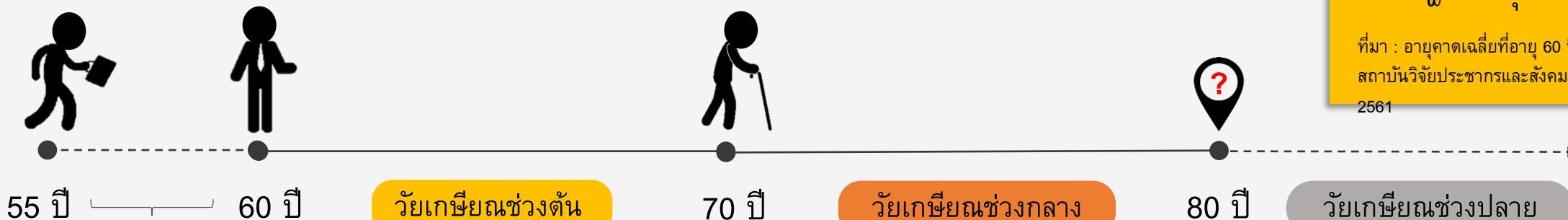
- 1 เริ่มต้นตั้งเข็มทิศ... รับชีวิตเกษียณสุข
- 2 เกษียณอย่างมีแผน... You can do it!!
- 3 เทคนิคบริหารเงินหลังเกษียณ
- 4 เกียรติความรู้... สร้างชีวิตสุขหลังเกษียณ



1 เริ่มต้นตั้งเข็มทิศ... รับชีวิตเกษียณสุข

- พร้อมหรือยัง?... สำหรับวันเกษียณ
- 3 ต ต้องเตรียม... รับเกษียณสุข

ชีวิตแบบไหน ที่ใจต้องการ



วัยเกษียณจาก การทำงาน

- “ร่างกายยังแข็งแรง” สามารถใช้ความรู้ความสามารถเดิมอย่างต่อเนื่อง
- ค่าใช้จ่ายอาจหมดไปกับการทำตามความฝัน เช่น ท่องเที่ยว ทำธุรกิจ ทำสวน ทำไร่ ฯลฯ

- “วัยเกษียณจริง” ความสามารถในการหารายได้ลดลงและอาจต้องพึ่งพิงครอบครัวหรือคนรอบข้าง
- ค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพเริ่มมากขึ้น ควรลดการทำกิจกรรมต่างๆ หาเวลาดูแลสุขภาพกาย-ใจมากขึ้น

- “วัยชรภาพอย่างแท้จริง” อาจต้องมีคนคอยดูแลช่วยเหลือในชีวิตประจำวัน
- ค่าใช้จ่ายส่วนใหญ่เป็นเรื่องของสุขภาพ

? สถิติอายุเฉลี่ยของคนไทย

ผู้ชาย
อายุเฉลี่ย **80.2 ปี**

ผู้หญิง
อายุเฉลี่ย **83.6 ปี**

ที่มา : อายุคาดเฉลี่ยที่อายุ 60 ปี จากผลสำรวจสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ปี 2561

ที่มาภาพ : flaticon

มาวางแผนชีวิตวัยเกษียณ 3 ช่วงวัย เพื่อให้มีเงินใช้เหมาะสมกับช่วงนั้นๆ มากที่สุด

3 ต ต้องเตรียม... รับเกษียณสุข

1



เตรียม
กาย - ใจ

2



เตรียม
ที่อยู่อาศัย

3



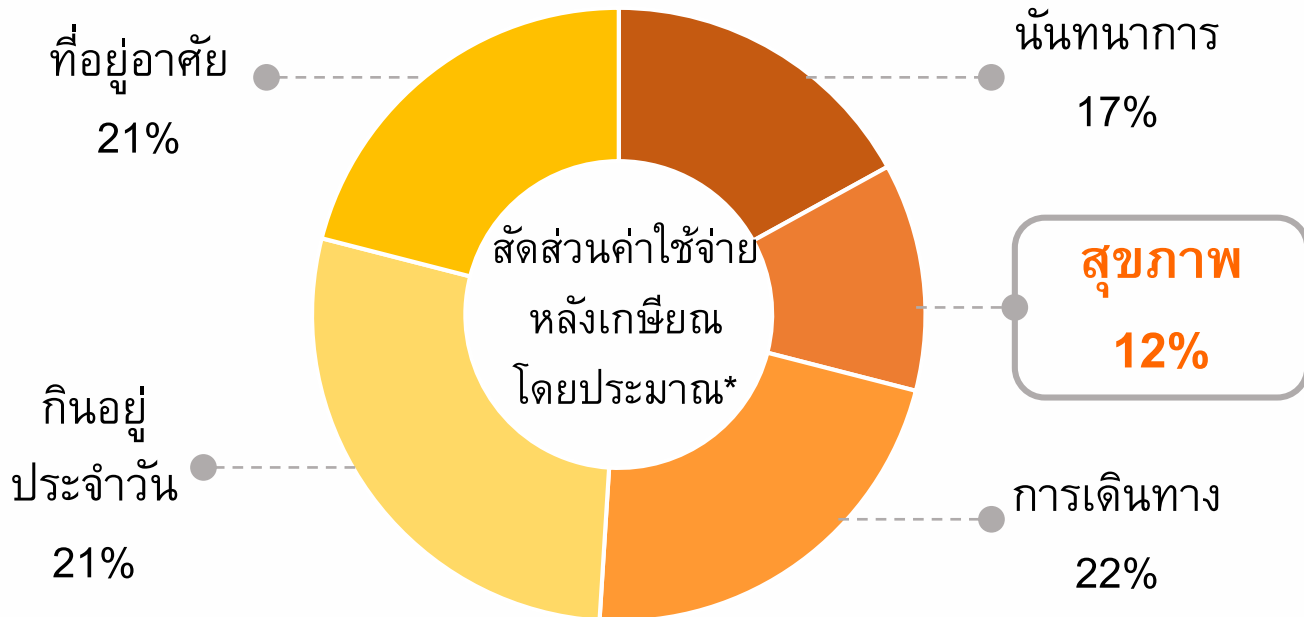
เตรียม
เงิน

1 เตรียม กาย - ใจ

ข้อเท็จจริงวันนี้

ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับสุขภาพ โดยไม่รวมค่ารักษาพยาบาล จากโรคร้ายแรงคิดเป็น 12% ของค่าใช้จ่ายทั้งหมด

“ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับสุขภาพ จะเพิ่มมากขึ้น เมื่อเราอายุมากขึ้น”



จ้างคนดูแลจะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มอีกเดือนละ **10,000 – 20,000 บาท**

เริ่มดูแลสุขภาพ โดยการ “ออกกำลังกาย” และให้ความสำคัญกับ “ประกันสุขภาพ” เสียตั้งแต่วันนี้

2

เตรียมที่อยู่อาศัย

แนวคิดการออกแบบ *

สภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

มีความปลอดภัยทางกายภาพ

สามารถเข้าถึงได้ง่าย

สามารถสร้างแรงกระตุ้น

ดูแลรักษาง่าย



ที่มาข้อมูล : คู่มือ บ้านปลอดภัยวัยเกษียณ หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แนวคิดบ้านปลอดภัยวัยเกษียณ

“บ้านที่มีผู้สูงอายุ พื้นที่สาธารณะควรจัดให้มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม”

แนวทางปรับปรุง

1

ย้ายห้องนอนมาชั้นล่าง / มีแสงสว่างเพียงพอ / พื้นไม่ลื่น / ห้องน้ำมีราวจับ / มีปุ่มสัญญาณฉุกเฉิน

2

ขยายประตูให้กว้างขึ้น ตู้หรือชั้นเก็บของด้านล่างโถงเพื่อไว้กรณีใช้รถเข็น / ตู้แขวนมีชั้นเลื่อนลงมาหยิบของได้ง่ายขึ้น

3

ของตกแต่งบ้านเน้นใช้สีสัน เพื่อกระตุ้นหรือเตือนความจำ / ใช้หน้าต่างบานเลื่อนมองเห็นทิวทัศน์ภายนอกได้ / จัดมุมให้พักผ่อน ดูหนังสือ พบปะสังสรรค์

4

จัดบ้านให้โล่ง เพื่อลดงานบ้าน / จัดสนามหญ้าให้มีพุ่มไม้เตี้ยๆ เพื่อลดงานสนามหรือ ทำกระบะต้นไม้ยกสูง เพื่อหลีกเลี่ยงการก้ม



คำถามชวนคิด

ย้ายห้องนอนลงมาชั้นล่าง...
ใช้งบเท่าไร?

ปรับห้องน้ำชั้นล่าง...
ใช้งบเท่าไร?

3 เตรียมเงิน

• ข้อเท็จจริงวันนี้ •

ผลสำรวจค่าใช้จ่ายวัยเกษียณ

กลุ่มอาชีพ (เฉลี่ยทุกจังหวัด ไม่รวมค่าเช่าที่อยู่อาศัย)	พอเพียง	สะดวกสบาย	หรูหรา
ผู้บริหารบริษัทเอกชน หรือ รัฐวิสาหกิจ	18,030	29,446	53,541
ข้าราชการ	16,056	25,968	43,464
อาชีพที่ต้องใช้ใบประกอบวิชาชีพ เช่น แพทย์ พยาบาล วิศวกร ทนาย ผู้สอบบัญชี	15,545	21,164	40,754
พนักงานในสำนักงาน เช่น พนักงานบัญชี พนักงาน ทรัพยากรบุคคล พนักงานการเงิน	11,460	18,288	35,778
พนักงานให้บริการ เช่น พนักงานขาย พนักงานโรงแรม พนักงานทำความสะอาด พนักงานขับรถ	8,153	12,366	21,887
พนักงานในโรงงาน	7,248	9,494	14,005
ระดับฐานราก เช่น เกษตรกร ผู้ใช้แรงงาน	5,679	9,193	21,541
อาชีพอื่นๆ	9,748	14,767	32,668

วิถีชีวิตหรือไลฟ์สไตล์จะเป็นตัวกำหนดจำนวนเงินที่ต้องการ

เช่น

- คุณภาพชีวิต
- ปัญหาสุขภาพ
- ภาระค่าใช้จ่ายต่าง ๆ
- กิจกรรมหรืองานอดิเรกที่แต่ละคนวางแผนเอาไว้



• แนวทางเตรียมเงินใช้หลังเกษียณให้เพียงพอ •

ควรประเมินเป้าหมายและไลฟ์สไตล์ที่ออกแบบไว้ให้ครอบคลุม 5 เรื่อง



ค่าใช้จ่ายบางรายการอาจลดลงในช่วงวัยเกษียณ เช่น ค่าเดินทาง ค่าเสื้อผ้า การสังสรรค์ เป็นต้น

รู้หรือไม่... ชีวิตหลังเกษียณ ที่ต้องการ ต้องใช้เงินเท่าไร?



จำนวนเงินที่ต้องมี ณ วันเกษียณ (บาท)**

ค่าใช้จ่าย ต่อเดือน หลังเกษียณ	จำนวนปีหลังเกษียณ (ปี)				
	10	15	20	25	30
5,000	630,001	971,295	1,331,411	1,711,389	2,112,323
10,000	1,260,003	1,942,589	2,662,822	3,422,778	4,224,647
15,000	1,890,004	2,913,884	3,994,233	5,134,167	6,336,970
20,000	2,520,005	3,885,179	5,325,644	6,845,556	8,449,294
25,000	3,150,006	4,856,473	6,657,056	8,556,945	10,561,617
30,000	3,780,008	5,827,768	7,988,467	10,268,333	12,673,940
35,000	4,410,009	6,799,062	9,319,878	11,979,722	14,786,264
40,000	5,040,010	7,770,357	10,651,289	13,691,111	16,898,587
45,000	5,670,012	8,741,652	11,982,700	15,402,500	19,010,911
50,000	6,300,013	9,712,946	13,314,111	17,113,889	21,123,234

ตัวอย่าง
หากต้องการเงินใช้จ่ายวัยเกษียณ
15,000 บ./เดือน (วันละ 500 บาท) ไปอีก
20 ปีข้างหน้า จะต้องใช้เงินทั้งหมด 4 ล้านบาท

แต่...คนวัยเกษียณยังมีเวลาอีกมาก
จึงต้อง **“เตรียมเงินให้มากกว่าที่คิดไว้”**
และ **“บริหารเงินออมก่อนสุดท้ายให้ดีที่สุด”**

* ค่าใช้จ่ายต่อเดือนหลังเกษียณ ยังไม่ได้ปรับด้วยอัตราเงินเฟ้อ

** จำนวนเงินที่ต้องมี ณ วันเกษียณ กำหนดให้ถอนเงินทุก ๆ ต้นปี โดยคำนวณผลตอบแทนแบบทบต้นต่อปี ปรับค่าด้วยอัตราผลตอบแทนหลังเกษียณ 1.90% (เงินฝากประจำเฉลี่ยตั้งแต่ปี 2546 – 2561) หลังหักอัตราเงินเฟ้อ 3%

HAPPY MONEY Application

ตัวช่วย
บริหารจัดการเงิน
สร้างเงินออมให้ทุกเป้าหมายชีวิต



ดาวน์โหลด **ฟรี** ได้แล้ววันนี้
รองรับทั้งสมาร์ทโฟน และแท็บเล็ต



โดดเด่นด้วยฟังก์ชัน
ทำให้ชีวิตการเงินคุณง่ายขึ้น



รู้นิสัยใช้จ่าย

ดูประวัติการใช้จ่ายย้อนหลัง
แบบรายวัน รายเดือน และรายปี



รู้ฐานะการเงิน

บันทึกสินทรัพย์และหนี้สิน
ติดตามการเปลี่ยนแปลงในแต่ละ
ช่วงเวลา



วิเคราะห์สุขภาพการเงิน

ค้นหาจุดแข็งและจุดอ่อนทางการเงิน
พร้อมคำแนะนำเพื่อวางแผนด้านต่างๆ



ติดตามภาพรวมทางการเงิน

เลือกดูเฉพาะข้อมูลที่สนใจ
ด้วยแผนภูมิที่ง่าย ครบ จบในหน้าเดียว



2

เกษียณอย่างมีแผน... You can do it!!

- มาวางแผนการเงินหลังเกษียณกันเถอะ
- แหล่งรายได้ในวัยเกษียณ

มาวางแผนการเงินหลังเกษียณกันเถอะ



1. สถานะการเงินต้องรู้...เกษียณสบายจริงหรือ?
2. ประมาณค่าใช้จ่าย...ให้พอใช้วัยเกษียณอย่างไร?
3. รายได้หลังเกษียณ...มาจากไหนบ้าง?
4. สถานะการเงินขั้นต้น...“ดีเยี่ยม” หรือ “น่าเป็นห่วง”?



1

สถานะการเงินต้องรู้...เกษียณสบายจริงหรือ?

การตรวจสถานะการเงิน จะช่วยให้รู้ว่า....

- ทำงานมาทั้งชีวิต **คุณมีทรัพย์สินสมบัติจริง ๆ เท่าไหร่?**
- สถานะการเงินที่มีอยู่ **มันคงมากน้อยแค่ไหน?** ที่จะรองรับแผนการใช้ชีวิตวัยเกษียณ

สินทรัพย์ (บาท)	แบบสำรวจสินทรัพย์และหนี้สิน	หนี้สิน (บาท)
สินทรัพย์สภาพคล่อง		หนี้สินระยะสั้น (ไม่เกิน 1 ปี)
เงินสด / เงินฝาก		หนี้บัตรเครดิต
กองทุนรวมตลาดเงิน		หนี้เงินกู้ซื้อสินค้า
สินทรัพย์เพื่อการลงทุน		หนี้สินระยะสั้นอื่นๆ
ตราสารหนี้		หนี้ระยะยาว (เกิน 1 ปี)
หุ้น		หนี้เงินกู้ซื้อสินค้า
กองทุนรวม		หนี้รถ
ประกันชีวิต		หนี้บ้าน
อสังหาริมทรัพย์		หนี้สินระยะยาวอื่นๆ
อื่นๆ		หนี้สินรวม (2)
สินทรัพย์ใช้ส่วนตัว		ความมั่งคั่ง (บาท)
รถยนต์ / รถจักรยานยนต์		สินทรัพย์รวม (1)
บ้านที่พักอาศัย		หนี้สินรวม (2)
ของมีค่า / ของสะสม		ความมั่งคั่งสุทธิ (1) - (2)
สินทรัพย์รวม (1)		

“
ต้องครบถ้วนและตรงความเป็นจริงมากที่สุด
”

- ✓ **ควรมีสินทรัพย์มาก ๆ และหนี้สินต้องหมดก่อนเกษียณ**
- ✓ **แบบสำรวจสินทรัพย์และหนี้สินสามารถใช้เป็นข้อมูลประกอบการทำพินัยกรรมได้ด้วย**

2

ประมาณการค่าใช้จ่าย...ให้พอใช้วัยเกษียณอย่างไร?



การประมาณการค่าใช้จ่าย จะช่วยให้รู้ว่า....

- คุณมี “ไลฟ์สไตล์” ที่ต้องการแบบพอเพียง สะดวกสบาย หรือหรูหราแค่ไหน?
- คุณจะบริหารเงินออมก่อนสุดท้ายอย่างไร? ให้พอใช้ไปตลอดชีวิต

แบบประมาณการค่าใช้จ่าย		รายเดือน	รายปี
1. ค่าใช้จ่ายด้านการออมและลงทุน	เงินฝาก		
	เงินลงทุน		
2. ค่าใช้จ่ายคงที่	ชำระหนี้		
	ประกันชีวิต / ประกันภัย		
3. ค่าใช้จ่ายผันแปร	อาหาร		
	ค่าน้ำ / ค่าไฟ		
	ค่าโทรศัพท์ / อินเทอร์เน็ต		
	เงินให้ครอบครัว		
	ค่าซ่อมแซมบ้าน		
	ของใช้ในบ้าน		
	ค่าโดยสาร / ค่าน้ำมัน		
	ค่ารักษาพยาบาล / อาหารเสริม		
	เสื้อผ้า		
	ท่องเที่ยว / สวรรค์		
	ทำบุญ / บริจาค		
	รวมค่าใช้จ่าย		

“
จุด จุด จุด
 สะกดรอยตามเงิน
 อย่างน้อย 4 สัปดาห์
 ”

✓ ค่าใช้จ่ายใดบ้างที่คุณตัดได้ เพื่อให้เงินพอใช้และเหลือออม

3

รายได้หลังเกษียณ...มาจากไหนบ้าง?



สำรวจแหล่งรายได้
หลังเกษียณ
จะช่วยให้รู้ว่า....

- แหล่งรายได้แต่ละประเภท มีคุณลักษณะอย่างไร?
- กระแสเงินสดที่ได้รับเป็นแบบไหน? เงินก้อน หรือ รายได้ประจำ
- จะรวบรวมเงินออมที่เป็น “เงินเย็น” ไปลงทุนต่อที่ไหน? เพื่อให้พอใช้หลังเกษียณ



เงินก้อนใหญ่

- เงินกองทุนรวมสำรองเลี้ยงชีพ (PVD)
- เงินบำเหน็จดำรงชีพจาก กระทรวงการคลัง (สำหรับข้าราชการ)
- กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF)
- กองทุนรวมหุ้นระยะยาว (LTF)
- เงินชดเชยตามกฎหมาย
- ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์
- เงินค่าขายสินทรัพย์ (อสังหาริมทรัพย์ / ที่ดิน / ของมีค่า ฯลฯ)
- ฯลฯ



รายได้ประจำ

- เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ
- กองทุนการออมแห่งชาติ
- กองทุนบำเหน็จบำนาญแห่งชาติ
- ประกันชีวิตแบบบำนาญ
- เงินค่าเช่าจากสินทรัพย์
- ดอกผลจากการออมการลงทุน (ดอกเบี้ยว/ เงินปันผล / กำไรส่วนต่างราคา)
- เงินได้จากครอบครัว (บุตร / คู่สมรส)
- เงินเดือนจากอาชีพหลังเกษียณ
- เงินจากสินเชื่อบ้านผู้สูงอายุ



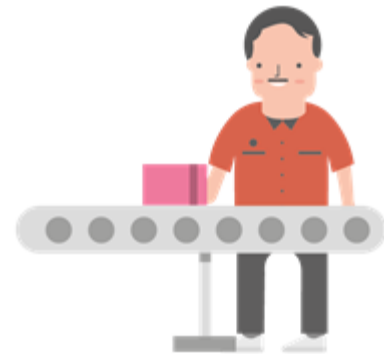
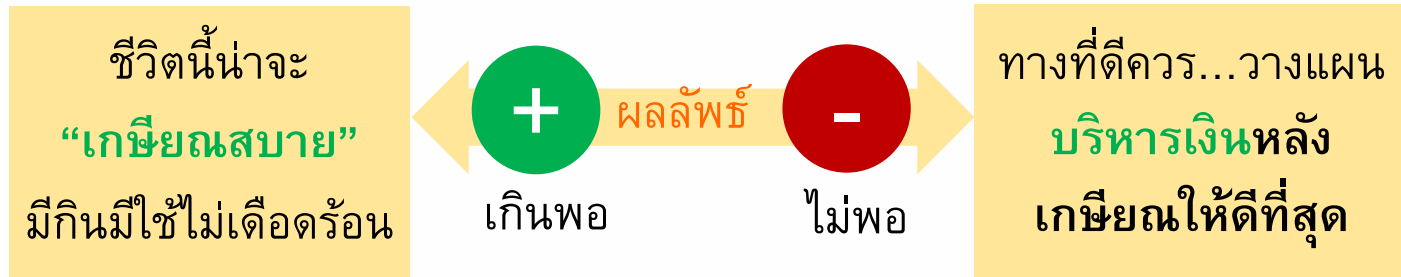
เงินก้อน หรือ
รายได้ประจำ

- กองทุนประกันสังคม (กรณีบำเหน็จชราภาพ หรือ บำนาญชราภาพ)
- กองทุนบำเหน็จบำนาญ ข้าราชการ (กรณีเลือกบำเหน็จ หรือ บำนาญ)

4 สถานะการเงินขั้นต้น... “ดีเยี่ยม” หรือ “น่าเป็นห่วง”?

รายการ	สถานะการเงินขั้นต้น	
	เฉลี่ยต่อเดือน (บาท)	จำนวนเงินต่อปี (บาท)
1. เงินก้อนใหญ่		
2. รายได้ประจำ		
3. ภาระการค่าใช้จ่าย		
สถานะขั้นต้น (1) + (2) - (3)		

สิ่งที่ต้องคำนึงถึงในการวางแผน
 ควรประมาณการ “ค่าใช้จ่าย” ให้ “สูง”
 และประมาณการ “รายได้” ให้ “ต่ำ”
 กว่าที่คาดไว้ เพื่อรองรับเหตุการณ์
 ไม่แน่นอนที่อาจจะเกิดขึ้น





3

เทคนิคบริหารเงินหลังเกษียณ

- ลดค่าใช้จ่ายและภาระหนี้สิน
- จัดพอร์ตอย่างไร...สุขใจวัยเกษียณ
- กรณีศึกษา: นายพอเพียง รักอม

ลดค่าใช้จ่ายและภาระหนี้สิน

ลดค่าใช้จ่ายได้อย่างไร?

- วางแผนก่อนใช้จ่ายทุกครั้ง
- เปรียบเทียบราคา ยี่ห้อ คุณภาพ หรือโปรโมชั่นต่างๆ ก่อนที่จะตัดสินใจซื้อ
- จดบัญชีรายได้ - ค่าใช้จ่ายทุกวัน
- ลดละเลิกความฟุ่มเฟือย หันมาดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ลดภาระหนี้สินได้อย่างไร?

- หยุดสร้างหนี้ใหม่ และเพิ่มจำนวนเงินที่จะจ่ายหนี้แต่ละเดือนให้มากขึ้น
- ลดค่าใช้จ่าย ใช้การออมเพื่อลดหนี้
- ชำระหนี้ที่คิดดอกเบี้ยสูง ๆ ก่อน หรือ ชำระหนี้ที่มูลหนี้คงเหลือน้อย ๆ ก่อน
- รีไฟแนนซ์ หรือ ขายสินทรัพย์บางส่วนออกไปเพื่อชำระหนี้



“
**ถอนเงินแบบไหน
 มีใช้ไปตลอด**
 ”

**วิธีที่ 1: เกษียณสบายใจ
 ไม่ใช่เงินต้น**

- เหมาะกับคนที่...
- **มีเงินออมก้อนใหญ่มาก** เพื่อที่จะสร้างดอกผลให้มากกว่าค่าใช้จ่ายต่อเดือน หรือ
 - **ตั้งใจจะใช้ดอกผลจากการลงทุนส่วนหนึ่ง** และใช้รายได้ประจำที่มีอยู่อีกส่วนหนึ่ง

**วิธีที่ 2: ใช้ดอกผล
 ผสมเงินต้น**



- เหมาะกับคนที่...
- **ไม่มีเงินออมก้อนใหญ่** ไปลงทุนหาดอกผลให้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายต่อเดือน
 - **ต้องการยืดระยะเวลาใช้เงินออม** ก้อนสุดท้ายให้หมดช้าที่สุด

เกษียณสบายใจ ไม่ใช้เงินต้น

ตัวอย่าง 1:

ใช้ดอกผลจากการลงทุน เท่ากับค่าใช้จ่ายต่อเดือน

เงินต้น ยังคงสร้างรายได้ประจำให้ตลอดชีวิต

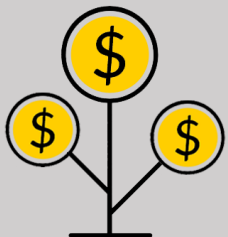
256x

258x

เงินต้น



ใช้แต่ดอกผลจากการลงทุน



มีเงินก้อนใหญ่

รวม 5 ล้านบาท

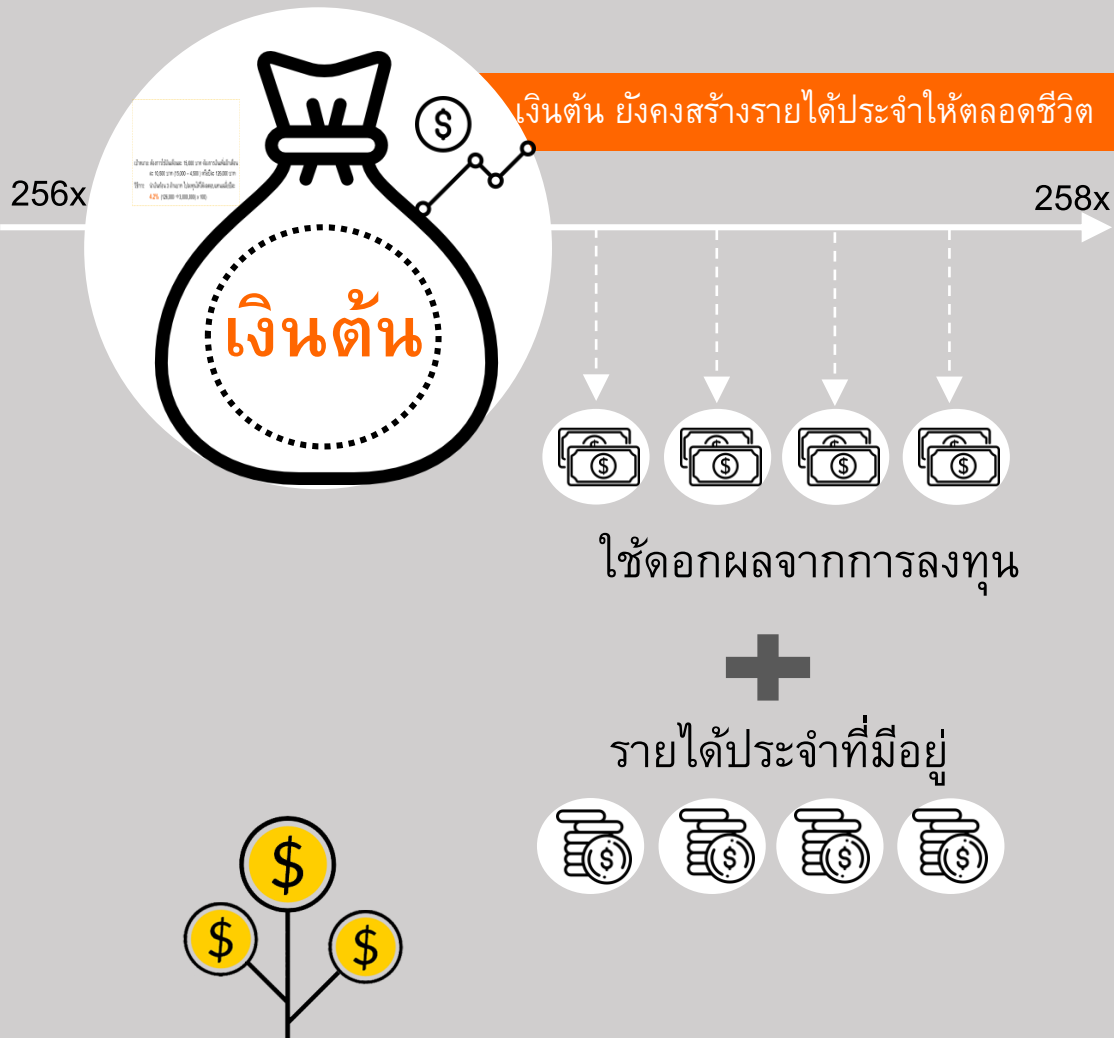


เป้าหมาย: ต้องการใช้จ่ายเดือนละ 15,000 บาท
หรือปีละ 180,000 บาท

วิธีการ: นำเงินก้อน 5 ล้านบาทไปลงทุนให้ได้
ผลตอบแทนเฉลี่ยปีละ **3.6%**
 $((180,000 \div 5,000,000) \times 100)$

หมายเหตุ: สูตรคำนวณอัตราผลตอบแทนที่ต้องการ โดยไม่ได้คำนึงถึงมูลค่าเงินตามเวลา
 $= (\text{รายได้จากการลงทุนต่อปีที่ต้องการ} \div \text{เงินลงทุน}) \times 100$

เกษียณสบายใจ ไม่ใช้เงินต้น (ต่อ)



ตัวอย่าง 2:

ใช้ดอกผลจากการลงทุนส่วนหนึ่ง
และใช้รายได้ประจำที่มีอยู่อีกส่วนหนึ่ง

เงินก้อนใหญ่
รวม 3 ล้านบาท



รายได้ประจำ

- เบี้ยยังชีพ 600 บ.
- เงินบำนาญปทส. 3,900 บ.

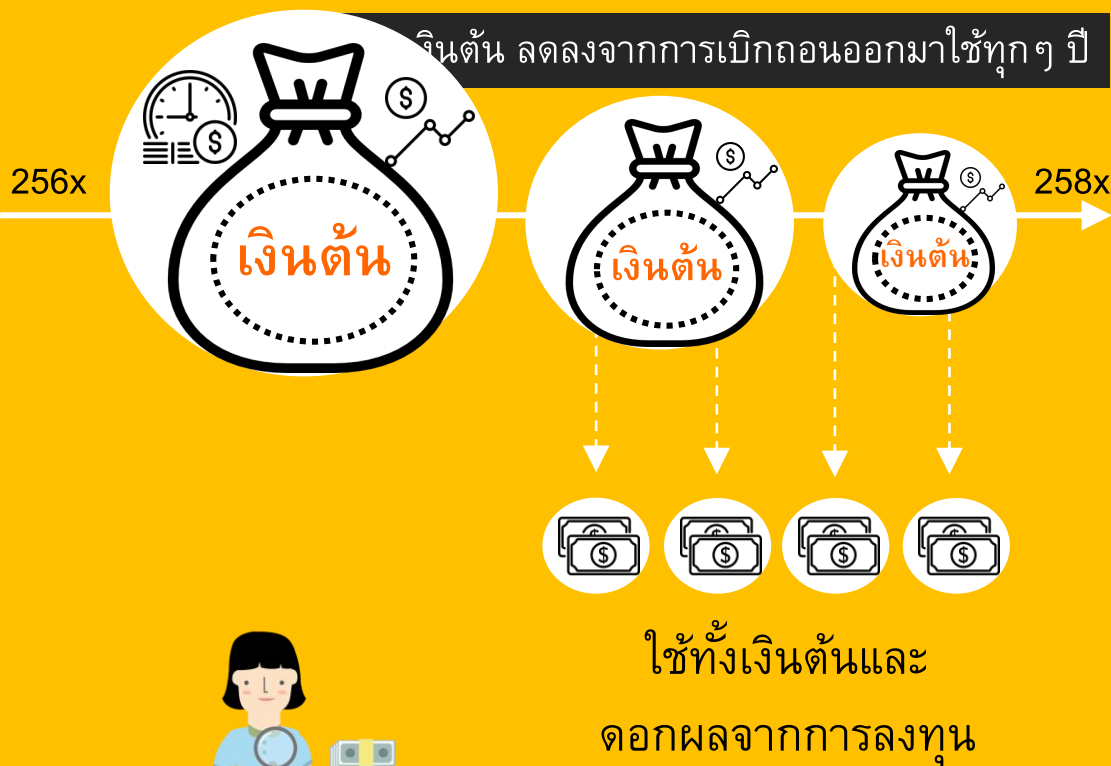
รวม 4,500 บาท

เป้าหมาย: ต้องการใช้จ่ายเดือนละ 15,000 บาท ต้องการเงินเพิ่มอีกเดือนละ 10,500 บาท (15,000 – 4,500) หรือปีละ 126,000 บาท

วิธีการ: นำเงินก้อน 3 ล้านบาท ไปลงทุนให้ได้ผลตอบแทนเฉลี่ยปีละ **4.2%** (126,000 ÷ 3,000,000) x 100)

หมายเหตุ: สูตรคำนวณอัตราผลตอบแทนที่ต้องการ โดยไม่ได้คำนึงถึงมูลค่าเงินตามเวลา
= (รายได้จากการลงทุนต่อปีที่ต้องการ ÷ เงินลงทุน) x 100

ใช้ดอกผล ผสมเงินต้น



เงินออมที่เตรียมไว้ใช้จ่ายหลังเกษียณ

“หมดเร็วหรือหมดช้า” ขึ้นอยู่กับ 3 ปัจจัยหลัก

1

เงินก้อนที่เป็นเงินลงทุนตั้งต้น

2

จำนวนเงินที่ต้องการเบิกออกไปใช้แต่ละเดือน

3

อัตราผลตอบแทนที่ได้รับโดยเฉลี่ย

จำนวนปีที่เงินออม/ลงทุนของคุณจะถูกไถ่ถอนจนหมด

สมมติคุณมีเงินเก็บ **1,000,000 บาท** และมีความจำเป็นต้อง**ใช้ปีละ 100,000 บาท** (ถอนปีละ 10% ของเงินก้อน)

ผลตอบแทนของเงินออม/ลงทุน (ร้อยละต่อปี)

	0%	3%	4%	5%	6%	7%	8%	9%	10%	11%	12%	13%	14%
15%	7	7	7	8	8	9	9	10	11	12	14	16	20
14%	7	8	8	9	9	10	11	11	13	14	17	21	
13%	8	8	9	9	10	11	12	13	15	17	22		
12%	8	9	10	11	11	12	14	16	18	23			
11%	9	10	11	12	13	14	16	19	25				
10%	10	12	13	14	15	17	20	26					
9%	11	13	14	16	18	22	28						
8%	13	15	17	20	23	30							
7%	14	18	21	25									
6%	17	23											
5%	20												

อัตราไถ่ถอนเงินออม/ลงทุนไปใช้จ่ายในแต่ละปี



ตัวอย่าง: ถ้านาย A นำเงินเก็บ 1 ล้านบาทไปลงทุนได้ผลตอบแทน 4% ต่อปี จะสามารถถอนเงินมาใช้ปีละ 10% ได้ระยะเวลา **13 ปี** **เงินก้อนนี้จึงจะหมด**

หมายเหตุ: ไม่ได้คำนวณอัตราเงินเฟ้อ

การนำเงินไปออมหรือลงทุน เพื่อหาดอกเบี้ยเพิ่มเติม จะสามารถช่วย **ยืดเวลา** ในการใช้เงินก้อนออกไปได้

จัดพอร์ตอย่างไร...สุขใจวัยเกษียณ

หลักการลงทุนหลังเกษียณ

- เน้นลงทุนในทางเลือกที่**ก่อให้เกิดรายได้สม่ำเสมอและเสี่ยงต่ำ** และเงินบางส่วนต้องมี**สภาพคล่อง** สอดคล้องตามช่วงเวลาของการใช้จ่าย
- **หลีกเลี่ยงการลงทุนแบบเก็งกำไร**
- ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับการลงทุนอย่างละเอียด **อย่าโลภ** และ**อย่าหลงเชื่อใคร**



ข้อควรระวัง

ดอกผลจากการลงทุนที่**ออกงอกกว่าเงินฝาก** จะมาพร้อมกับ**ความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้น**

แต่**ความเสี่ยงสามารถจัดการได้ถ้า...**

- ใช้ทางเลือกการลงทุนที่เหมาะสม
- จัดสรรเงินลงทุนไปในทางเลือกหลายๆ ประเภท

วัตถุประสงค์หลักของ “การลงทุนหลังเกษียณ”

“ เพื่อให้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายในปัจจุบัน และค่าใช้จ่ายในอนาคตที่คาดว่าจะเพิ่มขึ้นจาก**เงินเฟ้อ** ”

Checklists ความพร้อมก่อนเริ่มลงทุน

เตรียมตัวพร้อม

มีเงินพร้อม

มีใจพร้อม

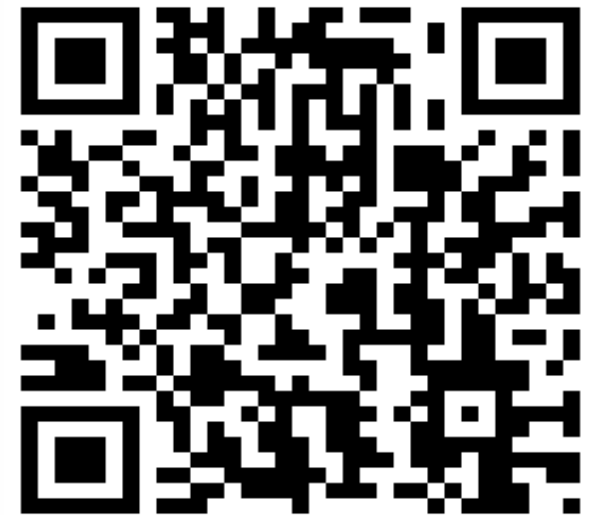
มีความรู้พร้อม

ตอบตัวเองให้อย่างชัดเจนเสียก่อนว่า...

- วัตถุประสงค์**ในการลงทุนของคุณคืออะไร? เป็นการลงทุนแบบสร้างได้ประจำหรือลงทุนเพิ่มค่าเงินออมระยะยาว
- คุณมี**ภาระอื่น ๆ** ที่ต้องรับผิดชอบหรือไม่?
- คุณมี**วงเงินที่สามารถนำมาลงทุนได้ (เงินเย็น)** เท่าไร? โดยไม่เดือดร้อนหากมีเหตุที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นในชีวิต
- คุณต้องการ**ผลตอบแทน**เท่าใด?
- คุณสามารถ**ยอมรับความเสี่ยง**ได้มากน้อยเพียงใด?
- มี**ความรู้**เรื่องการลงทุนประเภทต่างๆ แล้วหรือยัง?



สแกน QR CODE ทำแบบทดสอบ
ความเสี่ยงที่ยอมรับได้ ที่นี้:



การเตรียมความพร้อมในทุกๆ ด้าน จะช่วยตอบโจทย์ได้เป็นอย่างดีว่า
“ทางเลือกการออมการลงทุนแบบไหนที่เหมาะสมกับคุณ”

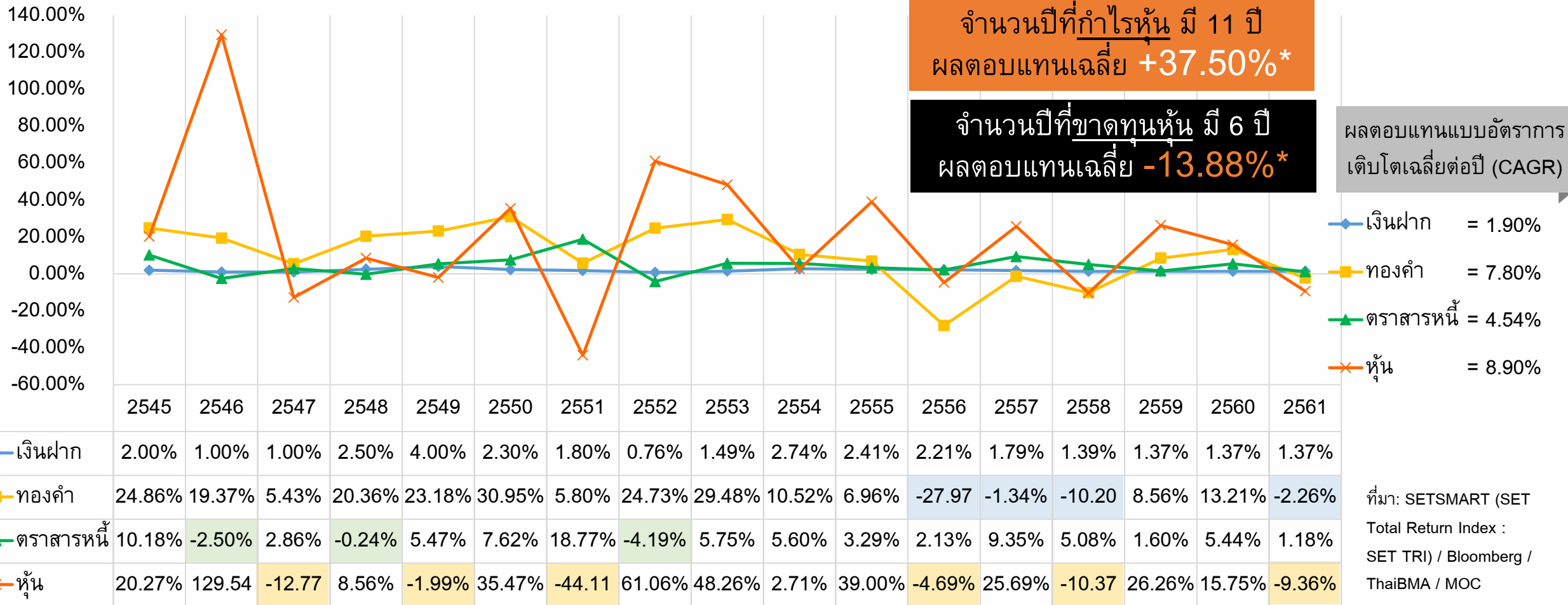
“หุ้น”

ให้ผลตอบแทนที่ดีที่สุดในระยะยาว

แต่ก็มี**ความผันผวน**
ระหว่างทางที่ต้องเจอ



ผลตอบแทนรายปีจากการลงทุนในสินทรัพย์ลงทุนประเภทต่าง ๆ ปี 2545 – 2561



จำนวนปีที่**กำไร**หุ้น มี 11 ปี
ผลตอบแทนเฉลี่ย **+37.50%***

จำนวนปีที่**ขาดทุน**หุ้น มี 6 ปี
ผลตอบแทนเฉลี่ย **-13.88%***

ผลตอบแทนแบบอัตรา
เติบโตเฉลี่ยต่อปี (CAGR)

- เงินฝาก = 1.90%
- ทองคำ = 7.80%
- ตราสารหนี้ = 4.54%
- หุ้น = 8.90%

ที่มา: SETSMART (SET Total Return Index : SET TRI) / Bloomberg / ThaiBMA / MOC

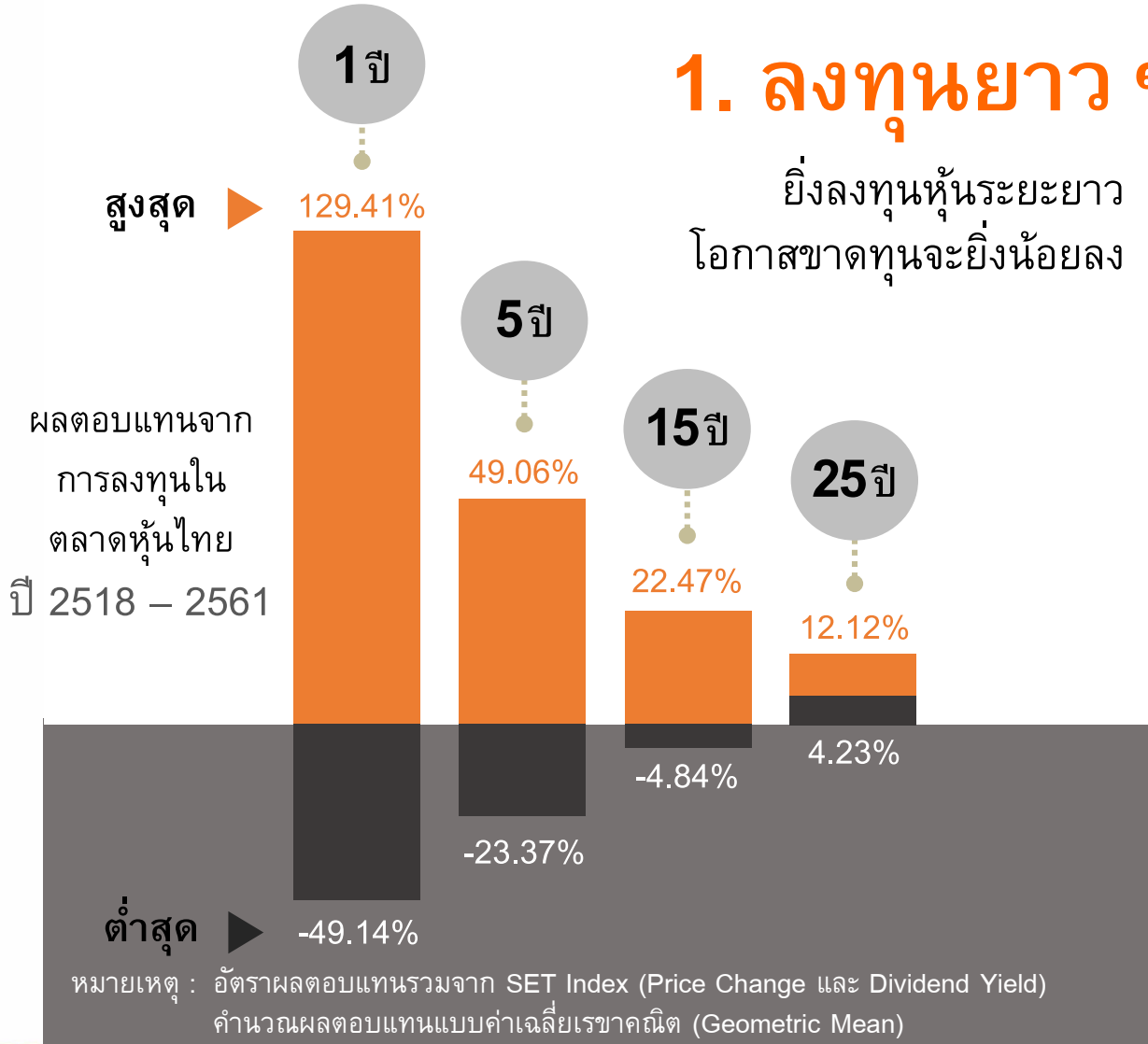


*คำนวณผลตอบแทนแบบค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Arithmetic Mean)
หมายเหตุ : อัตราผลตอบแทนรวมและอัตราผลตอบแทนแบบอัตราการเติบโตเฉลี่ยต่อปี (CAGR) จากอัตราดอกเบี้ยเงินฝากประจำ 1 ปี เฉลี่ย 5 ธ.ใหญ่ / ราคาทองคำโลก (Gold Spot) ในรูปของเงินดอลลาร์สหรัฐ ต่อทอรรอยออนซ์ / Government Bond Total Return Index / SET Index (Price Change และ Dividend Yield)

ลดความผันผวนได้ โดยการ...

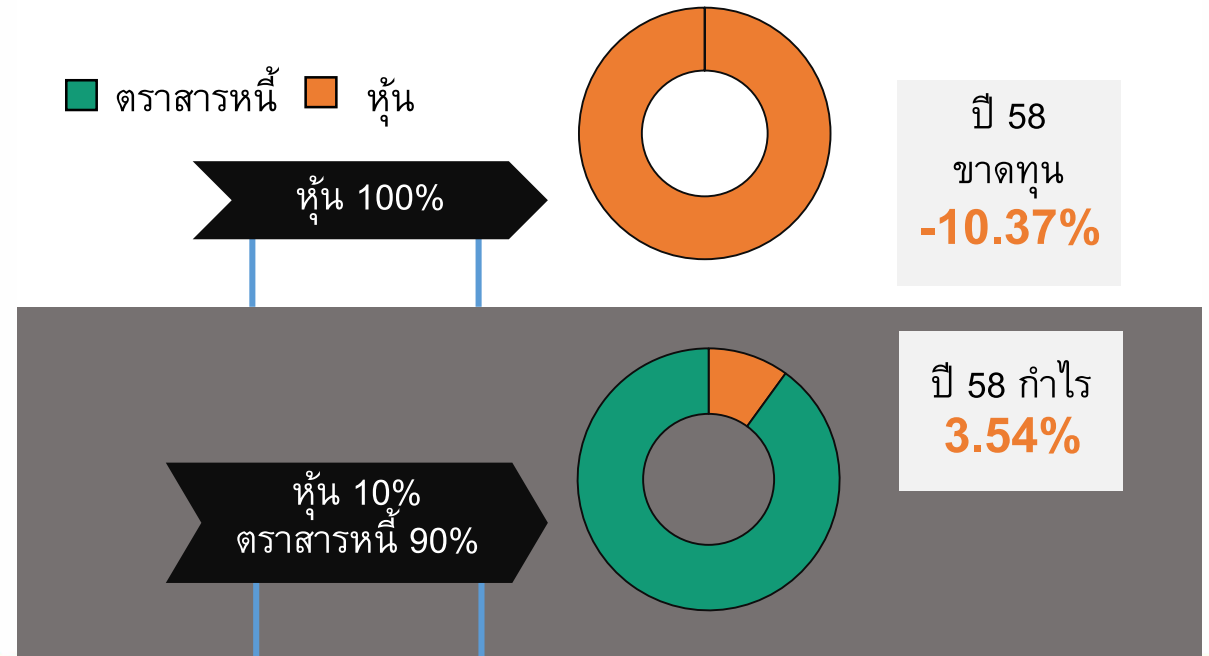
1. ลงทุนยาว ๆ

ยิ่งลงทุนหุ้นระยะยาว
โอกาสขาดทุนจะยิ่งน้อยลง



2. จัดพอร์ตลงทุน

กระจายการลงทุนในสินทรัพย์ที่มี
ผลตอบแทนสวนทางกัน
ความเสี่ยงโดยรวมจะลดลง



ตัวอย่าง การกระจายความเสี่ยงระหว่างสินทรัพย์

อัตราผลตอบแทนจากการลงทุนในหุ้นและตราสารหนี้

ปี		
	ตราสารหนี้ 100%	หุ้น 100%
2546	-2.50%	129.54%
2547	2.86%	-12.77%
2548	-0.24%	8.56%
2549	5.47%	-1.99%
2550	7.62%	35.47%
2551	18.77%	-44.11%
2552	-4.19%	61.06%
2553	5.75%	48.26%
2554	5.60%	2.71%
2555	3.29%	39.00%
2556	2.13%	-4.69%
2557	9.35%	25.69%
2558	5.08%	-10.37%
2559	1.60%	26.26%
2560	5.44%	15.75%
2561	1.18%	-9.36%

ผลตอบแทนของหุ้นและตราสารหนี้มีลักษณะที่สวนทางกัน

หุ้น 60% ตราสารหนี้ 40%	หุ้น 30% ตราสารหนี้ 70%	หุ้น 10% ตราสารหนี้ 90%
76.72%	37.11%	10.70%
-6.52%	-1.83%	1.30%
5.04%	2.40%	0.64%
0.99%	3.23%	4.72%
24.33%	15.97%	10.40%
-18.96%	-0.10%	12.48%
34.96%	15.39%	2.34%
31.26%	18.50%	10.00%
3.87%	4.74%	5.31%
24.72%	14.00%	6.86%
-1.96%	0.09%	1.45%
19.16%	14.25%	10.99%
-4.19%	0.45%	3.54%
16.40%	9.00%	4.07%
11.63%	8.53%	6.47%
-5.15%	-1.98%	0.12%

ทำให้ความเสี่ยงโดยรวมลดลง และมีโอกาสได้ผลตอบแทน แม้จะลงทุนในปีที่สินทรัพย์ใดสินทรัพย์หนึ่งติดลบ

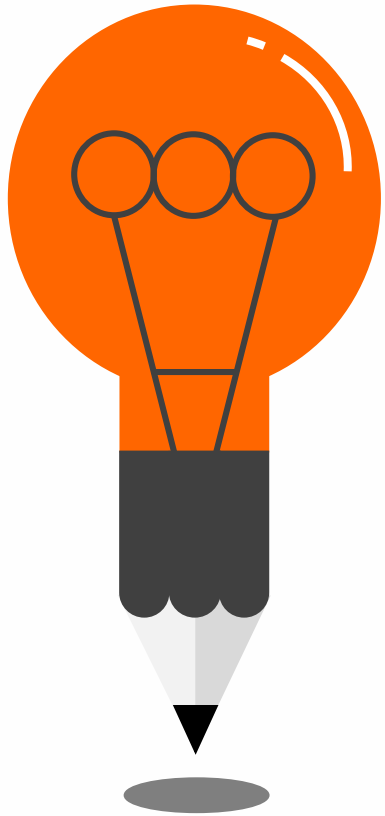
พอร์ตการลงทุนแนะนำสำหรับวัยเกษียณ แบบที่ 1

รูปแบบพอร์ตการลงทุนตามจำนวนปีที่เราคาดว่าจะมีชีวิตอยู่ (5 รูปแบบ)

รูปแบบพอร์ต	คุ้มครองเงินต้น	อนุรักษ์	สมดุล	เติบโต	ก้าวหน้า
คาดว่าจะมีอายุอีก	ไม่เกิน 10 ปี	มากกว่า 10 ปี	มากกว่า 15 ปี	มากกว่า 15 ปี	มากกว่า 20 ปี
สัดส่วนการลงทุน					
ตลาดเงิน	25%	10%	5%	5%	5%
ตราสารหนี้	55%	55%	45%	35%	20%
หุ้น	20%	35%	50%	60%	75%
เหมาะกับ นักลงทุนที่	<ul style="list-style-type: none"> มีอายุอยู่ได้อีกไม่เกิน 10 ปี หรืออายุไม่ถึง 70 ปี มีเงินสดในสัดส่วนมากกว่ารูปแบบอื่น 	<ul style="list-style-type: none"> อายุยืนมากกว่า 70 ปี หรือมากกว่า 10 ปีหลังเกษียณ ไม่ต้องการรับความเสี่ยงมากเกินไป แต่ต้องการผลตอบแทนที่ดีกว่าเงินเพื่อ เพิ่มสัดส่วนการลงทุนในหุ้นขึ้นอีกเล็กน้อย 	<ul style="list-style-type: none"> อายุจะยืนมากกว่า 15 ปี นับจากวันเกษียณ ต้องการเอาชนะเงินเฟ้อมากกว่า 3% ต่อปี ยอมรับความผันผวนจากการลงทุนได้ มีสัดส่วนการลงทุนในหุ้นครึ่งหนึ่งของพอร์ต 	<ul style="list-style-type: none"> อายุจะยืนยาวมากกว่า 15 ปี หลังเกษียณ ต้องการเอาชนะเงินเฟ้อมากกว่า 4% ต่อปี ยอมรับการขาดทุนในบางปีได้ มีสัดส่วนการลงทุนหุ้นได้มากกว่าครึ่งหนึ่งของพอร์ต 	<ul style="list-style-type: none"> คาดว่าจะมีอายุยืน 20 ปี นับจากวันเกษียณ ยอมรับความผันผวนจากการลงทุนได้สูง เพราะอาจต้องเจอกับภาวะขาดทุนอย่างน้อยสองปีติดต่อกัน มีสัดส่วนการลงทุนในหุ้นสูงสุดถึง 75% ของพอร์ต

ทางเลือกการลงทุน

เสี่ยงต่ำ



ตลาดเงิน สร้างรายได้แน่นอนและสภาพคล่องสูง เช่น

- เงินฝาก
- กองทุนรวมตลาดเงิน
- กองทุนรวมตราสารหนี้ระยะสั้น

ตราสารหนี้ มีความมั่นคงและผลตอบแทนสูงกว่าเงินฝาก เช่น

- พันธบัตรรัฐบาล
- หุ้นกู้เอกชน
- กองทุนรวมตราสารหนี้
- กองทุนรวมผสมตราสารหนี้และหุ้น

หุ้น ช่วยเพิ่มมูลค่าเงินออมเพิ่มสูงได้ในระยะยาว เช่น

- กองทุนรวมหุ้นดัชนี
- กองทุนรวมหุ้นพื้นฐานดี หรือกองทุนรวมหุ้นเติบโต
- หุ้นในตลาดหลักทรัพย์ที่มีพื้นฐานดี

เสี่ยงสูง

ทางเลือกอื่น ๆ เช่น

กองทุนรวมสินทรัพย์ทางเลือก
ที่มีนโยบายสร้างรายได้ประจำ
เช่น กองทุนรวมอสังหาริมทรัพย์ /
ทรัสต์เพื่อการลงทุนใน
อสังหาริมทรัพย์ / กองทุนรวม
โครงสร้างพื้นฐาน
“มีโอกาสได้รับผลตอบแทน
สม่ำเสมอ 4 - 6% ต่อปี”

พอร์ตการลงทุนแนะนำสำหรับวัยเกษียณ แบบที่ 2

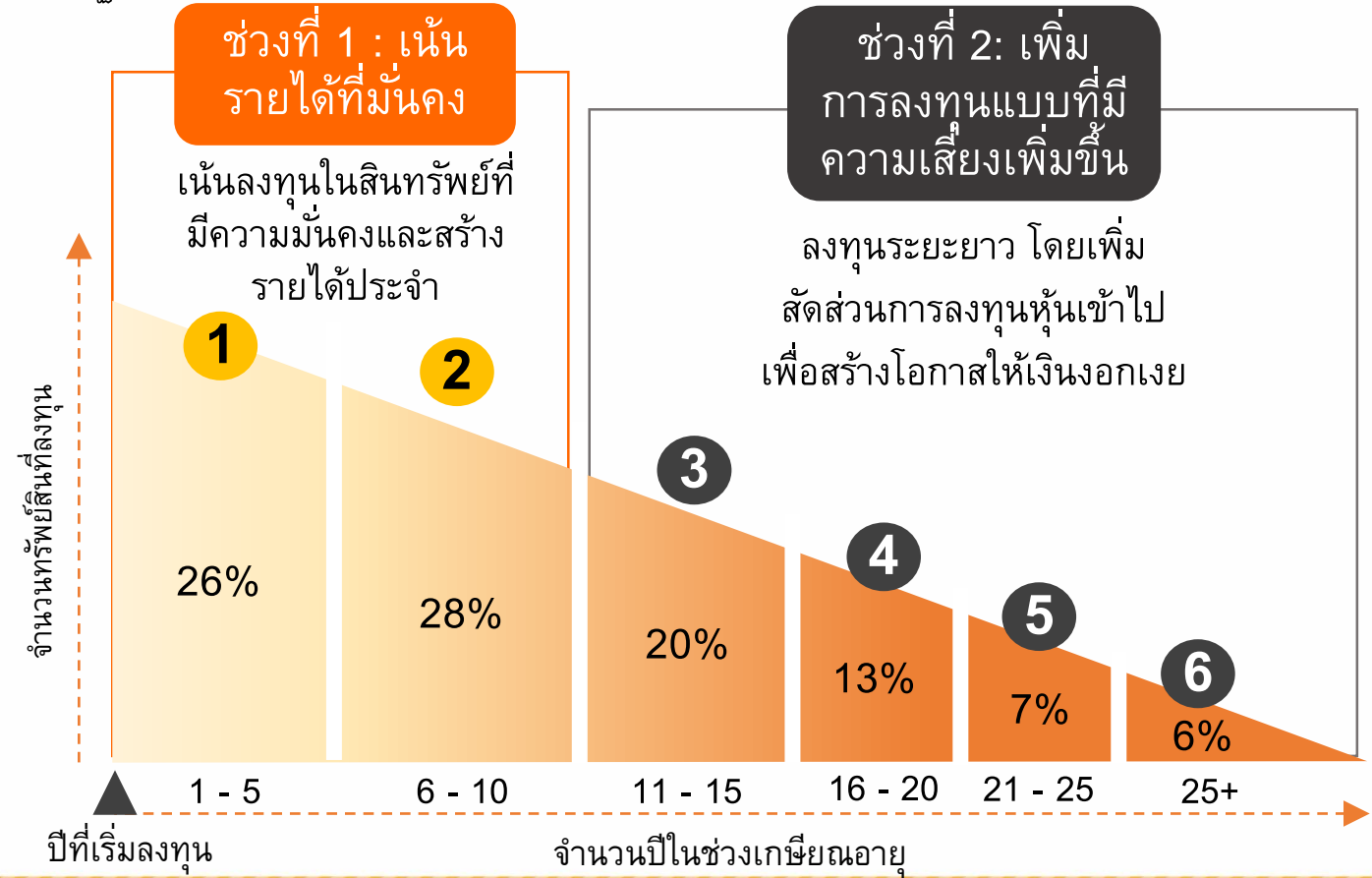
แนวทางจัดพอร์ตที่ช่วยสร้างรายได้ตลอดชีวิต (The Income for Life Model)

โดย ฟิลลิป ลูบินสกี (นักวางแผนทางการเงินในเดนมาร์ก สหรัฐอเมริกา)

**แนวคิดนี้จะแบ่งออกเป็น...
2 ช่วงหลักและแบ่งสัดส่วน
เงินลงทุนเป็น 6 ส่วน**

สรุปมุมมองแบบพีระมิดแห่งความเสี่ยง
ตามรูปแบบของ
The Income for Life Model

ที่มา: Kiplinger Washington Editors, Inc. และ วีระ ภู่อรรถกุล





ทางเลือกการลงทุน

แนวทางจัดพอร์ตที่ช่วยสร้างรายได้ตลอดชีวิต (The Income for Life Model)

ระดับความเสี่ยงจากการลงทุน	<div style="display: flex; align-items: center;"> เสี่ยงต่ำ เสี่ยงสูง </div>					
	ก่อนที่ 1 (26%)	ก่อนที่ 2 (28%)	ก่อนที่ 3 (20%)	ก่อนที่ 4 (13%)	ก่อนที่ 5 (7%)	ก่อนที่ 6 (6%)
แบ่งเงิน	ก่อนที่ 1 (26%)	ก่อนที่ 2 (28%)	ก่อนที่ 3 (20%)	ก่อนที่ 4 (13%)	ก่อนที่ 5 (7%)	ก่อนที่ 6 (6%)
จำนวนปีหลังเกษียณ	1 - 5	6 - 10	11 - 15	16 - 20	21 - 25	25+
วัตถุประสงค์การลงทุน	รับประกันผลตอบแทน	มั่นคง	รายได้ประจำ + เงินลงทุนเติบโต	เงินลงทุนเติบโต	เงินลงทุนเติบโตสูง	เงินลงทุนเติบโตสูงที่สุด
ทางเลือกการลงทุน	<ul style="list-style-type: none"> • บัญชีเงินฝากออมทรัพย์ • บัญชีเงินฝากเพื่อเรียกพิเศษ ดอกเบี้ยไม่เสียภาษี • บัญชีเงินฝากประจำ ที่มีกำหนดเวลาออมสั้นๆ 5 เดือน หรือ 10 เดือน • ตราสารหนี้ 5 ช่วงอายุ (1-5 ปี) หรือลงทุนแบบขั้นบันได 	<ul style="list-style-type: none"> • ตราสารหนี้ 5 ช่วงอายุ (6-10 ปี) หรือลงทุนแบบขั้นบันได • พันธบัตรแบบขั้นบันได กองทุนรวมผสม 	<ul style="list-style-type: none"> • กองทุนรวมหุ้นปันผล • กองทุนรวมอสังหาริมทรัพย์ • ทรัสต์เพื่อการลงทุนในอสังหาริมทรัพย์ • กองทุนรวมโครงสร้างพื้นฐาน 	<ul style="list-style-type: none"> • กองทุนรวมหุ้นขนาดใหญ่ 	<ul style="list-style-type: none"> • กองทุนรวมหุ้นขนาดเล็กที่มีโอกาสเติบโตสูงโดยไม่จำเป็นต้องมีเงินปันผลระหว่างทาง 	<ul style="list-style-type: none"> • หุ้นขนาดเล็กที่มีโอกาสเติบโต • สินทรัพย์ทางเลือก เช่น ของสะสม อสังหาริมทรัพย์ สินค้าโภคภัณฑ์ ฯลฯ

สรุปเทคนิคการจัดพอร์ตลงทุนหลังเกษียณ

- ทดลองจัดพอร์ตลงทุนหลังเกษียณ ว่าจะมีหน้าตาเป็นแบบไหน และคาดว่าจะได้ผลตอบแทนมากน้อยแค่ไหน เพียงพอกับรายจ่ายที่คิดไว้หรือไม่ ควรจะปรับเพิ่ม หรือ ลด การลงทุนอะไรบ้างหรือไม่ เพื่อให้ได้ผลตอบแทนอย่างที่ตั้งใจ
- ไม่ควรมีสินทรัพย์หลากหลายหรือกระจุกกระจายมากเกินไป จนทำให้ยากต่อการติดตามข่าวสาร
- ถ้าไม่ต้องการจัดพอร์ตลงทุนในรูปแบบต่างๆ ด้วยตัวเอง อาจจะเลือกลงทุนกองทุนรวมที่ออกแบบมาเพื่อวัยเกษียณ หรือ กองทุนที่มีเป้าหมายสร้างรายได้ประจำแทนก็ได้
- อย่าลืม! กั้นเงินส่วนหนึ่งไว้เป็น “สภาพคล่องเพื่อใช้จ่ายยามฉุกเฉิน” อย่างน้อย 3 - 6 เท่าของค่าใช้จ่ายประจำของครอบครัวอยู่เสมอ ซึ่งควรเก็บไว้ในสินทรัพย์ที่มีสภาพคล่องสูง เช่น บัญชีเงินฝากออมทรัพย์ หรือกองทุนรวมตลาดเงิน

กรณีศึกษา: นายพอเพียง รักอม

PROFILE

นายพอเพียง รักอม

พนักงานบริษัทเอกชน อายุ 60 ปี

เกษียณอายุงาน 60 ปี

จำนวนปีที่คาดว่าจะมีชีวิต
อยู่หลังเกษียณ 20 ปี

ระดับความเสี่ยงที่ยอมรับได้
จากการลงทุน ปานกลาง

มีเงินพอ
ที่จะโปะหนี้
หรือไม่



สินทรัพย์ (บาท)

สินทรัพย์สภาพคล่อง	
เงินสด / เงินฝาก	800,000
กองทุนรวมตลาดเงิน	300,000
สินทรัพย์เพื่อการลงทุน	
ตราสารหนี้	0
กองทุนสำรอง	1,000,000
กองทุนรวม.....	500,000
ประกันชีวิตสะสมทรัพย์	500,000
อสังหาริมทรัพย์ (ขาย/ให้เช่า)	0
อื่นๆ ของสะสม	200,000

มีเงินก้อนใหญ่
4.3 ล้านบาท

สินทรัพย์ใช้ส่วนตัว	
รถยนต์ / รถจักรยานยนต์	300,000
บ้านที่พักอาศัย	1,000,000
ของมีค่า / ของสะสม	200,000
สินทรัพย์รวม (1)	5,800,000

แบบสำรวจสินทรัพย์หนี้สิน

หนี้สิน (บาท)

หนี้สินระยะสั้น (ไม่เกิน 1 ปี)	
หนี้บัตรเครดิต	0
หนี้เงินกู้ซื้อสินค้า	50,000
หนี้อื่นๆ.....	0
หนี้ระยะยาว	
หนี้เงินกู้สหกรณ์	0
หนี้รถ	0
หนี้บ้าน	0
หนี้อื่นๆ..... หนี้ธนาคาร XYZ	150,000
หนี้สินรวม (2)	200,000

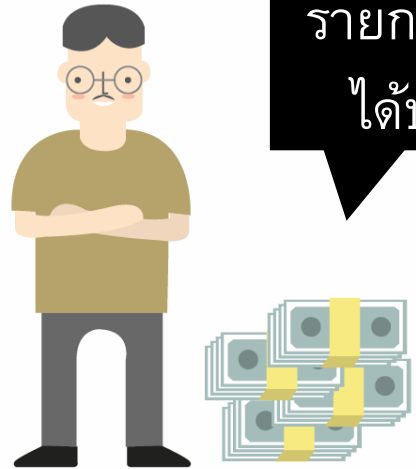
มีหนี้สิน
0.2 ล้านบาท

ความมั่งคั่ง (บาท)

สินทรัพย์รวม (1)	5,800,000
หนี้สินรวม (2)	200,000
ความมั่งคั่งสุทธิ (1) – (2)	5,600,000

ถ้ายังมีหนี้
จะวางแผน
ชำระอย่างไร

สามารถ
ลดค่าใช้จ่าย
รายการไหน
ได้บ้าง?



แบบประมาณการค่าใช้จ่าย

รายเดือน (บาท)

รายปี (บาท)

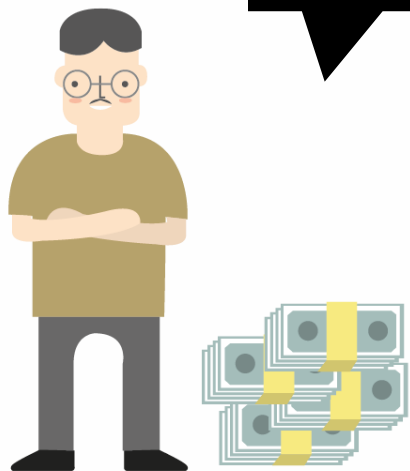
1. ค่าใช้จ่ายด้านการออมและลงทุน	เงินฝาก	-	-
	เงินลงทุน	-	-
2. ค่าใช้จ่ายคงที่	ชำระหนี้	-	-
	ประกันชีวิต / ประกันภัย	1,200	14,400
3. ค่าใช้จ่ายผันแปร	อาหาร	4,500	54,000
	ค่าน้ำ / ค่าไฟ	1,000	12,000
	ค่าโทรศัพท์ / อินเทอร์เน็ต		
	เงินให้ครอบครัว		
	ค่าซ่อมแซมบ้าน		
	ของใช้ในบ้าน		
	ค่าโดยสารรถสาธารณะ / ค่าน้ำมันรถ		
	ค่ารักษาพยาบาล / อาหารเสริม	2,000	24,000
	เสื้อผ้า	400	4,800
	ท่องเที่ยว / สวรรค์	2,000	24,000
	ทำบุญ / บริจาค	4,000	48,000
	รวมค่าใช้จ่าย	18,000	216,000

ค่าใช้จ่าย
18,000 บาท
ต่อเดือน

ค่าใช้จ่าย
216,000 บาท
ต่อปี

?

มี “เงินเย็น”
เพื่อนำไป
ลงทุนเท่าไร



ข้อมูลแหล่งรายได้ประจำ

- ระยะเวลาส่งเงินสมทบป.กส. 24 ปี
- มีสิทธิได้รับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ

สำรวจรายได้หลังเกษียณ

เงินก้อน	รายได้ประจำ
<input type="checkbox"/> เงินบำเหน็จกองทุนประกันสังคมบาท	<input checked="" type="checkbox"/> เงินบำนาญกองทุนประกันสังคม.....บาท 3,900
<input type="checkbox"/> เงินบำเหน็จบำนาญข้าราชการบาท	<input type="checkbox"/> เงินบำนาญข้าราชการบาท
<input checked="" type="checkbox"/> กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ.....บาท 2,000,000	<input type="checkbox"/> กองทุนการออมแห่งชาติ.....บาท
<input checked="" type="checkbox"/> กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF).....บาท 500,000	<input checked="" type="checkbox"/> เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ.....บาท 600
<input type="checkbox"/> กองทุนรวมหุ้นระยะยาว (LTF).....บาท	<input type="checkbox"/> ประกันชีวิตแบบบำนาญ.....บาท
<input type="checkbox"/> รายได้จากการลงทุน.....บาท	<input type="checkbox"/> เงินค่าเช่าจากสินทรัพย์.....บาท
<input type="checkbox"/> ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์.....บาท 500,000	<input type="checkbox"/> ดอกเบี้ยเงินฝากและตราสารหนี้.....บาท
<input type="checkbox"/> เงินชดเชยตามกฎหมาย.....บาท	<input type="checkbox"/> เงินปันผลจากหุ้นและกองทุนรวม.....บาท
<input checked="" type="checkbox"/> เงินค่าขายสินทรัพย์.....บาท ของสะสม 200,000	<input type="checkbox"/> เงินจากสินเชื่อบ้านผู้สูงอายุ.....บาท
(อสังหาริมทรัพย์ / ที่ดิน / ของมีค่า ฯลฯ)	<input type="checkbox"/> อาชีพหลังเกษียณ.....บาท
<input checked="" type="checkbox"/> อื่นๆ เงินฝาก 500,000*บาท	<input type="checkbox"/> รายได้จากครอบครัว.....บาท
<input checked="" type="checkbox"/> อื่นๆ กองทุนรวมตลาดเงิน 300,000บาท	
รวมเงินก้อน.....บาท 4,000,000	รวมรายได้ประจำ.....บาท 4,500

*เงินฝากที่เหลือจากการโปะหนี้ 2 แสนบาท และแบ่งเงินสำรองฉุกเฉิน 1 แสนบาท

ประเมินสถานะการเงินขั้นต้น

สถานะการเงินขั้นต้น

รายการ	เฉลี่ยต่อเดือน (บาท)	จำนวนเงินต่อปี (บาท)
1. เงินก้อนใหญ่ (4 ล้านบาท)	16,667	200,000
2. รายได้ประจำ	4,500	54,000
3. ประมาณการค่าใช้จ่าย	18,000	216,000
สถานะขั้นต้น (1) + (2) - (3)	+3,167	+38,000

กลัวเงินไม่พอใช้ ทำไงดี?



นายพอเพียงต้อง...**บริหารเงินหลังเกษียณ** ให้ดีที่สุด เช่น

- **ลดค่าใช้จ่ายผันแปร**
- **เพิ่มรายได้** เช่น ขายของจากงานอดิเรกที่ชอบ หรือหากิจกรรมที่ทำแล้วได้เงิน หรือวางแผนสร้างอาชีพหลังเกษียณ
- **นำเงินก้อน 4 ล้านบาท ไปวางแผนลงทุน** ให้ได้รับผลตอบแทนชนะเงินเฟ้อ

โดยยังมีรายได้ประจำให้ใช้อีก 4,500 บ.

ตัวอย่าง นายพอเพียง วางแผนลงทุนตามรูปแบบของ The Income for Life Model โดยใช้เงินก้อน 4 ล้านบาท

สรุปขั้นตอน

ก่อนที่	สัดส่วนเงินลงทุน	จำนวนเงิน (ล้านบาท)	ผลตอบแทนที่ต้องการ	ทางเลือกการออม / ลงทุน
1	26%	1.04	1.9%	ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 16,964 บาท บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนแรกหมด
2	28%	1.12	4.54%	ลงทุน 5 ปี เงินรวม 1.40 ลบ. ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 22,809 บาท ตราสารหนี้ → บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนที่ 2 หมด
3	20%	0.80	4.54%	ลงทุน 10 ปี เงินรวม 1.25 ลบ. ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 20,342 บาท กองทุนรวมตราสารหนี้ → บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนที่ 3 หมด
4	13%	0.52	5.84%*	ลงทุน 15 ปี เงินรวม 1.22 ลบ. ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 19,872 บาท กองทุนรวมผสมตราสารหนี้ 70% และหุ้น 30% → บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนที่ 4 หมด
5	7%	0.28	8.90%	ลงทุน 20 ปี เงินรวม 1.54 ลบ. ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 25,130 บาท กองทุนรวมดัชนีหุ้น หรือกองทุนรวมหุ้นขนาดใหญ่ → บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนที่ 5 หมด
6	6%	0.24	8.90%	ลงทุน 25 ปี เงินรวม 2.20 ลบ. ทยอยถอนใช้ 5 ปี ได้เดือนละ 32,990 บาท กองทุนรวมหุ้นขนาดเล็ก ที่มีโอกาสเติบโต และไม่มียกจ่ายปันผล → บัญชีเงินฝาก → เงินก้อนที่ 6 หมด

- 1) จัดสรรเงินลงทุนเป็น 6 ก้อนตามสัดส่วนที่กำหนด
- 2) นำเงินแต่ละก้อนไปลงทุนในสินทรัพย์ที่ต้องการ
- 3) ทยอยถอนเงินลงทุนก้อนแรกออกมาใช้ 5 ปีจนหมด
- 4) ขายเงินลงทุนก้อนที่ 2 โดยนำมาเก็บไว้ในบัญชีเงินฝากและทยอยถอนใช้อีก 5 ปีต่อมาจนหมด
- 5) เงินก้อนที่ 3 - 6 ทำตามข้อ (4) จนกว่าจะสิ้นอายุขัย

หมายเหตุ:

(1) กำหนดให้อัตราเงินเฟ้อหลังเกษียณ 3% และผลตอบแทนที่ต้องการ อ้างอิงผลตอบแทนรวมแบบ CAGR ปี 2546 – 2561 ของเงินฝากประจำ 1 ปี ดัชนีพันธบัตรรัฐบาล และดัชนีหุ้น SET TRI เท่ากับ 1.90% 4.54% และ 8.90% ตามลำดับ

(2) สูตรคำนวณ เงินรวมจากการออม / ลงทุน = เงินต้น x (1 + อัตราผลตอบแทน)^{เวลา} (ผลตอบแทนไม่มีการปรับค่าด้วยเงินเฟ้อ)

(3) คำนวณเงินที่สามารถถอนใช้รายเดือน ได้ที่ www.set.or.th/happymoney ในหัวข้อ “วางแผนหลังเกษียณ” (ผลตอบแทนหลังเกษียณที่ต้องการจากเงินฝากประจำ 1 ปี 1.90% ปรับค่าด้วยเงินเฟ้อ 3%)

4 เกร็ดความรู้...สร้างชีวิตสุขหลังเกษียณ

- 3 ข้อคิดเตือนใจ...สำหรับวัยเกษียณสุข
- กิจกรรมน่าทำหลังเกษียณ
- สิทธิผู้สูงอายุตามพ.ร.บ. ผู้สูงอายุ
- แหล่งเรียนรู้ด้านการลงทุน

เกษียณสุข
เป็นจริงได้

3 ข้อคิดเตือนใจ...สำหรับวัยเกษียณสุข

ระวัง คนใจร้าย



ลวงให้โลภ” และ“หลอกให้กลัว”

หลอกว่า...

- ถ้าร่วมลงทุนจะได้ผลตอบแทนสูง
- หลอกว่า เป็นผู้โชคดีได้รางวัลใหญ่
- หลอกว่า มีส่วนพัวพันกับคดียาเสพติด
- หลอกว่า ญาติห่างๆ ทิ้งเงินประกันชีวิตไว้ให้
- หลอกว่า ติดหนี้บัตรเครดิต
- หลอกว่า บัญชีเงินฝากถูกอายัด

ระวัง ตัวเราใจดี



- จ่ายเงินก้อนให้ลูกหลาน หรือ เพื่อนฝูง
- คำประกันให้คนอื่น

ระวัง ความฝัน



- ทำอาชีพเสริม หรือ ลงทุน โดยไม่มีความรู้ ประสบการณ์

กิจกรรมนำทำหลังเกษียณ

ตัวอย่าง



เพาะต้นไม้ขาย



ขายอาหาร/เครื่องดื่ม



เป็นครู/ที่ปรึกษา



เป็นเกษตรกร



นักลงทุน



ทำธุรกิจส่วนตัวเล็กๆ



ทำงานฝีมือขาย



เป็นนักเขียน

คำถามที่ต้องตอบ
 ก่อนการเลือกกิจกรรม

- ✓ กิจกรรมนั้นใช้เวลาในแต่ละวันหรือสัปดาห์อย่างไร?
- ✓ กิจกรรมนั้นมีค่าใช้จ่ายอะไรบ้าง?
- ✓ กิจกรรมนั้นส่งผลกระทบต่อคนรอบกายคุณ (คู่ชีวิต / ลูกหลาน) อย่างไร ?

สิทธิผู้สูงอายุตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

1. การบริการทางการแพทย์ และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวก และรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุเป็นพิเศษ
2. การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
3. การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม
4. การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน
5. การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุ ในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณสุขอื่น
6. การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม
7. การช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกรุณกรรมหรือ ถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง
8. การให้คำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือในทางการแก้ไขปัญหาคบครัว
9. การจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง
10. การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม
11. การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี
12. การอื่นตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนด



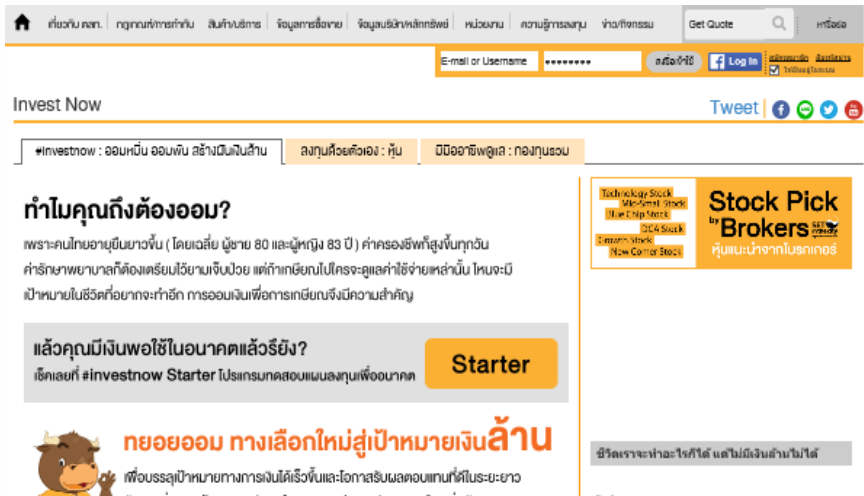
ดาวน์โหลด เอกสารเพื่อศึกษา ความรู้การวางแผน การเงินหลังเกษียณ ได้ที่นี้



แหล่งเรียนรู้ด้านการลงทุน

www.set.or.th/education

www.set.or.th/investnow



เริ่มต้นวางแผนการเงิน

แหล่งรวมความรู้ด้านวางแผนการเงิน พร้อมสรุปเป้าหมายตามไลฟ์สไตล์ของแต่ละช่วงอายุ

[คลิก](#)

เรียนรู้การลงทุน

แหล่งรวมความรู้ด้านการลงทุนแบบครบวงจร พร้อมไขข้อสงสัยองค์ประกอบและหลักการของสินทรัพย์

[คลิก](#)

มือใหม่เริ่มลงทุน

สำหรับมือใหม่ที่ต้องการเริ่มต้นการลงทุน

[คลิก](#)

ทำไมคุณถึงต้องออม?

เพราะคนไทยอายุยืนยาวขึ้น (โดยเฉลี่ย ผู้ชาย 80 และผู้หญิง 83 ปี) ค่าครองชีพที่สูงขึ้นทุกวัน ค่ารักษาพยาบาลที่ต้องเตรียมไว้ยามเจ็บป่วย แต่หากเกษียณไปก็จะดูแลค่าใช้จ่ายเหล่านั้น โบนัสมีเป้าหมายในชีวิตคืออยากจะทำอีก การออมเงินเพื่อการเกษียณจึงมีความสำคัญ

แล้วคุณมีเงินพอใช้ในอนาคตแล้วรึยัง?

เช็คเลยที่ [#investnow Starter](#) โปรแกรมทดสอบแผนลงทุนเบื้องต้น

กอย่อยออม ทางเลือกใหม่สู่เป้าหมายเงินล้าน

เพื่อบรรลุเป้าหมายทางการเงินได้เร็วขึ้นและโอกาสรับผลตอบแทนที่ดีในระยะยาว ทำคุณเริ่มออมเร็ว คุณจะมีเวลาในการออกก่อนเกษียณมาก โดยเริ่มต้นทยอยออมด้วยเงินหลักพันเท่านั้น และทำเป็นประจำไม่ลงทุนที่เห็นผลตอบแทนที่มากขึ้น ก็จะทำให้เงินต้นนั้นทวีคูณมากขึ้น การทยอยออมในหุ้นหรือกองทุนรวมก็เป็นตัวเลือกที่น่าสนใจ

ระยะเวลาออม	ตั้งเงินต้นเริ่มต้น	ประมาณมูลค่าเงินเก็บเมื่ออายุ 60 ปี		
		ผลตอบแทน 2%	ผลตอบแทน 5%	ผลตอบแทน 10%
อายุ 20 ปี (มีเวลาออม 40 ปี)	1,000	700,000	1,500,000	6,300,000
	5,000	3,600,000	7,600,000	31,600,000
อายุ 35 ปี (มีเวลาออม 25 ปี)	5,000	1,900,000	2,900,000	6,600,000
	10,000	3,800,000	5,900,000	13,200,000
อายุ 50 ปี (มีเวลาออม 10 ปี)	10,000	1,300,000	1,500,000	2,000,000
	20,000	2,600,000	3,100,000	4,000,000



แนะนำโปรแกรมช่วยบริหาร เงินหลังเกษียณแบบง่าย

- 1) พิมพ์ www.set.or.th/happymoney
- 2) เลื่อนลงไปที **วางแผนหลังเกษียณ**



วางแผนหลังเกษียณ

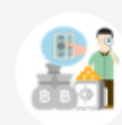


เงินก้อนที่มีตอนนี้ ใช้ได้ทีปีถึงจะหมด

เงินก้อนที่มี	2000000	บาท
เงินที่จะถอนมาใช้หลังเกษียณ	15000	บาทต่อเดือน
อัตราเงินเฟ้อ	3.00	% ต่อปี
อัตราผลตอบแทนหลังเกษียณ	4	% ต่อปี
เงินก้อนที่มี จะหมดลงภายใน	11.69	ปี

คำนวณ

เริ่มใหม่



เงินก้อนที่มีตอนนี้ ถอนใช้ได้เดือนละเท่าไร

เงินก้อนที่มี	2000000	บาท
จำนวนปีที่ถอนเงินมาใช้หลังเกษียณ	20	ปี
อัตราเงินเฟ้อ	3.00	% ต่อปี
อัตราผลตอบแทนหลังเกษียณ	4	% ต่อปี
ถอนเงินมาใช้ได้	9,119.55	บาท

คำนวณ

เริ่มใหม่

ผู้ใช้งานโปรแกรม
สามารถกรอก
ตัวเลขเงินเพื่อ
และผลตอบแทน
หลังเกษียณ
ที่ต้องการได้

eSET - Learning

พร้อมให้บริการ...
เรียนรู้ออนไลน์

<https://elearning.set.or.th/>



หน้าแรก หลักสูตร เกี่ยวกับเรา ทำหน้าที่ของเรา

E-LEARNING

eSET - Learning

ศูนย์ส่งเสริมการพัฒนาความรู้ตลาดทุน ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย
หลักสูตรออนไลน์แบบเรียนด้วยวิธีการเรียนรู้
โดยมีครูผู้ทรงคุณวุฒิ สอนแบบสดผ่าน
เป็น Live หรือแบบบันทึก e-Course

WMD1202
วางแผนการเงินหลังเกษียณ สไตล์วัยเก๋า
เรียนรู้เทคนิคและวิธีการบริหารจัดการเงินหลัง
เกษียณ เพื่อเตรียมพร้อมก้าวสู่วัยหลังเกษียณ
อย่างมีความสุข

ฟรี

FDD1001
ครบเครื่องเรื่องลงทุน
เรียนรู้ทางเลือกการลงทุนประเภทต่างๆ รวมถึงผล
ตอบแทน ความเสี่ยง เพื่อเตรียมความพร้อมก่อน
เข้าสู่ตลาดทุนอย่างมั่นใจ


ฟรี

การวางแผนการเงิน

หลักการลงทุน


สายด่วน เบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน

191	แจ้งเหตุด่วนเหตุร้าย	199	แจ้งเหตุเพลิงไหม้
1554	กู้ชีพ วชิรพยาบาล	1555	ศูนย์ กทม.
1111	สายด่วน รัฐบาล	1195	กองปราบปราม
1192	แจ้งรถหาย	1197	ศูนย์ควบคุมจราจร
1543	อุบัติเหตุบนทางด่วน	1199	เหตุด่วนทางน้ำ
1669	แพทย์ฉุกเฉิน	1193	ตำรวจทางหลวง
1125	แจ้งเหตุประปา ขัดข้อง	1130	แจ้งเหตุไฟฟ้า ขัดข้อง
1137	จส. 100	1677	ร่วมด้วยช่วยกัน
02-282-1815	สอบถามเด็กหาย	02-354-8222	กู้ชีพ นเรนทร
02-617-6000	รถไฟฟ้า BTS	02-624-5200	รถไฟใต้ดิน MRT



ข้อเสนอแนะการออกแบบ

สภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ



หน่วยปฏิบัติการวิจัย สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ช่องทาง **Download** เอกสาร
คู่มือการปรับปรุงบ้าน
Facebook : UDGURU
Line id : UDGURU

ที่มาข้อมูล : หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตัวอย่างที่ดีในการจัดสิ่งอำนวยความสะดวก สำหรับคนพิการ และคนทุพวิสัย

ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ ๒



SCAN เพื่อตอบแบบประเมินผล



THANK YOU

เงินทองต้องวางแผน

HAPPY MONEY

HAPPY RETIREMENT



ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย

93 อาคารตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย ถ.รัชดาภิเษก ดินแดง กทม. 10400
SET Contact Center 0-2009-9999 email: TSI_Seminar@set.or.th

www.set.or.th

