



ACTUARIAL SOCIETY
of
H O N G K O N G
香 港 精 算 學 會

新聞稿

港人愈趨長壽 退休儲備或不敷所需： 香港精算學會就首份五年規劃及 2026 年施政報告諮詢提交建議

獨立精算專業學會提出多項建議，探討如何善用及優化現有公共政策，應對人口老化帶來的挑戰。

香港，2026 年 9 月 11 日——香港精算學會（「學會」）將香港急速老化的人口問題定為本年度的核心焦點，並指出若政策行動缺乏協調，香港市民將面臨退休儲蓄不足以應付晚年生活的長壽風險。在向政府提交的《香港特別行政區經濟和社會發展第一個五年規劃（2026—2030）》及《2026 年施政報告》詳細意見書中，學會提出針對性的改革建議，旨在協助市民更妥善規劃長遠退休財務，並保障晚年健康。

香港擁有全球最長壽的人口之一，男性平均預期壽命為 83.3 歲，女性更高達 88.7 歲¹。這意味著許多人將會度過 20 至 30 年的退休生活。然而，在因退休理由提取的強積金權益總額當中，超過 9 成是以一筆過方式支取²，這使他們在晚年面臨重大的積蓄耗盡風險。預計到 2030 年，香港 65 歲及以上人口會較現時增加約 30 萬人³，達約 220 萬人⁴，人口趨勢顯示，屆時每 1 名退休人士僅由約 2 名勞動人口供養，這將對香港的福利體系與經濟造成更大壓力。香港現有的退休及醫療保障計劃各自獨立運作，各體系之間的協調有待加強，不利市民制訂周全的長遠退休規劃。

強化退休財富

學會的提案主張，以更妥善及更具整合性的方式運用香港現有公共政策。為鞏固退休財富，其核心建議之一是加強強積金、合資格延期年金保單（QDAP）及香港年金計劃之間的銜接，更有效地協助市民累積退休儲蓄。此框架旨在協助市民將一筆過提取的儲蓄轉化為穩定的定期收入，避免儲蓄過早耗盡。學會其中一項具體建議，是將可扣稅自願性供款（TVC）及合資格延期年金保單的合計稅務扣除上限，由現時 6 萬港元調高至 12 萬港元，藉此加強相關財政誘因，推動以上兩項措施。學會亦建議更善用強積金資產，容許計劃成員在就業期間動用其強積金儲蓄購買自願醫保計劃（VHIS）產品，藉此建立長遠醫療保障。與此同時，學會建議可運用強積金資產購買合資格延期年金保單及香港年金計劃，藉此產生定期退休收入，取代一筆過提取的安排，這項安排有助香港市民帶來更穩定的退休收入。

可持續醫療保障與創新

在健康保障方面，學會建議優化自願醫保計劃，包括加強預防性護理保障，以及完善共同付款機制。這些調整旨在提升自願醫保的長遠可持續性，並防止飆升的醫療開支侵蝕香港市民的退休儲蓄。其中的核心創新思維在於將這些不同的計劃視為一個緊密相連、相互配合的體系。學會亦建議進一步拓展服務至大灣區，為香港居民提供更多可負擔的退休及安老服務選項，支持香港發展成為世界級銀齡社會。

¹ 政府統計處：人口統計 - 按性別劃分的出生時平均預期壽命為~82.7-83.3 男性/88.2-88.7 女性（2024-2025 年臨時數據）。資料來源：[政府統計處：人口統計](#)

² 表 11.2.4 - 按提取方式劃分的以退休及提早退休理由提取強積金權益的金額。資料來源：[MPFA 強制性公積金計劃統計摘要季刊 2025 年 12 月](#)

³ [政府統計處：表 150-11001：按性別及年齡組別劃分的推算年中人口](#)

⁴ [政府統計處：表 110-01001：按性別及年齡組別劃分的人口](#)

香港精算學會會長 Mark Saunders（馬崇達）表示：「香港人口老化的速度，幾乎較全球所有經濟體為快。如果我們未能提前作好充分準備，所面臨的社會和經濟問題將會非常嚴峻。服務公眾利益、評估及管理長遠風險是我們專業的核心。今年，學會將這專業知識應用於香港最關鍵的社會挑戰之一，透過就香港首份《五年規劃》及 2026 年《施政報告》諮詢提出建議，與政府及跨行業持份者協作。」

香港精算學會公共政策委員會主席林溢東指出：「香港已建立穩健的退休儲蓄體系，惟仍有進一步優化空間。透過設計更完善的退休安排，可協助香港市民在較長的退休階段穩妥提取儲蓄。如能整合強積金、年金產品與醫療保險保障，市民即使壽命延長，亦可減低面對退休收入中斷或醫療保障不足的風險。以上均為以證據為本、供政府參考的政策選項，並不牽涉任何特定商業產品。」

學會將於 2026 年 10 月 21 日至 22 日假灣仔合和酒店舉辦旗艦跨行業會議「樂齡香港 2026」，會議主題為「**健康．理財．創新：引領全球銀齡新時代**」，藉此進一步推動本政策議程。
#AgeingWellHK2026

- 完 -

傳媒查詢，請聯絡：

香港精算學會

info@actuaries.org.hk

+852 2147 9278

有關香港精算學會

香港精算學會（The Actuarial Society of Hong Kong，簡稱 ASHK）成立於 1968 年，是香港唯一專業精算師組織。學會為精算師提供平台，透過幫助個人及機構提高財務韌性，並產生積極的社會影響，從而提高可持續發展水平。