

亞洲財務抗逆力指數

平衡當下需求及未來目標





簡介

永明一直致力協助客戶實現終身財務保障，建構健康生活。

永明金融亞洲第二期財務抗逆力指數 (Sun Life Asia Financial Resilience Index)，旨在探討亞洲各地民眾的財務知識、態度及行為。我們透過剖析受訪者的財務決策方式、考量及實際成效，準確識別「高抗逆力族群」與「低抗逆力族群」的關鍵分野，從而幫助更多人輕鬆地實現財務保障。

我們2025年的調查顯示，由於生活成本上漲和經濟不確定性，不少人正面臨財務壓力及風險。生活成本上漲使管理日常開支、平衡家庭預算及獲取醫療服務變得更加困難。個人財政預算捉襟見肘，對長遠財富規劃造成影響。受訪者普遍優先應付日常開支，無奈延後長期儲蓄目標——此舉雖可以理解，卻可能削弱未來的財富增值潛力，甚至影響退休儲備。

調查顯示，近六成受訪者自覺財政穩健，稍遜於去年(61%)，

而整體結果反映多數港人的財務抗逆力有待提高。超過半數港人未有制訂一年以上的財務規劃，僅一半人有信心應付突發財務危機，揭示受訪者或高估自己的財務安全及抗逆力。

令人鼓舞的是，越來越多港人，尤其是高抗逆力一族——正主動尋求提升財務知識，以應對當前的經濟挑戰。

綜合調查結果可見，市場越波動，就越需堅持長線視野。制定能兼顧當前與未來需求的財務規劃，配合專業理財顧問的支持，進行全面財務規劃，可讓我們無懼經濟周期起伏，穩守資產、護蔭家人，推進人生目標。

潘紀紅

香港永明金融有限公司財富及退休金業務總經理

研究方法

調查於2025年進行



每個市場受訪者

1,000人

共6,000

名受訪者，來自不同財富層級、
世代及城鄉背景



「高抗逆力」與「低抗逆力」評估標準

	 低抗逆力 (10%受訪者)	 高抗逆力 (32%受訪者)
對自身財務	缺乏安全感	有安全感
財務規劃	僅規劃數月或無規劃	具備5年以上規劃
應對財務突發事件	毫無準備	已做準備
自我評估理財知識水平	自認不足	自認良好
實現長期財務目標的信心	無信心	有信心

主要調查結果

#1

管理日常財務日益受到重視, 但或不利長遠財富增值

短期財務需求主導決策

建立真正的財務抗逆力, 保持長期規劃至關重要。但在物價持續上漲的壓力下, 多數受訪者現階段最關切的是如何應付短期開支。60%的受訪者將管理日常支出列為未來12個月的首要財務優先事項, 較去年調查的54%略有提升。

建立應急儲備已成為第二大財務目標, 比例較去年上升至43%, 並超越為退休儲蓄 (排名降至第六位)。



未來12個月的財務優先事項

2025年

管理日常支出

60%

建立應急儲備

43%

創業

34%

為自己或子女的教育支付/儲蓄

33%

償還債務

32%

為退休儲蓄

31%

2024年

為退休儲蓄

66%

管理日常支出

54%

為購屋/購置公寓儲蓄

41%

為自己或子女的教育支付/儲蓄

39%

商業保險支出

37%

遺產規劃 / 撰寫遺囑

24%

#2

Z世代財務穩健度最低, 且最著緊財務狀況

年輕一代對個人財務前景感到不確定

即使Z世代處於理財生涯的起步階段, 但他們的財務信心與實際準備均遜於其他較年長的組別。

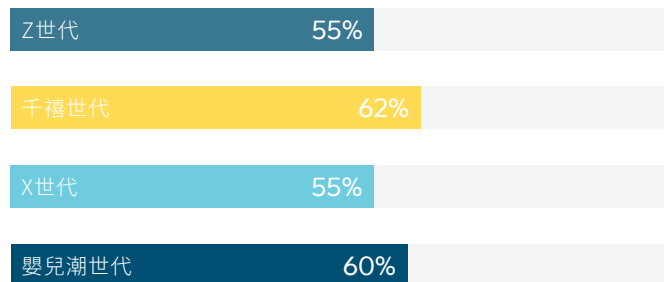
穩健至上

在投資方面, 受訪者普遍持謹慎態度——56%的人採取保守投資策略, 僅11%願意承擔高風險。調查結果顯示, 信心不足與財務安全感偏低導致投資漸趨保守。

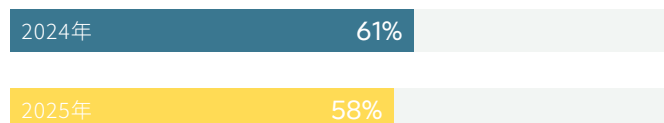
Z世代投資者因擁有更長的職業生涯和工作年限, 本應最適合採取平衡的投資風險策略。但在所有年齡層中, 他們卻最常描述自己為保守型投資者(61%), 這凸顯年輕投資者需加強理財知識教育, 對風險收益特徵的理解, 以及如何根據儲蓄目標配對合適的投資產品。

整體而言, 高抗逆力族群為追求長期回報, 往往更能承受較高投資風險。當被問及投資風險偏好時, 他們對儲蓄配置的保守程度(55%)較低抗逆力族群低, 顯示其投資策略與財務目標一致。

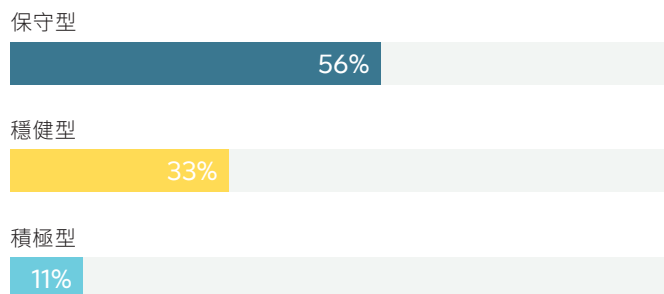
財務穩健度



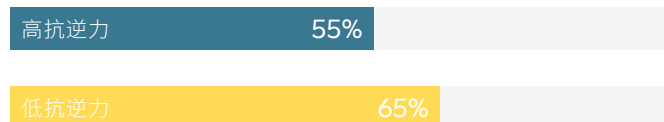
財務穩健度 – 整體分佈



投資風險偏好 – 整體分佈



保守型投資者



#3

多數港人面對理財問題時會尋求協助，但僅部分會諮詢專業意見。具備高抗逆力的人士，則更主動傾向尋求理財顧問的專業協助。

港人透過多元渠道獲取理財建議

調查顯示，83%受訪者在財務決策時會尋求協助。在管理財務方面，43%會諮詢配偶或伴侶意見，42%會向其他家庭成員請教，另有22%會聽取朋友提供的財務建議。

只有近四分之一（23%）的受訪港人會尋求理財顧問等專業人士的協助，且比例在各年齡層之間並無明顯差異。值得關注的是，相較於專業理財建議，香港市民似乎更傾向於從親友等非正式管道獲取財務支援。

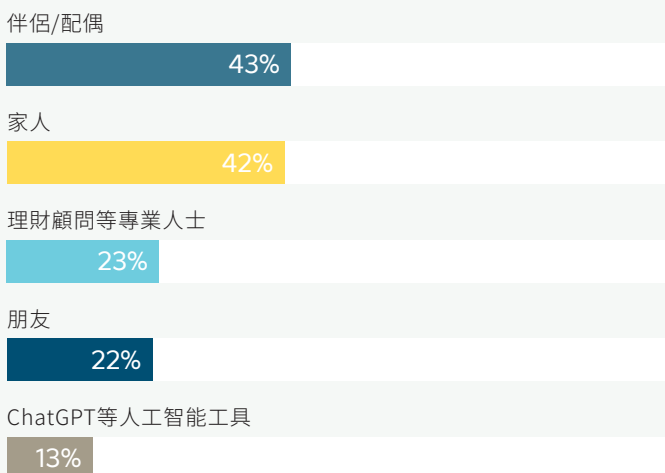
理財顧問助提升抗逆力

低抗逆力受訪者更傾向由親友（59%），銀行等金融機構（45%）獲取理財資訊，同時有逾四成（42%）透過社交媒體獲取相關資訊。高抗逆力人群使用理財顧問服務的比例（40%）明顯高於低抗逆力人群（29%），反映專業理財顧問對建立財務保障的重要作用。

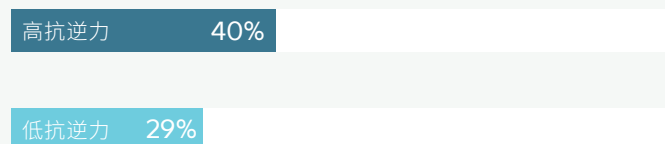
在評估理財顧問服務價值時，有53%受訪者重視理財顧問以簡單方式講解不同產品的長期利益和風險，另有38%認為提供個人化建議是尋求專業理財諮詢的主要優勢。

雖然專業理財顧問能為長遠財規劃帶來顯著效益，但調查卻揭示不少受訪者傾向迴避專業諮詢。45%受訪者喜歡依賴親友的建議，37%擔心聘請理財顧問的費用，另有28%相信自己有足夠的知識作出財務決定，反映港人對理財顧問所扮演的角色或有誤解。

獲取財務建議的渠道



由理財顧問獲取資訊的比例



#4

通脹加劇導致削減日常開支

大部分港人感受到經濟壓力

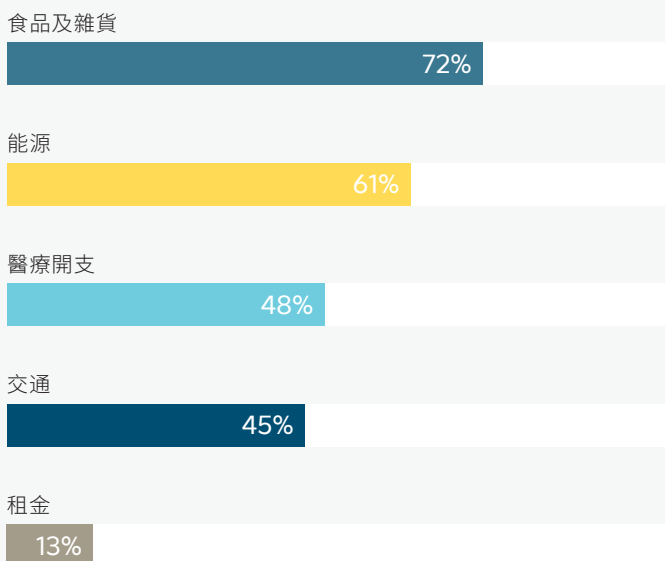
調查顯示，92%的受訪港人明顯感受到物價持續上漲的影響，更有46%的受訪者表示通脹加劇顯著影響其應付每月開支的能力。

理財智慧就是力量

高抗逆力人士更傾向採取積極行動改善財務狀況，包括加強自身的個人理財教育(52%，低抗逆力群比例僅25%)，或進行投資以提高回報(46%對比17%)。

調查結果顯示，在困難時期，許多香港以至亞洲各地民眾正積極以理財知識裝備自己，透過策略性規劃建立財富，突顯了理財知識的價值及與資深理財顧問合作的重要性。

最能感受通脹影響的領域



港人如何應對生活成本上升



#5

港人普遍高估財務抗逆力, 自信和準備程度存在差距

多數港人應急準備不足

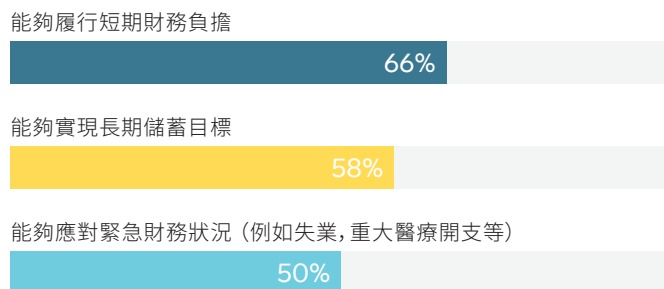
過去一年, 港人對達成短期和長期財務目標的信心下降。受訪者對履行短期財務負擔的信心由74%下跌至66%, 而對實現長期儲蓄目標的信心則由67%降至58%。除此以外, 僅一半的受訪者表示有信心可以應對緊急財務狀況。

針對應急準備不足的問題, 74% 的受訪者表示若自己或伴侶遭遇失業或患病, 在無其他人的幫助下, 其經濟儲備只能應付少於六個月的日常開支。研究發現42%的高抗逆力族群可應付超過六個月的生活開支, 而低抗逆力族群的比例僅為12%。

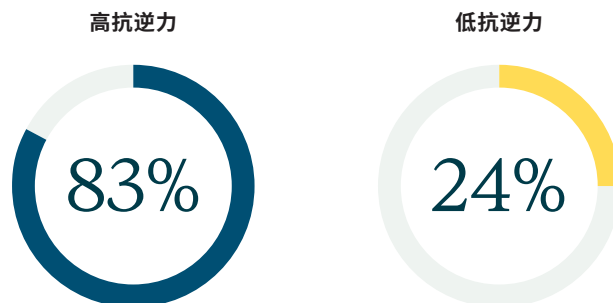
危疾保障及應急儲蓄, 可在人生艱難時刻提供關鍵的財務支援以及穩定保障。

調查結果進一步反映, 港人對自身抗逆力的信心仍與其財務規劃的準備程度存在差距, 突顯區內民眾需進一步加強應對不確定性風險的保障意識。

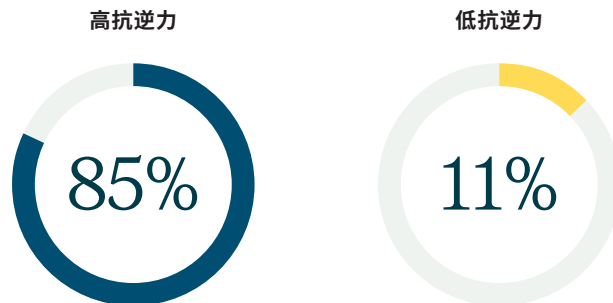
信心程度



履行短期財務負擔的信心程度



實現長期儲蓄目標的信心程度



#6

提升理財知識以增強財務抗逆力

港人普遍高估自身理財知識

港人普遍高估自己的理財知識和財務抗逆力。調查發現，僅5%的受訪者將自己的金融知識評為「差」或「非常差」，但在回答基礎理財知識問題時，有16%至26%的受訪者卻未能正確回答。

理財知識愈全面，財務抗逆力愈高

調查結果顯示，財務抗逆力較低者，在整體理財知識測驗中的表現普遍較弱。

在回答問題時，高抗逆力族群不出所料地展現更全面的理財知識，尤其在通貨膨脹、利息、保險、債務及投資風險等主題上表現突出。這更加突顯推動全民理財知識教育的迫切性，並針對不同年齡層的實際情況制定相應的策略。

理財知識測驗

	整體回答正確	高抗逆力組回答正確	低抗逆力組回答正確
若你投資\$1,000，年利率為5%，一年後你將獲得多少？ 正確答案：\$1,050	82%	98%	64%
若通脹率為3%，而你的儲蓄帳戶利率為1%，請問你儲蓄的實際價值是增加還是減少？ 正確答案：實際價值減少	78%	94%	72%
有哪些因素會影響你的醫療保險費用？ 正確答案：年齡	79%	93%	75%
如果只償還信用卡的最低還款額，會產生什麼影響？ 答案：將導致還款期拖長，並需要支付更多的利息費用。	76%	83%	77%
以下哪一種投資選項風險最低？ 答案：政府債券	76%	94%	67%

如何提升財務抗逆力

提早儲蓄：積少成多也能帶來改變

如果你仍未開始設立應急基金或為退休儲蓄，現在是開始的最佳時機。即使每月儲港幣1000元，透過複息效應和投資回報，長遠也能助你提升財務抗逆力。在妥善管理日常開支之餘，更應同步為長遠理財目標進行儲備。

尋求專業意見：向理財顧問進行財務諮詢

今時今日網絡資訊氾濫，理財建議真假難分。尋求專業理財顧問的協助，能助你更有效實現長期儲蓄及退休目標。專業顧問可根據你的具體需求，制定全面的財務計劃，涵蓋儲蓄、保險及保障需求。

定期審視風險：依循長期目標規劃投資配置

專業理財顧問將從多元投資工具中，為您量身訂製符合財富目標的個性化方案。他們將根據你的年齡與人生階段，進行風險評估，並按個人需求篩選最合適的金融產品，確保每一筆投資都符合你長期目標。

提升理財知識：為財務抗逆力打下基礎

不少人高估自己的理財知識，因此影響他們的財務抗逆力。你可透過閱讀及向專業理財顧問諮詢以提升個人理財知識。除此以外，主動獲取可靠的資訊亦可提高你對儲蓄、投資和保險的認知，助你增強抗逆力。



Disclaimer: This report has been produced by Sun Life Asia for general information purposes only and does not constitute offers, product recommendations, endorsements or advice of any kind. While care has been taken in gathering the data and preparing this report, Sun Life Asia and its affiliates (collectively, "Sun Life") do not make any representations or warranties as to its timeliness, accuracy or completeness and excludes to the maximum extent permitted by law all those that might otherwise be implied. The views expressed in this report do not represent that of Sun Life's. Sun Life accepts no responsibility, and shall not be liable for any loss, damage or expense incurred by any person arising out of or in connection with him/her using, acting or refraining from action as a result of this report, including but not limited to any statements, facts, figures or expressions of opinion or belief referenced to.

Sun Life is not responsible for the content of any third-party websites contained herein and does not warrant or guarantee the hyperlinks will be uninterrupted or free from delay, errors, defects, viruses or other malicious programs. Any dispute arising out of or relating to this report shall be governed by the laws of Hong Kong and subject to the exclusive jurisdiction of the courts of Hong Kong.