



香港年金
HKMC ANNUITY



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學



Research Centre for
Gerontology and Family Studies
樂齡與家庭研究中心



可持續

退休生活攻略

理財

智



住

行

食

醫



目錄

.....	1
.....	2
.....	3
.....	4
.....	7
.....	20
.....	21

特別鳴謝香港理工大學樂齡與家庭研究中心
為本刊物提供寶貴意見及協助。

前言：年歲得以延續，生活可否持續安穩呢？

俗語有云「人生七十古來稀」——來到現今世代，可能已經不再適用。

政府統計處的資料顯示，香港65歲及以上人口將由2024年的172萬人¹上升至2046年的274萬人，佔總人口比例36%²。與此同時，香港人的平均預期壽命亦持續處於全球前列。



預計到2046年

- 65歲及以上的人士佔總人口比例達**36%**²
- 即每**3**名港人便有多於**1**名是65歲或以上



於2025年，
香港60歲人士平均預期壽命

男性 - **86歲**³

女性 - **90歲**³

加上醫學進步及生活質素提升，「長命百二歲」可能不再是夢。面對退休生活動輒數十年，如何及早做好準備，以維持財務穩健與身心健康，實現「**可持續退休**」，正逐漸成為社會各界關注的重要課題。

¹ 政府統計處：香港統計年刊2025年版（瀏覽日期：2026年4月）

² 政府統計處：香港人口推算2022-2046（瀏覽日期：2026年4月）

³ 政府統計處：香港人口生命表，2025年臨時數字（瀏覽日期：2026年4月）

退休面對的挑戰

退休保障與財務準備不足

本港現行的退休保障制度，主要建基於強制性公積金、個人儲蓄及政府公共福利金。在滿足銀髮族對穩定、持續收入來源的需求仍有提升空間。若在退休前缺乏充分的財務準備，銀髮族的退休生活便可能面臨較大的經濟壓力與不確定性。研究指出，不少香港銀髮族對未來的經濟保障缺乏安全感，同時對是否依賴家庭的長期經濟支持亦感到矛盾。退休財務保障需要個人、家庭、政府及社會多方面的共同支持，而個人及早進行前瞻性的規劃尤為關鍵。由於單一來源的退休收入往往難以提供足夠保障，因此在退休前及早進行財務規劃，並逐步建立多元而穩定且持續的收入來源，對提升退休生活的經濟安全感與生活穩定性尤為重要 (Bai, 2019)。

健康風險與醫療需求增加

根據政府統計處的資料，約七成60歲以上的人口患有長期病患⁴。老齡化社會背景下愈發普遍的慢性疾病意味著在醫療、照顧以及日常生活支援方面，銀髮族的需求將持續增加，進一步突顯及早規劃、為退休生活作出準備的重要性。

本港銀髮族對退休生活準備不足

不少銀髮族往往低估自己的預期壽命，忽略長壽帶來的持續財務需要；同時亦可能會高估潛在投資回報。隨著年齡增長，銀髮族應付理財所需的精力逐漸減少，退休積蓄未必能支持長遠生活開支，增加積蓄提早用盡的風險。面對自己無法掌控的事情，例如健康狀況或不同的經濟週期等，不少銀髮族會對退休生活感到恐懼及缺乏安全感。因此，建立穩健而可持續的退休收入規劃愈見重要。

退休六大階段

理想退休生活因人而異，有人選擇做義工、重拾興趣或者環遊世界。而動輒數十年的退休生活大致會經歷不同階段：

退休預備期

從不清楚到確定，逐漸由全心投入工作，到調整自己的生活重心，準備退休

蜜月期

剛剛退休，生活通常最為愉快，放下工作壓力後，**感覺如釋重負**

重新適應期

開始積極**重建自我**，重新**安排生活**，將生活重心轉向家人和朋友，並積極參與活動

憂鬱期

退休一段時間後，可能會感到**生活空虛**和**情緒低落**。或許會為收入減少而**擔憂**，因找不到生活重心而失落，開始想重建生活

穩定期

找到適合且滿意的生活方式後，進而**適應並享受**退休生活

依賴期

因**健康或認知衰退**，日常生活可能需要**依賴他人照顧**，生活由自主轉為接受支援

退休生活是一個長期而不斷變化的過程，要實現「可持續退休」(Sustainable Retirement)，關鍵在於能夠長遠維持穩定而有質素的生活。這不單止關乎財務安排，亦包括身心健康與積極社會參與，讓退休後各階段均能維持優質生活品質，安心生活。因此，退休準備不應只著眼於單一方面，而是需要更全面及長遠的規劃，才能真正提升退休生活質素，活出理想的退休人生。

香港理工大學樂齡與家庭研究中心

香港理工大學樂齡與家庭研究中心 (**樂齡與家庭研究中心**) 致力於樂齡主題的相關研究，積極地倡導樂齡生活規劃，並通過研究、教育和實踐，有效地協助銀髮族為退休生活作出準備，迎接老齡化社會帶來的機遇和挑戰。

多維度「樂齡生活規劃」概念

「樂齡生活規劃」(Retirement Planning)是指個人為應對退休生活可能面臨的挑戰與機遇，而進行的一系列思考、規劃、決策以及行動所發展的策略 (Bai et al., 2022; Liu et al., 2022)。透過有意識的準備與規劃，個體能夠在退休後更有效地維持生活質素與福祉。

世界衛生組織提倡**「積極樂頤年」(Active ageing)**架構，主張從健康、參與，以及安全三方面，提升銀髮族的生活質素。

在此理論的基礎上，學者逐漸將退休準備從開展財務規劃的單一模式，拓展為以財務為基礎、涵蓋多個生活層面的整體規劃過程。研究顯示，不同面向的退休準備對銀髮族生活具有相互影響的作用。財務規劃常被視為退休生活的「地基」。穩定的經濟資源能為他們提供基本生活保障，有助提升生活滿意度，更重要的是為其他層面的準備創造充分條件。當銀髮族擁有經濟安全感，他們更有可能投入健康管理、專注家庭生活、參與社交活動，及安排長期照護；而這些非財務層面的準備，反過來又會進一步強化退休信心 (Liu, Bai, & Knapp, 2022)。

基於上述理念與對退休生活需求的理解，樂齡與家庭研究中心主任白雪教授及其研究團隊開發了多維度「樂齡生活規劃」概念，該概念逐步成為指引銀髮族實現可持續退休的重要策略框架。

多維度「樂齡生活規劃」概念

健康生活規劃

為保持和提升**身體、心理、認知健康**水平做準備
(例如:均衡飲食、健康生活習慣)

經濟生活規劃

為確保有**足夠經濟資源**維持生活質量做準備
(例如:個人理財、社會保障)

家庭生活規劃

為維護**家庭關係和家庭支持網絡**做準備

社會參與規劃

為積極參與**各類社會活動**、廣泛**建立社交網絡**、
保持**社會活躍**做準備(例如做義工、再就業)

長期照顧規劃

為**應對未來**可能出現的**身體機能衰退**、**長期照顧情況**做準備

香港樂齡生活規劃介入研究

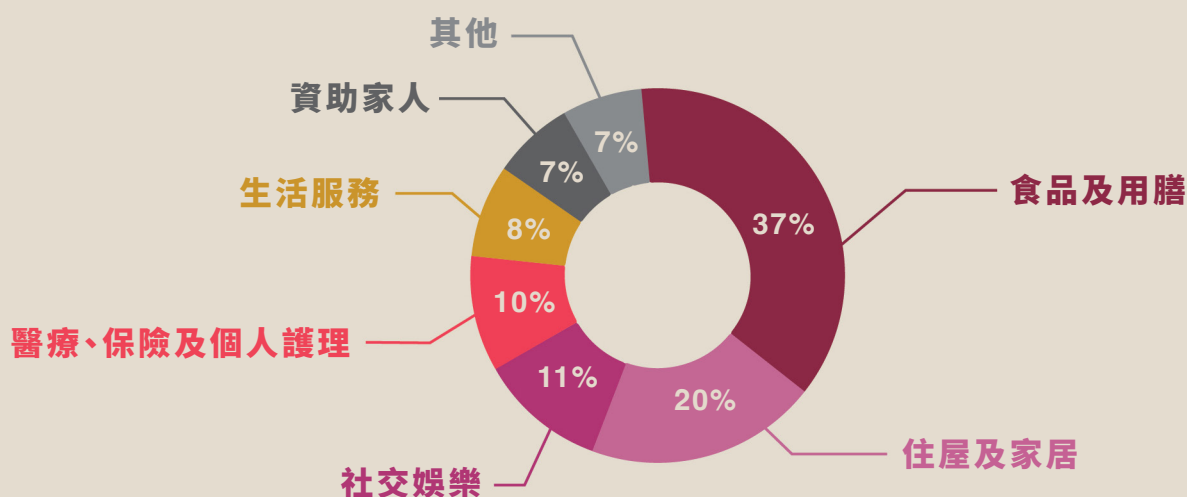
近年，不少地區中心及鄰舍中心的服務範圍逐步擴展至樂齡生活規劃。然而，現時社區服務中仍較少有以理論為基礎並結合實務方法的系統性介入模式，以更有效地協助銀髮族為退休生活作出準備。為回應這一需要，樂齡與家庭研究中心的研究團隊開發了一個多維度的樂齡生活規劃介入模型，並於2024年至2026年開展「樂齡生活規劃」介入項目。項目創新地將動機式訪談(Motivational Interviewing)應用於樂齡生活規劃領域，並結合影像發聲(Photovoice)及教育資訊模式，發展出一套結合理論與實務的介入服務。在服務設計上，項目透過一系列結構化活動，引導參與者循序漸進地進行樂齡生活規劃，包括：喚起對退休規劃的準備意識、設立個人目標並尋找相關資訊、進行規劃決策，以及制定具體行動計劃並維持實踐努力(Bai et al., 2025)。

透過這一過程，他們能逐步探索個人價值與未來生活期望，提升內在動機，更主動地思考及規劃在財務、健康、家庭生活、社會參與及長期照護安排等方面的準備。此外，項目亦設計了相應的評估問卷，以系統性了解銀髮族在退休生活規劃態度與行為方面的改變。

項目初步結果表明，以動機式訪談為基礎的服務模式，相較於傳統式提供教育資訊模式，在促進銀髮族持續規劃退休生活方面效果更為明顯及更有持續性。參與者普遍反映，活動有助他們系統性地理解樂齡生活規劃的重要性，並開始思考未來在財務、健康、家庭生活、社會參與及長期照護安排等方面的準備。基於此，研究團隊進一步與多間非政府組織合作，將該多維度樂齡生活規劃介入模式推廣至超過20間地區中心及鄰舍中心，旨在進一步驗證其在社區層面的可行性與效果，同時為未來社區推動樂齡生活規劃服務提供有益參考。

樂齡與社會追蹤研究

正在為退休作打算的你，亦可以參考樂齡與家庭研究中心這項研究，預視未來退休生活真實需要，為自己作好準備。研究於2024-25年間成功訪問了3,000名50歲及以上人士(平均年齡65歲)，剖析了這群銀髮族的日常消費結構，當中四大開支範疇正反映出他們對退休生活質素追求：

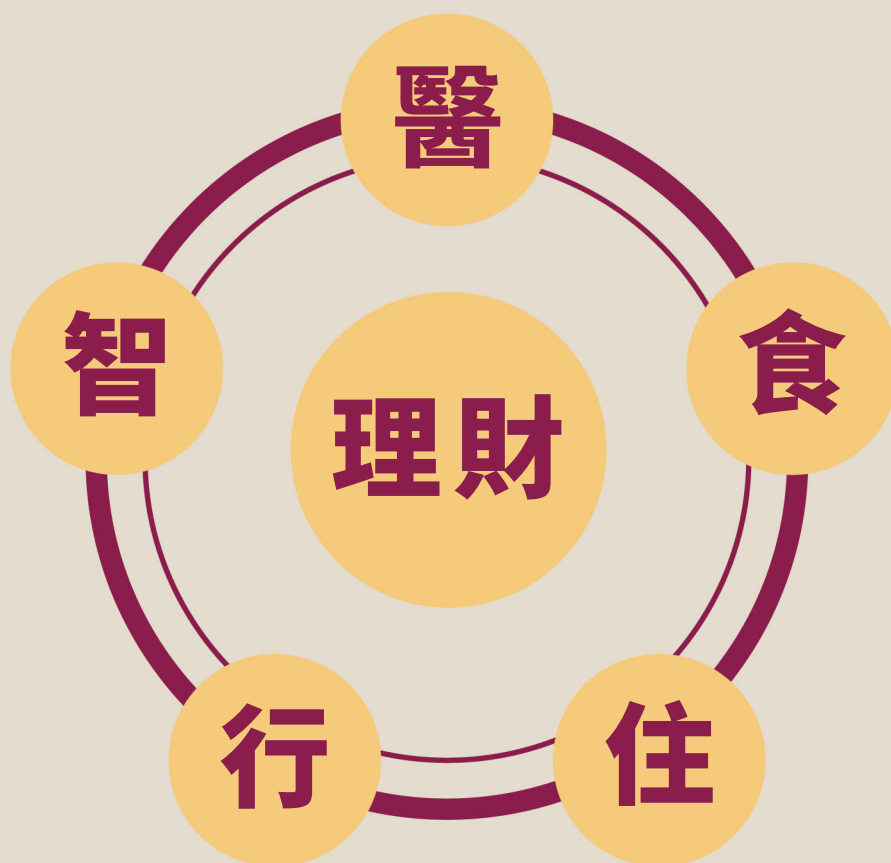


調查結果僅供參考之用。

以上數據顯示，要實現「積極樂頤年」這目標，我們必須從日常生活各方面全方位著手規劃。

可持續退休生活錦囊

隨著退休階段轉變，不單生活與心理上都需要重新適應，亦會帶來不同的需要，因此香港年金公司與樂齡與家庭研究中心攜手合作，推出《可持續退休生活攻略》，帶大家從日常生活中的**醫、食、住、行、智、理財**六大範疇著手。政府及社區均提供各類資源，支持銀髮族開啟嶄新生活篇章。我們藉著本資料疏理分享部分實用資訊，也邀請大家按個人需要，進一步了解及發掘更多相關資源，活出兼具品質與可持續的退休生活。



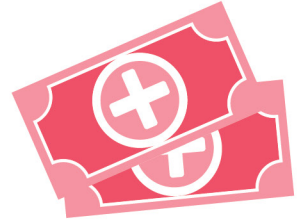
醫

健康無憂

健康是我們享受退休生活最寶貴的財富，及早規劃醫療保健，是實現「健康無憂」可持續退休生活的關鍵。

政府支援

年滿65歲合資格人士
現時每年獲\$2,000



醫療券

累積金額上限為\$8,000。醫療券可用於西醫、中醫、牙醫、視光師(驗眼配眼鏡)、物理治療師，甚至在香港大學深圳醫院使用。

攻略小錦囊

醫療券其實可以「夫妻共用」！只需登記連結雙方戶口，當其中一方餘額用完時，即可動用配偶戶口的餘額，保障雙方健康更具彈性。

長者醫療券獎賞先導計劃

現時只要在同一年度累計使用至少\$1,000醫療券於特定基層醫療服務(如健康檢查、慢性疾病診斷和管理等特定基層醫療服務)，系統會自動發放\$500獎賞至其醫療券戶口，無需額外登記。

合資格人士經核實後可

豁免公營醫療收費

如75歲或以上長者生活津貼(包括廣東計劃及福建計劃下)的受惠人。

醫務衛生局基層醫療署的

慢性疾病共同治理計劃

提供「三高」篩查及為計劃參加者度身訂造健康管理方案，建立家庭醫生長期跟進。



衛生署的

社區牙科支援計劃

為合資格人士提供牙科支援。

合資格人士可
免費或獲資助

接種疫苗

(例如：季節性流感疫苗及肺炎球菌疫苗)。



攻略小錦囊

除了到診所接種疫苗，亦可善用全港「地區康健中心」諮詢或協助預約，減省輪候時間。

社區資源

東華三院 專科診所

為75歲或以上人士
提供免費服務。

賽馬會耆智園的網上

腦退化症風險 因素評估

助你定期了解自己的
認知健康，並向有需要
人士提供合適的服務
或支援建議。



攻略小錦囊

除時刻留意情緒健康外，
積極參與社交活動亦有助
維持認知功能。

樂齡灣區

長者醫療券 大灣區試點計劃

覆蓋服務點現已擴展至
不少大灣區內地城市。

醫健通 「跨境健康紀錄」

可於指定內地醫療機構使用，加上
「大灣區跨境直通救護車試行計劃」，
讓北上養老更安心。



攻略小錦囊

下載「醫健通」流動應用程式並啟用「我的家庭成員」功能，
讓照顧者隨時管理及查閱家人的紀錄及預約，以便遙距監測。

由你話事

安心三寶之一

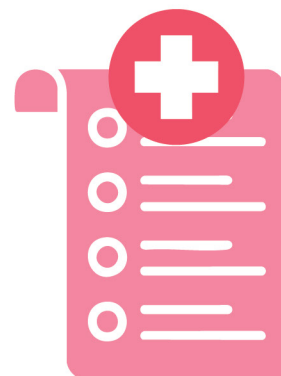
預設醫療指示

有助醫護人員及家屬清楚了解意願。



攻略小錦囊

在適當時，預備醫療決定安排（如預設照顧計劃或授權），
為未來作好規劃。



醫

食

住

行

智

理財

食

食得是福

飲食不止是「填飽個肚」，更是生活品質與社交連結的重要一環。在退休生活中，除了享受美食，亦要記得兼顧營養與身體變化。

政府支援

社會福利署(社署)位於各區的

長者中心

提供膳食服務給有需要人士。



社署的

長者咭

提供飲食、購物及服務優惠。



攻略小錦囊

申請長者咭並利用智方便內的手機版，隨時搜尋地區餐飲折扣及最新優惠。此外，可善用地區康健中心的免費健康評估，讓「食得是福」更科學、更有保障。

社區資源

九龍樂善堂樂「膳」堂、東華三院、聖雅各福群會、保良局及惜食堂等機構為有需要人士提供膳食或食物援助服務。



攻略小錦囊

社署為60歲或以上人士提供「家居為本」長者社區照顧及支援服務，經評估後可申請相關服務，例如膳食服務、家居清潔、個人照顧及護送服務等。



由你話事

衛生署長者健康服務及
香港房屋委員會合作推廣

長者有「營」食譜

照顧銀髮族需要，讓他們與家人根據所提供的食譜，建立健康飲食習慣，積極掌握生活與健康的主導權。



其他需要



香港社會服務聯會的

照護食餐廳計劃

為有吞嚥障礙人士提供全港各區不同等級的照護食餐廳資訊。

「照護食」灣區標準

融合粵港澳地區飲食文化與產業條件，回應有吞嚥障礙人士的吞嚥需要。



住

安居頤年

一個安全、舒適、貼心的居住環境，是實現「安居頤年」的基石。隨著年紀增長，預先規劃家居設計與支援服務，能確保居住環境持續支持生活所需。

政府支援

香港房屋委員會設有

「高齡單身人士」 及「共享頤年」 優先配屋計劃

配合銀髮族的住屋需要。



社署提供的

資助安老宿位

經評估確定其服務需要後，銀髮族可根據評估結果申請長期護理服務。



廣東院舍照顧服務計劃

為正在輪候資助護理安老宿位並有意在內地養老的人士提供多一個選擇。其中有部份院舍分別由九龍樂善堂、香港復康會、伸手助人協會、博愛醫院等營辦或合作營運。



社區資源

社署透過不同單位提供照顧及支援服務

長者社區照顧服務券計劃 (社區券)

以資助模式提供社區照顧服務。

「家居為本」長者社區 照顧及支援服務

協助他們盡可能繼續居家安老。



攻略小錦囊

透過「長者服務券資訊系統」，可實時查閱社區券使用狀況、搜尋認可服務單位及確認服務組合等。

社區資源

長者日間護理中心/單位

提供日間照顧服務、復康運動和社交活動，旨在協助他們保持最佳活動能力。



攻略小錦囊

參與日間護理中心的社交活動有助建立新的生活重心，以免與社會隔絕，減輕情緒落差。

由你話事

房協長者通

房協長者安居資源中心向社區推廣「長者友善家居」的概念，協助銀髮族達致「居家安老」。



攻略小錦囊

適時檢視家居潛在風險，盤點住屋選擇（如原區安老、搬遷或與家人同住），部署長遠居住安排。

其他需要

平安鐘

全天候緊急求助熱線，緊急時可一鍵求助。



聖雅各福群會的長者家居安全綜合服務及聖公會福利協會等機構提供家居安全評估及改善服務。



攻略小錦囊

及早安排家居改裝或善用平安鐘等支援，並預備轉換方案，一旦需要改變，可快速應變，由自主轉為接受支援。

行

快樂出行

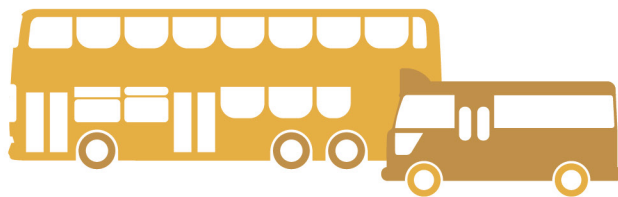
能夠自由自在地出行，是許多人退休後的願望。及早保持健康體能，讓你在人生不同階段都能擁有自主的選擇。

政府支援

運輸署

「兩蚊兩折」

讓60歲或以上香港居民及其他合資格人士以優惠票價，使用指定公共交通工具及服務。



康樂及文化事務署(康文署)推出

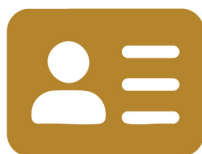
活力長者計劃

設有不同活動可供申請，大部分適合銀髮族的康樂活動均為免費或設有半價優惠。



攻略小錦囊

培養運動習慣，透過參與不同課程或活動維持體能，為豐富的退休生活打好身體基礎。



60歲或以上人士現可以優惠價購買

博物館通行證

便可全年無限次參觀康文署轄下博物館的常設及專題展覽。

社區資源

賽馬會流金匯

為50歲或以上人士提供多元化的健康課程與運動班，涵蓋自費及資助選項。



香港主題公園 – 免費入場或以優惠價購買門票。



樂齡灣區



有大灣區城市提供免費或交通優惠給60歲或以上人士。



攻略小錦囊

退休初期感覺如釋重負，可利用各項交通優惠，展開深度遊。

其他需要

輔助器材租借：
香港輪椅輔助隊提供輪椅及康復用具暫借與維修服務。



有機構提供陪診、陪伴外出或散步的服務給有需要的銀髮族，亦有機構為60歲或以上有需要人士及其同行照顧者，提供往返醫院、覆診、治療及其他活動的接載服務。



智

樂活好學

退休不是停步，而是學習新事物的好時機。透過持續學習與社交互動，我們可建立更強的認知韌性，為樂齡人生增添智慧與樂趣。

政府支援

勞工及福利局和
安老事務委員聯合推出

長者學苑計劃

支持非政府機構與學校在全港合辦長者學苑，鼓勵參與者終身學習，推廣「積極樂頤年」。

數字政策辦公室的

「友智識」長者進階數碼培訓計劃

透過獲資助的長者學苑提供多元化的資訊及通訊科技課程。



攻略小錦囊

各區的長者中心除了提供膳食服務外，更有社交及康樂活動、輔導服務、教育及發展性活動等給銀髮族及照顧者。

社區資源

長者旁聽生課程

由多所香港大專院校（如香港理工大學長者學苑、香港都會大學李嘉誠專業進修學院、嶺南大學持續進修學院及香港樹仁大學長者學苑）提供，讓合資格人士以旁聽生身分與大學生一起上課，旨在促進終身學習與長青共融。



社區資源

東華三院的

耆齡AI生活館及越齡

支持銀髮族的全人發展，透過藝術活動發掘他們的潛能與才華。



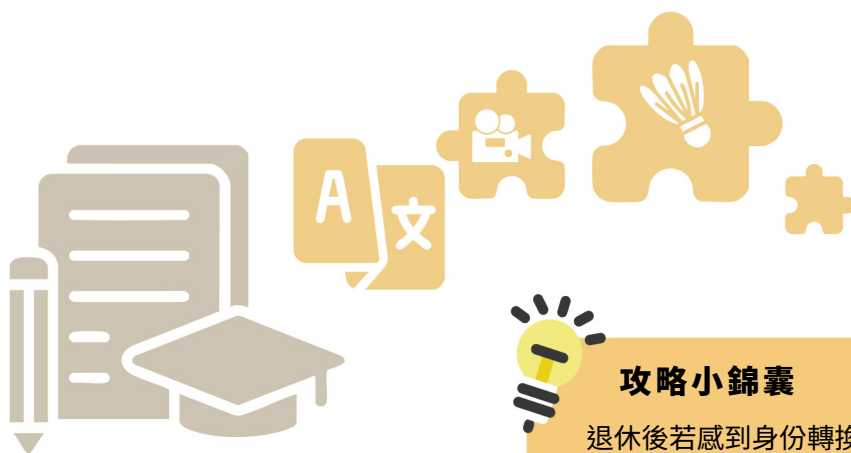
攻略小錦囊

先了解自己想追求的是「退而不休」還是「慢活」模式，並開始因應個人興趣準備學習清單。

由你話事

活學人生課程

由香港理工大學樂齡與家庭研究中心提供，涵蓋興趣、康體、語言及專題課程。



攻略小錦囊

退休後若感到身份轉換的落差，可嘗試利用固定的學習節奏（如每週固定出席課程）來穩住情緒，建立新的生活重心。

理財

樂齡理財

穩健的財務基礎是支持「可持續退休生活」的核心。要充分了解自己的退休財務需求，及早規劃資產管理，實現真正的財務自由與安心。

政府措施



攻略小錦囊

退休前應詳細盤點資產及了解各項政府津貼的申請資格，並預留資金以備不時之需。



留意社署提供的財務支援，例如長者生活津貼、高齡津貼。

理財工具

投資者及理財教育委員會透過「投委會錢家」及不同資源，例如

退休計劃計算機、理財教育體驗館

和各種網上理財工具，傳遞投資及理財教育訊息。



透過不同理財工具「自製長糧」，退休後建立被動收入，例如

HKMC退休3寶

(安老按揭計劃、保單逆按計劃及香港年金計劃)。你可利用網上的工具，如香港年金計劃計算機、「永不乾塘」計算機和安老按揭計算機等協助規劃退休理財。



攻略小錦囊

退休初期是展開生活新篇章的黃金時間，透過HKMC退休3寶等理財工具建立終身穩定收入，讓你安心享受退休生活。

銀色債券

專為年滿60歲的本地居民而設的零售債券。銀色債券年期為三年，並會每六個月支付利息一次，利息與平均按年通脹率掛鈎，並設有最低息率。

香港品質保證局香港註冊銀髮友善金融產品

從銀髮消費者的角度釐定準則，助銀髮族從市場上選擇切合自己需要的理財產品。

防騙對策



政府及不同機構均積極為市民提供防騙對策，透過

短訊發送人登記制

智安存

防騙視伏器

等資源，持續提升防騙意識。

由你話事

安心三寶

(即遺囑、持久授權書及預設醫療指示)，如有需要，可及早了解如何建立有關文件。



攻略小錦囊

適時安排「安心三寶」文件及整理資產清單，不僅為自己負責，更能確保在退休六大階段的「依賴期」能按個人意願獲得照顧，並減輕家人負擔。

結語：長壽有備，退休無憂

不論心儀哪種退休生活，只要及早從生活中**醫、食、住、行、智、理財**六大範疇做好全方位規劃，自然能減少理財及健康等顧慮。有充足準備，便可自信地帶著笑容，開展另一段人生新旅程，實踐「**積極樂頤年**」。希望這份《**可持續退休生活攻略**》的參考資訊能讓大眾進一步認識長壽帶來的挑戰，令退休生活更安心、更有選擇。

資料內容截至2026年5月，如個別資料有所更改而與實際情況有所不同，香港年金有限公司恕不另行通知。香港年金有限公司將盡力確保資料內容準確、完整及為最新資訊，但不會就資料來源的準確性、完整性及適時性及/或因而引致的損失負上任何責任及作出任何保證或陳述。本資料旨在提供有關服務或產品的資訊，內容只作一般性質及說明用途，香港年金有限公司並非相關的服務或產品的提供者，如對本資料提及的內容有興趣或疑問，請務必向提供相關服務的部門或機構直接查詢。

在本資料中，「香港年金公司」是指香港年金有限公司。

參考資料

(按字母及筆劃序)

- Bai, X. (2019). Hong Kong Chinese aging adults voice financial care expectations in changing family and sociocultural contexts: Implications for policy and services. *Journal of Aging & Social Policy*, 31(5), 415–444.
- Bai, X., Liu, C., Song, Y., & Sørensen, S. (2022). Adaptation and validation of the Preparation for Future Care Needs Scale for Chinese older adults in Hong Kong. *The Gerontologist*, 62(7), e357–e368.
- Bai, X., Zhang, Y., Kang, M., Huang, X., Wang, J., & Wong, H. K. (2025, November 29). *Ageing with purpose and plans in silver society: A two-arm randomised controlled feasibility trial of PREPreparation for later life through Motivational interviewing and Education (PREP-ME)* [Conference presentation]. 32nd Annual Congress of Gerontology cum 39th Annual General Meeting, *Dignity in Ageing: Building an Inclusive Society for Older People*, Hong Kong.
- Liu, C., Bai, X., & Knapp, M. (2022). Multidimensional retirement planning behaviors, retirement confidence, and post-retirement health and well-being among Chinese older adults in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 17(2), 833–849.
- 九龍樂善堂
- 安心三寶AWEsum Care
- 投資者及理財教育委員會
- 社會福利署網頁
- 長者學苑計劃網頁
- 東華三院網頁
- 保良局網頁
- 香港社會服務聯會照護食工作小組
- 香港房屋委員會網頁
- 香港房屋協會
- 香港金融管理局網頁
- 香港按揭證券有限公司網頁
- 香港品質保證局
- 香港理工大學樂齡與家庭研究中心
- 香港都會大學李嘉誠專業進修學院
- 香港輪椅輔助隊
- 香港樹仁大學長者學苑
- 香港警務處守網者網頁
- 通訊事務管理局辦公室網頁
- 惜食堂
- 康樂及文化事務署網頁
- 運輸署網頁
- 聖公會福利協會網頁
- 聖雅各福群會網頁
- 衛生署網頁
- 衛生署社區牙科服務網頁
- 衛生署長者健康服務網頁
- 衛生署衛生防護中心網頁
- 嶺南大學持續進修學院
- 賽馬會流金匯
- 賽馬會耆智園
- 數字政策辦公室網頁
- 醫院管理局網頁
- 醫健通網頁
- 醫務衛生局基層醫療署網頁
- 醫務衛生局基層醫療健康藍圖
- 醫療券網頁



香港年金
HKMC ANNUITY

www.hkmca.hk

☎ 2512 5000

香港年金計劃乃人壽保險產品，受條款及細則約束，並涉及風險。本資料由香港年金有限公司（香港年金公司）發行，僅供參考及作教育用途，及僅預期在香港使用，並不構成要約或銷售或在香港境外提供任何香港年金公司產品。本資料的內容受版權法保護，未經本公司事先書面同意，任何人不得修改、複製、影印、分發或使用本資料所含任何資料或其任何部分。本資料中出現的任何內容、商標、標誌、服務標誌及相關知識產權均由本公司及相關知識產權持有人擁有；未經本公司及相關知識產權持有人（如適用）事先書面同意，不得使用。HKMC退休3寶指由香港按揭保險有限公司營運的安老按揭計劃和保單逆按計劃，以及由香港年金公司承保的香港年金計劃。香港按揭保險有限公司及香港年金公司是香港按揭證券有限公司的全資附屬機構。

