

壽險・保額對得上這個家嗎自查表

看懂條款，其實是看懂壽險為了誰而存在——它是留給家人的保障，重點是保額接不接得住這個家

壽險真正要回答的，不是條款賠不賠，是「你不在之後、這個家怎麼繼續走」。房貸還在繳、孩子還要養、另一半的日子還要走——這一切靠的是保額夠不夠。先逐格對一次，**填不出來的那一格，就是這張壽險可能跟這個家真正責任對不上的地方。**

一、你不在之後：這個家要用多少

資料來源：壽險家庭責任缺口回推常見做法、各家壽險保額與條款。金額因人而異、依條款認定。查證日 2026-07-22。

- ☐ 房貸還剩：_____ | 還要繳幾年：_____
- ☐ 孩子還要養到獨立幾年、每年大概多少：_____
- ☐ 另一半往後十幾年的生活費，估要多少：_____

二、你這張：保額接得住多少

- ☐ 現有壽險保額合計：_____ 萬
- ☐ 是平準型還是遞減型（遞減會越保越少）：_____
- ☐ 受益人是誰、理賠金怎麼流動：_____

三、缺口：責任－保額

- ☐ 這個家往後責任總額（房貸＋養育＋生活）：_____
- ☐ 現有保額－責任總額＝缺口：_____
- ☐ 這張是真的接得住、還是只是「有保」而已：接得住／不確定 _____

四、順序與其他

- ☐ 壽險這塊排好了，失能、醫療這些呢：都看過／還沒 _____
- ☐ 夫妻雙方的保額都對過責任了嗎：對過／還沒 _____
- ☐ 最擔心、最想先確認的一件事：_____

第一格那個「這個家要用多少」、第三格那個「缺口差多少」，只要有一格填不出來，就是這張壽險可能跟這個家真正責任對不上的地方。

平準型和遞減型壽險怎麼分、責任總額減掉現有保額的缺口怎麼算，這些常被忽略的細節，歡迎訂閱電子報、或加入 LINE 一起交流壽險保額的衛教觀念，我們只聊條款怎麼看懂，不做個別推銷，不是要你保額無限加。

(若你或身邊的人正走在辛苦的路上，比任何保單都重要的，是先找個信任的人說說、或撥打衛福部安心專線 1925。)

克勞斯·陳啓盛 20 年保險資歷 登錄字號 0095102429 (金管會網站可查)

我登錄的通路是保險經紀人公司，不隸屬單一保險公司，壽險保額與這個家的責任對照這類常見自查眉角，我都整理成衛教文章給你參考。

完整規劃、保單健檢與缺口諮詢，請至 [clause.tw](https://www.clause.tw)

克勞斯·陳啓盛 | 壽險登錄字號 0095102429 (金管會網站可查)

登錄通路：保險經紀人公司，不隸屬單一保險公司

本資料為保險觀念衛教與保單自我檢視用途，非特定商品之招攬、推薦或個別投保建議；實際保障內容、給付與核保結果依各保單條款與金管會現行規範為準，投保前請詳閱條款。