

國保是保底不是養老・退休缺口自查表

沒有勞保的人由國民年金接住，但它是「保底」不是「養老」——常見月領三、五千。想要的退休生活和國保之間的差距，就是你的退休缺口，得靠商業年金險等工具補

家庭主婦、自由工作者、待業中的人，心裡常壓著一句「我沒勞保、老了怎麼辦」。國民年金會接住你，但只到「保底」那一層。這張表帶你把退休缺口算一次——**打叉的那一格，就是你最該先算清楚、或最該開始補的地方。**

一、先認清國保的角色

資料來源：國保給付與月領試算依勞保局當年度公告為準，情境為假設舉例；商業年金險之報酬與給付非保證，依各保險公司保單條款與核保結果為準。查證日 2026-07-23。

- ☐ 知道沒勞保／農保／公教保的人由國民年金接住嗎：知道／不清楚 ____
- ☐ 知道國保是「保底」、常見月領約三到五千嗎：知道／以為夠養老 ____
- ☐ 分得清「保底」和「養老」不是同一回事嗎：分得清／混在一起 ____

二、你的退休缺口多大

- ☐ 說得出你希望退休後每月大概要多少過日子嗎：說得出／沒想過 ____
- ☐ 拿「想要的月退」減「國保月領」，缺口算過嗎：算過／沒算 ____
- ☐ 這個缺口不算一次不會有感覺——你算過了嗎：算過／還沒 ____

三、用什麼補、補多少

- ☐ 知道制度之外可用商業年金險等工具補缺口嗎：知道／沒概念 ____
- ☐ 有沒有在用「現在補未來」的方式安排退休現金流：有／還沒開始 ____
- ☐ 每個月大概能放多少來補這塊，抓得出嗎：抓得出／沒頭緒 ____

四、把退休這筆帳盤一次

- ☐ 國保月領、想要的月退、缺口、補的工具，排得出嗎：排得出／不確定 ____
- ☐ 牽涉條款與試算的部分，找誰確認：____
- ☐ 最擔心哪一格：以為國保夠／缺口沒算過／不知道用什麼補 ____

先看第一格那個「國保只是保底」、第二段那個「缺口算過沒」——只要有一格填不出來，就是你最該先算清楚、或最該開始補的地方。

國保月領和想要的退休月退之間的缺口怎麼算、商業年金險等工具怎麼補上這段落差，這些常被忽略的細節，歡迎訂閱電子報、或加入 LINE 一起交流國保退休缺口的衛教觀念，我們只聊觀念怎麼看懂，不做個別推銷。

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，國保退休缺口這類常見盤點眉角，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

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。