

健康與財富

Health and Wealth

▲ 「Hea」得出色靠年金

▲ 點揀涼茶先至啱？

▲ 拆解通脹重臨七大迷團

▲ 唯你尊享優惠



美國萬通

客戶專訊

「Hea」得出色 靠年金

傳媒報導，謝霆鋒被楊老板起了個花名叫「擺花街李嘉誠」，因為他在擺花街已購入四、五個舖位，還正在跟賭王四太洽購一個值2億的店舖物業，難怪老板稱讚他聰明，生財及理財有道。

盛傳霆鋒二十出頭便懂得豪擲1,500萬元給父親謝賢買房子。他還是個理財高手，大兒子Lucas出生22天，作為父親已為他準備了過千萬的保險和基金。楊老板還在電台訪問中笑言：「佢(謝霆鋒)大把錢，就嚟多過我……」在香港旺區有幾個舖位，也確是「打跛腳唔使憂」，即使他選擇現在就退休，都可過著無憂的生活。

賺多少不重要 存多少才重要

當然，當紅藝人賺取的是一般打工仔望塵莫及的收入，一般人無法在三數年間便累積大筆財富，但只要明白「賺多少不重要，存多少才重要」的道理，同樣可以過著無憂的退休生活。退休生活豐儉由人，能夠「hea住過」不為討生活而忙碌，只做自己愛做的事情，是不少人的退休期望。要實現這個夢想，先決條件是擁有足夠的退休儲備。

然而，美國萬通亞洲一項有關退休策劃的調查卻發現，港人正面對「退休太早」和「活得太久」而導致「水源

不足」的風險。數據顯示，港人的預算退休年齡平均為57.8歲，其中7成男性及5成女性預算退休年齡為60歲或以上，這正與政府統計數字有落差。60歲或以上的勞動人口參與率遠低於這個數字(見表)，顯示實際退休年齡往往較預期早。另外，香港平均壽命不斷延長，至2041年，男性和女性在出生時的壽命分別可達84.4歲及90.8歲，可是，調查中8成受訪者卻低估了退休所需儲備，其中6成更嚴重低估，預計退休所需儲備僅為實際所需的一半或以下。港人實有補足這個差距的必要。

2009年勞動人口參與率

年齡組別	男性(%)	女性(%)
55-59	76.8	39.6
60-64	49.2	19.1
65歲以上	9.3	2.0

資料來源：政府統計處

「真年金」派終身最可靠

財政獨立和自主，是退休生活的先決條件。以現時的倫常社會制度和市場環境來看，不計銀行存款，老來會有五大「水喉」：子女孝敬、政府敬老(生果金)、強積金、投資回報和真年金。首兩項不由自主，難以準確估計，而強積金和個人投資的回報，仍會受到外圍環境影響而波動，為要補足這個缺口，看來退休最大的保障便是用心經營「真年金」。

「真年金」的最大特點是「終身派發」直至離世，只要受保人在既定的累積期內，按時繳付保費滾存資金，至年金期開始起，便可定期收取終身年金，源源不絕就如

自製「長俸」，這個穩定的現金流，解決了「活得太久」的風險。須予注意的是，現時市面上亦有僅於指定年期支付金額的年金計劃，一般為10年、20年不等，而非終身派發，難以保障長壽的風險。

儲蓄先行紀律供款對抗惰性

可能有人會質疑，養成儲蓄習慣是個簡單的道理，在銀行開個定期儲蓄戶口也能做到，為何一定要買年金？影星劉德華90年代當上老板，才剛30出頭，就曾一度同時擁有13輛古董車及跑車，有這樣的需要嗎？其後也因生意失敗而賣掉，再拼命拍戲賺取高收入還債，但不是每個人都有這樣的際遇，因理財不善而一貧如洗的大有人在。人生有很多需要和欲望，會令你的儲蓄計劃告吹。面對「心頭好」你會選擇消費還是儲蓄？面對家人或朋友有困難，你會「義字先行」還是儲蓄？如果你的答案都是前者，年金就是你「hea式退休生活」的救星。透

過長期有紀律的年金供款機制，鎖定資源確保資金按目標累積，對抗惰性有效理財抗老。

高回報鼓勵持之以恆留住財富

今時今日，你有100萬在銀行定存三個月，恭喜你全期可收到250元利息(0.01%)，相比5%的長線回報利率，效益高出50倍，心動嗎？美國萬通亞洲的「目標必達年金儲蓄計劃」更提供3.65%利率保證，在任何經濟狀況下，只要生效滿15年或以上的保單，均可享有保證，長期回報可觀，夢想成真。

每人的退休生活都不一樣，但要老來「hea得出色」，就要懂得先儲蓄後消費的重要，年金計劃具吸引的回報，鼓勵投保人持之以恆地供款，藉複利效應讓受保人安享晚年。



點揀涼茶先至啱？

涼茶有好多種，部份成效有機會過於寒涼，可能影響脾胃，甚至導致頭暈、肚瀉、無力等，中醫表示如果要飲涼茶，不妨先了解體質才揀適合自己的涼茶。

防病保健飲涼茶

市面上有多種不同款式的涼茶，常見有五花茶、夏枯草、廿四味等，主要目的是為了清熱、化濕、解毒。香港註冊中醫學會副會長陳永光博士表示，涼茶是中國民間傳統保健防病的文化，與昔日的社會生活習慣有關。昔日社會生活簡樸，而且多為勞苦大眾，普通傷風感冒並不會輕易求醫，稍感頭暈身熱就會飲一杯涼茶作治病保健。不過與上一代人相比，現代人體質較差，可能是生活及飲食習慣不同有關。為與時並進，涼茶舖及營運模式也改變了不少。

涼茶效益有異

剛說過昔日民眾會以涼茶作治病保健，不過現時涼茶舖所煲製的涼茶未必如古方一樣材料齊全，功效也可能不如以往。此外，涼茶更被商業化，成為流行的保健飲品。只要到超級市場、士多、便利店便可買到任何支裝或罐裝涼茶，陳博士表示，製造商為使涼茶更易入口及

討好，其草藥成份估計已稀釋不少，更加入不少糖份，成效可能有異。建議各位飲涼茶前記緊看清營養標籤，了解是否真材實料才購買啊。

體質虛寒慎飲

飲涼茶可以清熱降火，但畢竟草藥終有其藥性，能配合徵狀飲用合適涼茶當然相得益彰，但不當亂飲又有何壞處呢？陳博士表示，基本上大多數人都可以飲用涼茶，但部分涼茶較為寒涼，長者、小童身體或會較虛弱，經常飲用會傷及脾胃、有損機能。除此之外，以下人士亦需慎飲涼茶，以免虛寒加劇影響體質：

- 經常怕冷、多汗、常感不夠氣
- 經常肚瀉、腸胃虛弱者
- 正值感冒人士
- 濕氣困身
- 經量過多的女士
- 孕婦或產後女士
- 脾胃功能弱、陰陽俱虛者

傳統簡易涼茶推介！

現時想煲涼茶，只要到藥材舖講聲，他們就會自動幫你執齊配料，無須自己左買右買，非常方便。不過值得考慮的是，材料未必間間一樣，成效可能有出入。



清熱五花茶

材料	份量
金銀花 3錢	2至3人
雞蛋花 3錢	
木棉花 3錢	
菊花 3錢	
槐花 2錢	製法 將五種花類洗淨，浸泡約三十分鐘，將五花及水落煲慢火齊煲一小時，最後加適量片糖調味，隔渣飲用。
片糖 適量	
水 6碗	

夏桑菊

材料	份量
夏枯草 3錢	2至3人
冬桑葉 3錢	
杭菊花 3錢	
片糖 適量	
水 6碗	製法 將夏枯草、冬桑葉、杭菊花洗淨，浸泡約三十分鐘，落水以慢火煲一小時，最後加適量片糖調味，隔渣飲用。

各款涼茶具特性

涼茶藥性偏寒，有熱病症狀人士飲用最為適宜。知清楚，真正有需要才飲用為佳！

五花茶

由金銀花、菊花、槐花、木棉花和雞蛋花五種花而製，各具特性。五花茶有清熱、解毒、祛濕、去心火等功效。比較溫和，適合兒童及少許熱氣、口苦口臭的人士飲用。

酸梅湯

打邊爐的好選擇，具清火熱、潤喉生津、開胃之效，喝後爽快甘涼。

羅漢果茶

有潤肺止咳、利咽喉功效，適合一眾經常需要說話的上班族。羅漢果茶簡單易製，自行焗泡可無須加糖，味道更甘！

雞骨草

微苦、性甘，有清鬱熱、清肝舒肝、祛濕、和脾的功效，有熱氣、胃脹、口苦口乾者及經常捱夜人士，可以一飲。

夏枯草

夏枯草味苦、性寒，能清肝熱、散鬱結，降火明目、降血壓及散結消腫。盛夏常飲夏枯草，有消暑散熱作用。

夏桑菊

夏桑菊即是夏枯草、冬桑葉及甘菊，能清肝明目、清熱解毒，可以預防流感。

竹蔗茅根

夏天媽媽最愛煲給小童喝的就是竹蔗茅根水，此外打邊爐亦也不可少。它能生津止渴、潤肺，味道清甜易入口。

廿四味

味苦、性寒涼，以解表、清熱毒為主。廿四味的藥材普遍性質寒涼，適合非常熱盛者、經常咬到牙齦及口舌生瘡的人士飲用。

火麻仁

味甘、性平，能潤腸通便。因津枯血少所引致的腸燥便秘，適用於長者、孕婦及大便乾潤或經常便秘人士。

拆解通脹重臨 七大迷團

糧價刺激通脹重臨？
投資組合真的需要重組？
投資專家龐寶林為你解開迷團。

美國較早前出現逾50年來最嚴重旱災，俄羅斯、烏克蘭、澳洲及南歐等地區均出現降雨量不足的情況，令農作物失收；投資者因而乘勢炒賣，進一步刺激糧食價格勁升，如玉米價格自2012年6月中以來飆升(圖一)。通脹是否重臨？會否再次觸動投資者的大腦？

迷團一：通脹會否重臨？

龐寶林：「若以糧價因素而論，通脹重臨亦只屬短暫而已」。事實上，國際糧食市場並沒有出現供應或需求的結構性變化，而新興市場尤其中國通脹在美國旱災前仍持續回落(圖二)(編者按：由於糧價近月的升幅，令中國通脹按年上升。)另一方面，紐約期油近期雖升至每桶近100美元水平，主要受到伊朗等中東局勢刺激，其影響同樣相對短暫。

迷團二：糧食短缺推升價格？

龐寶林認為並不存在糧食供應短缺的問題，他解釋：「非洲土地頗為肥沃，甚至只需澆水便可種植農作

物。」很多美國基金近年來投資非洲農地，並協助管理及教導當地人種植技術等，令非洲農作物年年豐收，成為歐洲的糧食主要供應地之一，更出現大量農產品反傾銷至非洲，減低了當地農民收入。

迷團三：市場炒作鼓動糧價？

農產品交易所交易基金(ETF)近年興起，加上農產品期貨的炒賣，刺激農產品價格的上升幅度，造成「愈貴愈升」的局面。不過不少金融機構似乎逐漸「良心發現」，德國商業銀行(Commerzbank)最近率先宣佈限制與糧食相關的投資，預料可為業界掀起自律作用。

迷團四：糧食價格何時見頂？

除非再出現天災人禍，龐寶林預測相信糧食價格已經見頂，現價已完全反映美國旱災因素，食品價格只是暫時高企而已。龐寶林指出各國現時已製訂不同的穩定糧價方法，例如不少國家設有糧食儲備，把糧食儲備推出市場便可舒緩糧價。



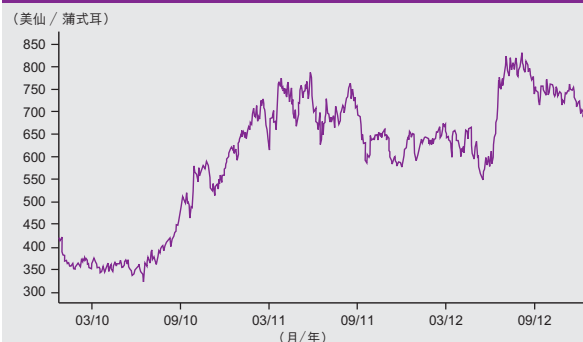
迷團五：農業投資要三思？

不管經濟情況如何發展，龐寶林認為糧食實為不可或缺的一環，與食品或糧食有關的板塊因而受惠，從中長線而論，農業仍然值得投資。惟必須留意農產品ETF的走勢，現時買入此類別產品的風險較高，他忠告投資者宜仔細分析後才考慮買入。

迷團六：通脹重臨買黃金？

「現貨金價突破了每盎司1,625美元的關口，再度上升的機會較大。」龐寶林建議：「穩健的投資者可考慮買入黃金及金磚等實物，追求高回報的投資者則宜買入金礦相關的投資，須知「金礦股價的走勢在2008年後一直落後於現貨金價。」

圖一：玉米期貨價格走勢



迷團七：買磚頭抗通脹？

除了黃金，市場憧憬央行繼續寬鬆的貨幣政策，聯儲局更明言至2015年前，息率仍然維持在極低水平，龐寶林因此認為房地產與黃金同樣屬不俗的投資選擇。他坦言：「環球央行政策加速貨幣貶值，投資房地產乃資金其中一項出路，房地產相關基金投資或REITs(房地產信託基金)均可考慮。」

龐寶林預測未來的通脹率只會輕微上升。然而投資者亦需密切注意環球經濟發展，由於美國聯儲局已推出QE3及QE3.5，寬鬆的貨幣政策或將推高通脹；另外，一旦企業對經濟重拾信心，資金將從金融系統流到實體經濟，屆時更有可能出現較高的通脹率，甚至「超級通脹」(Hyperinflation泛指一種失控性的持續高通脹，市場普遍定義為按月50%以上的通脹率)。

圖二：中國過去三年消費物價指數(CPI)走勢



聲明：本文所列載的資料或表達的意見乃截至2012年12月底。本文內提及的投資選擇、保險、證券或其他投資項目及資料僅供參考之用，並不構成任何地區、任何人士作任何形式的買賣建議或要約。本文內載有有關投資選擇或投資組合內的投資項目及其他資料並不一定準確及完整，會因應市場環境及其他情況而改變。本公司已小心確保本文所載之資料的準確性，但任何人士不應信賴該等資料作為採取任何投資行動或作出任何投資決定的依據，而本公司、撰稿作者及相關被訪者亦毋須對任何依據本文內所表達或列載的資料及意見而採取了任何投資決定的人士，以及就上述資料及意見的完整性承擔任何責任。所有投資皆有潛在風險，投資單位價格可升可跌。投資單位的過去表現，並非未來表現的指標。

榮膺《指標BENCHMARK》「最佳投資相連保險產品供應商」



美國萬通亞洲憑藉具靈活彈性的投資相連保險產品及獨特的投資服務平台，於專業財經雜誌《指標》(Benchmark)舉辦的「2011年最佳財富管理大獎」中，獲評選為「最佳投資相連保險產品供應商」。當中，斥資逾千萬港元開發，全港首創的「投資智能分析系統」(Portfolio Expert System)，讓客戶可在數秒內取得心水投資組合的各項表現數據，運籌帷幄。



獲授《TVB周刊》「最具人氣人壽保險公司」大獎



憑藉「敢想」的精神，美國萬通亞洲為全港澳首家推廣「萬用壽險」計劃的公司。具靈活彈性的「新一代靈活萬用壽險計劃」，突破傳統壽險的框架，靈活配合個人需要。自推出以來，一直深受市場歡迎及認同，而美國萬通亞洲更因此榮獲由TVB周刊主辦的「最強人氣品牌大獎2011」頒發「最具人氣人壽保險公司」大獎。

第十四屆美國萬通小太空人訓練計劃「一飛沖天」It is Possible!

由美國萬通亞洲全力贊助和主辦的「美國萬通小太空人訓練計劃」，每年均獲得小朋友、家長及校方的熱烈支持。經過三輪嚴格的選拔，從近二千名參賽者中出線的八位小太空人，包括湯梓翹、黃雅亭、蕭晉傑、薛曉琳、莫子堯、陳子康、朱朗曦及胡鎧潼。他們於暑假期間與家長前往美國亨茨維爾(Huntsville)太空訓練營，以及佛羅里達州(Florida)美國甘迺迪太空中心，體驗了為期9天的「太空探索之旅」，更與曾經在天空實驗室4號(Skylab 4)執行長達84天任務的太空人Dr. Edward Gibson會面。



新產品速遞

1. 嚴重疾病保障計劃（免費升級）

美國萬通亞洲於本年初為客戶免費提升旗下全線「嚴重疾病保障計劃」的承保疾病至56種，8種新增嚴重疾病包括：

- 慢性自體免疫性肝炎
- 復發性慢性胰臟炎
- 紅斑狼瘡
- 伊波拉出血性熱病
- 腦部手術
- 漸進性核上神經麻痺症
- 慢性腎上腺功能不全
- 意外矯形手術

3. 住院醫療多重保

鑑於市民對住院醫療保障需求不斷提升，住院多重保新增額外化療、電療及洗腎賠償、指定門診手術費用津貼及無索償折扣優惠；另外亦提升住院保障、手術津貼、康復期間保障、意外額外津貼及身故賠償等的最高保障額。



2. 住院醫療保障計劃（升級優化版）

鑑於醫療技術日益進步，部份疾病手術已可在診所內進行無需入院。就此美國萬通亞洲亦優化現有住院醫療保障計劃，將白內障切除、內/外痔切除、胃鏡及腸鏡等超過20項門診手術納入保障範圍。有關嚴重疾病保障計劃及住院醫療保障計劃的產品升級詳情，請瀏覽 <http://corp.massmutualasia.com/tc/Whats-New/Customer-Newsletters.aspx>

4. 至全面意外傷亡保障計劃

計劃除提供多元化的意外保障項目，更就個別項目擴大保障範圍，例如提升每宗意外的最高醫療費用津貼至投保額6%，以及包括跌打、脊醫及物理治療等費用。



以上只提供計劃的一般資料，有關個別計劃的保障範圍、詳情及條款，請參閱保單條文。

24小時保單服務

都市人生活繁忙，有見及此，美國萬通亞洲的「網上保單服務」系統，讓客戶可方便快捷地隨時處理保單事項：

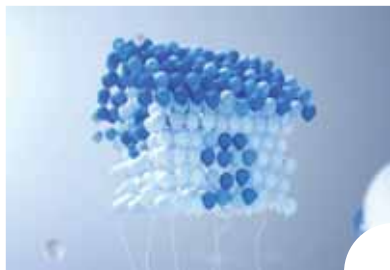
- 查閱保單狀況
- 更改通訊地址及電話號碼
- 更改投資選擇分配比率及轉換投資選擇（適用於投資相連壽險計劃）



尚未登記成為「網上保單服務」系統的客戶，請即登入本公司網頁 (www.massmutualasia.com) 的「網上保單服務」連結，下載「用戶登記表格」。申請一經批核，即可享有上述服務。

全新企業形象電視廣告

我想儲夠錢買樓



我想40歲退休



我想身體健康



無論你想點，美國萬通的退休、投資及保障服務都幫到你，全因我們深信「敢想 未來才會更精彩」。

美國萬通亞洲全新企業形象廣告「敢想篇」，已在9月17日於TVB及有線電視首播，歡迎往本公司網站 www.massmutualasia.com 瀏覽。

「iFinance」智能手機應用程式助客部署理財大計



為讓客戶及市民大眾能隨時隨地以自助形式，取得理財資訊和規劃理財大計，美國萬通亞洲特推出iPhone手機應用程式「iFinance」供市民大眾免費下載使用。「iFinance」應用程式，提供6款互動的財務計算機，使用者只需鍵入數項基本資料，便可進行理財分析，計算退休基金、教育基金、人壽保障、月供投資等的所需數額，更精準地掌握未來。此外，應用程式亦備有全港澳首創富饒趣味的「何時成為千萬富翁」程式，為你提供箇中答案。

想要實現夢想，最重要是好好計劃，當中還需有良好的經濟基礎配合。請即下載「iFinance」智能手機理財分析應用程式，策劃精彩未來。



憑券到卓健醫療可以下列優惠價享身體檢查服務。

計劃一

原價:\$1,330 優惠價:\$750

- 體格檢查及病歷
 - 體重、身高、血壓、脈搏、乳房及盆腔檢查(女性)
- 全血球計數
- 尿液常規檢查
- 大便常規檢查(蟲卵檢查)
- 糖尿病測試 — 空腹血糖
- 總膽固醇
- 肺部X光
- 柏氏子宮頸抹片檢查(女性)
- 前列腺癌抗原(男性)
- 醫療報告

計劃二

原價:\$2,560 優惠價:\$1,260

- 體格檢查及病歷
 - 體重、身高、血壓、脈搏、乳房及盆腔檢查(女性)
- 全血球計數
- 尿液常規檢查
- 大便常規檢查(蟲卵檢查)及隱血
- 糖尿病測試 — 空腹血糖
- 腎功能測試
 - 血尿素
 - 肌酸酐
- 肝功能測試
 - 谷草轉氨酶
 - 谷丙轉氨酶
 - 鹼性磷酸酶
- 血脂分析
 - 總膽固醇
 - 三酸甘油脂
- 痛風症篩檢
 - 尿酸
- 甲狀腺功能
 - T4 甲狀腺素
- 靜態心電圖
- 肺部X光
- 柏氏子宮頸抹片檢查(女性)
- 前列腺癌抗原(男性)
- 醫療報告



查詢及預約熱線：(852) 2851 3303

優惠條款：

- 本券有效期由2012年9月15日至2013年8月31日。
- 本券只可使用一次，但可供多於一人同時使用。
- 本券不可兌換現金。
- 本券不可與其他優惠同時使用。
- 請於預約時表示會使用本優惠券及於付款前出示本券以享優惠。
- 有關客戶與商戶之間的交易，美國萬通亞洲恕不負責。
- 如有任何爭議，以卓健醫療的最終決定為準。
- 卓健醫療保留一切更改上述條款之權利而不作另行通知。

卓健醫療體檢中心

地區：上環、中環、金鐘、銅鑼灣、尖沙咀、佐敦、旺角、九龍灣、沙田、將軍澳、青衣



使用個人資料作直接銷售聲明：

美國萬通保險亞洲有限公司("美國萬通亞洲")可能會使用閣下的姓名及任何聯絡資料以進行與健康、醫療、保險、財務或退休產品或服務有關的直接銷售。若閣下不欲收到美國萬通亞洲的營銷推廣及資料，閣下可向我們的資料保護主任提出有關要求，並以書面方式呈交至香港灣仔告士打道38號美國萬通大廈12樓。收到閣下的書面要求後，我們將會停止使用閣下的個人資料作直接銷售用途，並不收取任何費用。