



# 透視年輕人的 今天與明天

# 透視年輕人的今天與明天 研究報告

|        |                |
|--------|----------------|
| 訪問形式   | 電話訪問           |
| 訪問時段   | 2015年第二季       |
| 成功訪問人數 | 510            |
| 受訪者年齡  | 有收入來源的18-35歲人士 |
| 調查機構   | 香港大學民意研究計劃     |

# 透視年輕人的今天與明天





# 年輕人的夢想

# 年輕人的五大夢想

2013



買樓

34%



擁有更理想工作/  
創業

18%



擁有更多錢

12%



環遊世界/旅行

11%



擁有更高學歷

7%

2015



買樓

29%



擁有更理想工作/  
創業

18%



環遊世界/旅行

14%



擁有更高學歷

11%

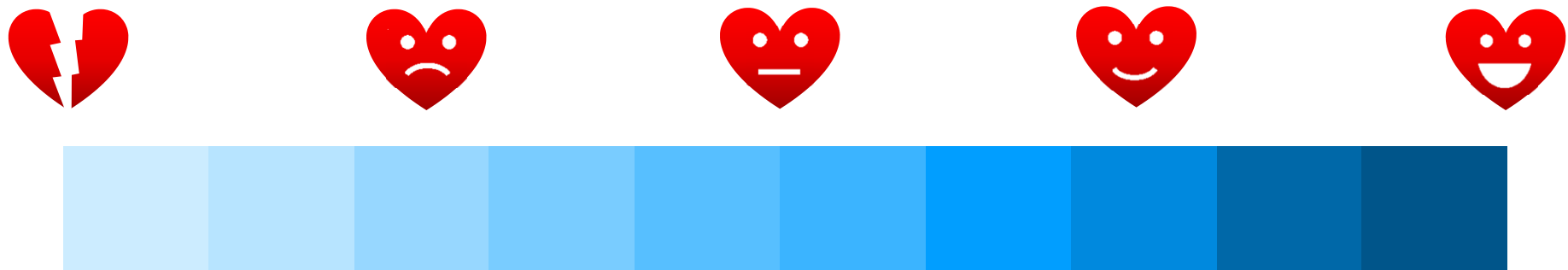


擁有更多錢

11%

問一：你最想達成的夢想是甚麼？

# 夢想成真信心指數稍跌



**5.7** **5.9**  
2015 2013



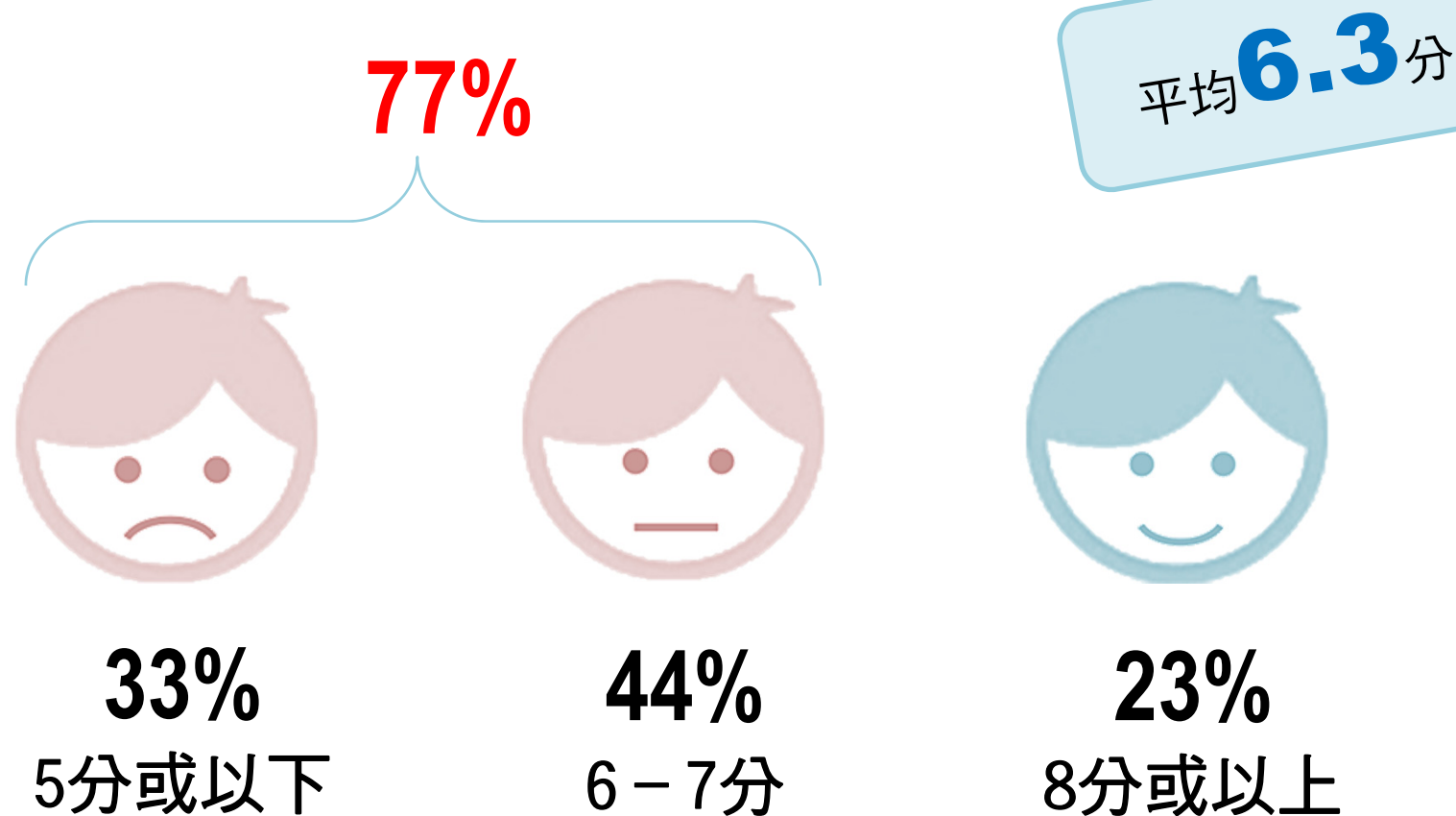
10分為滿分

問二：以10分為滿分，你有多大信心夢想成真？



# 年輕人的事業

# 逾7成人對現時工作的滿意度不足



問三：以10分為滿分，你對現時工作的滿意度是？

# 對工作的4大不滿



收入太低

46%



工時太長及欠彈性

36%



沒滿足感/挑戰性/自由度

16%



工作壓力太大

16%

問四：你不滿現時工作的最主要原因是？

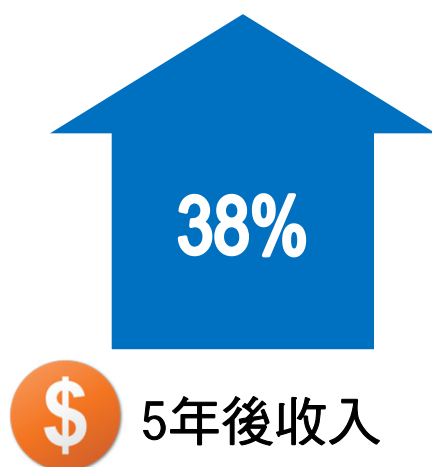
# 預期5年後的收入升幅

| 年齡    | 預期5年後<br>收入升幅平均數(%) |
|-------|---------------------|
| 18-24 | 41                  |
| 25-29 | 39                  |
| 30-35 | 27                  |
| 整體    | 38%                 |

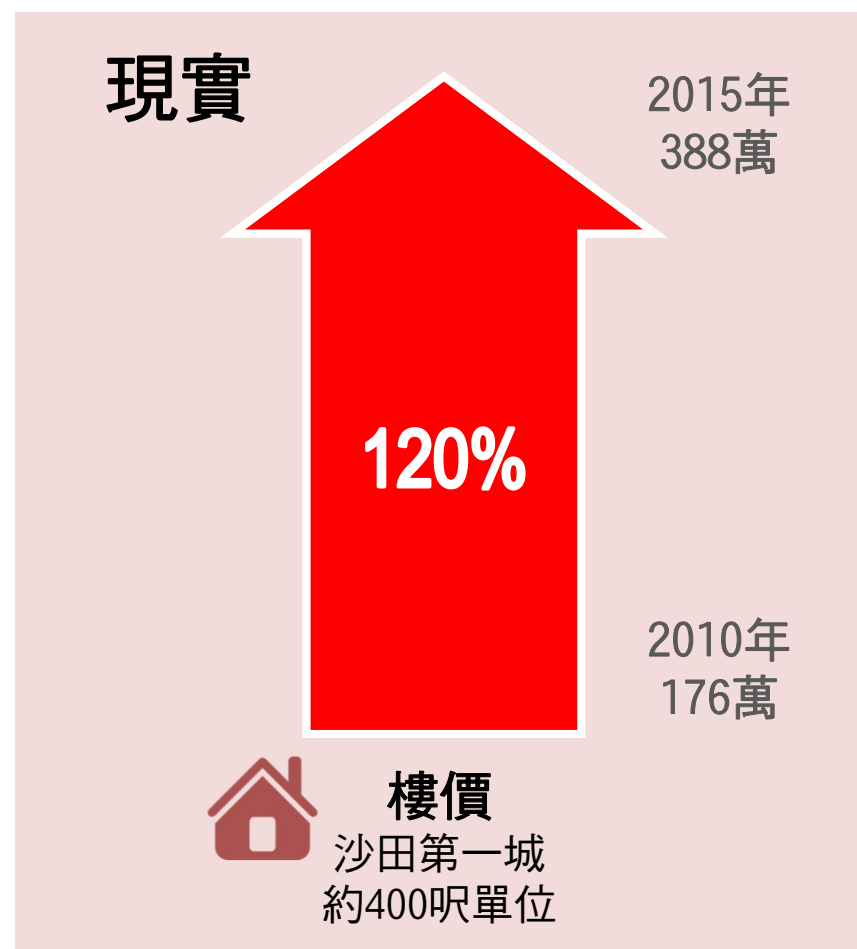
問五：你預期5年後的收入升幅是多少？

# 預期5年後的收入升幅

理想



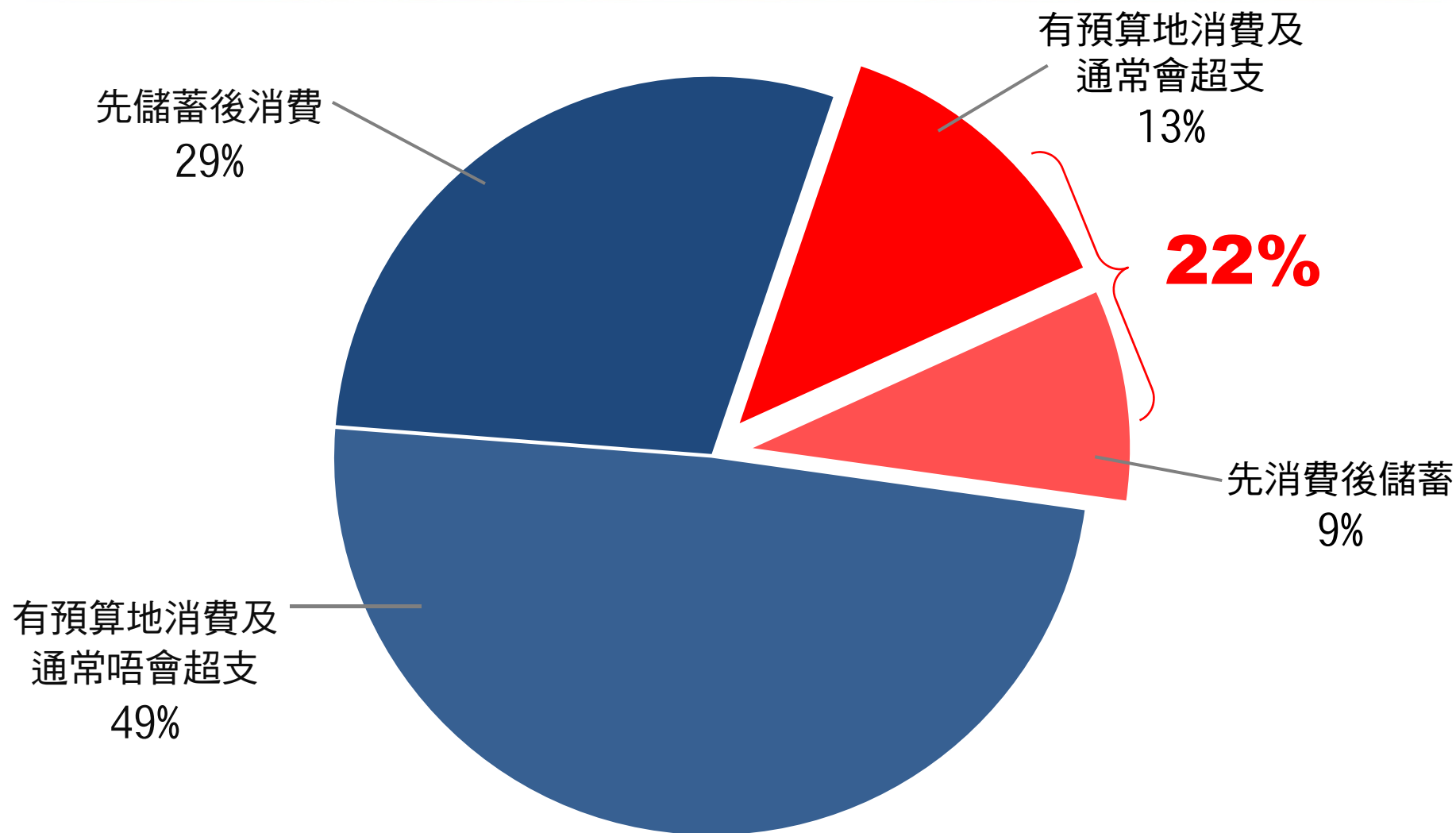
現實



問五：你預期5年後的收入升幅是多少？

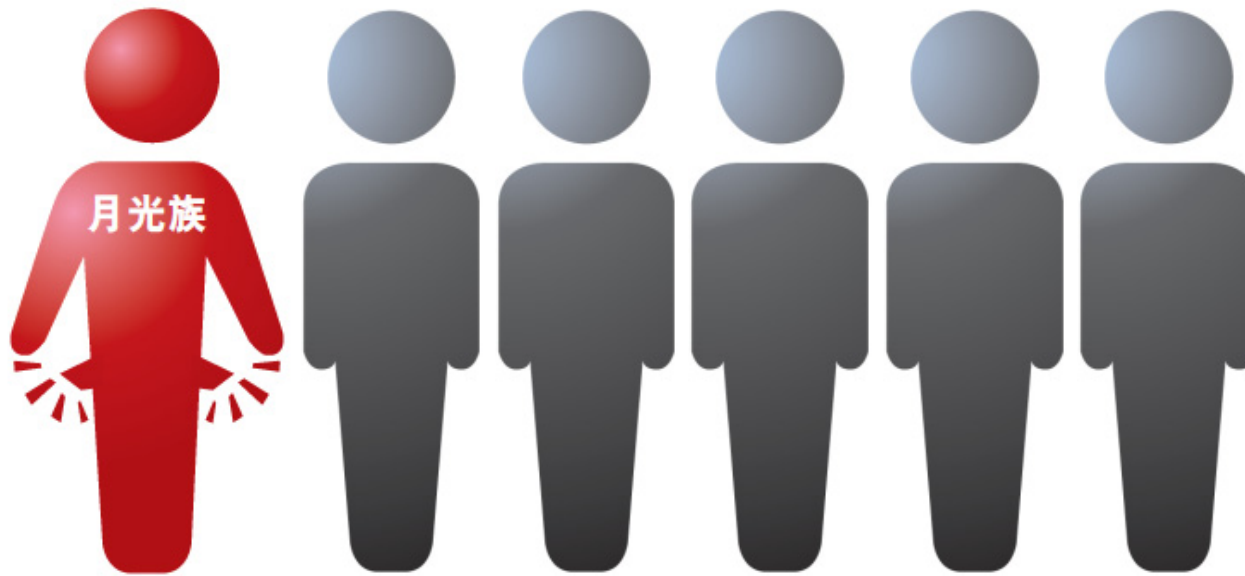
# 年輕人的理財觀

# 兩成年輕人傾向率性消費模式



問六：最能貼切形容你的消費模式是？

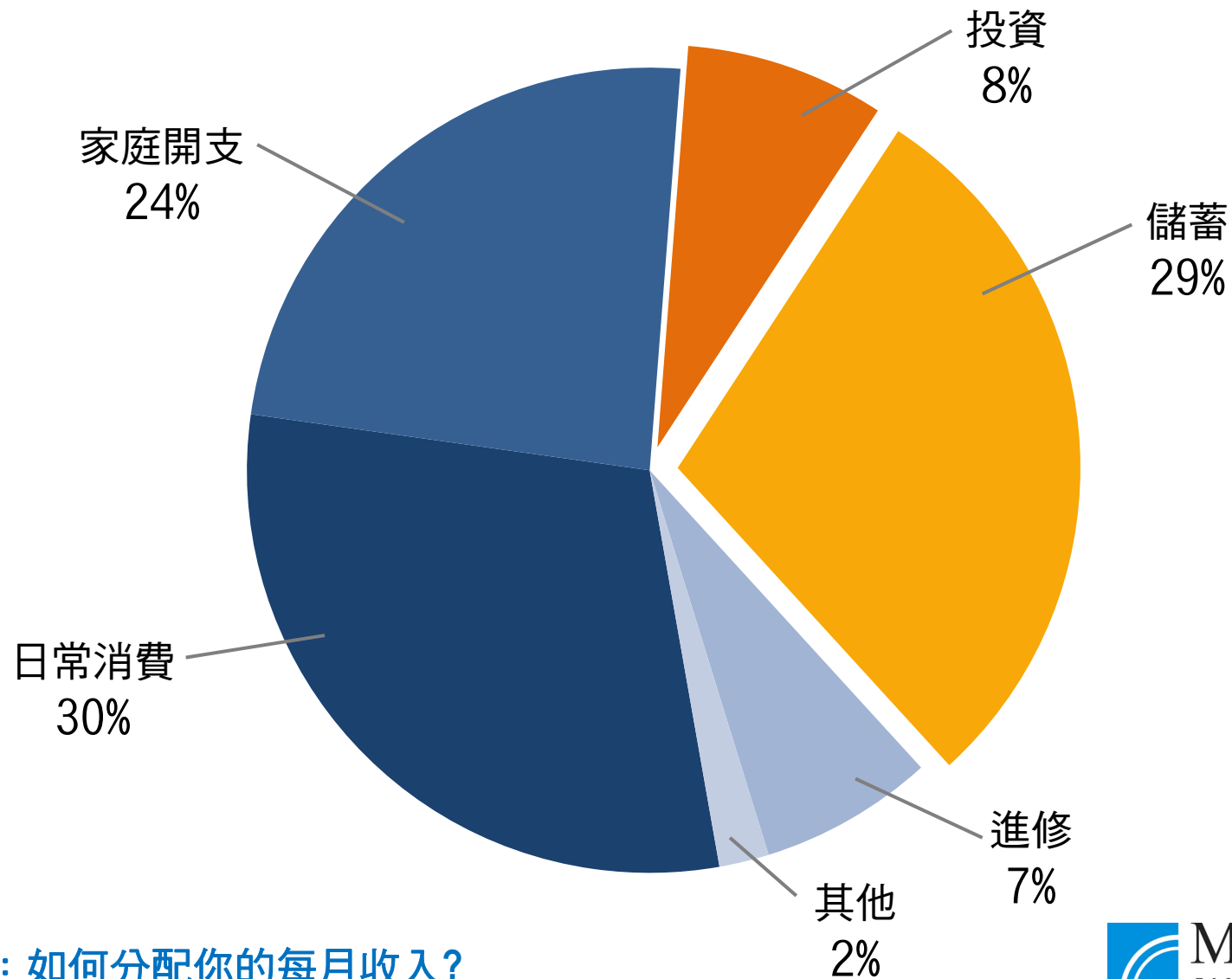
# 每6人有1人是月光族



相對2013年  
每7人有1人是月光族，情況進一步惡化

問七：你怎樣形容自己過去12個月的財政狀況？

# 每月收入的分配



問八：如何分配你的每月收入？

# 每月收入的分配

(%)

|      | 整體 | 年齡    |       |       |
|------|----|-------|-------|-------|
|      |    | 18-24 | 25-29 | 30-35 |
| 日常消費 | 30 | 32    | 24    | 27    |
| 家庭開支 | 24 | 20    | 26    | 33    |
| 儲蓄   | 29 | 30    | 32    | 23    |
| 投資   | 8  | 7     | 10    | 12    |
| 進修   | 7  | 9     | 6     | 3     |
| 其它   | 2  | 2     | 2     | 2     |

問八：如何分配你的每月收入？

# 每月收入的分配

(%)

|      | 整體 | 年齡    |       |       |
|------|----|-------|-------|-------|
|      |    | 18-24 | 25-29 | 30-35 |
| 日常消費 | 30 | 32    | 24    | 27    |
| 家庭開支 | 24 | 20    | 26    | 33    |
| 儲蓄   | 29 | 30    | 32    | 23    |
| 投資   | 8  | 7     | 10    | 12    |
| 進修   | 7  | 9     | 6     | 3     |
| 其它   | 2  | 2     | 2     | 2     |

問八：如何分配你的每月收入？

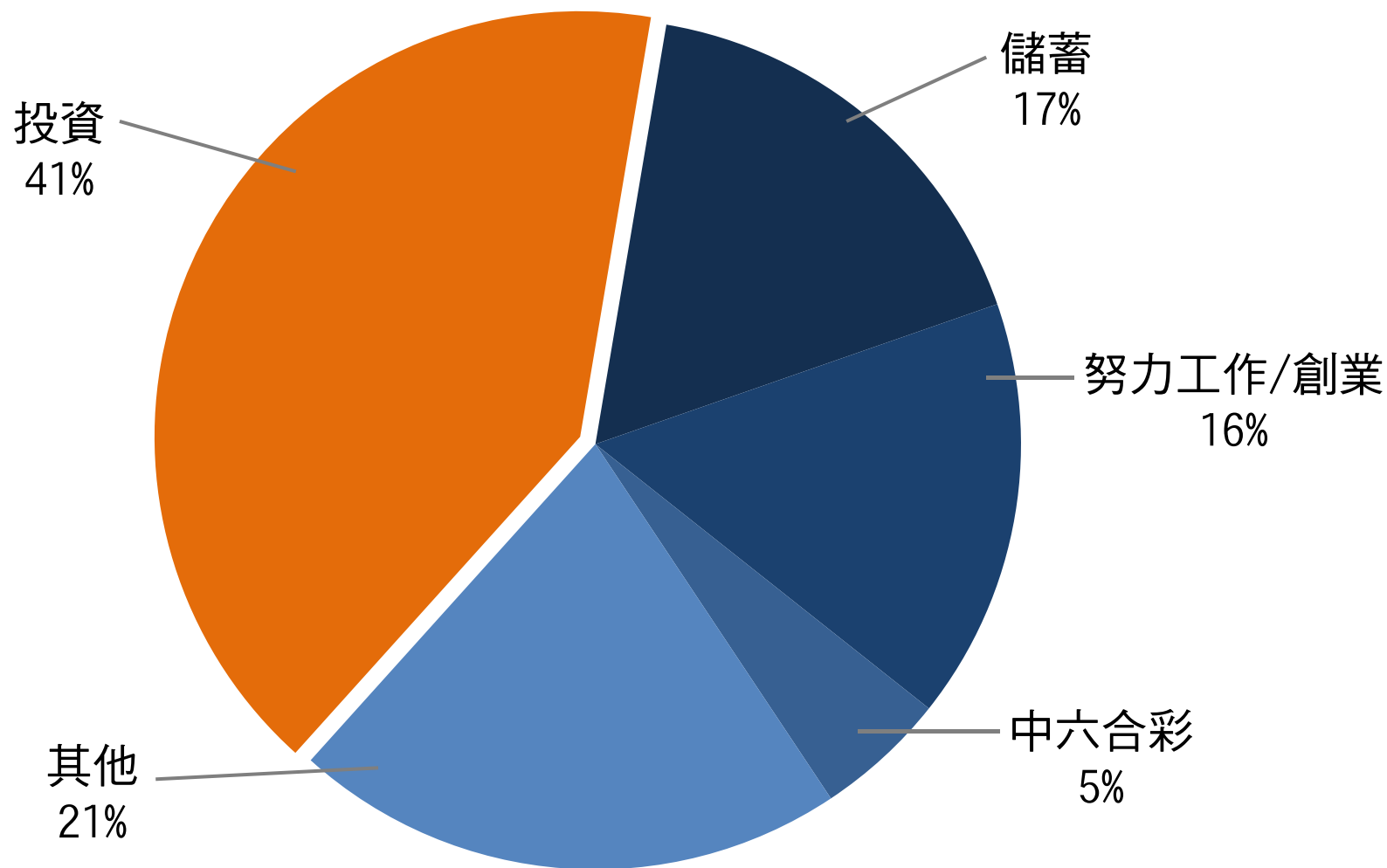
# 每月收入的分配

(%)

|      | 整體 | 年齡    |       |       |
|------|----|-------|-------|-------|
|      |    | 18-24 | 25-29 | 30-35 |
| 日常消費 | 30 | 32    | 24    | 27    |
| 家庭開支 | 24 | 20    | 26    | 33    |
| 儲蓄   | 29 | 30    | 32    | 23    |
| 投資   | 8  | 7     | 10    | 12    |
| 進修   | 7  | 9     | 6     | 3     |
| 其它   | 2  | 2     | 2     | 2     |

問八：如何分配你的每月收入？

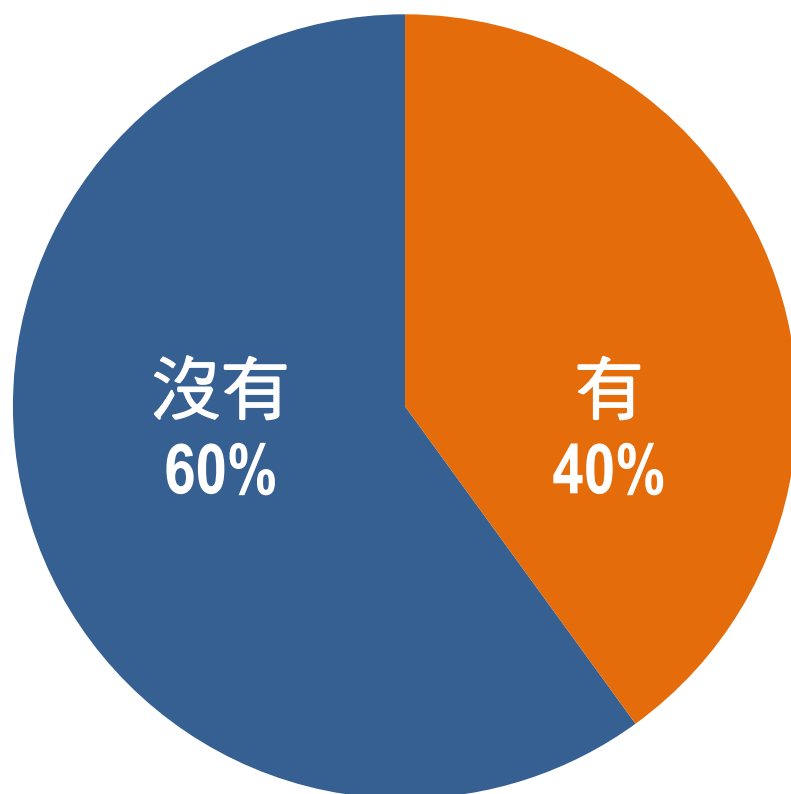
# 4成年輕人認為「投資」乃致富之道



問九：你認為如何能有效地致富？

# 逾半數年輕人投資「信自己」

## 進行投資



問十：你有否進行投資？

## 投資的決定

- > 自行決定 **52%**
- > 聽取親友介紹 **23%**
- > 尋求專業人士幫助 **14%**

問十：你作出投資決定的方法是？

# 預期10年後的積蓄不足以置業

平均 **\$820,000**

2015年上車儲備：

上車指標屋苑「沙田第一城」  
約400呎單位，售價約\$400萬

|          |   |               |
|----------|---|---------------|
| 3成首期     | ： | \$1, 200, 000 |
| 稅項、律師費用等 | ： | \$ 160, 000   |

**\$1,360,000**

何時才可  
達成置業夢？



問十一：你預期10年後有多少積蓄？



# 年輕人的健康狀況

# 年輕人，你健康嗎？



6.9



10分為滿分

問十二：以10分為滿分，你現時的健康狀況指數是？

# 5大健康問題



有小毛病

31%



睡眠不足

29%



缺乏運動

27%



不良飲食習慣

13%



工作壓力大

13%

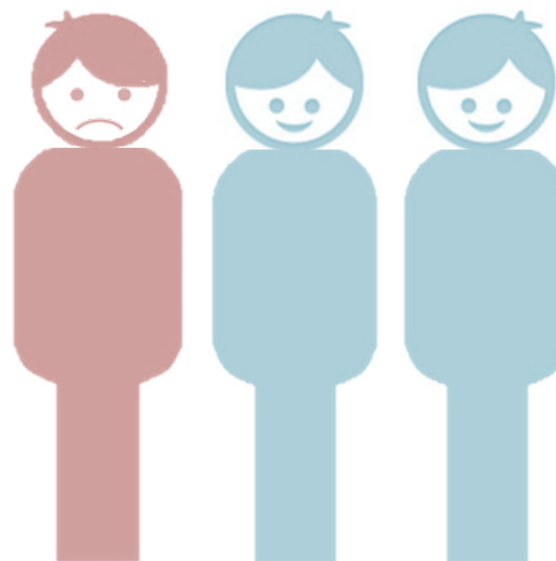
問十三：你的健康未達滿分的原因是？

# 每3人有1人每天工作10小時或以上

## 每天平均工作

|       |     |
|-------|-----|
| ≥10小時 | 34% |
| 9小時   | 23% |
| 8小時   | 19% |
| ≤7小時  | 24% |

3人有**1**人  
每天工作≥10小時



問十四：你每天工作多少小時？

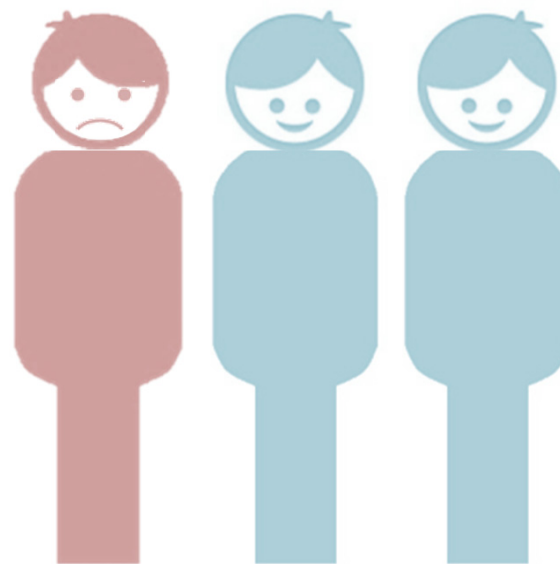
# 每3人有1人為日花至少4小時的低頭族

## 每天工餘 上網/使用智能電話

|      |     |
|------|-----|
| ≥4小時 | 37% |
| 3小時  | 22% |
| 2小時  | 26% |
| ≤1小時 | 15% |

平均每天使用**3.3**小時

3人有**1**人  
每天上網/用手機≥4小時



問十五：你每天工餘花在上網/使用手機多少小時？

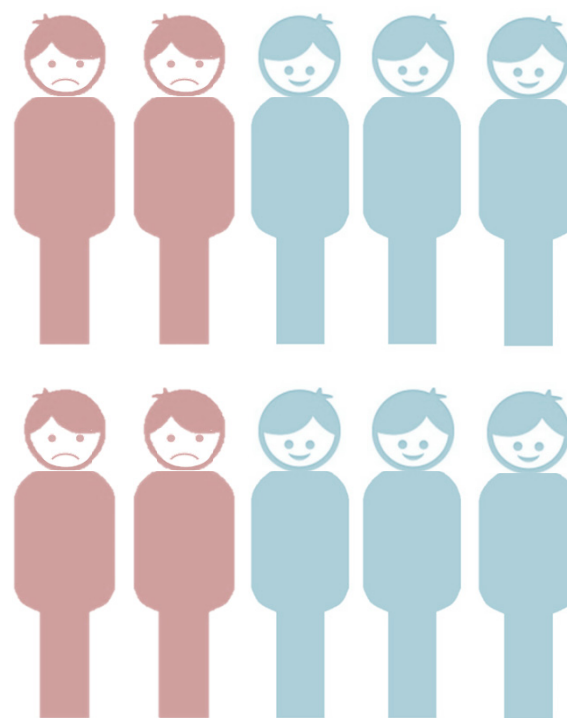
# 4成人睡眠不足

## 每天平均睡眠

|      |     |
|------|-----|
| ≤6小時 | 41% |
| 7小時  | 36% |
| 8小時  | 18% |
| ≥9小時 | 5%  |

平均每天睡眠 **6.8** 小時

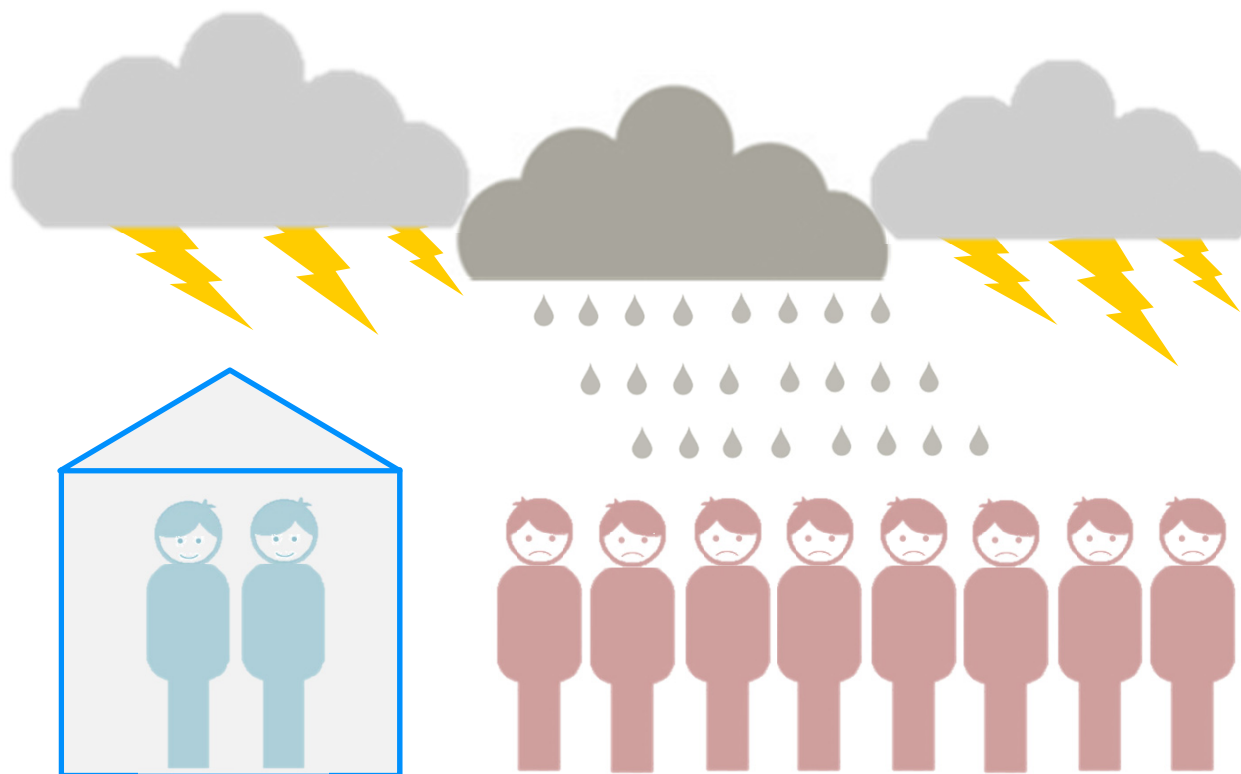
10人有**4**人  
每天僅睡≤6小時



問十六：你每天睡眠多少小時？

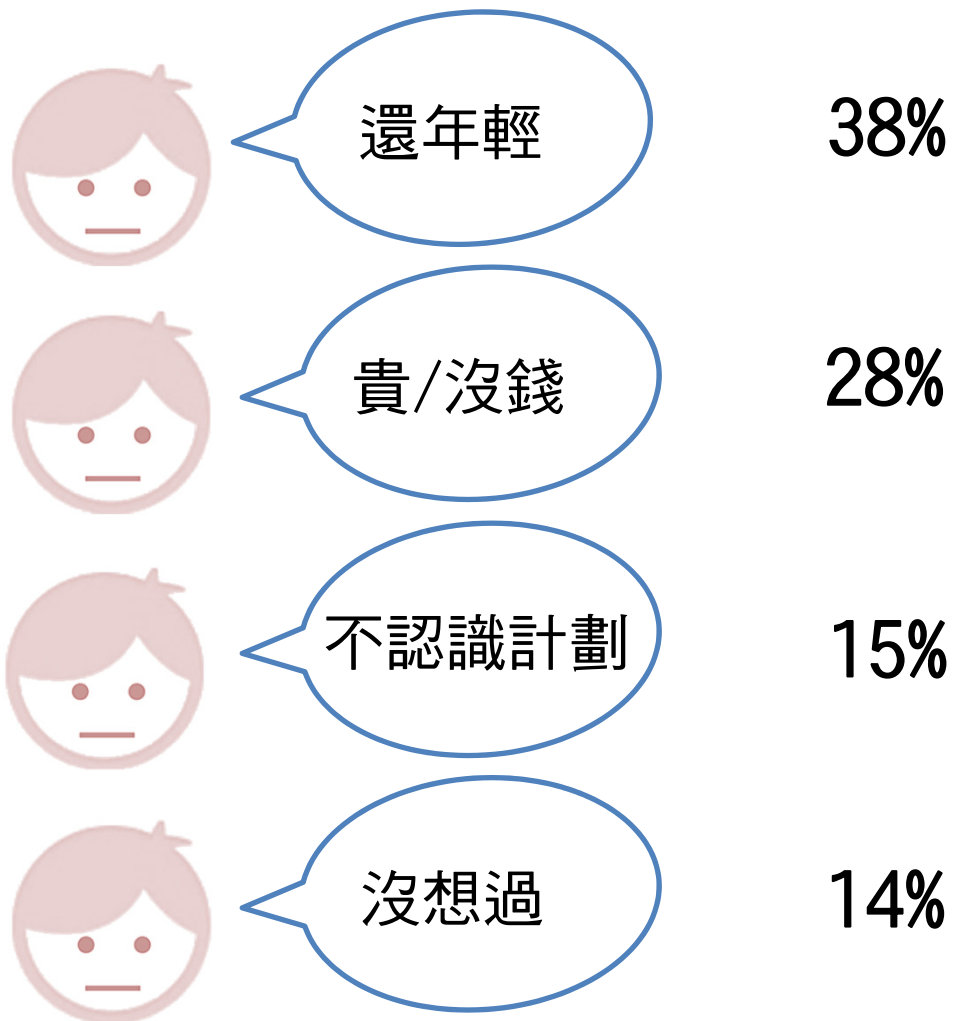
# 近8成人欠缺風險管理意識

僅兩成人有投保嚴重疾病保障



問十七：你有否投保嚴重疾病保險？

# 沒有投保的原因



問十八：不投保危疾保險的原因是？

# 總結和建議

 年輕人夢想買樓，但信心不足，「**夢想成真**」信心指數偏低，平均僅得**5.7分**。

及早訂立長遠人生目標  
精明地理財、選對事業發展路向和多關注健康  
**Dream BIG！敢想 未來才會更精彩**

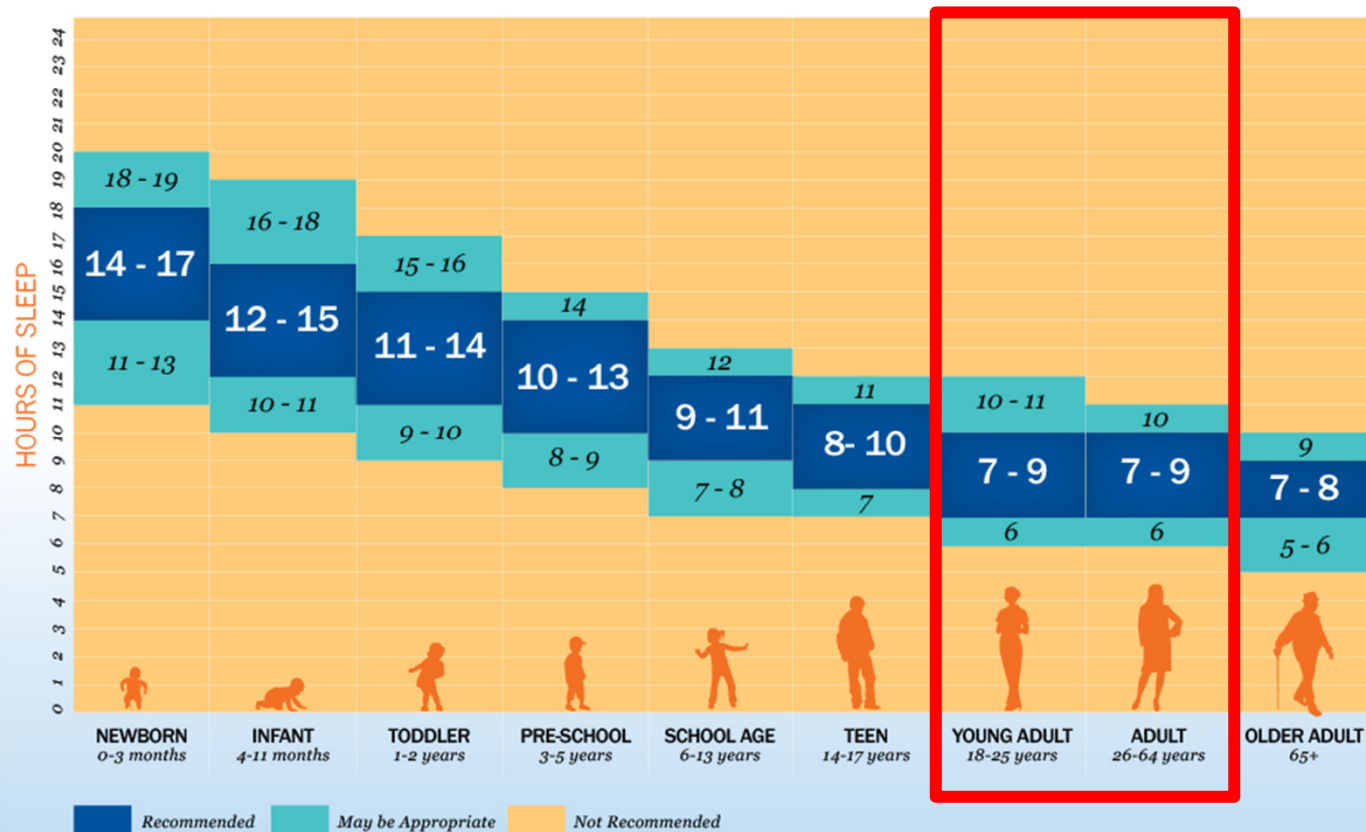
# 總結和建議

 年輕人的健康狀況指數平均為6.9分，當中4成人睡眠不足；  
年輕人每天上網/使用手機至少 3 小時。

根據美國國家睡眠基金會建議  
每天應睡7-9小時

# 總結和建議

## SLEEP DURATION RECOMMENDATIONS



# 總結和建議

年輕人應適當地分配作息時間  
因為睡眠不足對健康影響深遠

## 睡眠不足相關的健康風險

| 疾病   | 增加患病風險 |
|------|--------|
| 糖尿病  | 28%    |
| 高血壓  | 33%    |
| 冠心病  | 48%    |
| 中風   | 15%    |
| 癌症   | 43%    |
| 大腸腺癌 | 50%    |
| 乳癌   | 62%    |



資料來源：衛生防護中心

# 總結和建議

- 每3人有1人不滿現時工作，主因依次為收入低、工時長、工作壓力大及並非理想工作/行業。每3人更有1人每天工作10小時或以上。

年輕人應以積極及勇於嘗試的態度  
尋找更具發展潛力的行業及工作  
可考慮收入潛力和晉升機會較佳的財策行業

# 總結和建議

 每6位年輕人當中有1人是「月光族」，較2013年更嚴重。

避免率性消費，釐清「需要」和「想要」  
養成「先儲蓄後消費」的理財模式  
可考慮如強積金一般具強制性的理財計劃  
月月累積，透過複利效應滾存更豐厚的儲備

# 總結和建議

 過半數年輕人進行投資時傾向主觀，自行作出投資決定。

釐清「投資」和「投機」  
投資要長線和及早開始  
透過「金錢時間值」(Time Value of Money)的複利效應  
以及參考投資數據及專業意見作客觀投資決定  
以爭取較佳潛在回報

# 總結和建議

 逾7成人沒有投保嚴重疾病保險，健康保障意識薄弱。

保障「人才資本」對年輕人尤其重要  
及早趁年輕及健康狀況良好時投保  
可以較低保費享有保障  
對沖治療嚴重疾病的高昂費用

# 總結和建議

## 嚴重疾病賠償紀錄

| 賠償事由  | 受保人性別 | 年齡 | 賠償總額(港元)    | 保單生效年份 |
|-------|-------|----|-------------|--------|
| 肺癌    | 女     | 30 | 1, 091, 149 | 2011   |
| 肝癌    | 男     | 38 | 922, 517    | 2001   |
| 乳癌    | 女     | 34 | 500, 000    | 2013   |
| 子宮癌   | 女     | 37 | 800, 000    | 2007   |
| 睪丸癌   | 男     | 39 | 698, 112    | 2003   |
| 胰腺癌   | 女     | 39 | 500, 000    | 2009   |
| 鼻咽癌   | 男     | 32 | 500, 000    | 2004   |
| 慢性肝衰竭 | 女     | 33 | 874, 676    | 2012   |
| 末期腎衰竭 | 女     | 27 | 775, 170    | 2011   |
| ⋮     | ⋮     | ⋮  | ⋮           | ⋮      |

資料來源：美國萬通亞洲「賠償個案及金額(2014/2015)」

# 理財建議



\$140萬置業

假設一名28歲男性，月入\$25,000  
目標：10年後累積\$1,400,000作置業之用



(%)

|      | 現時  | +/- | 建議  |
|------|-----|-----|-----|
| 日常消費 | 24  | -1  | 23  |
| 家庭開支 | 26  | /   | 26  |
| 儲蓄   | 32  | -9  | 23  |
| 投資   | 10  | +10 | 20  |
| 進修   | 6   | /   | 6   |
| 其它   | 2   | /   | 2   |
|      | 100 |     | 100 |

# 理財建議

每月收入：\$25,000

| 理財工具       | 投資          | 儲蓄                  | 保障                             |
|------------|-------------|---------------------|--------------------------------|
|            | 組合式<br>投資計劃 | 萬用壽險<br>(\$100萬保障額) | 具保費回贈的<br>嚴重疾病保障<br>(\$80萬保障額) |
| 佔月入        | 20%         | 17%                 | 6%                             |
| 每月金額       | \$5,000     | \$4,200             | \$1,500^                       |
| 預計每年回報率    | 9%          | 4.5%                | /                              |
| 預計10年後累積金額 |             |                     |                                |
| – 現金/現金價值  | \$974,828   | \$554,709           | /                              |
| – 保障額      | /           | \$1,000,000         | \$800,000                      |
|            |             |                     | \$1,529,537                    |
|            |             |                     | \$1,800,000                    |

以上乃以一名28歲男性為例，預計之每年回報率只供參考之用，並非保證。

^ 於保單已生效滿15年或以上，可獲百分百保費回贈及非保證「額外回贈」。

聲明：以上所載的資料或表達的意見僅供參考之用。本公司無須對任何依據本文內所表達或列載的資料及意見而採取任何建議或作出任何投保/投資決定的人士，承擔責任或以任何其他方式負責。任何人士於作出投保/投資決定前，應尋求獨立諮詢，考慮有關保險/投資是否合適。各種投資皆有潛在風險，會受市場及匯率波動的影響。投資的過去表現，並不一定反映或保證其將來的表現，而投資單位價格及其收益可升可跌。



# 透視年輕人的 今天與明天