

## เทคนิคการออมในแต่ละ ช่วงวัย

ช่วงอายุ (Life Cycle) ของคนเรามีบทบาทหน้าที่ที่แตกต่างกันไปในแต่ละช่วงวัย เหมือนวัฏจักรชีวิต เริ่มจากวัยเด็ก ที่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้ใหญ่ พอเริ่มโตก็ต้องศึกษาเล่าเรียน เพื่อหางาน สร้างเงิน และสร้างตัว ซึ่งเลี้ยงไม่ได้เลยที่จะไม่มี ความเกี่ยวข้องกับการเงิน และปัญหาของคนส่วนใหญ่ที่พบคือ รายได้ไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายจึงไม่สามารถเก็บออมเงินเพื่ออนาคตได้

จากสถิติการออม ตัวอย่างผู้ที่มีอายุเกิน 65 ปี ของกรมแรงงานแห่งชาติ ที่ศึกษาเกี่ยวกับฐานะทางการเงินของผู้ที่เริ่มทำงานตั้งแต่อายุ 25 ปี จนเกษียณอายุ พบว่ามีฐานะทางการเงินที่ติดลบจนน่าใจหาย

การออมเงินถือ เป็นเรื่องสำคัญที่หลายคนมองข้าม และบ่อยครั้งที่หาโอกาสออม แต่ยังไม่พร้อมด้วยสาเหตุหลายประการ บางคนทำงานมาทั้งปีแต่ยังไม่มีเงินเก็บ ในขณะที่เด็กบางคนยังไม่มียานพาหนะ เพิ่งเริ่มทำงาน แต่มีเงินเก็บหลายหมื่นบาท เพียงเพราะการได้รับการฝึกให้มีความพร้อมที่จะเก็บออมเงินมาตั้งแต่เด็กจน เป็นนิสัย น่าดีใจที่เด็กไทยบางคนออมเงินเป็นงานอดิเรก

ลองหยอดกระปุก เล่นๆ วันละ 50 บาท หนึ่งเดือนก็ 1,500 บาท เผลอแป๊บเดียวสิ้นปี มีเงินเก็บแล้ว เก็บสองหมื่นเหลือๆ 4-5 ปี ก็มีเงินเป็นแสน แล้วถ้าลองออมด้วยวิธีอื่นบ้างตามคำแนะนำที่นำมาฝาก ถ้าทำได้จริง คงอุ่นใจ เพราะอย่างน้อยก็ไม่ต้องเป็นภาระของสังคมหลังเกษียณ

เริ่มต้นวางแผน ด้วยการตั้งเป้าหมายการออมเพื่อการศึกษาลูก

เทคนิคการออมในแต่ละช่วงวัย..สบายใจหลังเกษียณ

ช่วงอายุ 30-40 ปี เป็นช่วงวัยของการทำงานและความก้าวหน้า

ช่วงก่อนอายุ 30 ปี เป็นช่วงสร้างตัว ช่วงนี้มีโอกาสในการเก็บออมสูง มีรายได้เข้ามาพอสมควร จึงควรเก็บ

ออมให้ได้มากๆ เพราะช่วงอายุสามสิบปีขึ้นไปจะมีภาระค่าใช้จ่ายสูงขึ้น เนื่องจากเป็นรอยต่อของชีวิตคู่ซึ่งต้องมีครอบครัว จึงต้องแบกรับภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นเป็นเงาตามตัว

ช่วงนี้ควรมีสัดส่วนการเงินสำหรับลงทุน 50% และอีก 50% ควรเก็บไว้ในหลักทรัพย์ เช่น ธนาคาร และ

ตราสารหนี้เพื่อหาวิธีเพิ่มกำไรให้เงินต้น ส่วนการลงทุนควรเลือกทำธุรกิจเล็กๆ ที่สามารถขายความสามารถของตัวเอง โดยเลือกทางหรือวิธีที่เหมาะสมกับความชอบส่วนตัว หรือกระแสนิยมทางสังคมและเศรษฐกิจ แต่ไม่ควรลงทุนกับผลิตภัณฑ์ที่มีความเสี่ยง

**Tip:** ช่วงวัยนี้ยังติดกระแสฮิตทางสังคม อาจออมด้วยสินค้าแบรนด์เนม เพราะสามารถนำมาใช้และขายได้ราคา หรือการลงทุนร่วมหุ้นกับเพื่อนทำร้านอาหารเล็กๆ ตามความชอบหรือกระแสสังคม และอีกวิธีหนึ่ง คือการซื้อสังหาริมทรัพย์เพื่อเก็งกำไรในอนาคต

ช่วงอายุ 40-50 ปี เป็นช่วงที่ชีวิตก้าวหน้าสูงสุด

ถือเป็นวัยที่มีความมั่นคงในหน้าที่การงาน เพราะช่วงวัย 40-50 ปี จะมีรายได้ต่อเดือนค่อนข้างมาก การเก็บออมช่วงนี้แตกต่างจากช่วงต้นๆ เพราะรายได้ต่อเดือนค่อนข้างสูง แต่ก็มีรายจ่ายเข้ามาค่อนข้างเยอะกว่าช่วงอื่นด้วยเช่นกัน เช่น จะต้องมียาออมสำหรับทุนการศึกษาลูก เงินออมสำหรับหลังเกษียณ

ช่วงวัยนี้ควร แบ่งเงินออมไม่ต่ำกว่า 30% ของรายได้ อีก 30% นำไปลงทุนด้วยการซื้อหุ้น ลงทุนทำธุรกิจและอีก 40% นำไปลงทุนในตราสารหนี้ หรือการลงทุนที่มีอัตราความเสี่ยงที่ต่ำสุด ที่สำคัญต้องมีเงินเก็บอย่าง ต่อเนื่อง และควรทำธุรกิจที่มีความเสี่ยงต่ำเพื่อรองรับหลังเกษียณ เช่น การซื้อแฟรนไชส์สินค้า

**Tip:** บั้นปลายชีวิตช่วงนี้ต้องแบกรับภาระสำคัญหลายอย่าง ทำให้รับความเสี่ยงได้น้อยลง เนื่องจากเป็นวัยที่มี

ภาระผูกพัน หากการเงินไม่เข้มแข็งหรือไม่มีเงินเก็บอยู่บ้าง อาจมีปัญหาด้านการเงินได้ เนื่องจากมีค่าใช้จ่าย ภาระ ทั้ง บ้าน รถยนต์ ค่าเทอมการศึกษา ค่ารักษาพยาบาล

ควรเข้าร่วม กองทุนต่างๆ เช่น กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ซื้อสินทรัพย์ต่างๆ ที่จะเพิ่มมูลค่าต่อไปแทนการถือเงินสด ลงทุนในตราสารหนี้ที่ให้ผลตอบแทนสูง หรือลงทุน ในตราสารทุน

ช่วงอายุ 50-60 ปี เป็นช่วงที่มีรายได้สูงสุดและ เข้าสู่วัยเกษียณ

เป็นช่วงที่มี ความมั่นคงในหน้าที่การงาน วัยนี้ควรเน้นการนำเงินส่วนใหญ่ที่ได้ไปเก็บออมให้ได้  
ประมาณ

70% เพราะมีเวลาทำงานอีกไม่นานก็จะเริ่มเข้าสู่วัยเกษียณ

วัย 50 ปีขึ้นไปส่วนใหญ่เริ่มมีภาระน้อยลง เพราะบุตรหลานเริ่มเรียนจบและทำงานมีรายได้ ช่วงวัย  
หลังจาก

เกษียณ วัยนี้ไม่ควรทำธุรกิจที่มีความเสี่ยง แต่ควรลงทุนซื้อหุ้นในระยะยาว ไม่เกิน 30% ของเงินออม เพื่อ  
เพิ่มพูนเงินออมให้มากขึ้น

Tip: วัยหลังเกษียณ ควรออมให้น้อยลงเหลือเพียง 25% ของรายได้ ลงทุนในหุ้นอีก 20% และใช้  
ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อพักผ่อนและท่องเที่ยว การลงทุนหลังเกษียณควรสร้างรายได้ที่มีความแน่นอนและ  
ปลอดภัย เช่น การซื้อพันธบัตรออมทรัพย์

จะเห็นว่าการออม มีความสำคัญกับคุณในทุกช่วงจังหวะของชีวิต มาเริ่มต้นสร้างวินัย  
การออมตั้งแต่วันนี้ เพื่อความสุขในบั้นปลายชีวิตที่รอคุณอยู่

ที่มา

[http://www.aacp.co.th/savings/th/savingTip\\_savingstep.asp](http://www.aacp.co.th/savings/th/savingTip_savingstep.asp)