



# KNOW THE MARKETS *for* RETIREMENT

J.P.Morgan  
ASSET MANAGEMENT



Global Strength. Local Expertise.

# Know The Markets team

## JP Morgan Asset Management Market Insights



**Mike Conrath**  
Chief Retirement Strategist



**Sharon Carson**  
Retirement Strategist



**Tina Anstett**  
ERISA Strategist



**Andrew Manion**  
Quantitative Researcher



**Katya Chegaeva**  
Quantitative  
Researcher

## Kasikorn Asset Management



**Win Phromphaet**  
Executive Chairman



**Panodphol  
Tantawichian, CFA**  
Chief Investment Officer



**Voranun Kusolpatna**  
Assistance Managing Director



**Martina  
Watcharawatorn, CFA**  
Head, Investment Strategy



**Direk Lertpanyavisetkul**  
Assistance Managing Director



**Tanita Tumrasvin**  
Investment Strategist



**Chinnawut  
Vongsariyavanich**  
Head of Unit, Enterprise Risk  
Management and Quantitative  
Analytics



**Mirarach Srisirisavad**  
Provident Fund Department



**Danupol Kunanupatham**  
Enterprise Risk Management  
and Quantitative Analytics



**Lertrit Chaimongkol**  
Provident Fund Department

# สูตรวางแผนเกษียณให้รอบด้าน เน้นจัดการสิ่งที่ควบคุมได้ เตรียมรับมือสิ่งที่ควบคุมไม่ได้



## สิ่งที่ควบคุมไม่ได้



อุบัติเหตุ



นโยบายภาษี



การเปลี่ยนแปลงสิทธิสวัสดิการ



ผลตอบแทนตลาด



เงินเฟ้อ

## สิ่งที่จัดการได้ในระดับหนึ่ง



อายุขัย



ระยะเวลาทำงาน



รายได้



สุขภาพ

## สิ่งที่สามารถจัดการได้



การออม-ใช้จ่าย



การจัดพอร์ตลงทุน

ความเสี่ยงจากการที่มีอายุยืน (Longevity Risk) มากกว่าที่เราคาดไว้

# คนไทยอายุยืนขึ้น

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ อย่างเป็นทางการตั้งแต่ปี 2566



ผู้ชาย

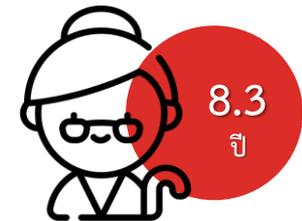
ผู้หญิง

อายุขัยเฉลี่ย

72 ปี

80 ปี

จากสถิติ ผู้ที่มีอายุ 80 ปีในปี 2567 โดยเฉลี่ยคาดว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไปอีกประมาณ 6-8 ปี

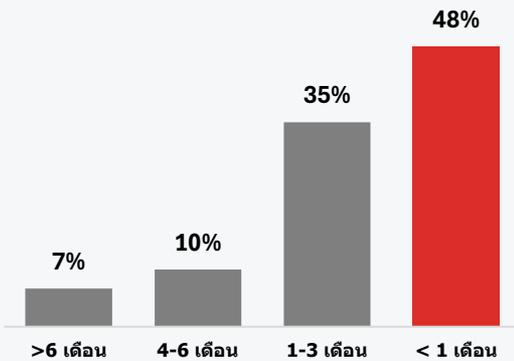


| อายุปัจจุบัน | จำนวนปีเฉลี่ยที่คาดว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไป |         |
|--------------|--|---------|
|              | ผู้ชาย                                   | ผู้หญิง |
| 60 ปี        | 17.5 ปี                                  | 23.0 ปี |
| 80 ปี        | 5.8 ปี                                   | 8.3 ปี  |

# สถานการณ์เงินออมของคนไทย ผู้สูงอายุจำนวนมากไม่มีเงินออมไว้เพื่อใช้จ่ายยามเกษียณ



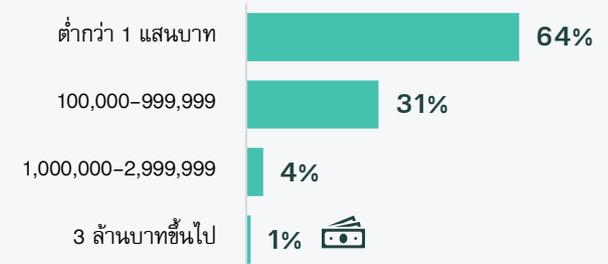
**48%** ของประชาชนมีเงินสำรองฉุกเฉิน เพียงพอต่อการใช้จ่ายน้อยกว่า 1 เดือน



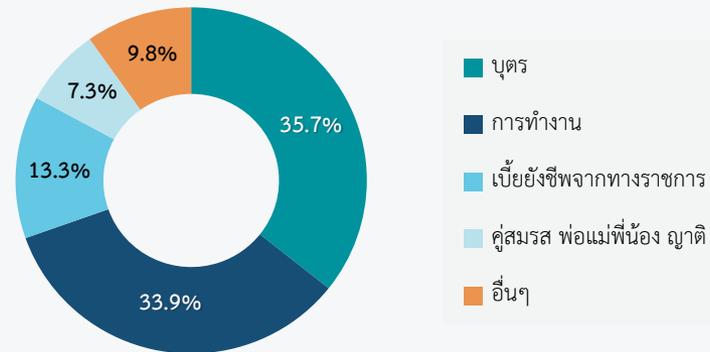
## เงินออมของผู้สูงอายุไทย



## มูลค่าเงินออมผู้สูงอายุ



## แหล่งรายได้หลักของผู้สูงอายุ



# ความจำเป็นของการวางแผนการเงิน เมื่อค่าใช้จ่ายสุขภาพเพิ่มขึ้น สวนทางกับกำลังซื้อที่ลดลง



ในอีก 30 ปี คุณต้องมีประมาณ **14,730 บาท** จึงจะมีกำลังซื้อเท่ากับ 10,000 บาทในวันนี้

ออมเงิน 30 ปี

ใช้เงิน 30 ปี

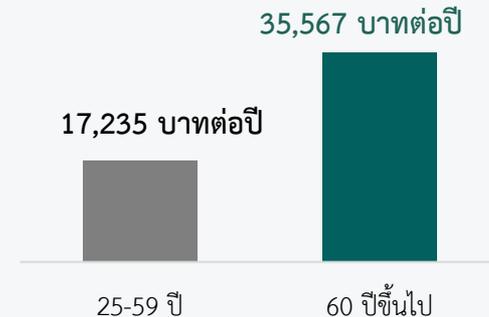
|                        | ค่าใช้จ่าย ณ ปัจจุบัน<br>(อายุ 30 ปี) | ค่าใช้จ่าย ณ วันเกษียณ<br>(อายุ 60 ปี) | เงินที่ต้องเตรียมไว้ใช้หลังเกษียณ<br>จนถึงวันสิ้นอายุขัยที่ 90 ปี* |
|------------------------|---------------------------------------|--|--|
| ไม่มีเงินเพื่อ         | 10,000 บาทต่อเดือน                    | 10,000 บาทต่อเดือน                     | 3,600,000 บาท  |
| มีเงินเพื่อ 1.3% ต่อปี | 10,000 บาทต่อเดือน                    | 14,730 บาทต่อเดือน                     | 6,518,718 บาท  |



ข้อมูลในปี 2564 พบว่า

กลุ่มวัยสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) มีรายจ่ายด้านสุขภาพ\*\*

**สูงกว่าช่วงวัยอื่นอย่างชัดเจน**



\*ไม่มีการลงทุนหลังเกษียณ

\*\*รายจ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภคด้านการสุขภาพของภาครัฐและภาคเอกชน

ที่มา : บัญชีกระแสการโอนประชาชาติ ปี 2564 สำนักงานสถิติแห่งชาติและสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ประมวลผลโดย กองพัฒนาข้อมูลและตัวชี้วัดสังคม และ กระทรวงพาณิชย์

# ระดับเงินออมที่ต้องมี ณ วันเกษียณที่อายุ 60 ปี เพื่อให้มีเงินใช้ตามเป้าหมาย

การเลือกสินทรัพย์ที่เหมาะสมให้มีผลตอบแทนสูงกว่าเงินเพื่อ  
ก็ทำให้เงินมีพอใช้ตลอดชีวิต โดยไม่ต้องเก็บเงินเยอะเท่าคนที่ไม่ได้ลงทุนเลย

## ตัวอย่าง



หากต้องการใช้เงินหลังเกษียณเดือนละ 20,000 บาท  
ตั้งแต่อายุ 60 ปี ไปจนถึงอายุ 90 ปี

เมื่อคิดอย่างง่าย จะต้องเก็บเงินสะสมให้ได้ 7.2 ล้านบาท  
(20,000 บาท x 12 เดือน x 30 ปี)  
เพื่อให้เพียงพอในการใช้จ่ายตามเป้าหมาย

แต่ที่จริงแล้วอาจไม่จำเป็นต้องเก็บถึง 7.2 ล้าน  
หากมีการเลือกเครื่องมือการลงทุนเพื่อให้ได้ผลตอบแทน  
ประมาณ 4% ต่อปีหลังเกษียณ และปรับด้วยเงินเฟ้อ 1.3%

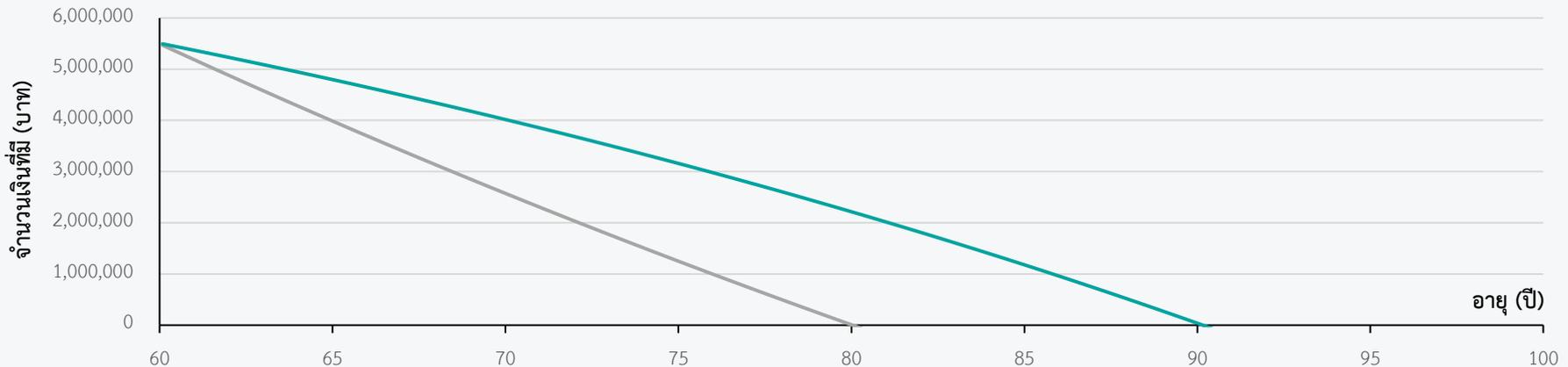
จากเงินที่ต้องเตรียมไว้ 7.2 ล้านบาท  
ก็เปลี่ยนเป็นต้องเตรียมไว้ประมาณ 5.5 ล้านบาท

| ค่าใช้จ่ายต่อเดือนที่<br>วางแผนใช้หลังเกษียณ | จำนวนเงินที่ต้องมี ณ วันเกษียณ* |            |            |            |            |            |            |
|--|---------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
|  | จำนวนปีหลังเกษียณ (ปี)          |            |            |            |            |            |            |
|  | 10                              | 15         | 20         | 25         | 30         | 35         | 40         |
| 10,000 บาท                                   | 1,131,441                       | 1,610,950  | 2,039,066  | 2,412,725  | 2,747,432  | 3,059,682  | 3,334,156  |
| 20,000 บาท                                   | 2,262,883                       | 3,221,899  | 4,078,131  | 4,825,450  | 5,494,864  | 6,119,363  | 6,668,312  |
| 30,000 บาท                                   | 3,394,324                       | 4,832,849  | 6,117,197  | 7,238,176  | 8,242,297  | 9,179,045  | 10,002,468 |
| 50,000 บาท                                   | 5,657,207                       | 8,054,748  | 10,195,328 | 12,063,626 | 13,737,161 | 15,298,408 | 16,670,780 |
| 100,000 บาท                                  | 11,314,414                      | 16,109,496 | 20,390,657 | 24,127,252 | 27,474,322 | 30,596,815 | 33,341,559 |

ค่าใช้จ่ายต่อเดือนหลังเกษียณ ปรับด้วยอัตราเงินเฟ้อที่ 1.3%

\*จำนวนเงินที่ต้องมี ณ วันเกษียณ กำหนดให้ถอนเงินทุกเดือน โดยคำนวณผลตอบแทนแบบทบต้นทบดอกที่อัตราผลตอบแทนปีละ 4% และปรับด้วยอัตราเงินเฟ้อ 1.3% ต่อปี

## หากลงทุนต่อเนื่องหลังเกษียณ จะช่วยเอาชนะเงินเฟ้อ และยืดระยะเวลาใช้เงินหลังเกษียณของเราได้



- หากเงินเริ่มต้น มีทั้งหมด 5,494,864 และมีการถอนเงินเพื่อใช้จ่ายหลังเกษียณเดือนละ 20,000 บาท (และมีการปรับเพิ่มตามอัตราเงินเฟ้อในแต่ละปี) จากเงินออมที่ไม่มีการนำไปลงทุน คาดว่าเงินจะหมดเมื่ออายุประมาณ 80 ปี
- หากเงินเริ่มต้น มีทั้งหมด 5,494,864 และลงทุนต่อเนื่อง หลังเกษียณที่คาดหวังผลตอบแทนเฉลี่ย 4% ต่อปี พร้อมถอนเงินใช้จ่ายเดือนละ 20,000 บาท โดยมีการปรับเพิ่มตามอัตราเงินเฟ้อ จะช่วยยืดระยะเวลาที่เงินเพียงพอต่อการใช้จ่ายออกไปอีกประมาณ 10 ปี

### อายุที่เงินออมหลังเกษียณหมดลง (ปี) ในกรณีที่มีเงินออม เพื่อการเกษียณ 5.5 ล้านบาท

| เงินที่วางแผนจะถอนหลังเกษียณ (บาท/เดือน) (ปรับตามเงินเฟ้อ) | กรณีไม่ลงทุนเลยจะอยู่ได้ถึง | ผลตอบแทน 4%* |
|--|-----------------------------|--------------|
| 20,000   | 80 ปี                       | 90 ปี        |

\*แผนนี้มีความเชื่อมั่นประมาณ 70% หมายความว่า มีโอกาสราว 70% ที่เงินจะเพียงพอใช้จ่ายได้ตามแผนจนถึงอายุที่กำหนด

## ความพร้อมของเงินออมสำหรับการเกษียณ...มาดูกันว่าคุณมาถึงไหนแล้ว

| อายุปัจจุบัน | รายได้ปัจจุบันต่อเดือน       | 15,000    | 20,000    | 30,000    | 50,000    | 100,000    | 150,000    | 200,000    |
|--------------|------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|
| 30           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 305,101   | 406,801   | 610,201   | 1,017,002 | 2,034,004  | 3,051,007  | 4,068,009  |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 15,000    | 21,000    | 31,000    | 52,000    | 105,000    | 157,000    | 210,000    |
| 35           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 397,200   | 529,600   | 794,399   | 1,323,999 | 2,647,998  | 3,971,997  | 5,295,996  |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 12,000    | 16,000    | 24,000    | 41,000    | 82,000     | 120,000    | 160,000    |
| 40           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 1,059,585 | 1,412,779 | 2,119,169 | 3,531,949 | 7,063,897  | 10,595,846 | 14,127,795 |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 12,000    | 16,000    | 24,000    | 41,000    | 82,000     | 120,000    | 160,000    |
| 45           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 1,457,711 | 1,943,615 | 2,915,422 | 4,859,037 | 9,718,074  | 14,577,112 | 19,436,149 |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 11,000    | 15,000    | 23,000    | 39,000    | 79,000     | 110,000    | 150,000    |
| 50           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 1,971,586 | 2,628,782 | 3,943,173 | 6,571,955 | 13,143,910 | 19,715,864 | 26,287,819 |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 11,000    | 15,000    | 23,000    | 38,000    | 77,000     | 110,000    | 150,000    |
| 55           | เงินออมที่ต้องมีตอนนี้       | 2,432,987 | 3,243,983 | 4,865,974 | 8,109,957 | 16,219,914 | 24,329,871 | 32,439,828 |
|              | เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายเดือนละ | 10,000    | 14,000    | 21,000    | 36,000    | 72,000     | 109,000    | 145,000    |

### สมมติฐาน

- ➔ ออมเดือนละ 10% ของเงินเดือน
- ➔ อัตราการปรับขึ้นเงินเดือนปีละ 5%
- ➔ ผลตอบแทนเฉลี่ยก่อนเกษียณตาม Life Path Model ประมาณ 5.0% ต่อปี
- ➔ ผลตอบแทนเฉลี่ยหลังเกษียณ ประมาณ 4.0% ต่อปี
- ➔ เงินเพื่อเฉลี่ย 1.3% ต่อปี
- ➔ อายุเกษียณ 60 ปี
- ➔ อายุขัย 90 ปี

### วิธีอ่านตาราง

- จุดที่ตัดกันระหว่างอายุปัจจุบันของคุณกับรายได้รวมต่อเดือน
- ตัวเลขนั้นคือ จำนวนเงินที่คุณควรมีสะสมไว้สำหรับการเกษียณ ณ วันนี้ เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายในจำนวนนั้นๆ ต่อเดือนหลังเกษียณ บนสมมติฐานว่าคุณยังคงออมเพื่อการเกษียณในอัตรา 10% ต่อเดือนต่อไปจนอายุ 60 ปี
- **ตัวอย่าง:** หากคุณอายุ 35 ปี และมีรายได้ 30,000 บาทต่อเดือน คุณควรมีเงินออมเพื่อเกษียณประมาณ 794,399 บาทในวันนี้ เพื่อให้มีเงินใช้จ่ายช่วงหลังเกษียณเดือนละราว 24,000 บาท หากออมต่อไปเดือนละ 10% ต่อเดือน โดยได้ผลตอบแทนเฉลี่ยก่อนเกษียณปีละ 6% และผลตอบแทนของพอร์ตหลังเกษียณเฉลี่ยปีละ 4%

# องค์ประกอบและข้อดีของเงินกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ



เสมือนได้รับค่าจ้างเพิ่มขึ้น  
จากเงินสมทบที่นายจ้างให้



เป็นโอกาสออมเงินเพื่อตัวเอง  
และครอบครัวเพิ่มขึ้น



เป็นสวัสดิการเงินได้ที่เพิ่มขึ้น  
เมื่อออกจากงานหรือเกษียณอายุ



เงินออมอยู่ภายใต้  
การบริหารของมืออาชีพ

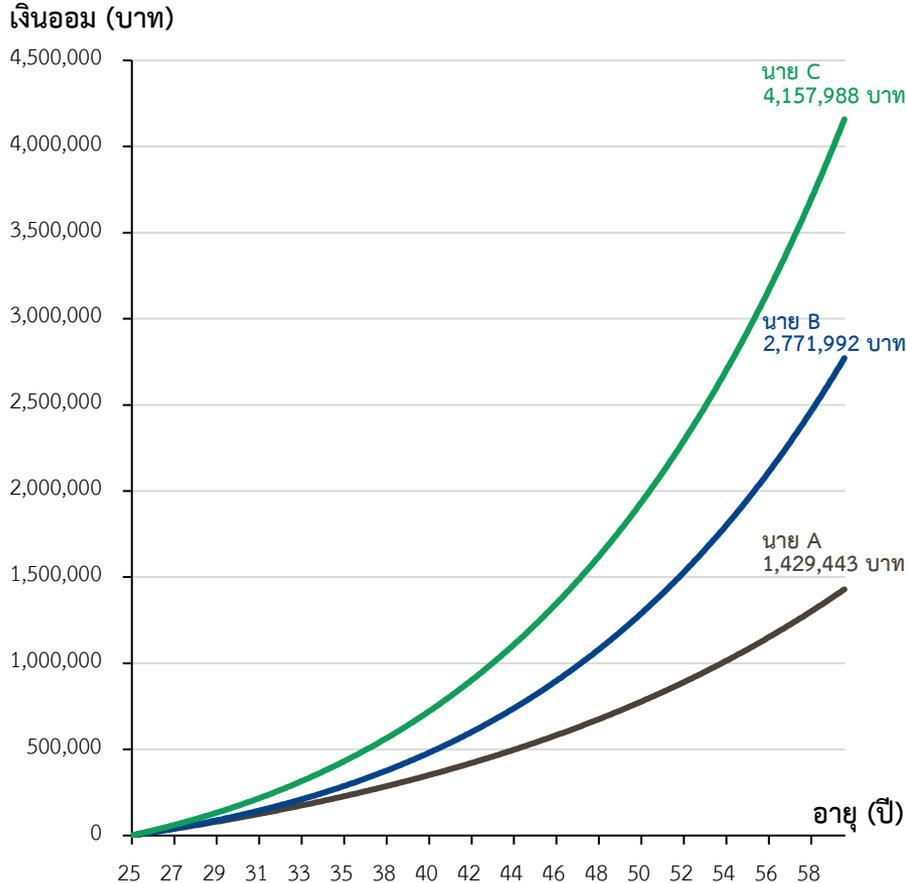


เป็นหลักประกันแก่ครอบครัว  
กรณีสมาชิกทุพพลภาพหรือเสียชีวิต



ได้รับสิทธิประโยชน์ทางภาษี  
จากกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ

## ทำไมออมเงินกับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ถึงดีกว่าการเก็บเงินด้วยตัวเอง



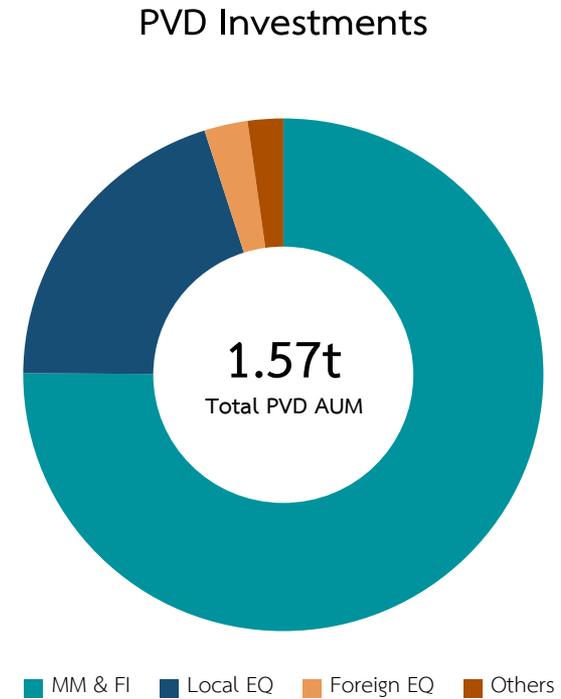
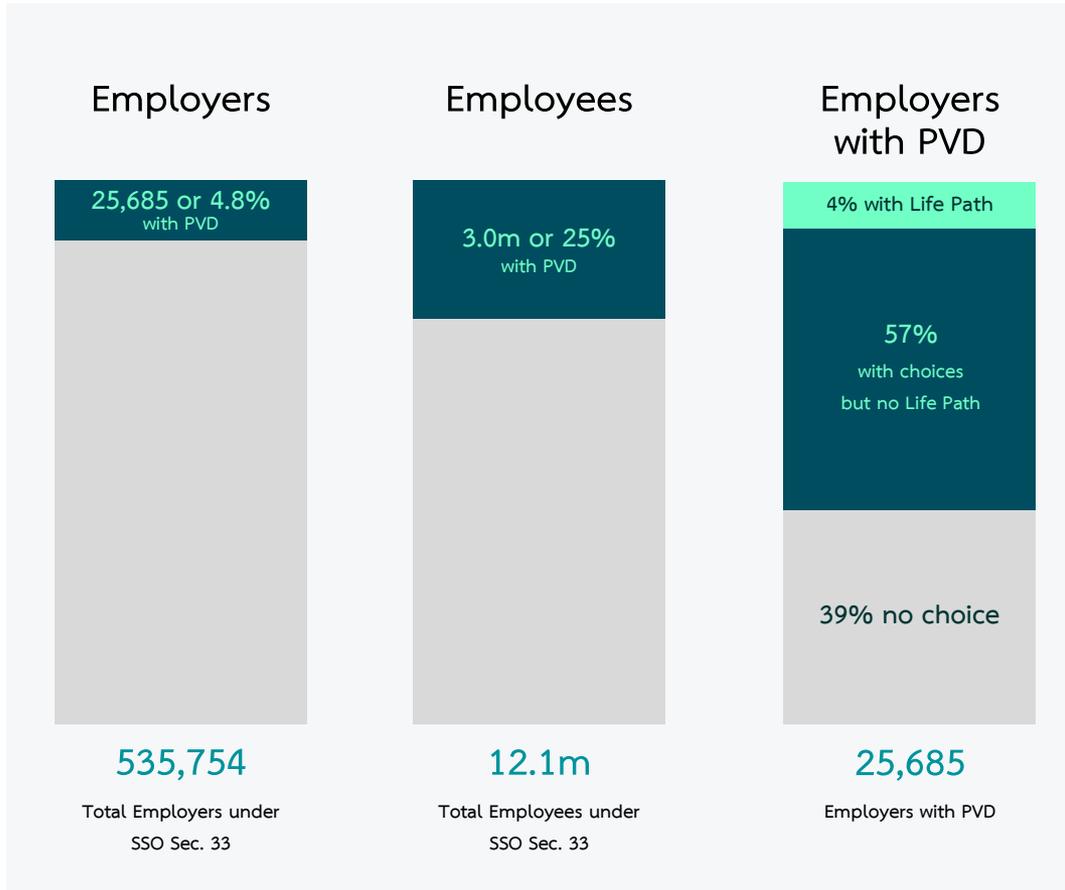
|                           | นาย A                    | นาย B             | นาย C                |
|---------------------------|--------------------------|-------------------|----------------------|
| เงินเดือนเริ่มต้น         | 15,000 บาทต่อเดือน       |                   |                      |
| อัตราการปรับขึ้นเงินเดือน | 5% ต่อปี                 |                   |                      |
| จำนวนเงินแบ่งออม          | 10% ของเงินเดือน         |                   |                      |
| เงินสมทบจากนายจ้าง        | ไม่ได้                   | ไม่ได้            | ได้ เดือนละ 5%       |
| วิธีการออม                | เก็บเงินในบัญชีออมทรัพย์ | ลงทุนในกองทุน RMF | กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ |
| ผลตอบแทนเฉลี่ย            | 0.25%                    | 5.0%              | 5.0%                 |
| ลดหย่อนภาษี               | ไม่ได้                   | ได้               | ได้                  |
| ระยะเวลาการลงทุน          | 35 ปี                    |                   |                      |



เมื่ออายุครบ 60 ปี ใครมีเงินออมมากกว่ากัน ?

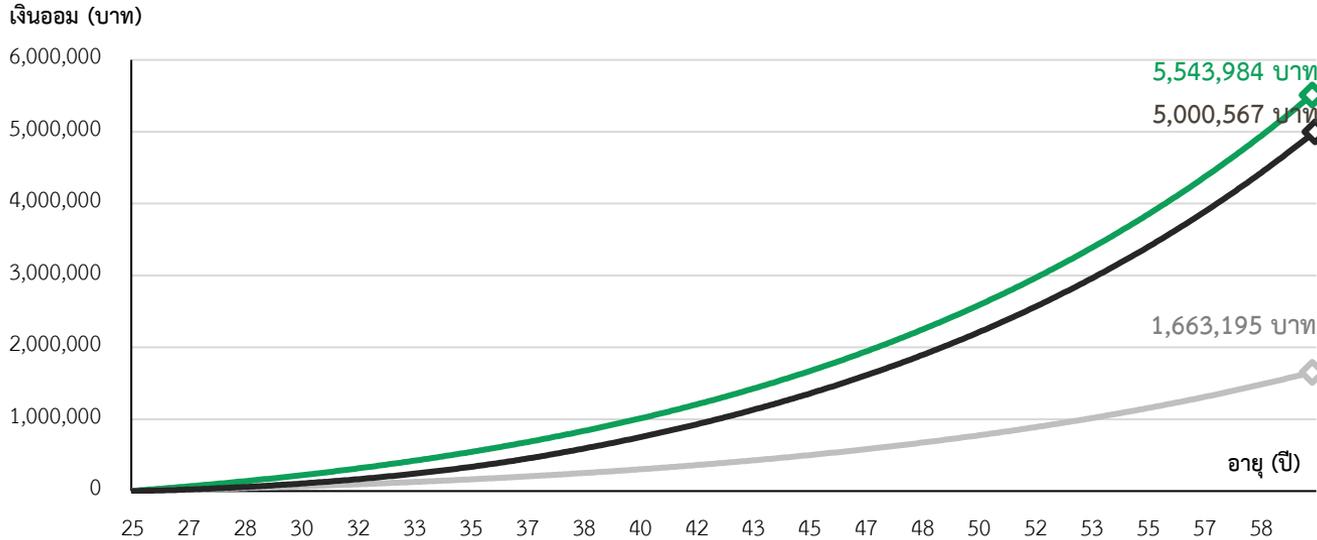
นาย C มีเงินออม 4,157,988 บาท มากกว่าคนอื่นๆ เพราะมีเงินสมทบจากนายจ้าง นอกเหนือจากเงินออมของตนเอง บวกกับผลตอบแทนทบต้นทบดอก

# องค์ประกอบและข้อดีของเงินกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ



Source: ThaiPVD and AIMC, Data as of Aug 2025

# ยิ่งเพิ่มเงินสะสม เงินก้อนตอนเกษียณก็ยิ่งสูง และแม้จะเพิ่มทีละน้อย ก็ยิ่งดีกว่าไม่เพิ่มเลย

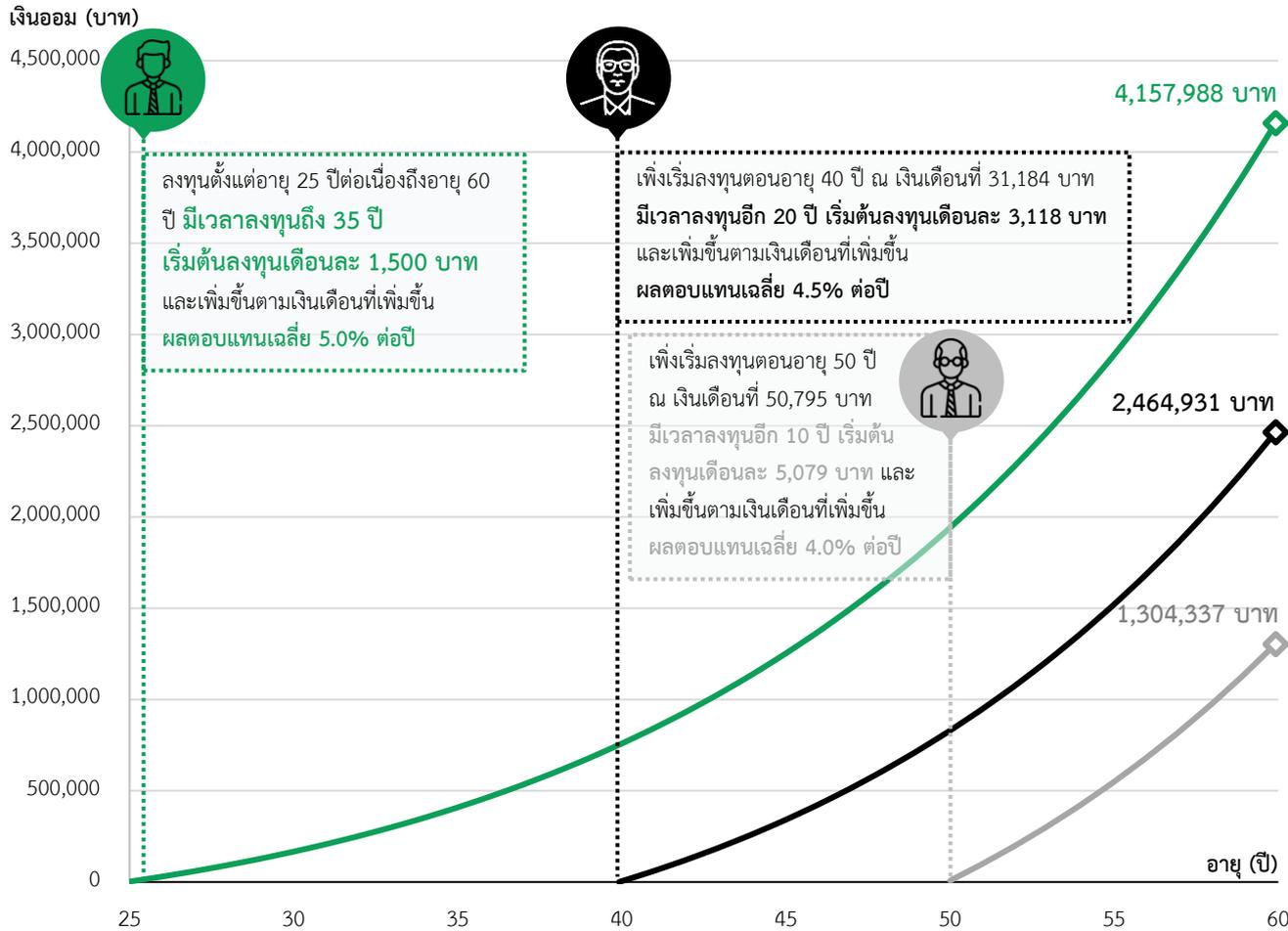


### สมมติฐาน

- ➔ เงินเดือนเริ่มต้น 15,000 บาท
- ➔ อัตราการปรับขึ้นเงินเดือนปีละ 5%
- ➔ ผลตอบแทนเฉลี่ย 5.0% ต่อปี
- ➔ เงินสมทบนายจ้าง 3-5%
- ➔ เงินเพื่อเฉลี่ย 1.3% ต่อปี

|                                   | นาย A         | นาย B  | นาย C         |
|-----------------------------------|---------------|--|---------------|
| สะสมกองทุนสำรองเลี้ยงชีพเดือนละ   | 15%           | 3% ในปีแรก และเพิ่มปีละ 1% ไปจนถึง 15%               | 3%            |
| นายจ้างสมทบให้เดือนละ             | 5%            | 3% ในปีแรก<br>4% ในปีที่ 2<br>5% ในปีที่ 3 เป็นต้นไป | 3%            |
| เมื่อเกษียณตอนอายุ 60 ปี จะมีเงิน | 5,511,231 บาท | 5,000,567 บาท  | 1,653,369 บาท |

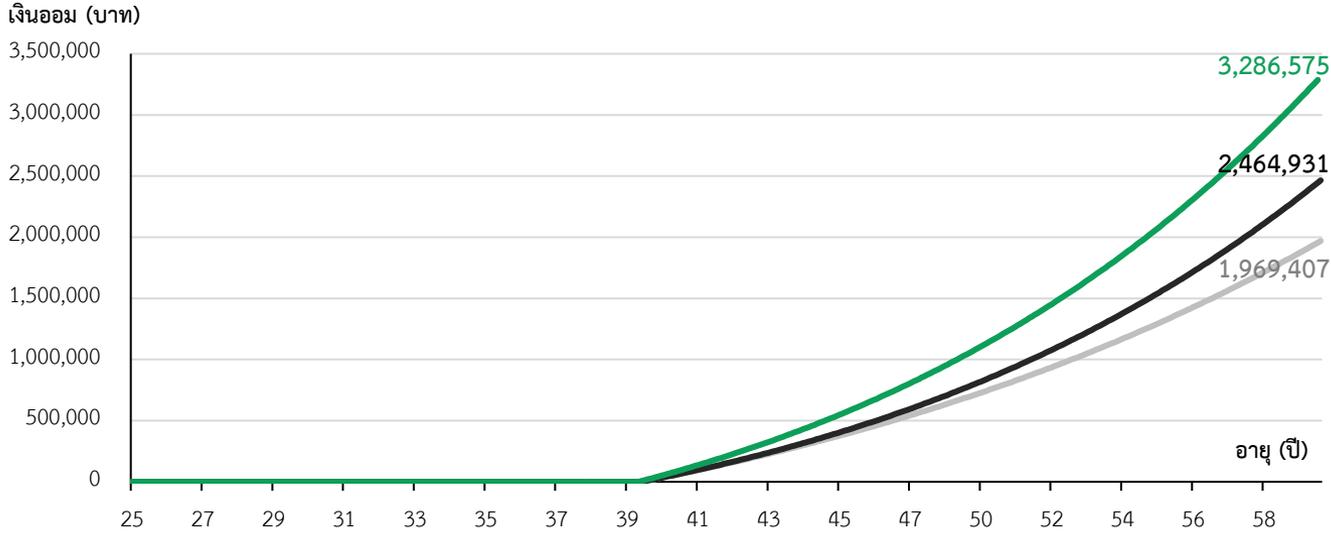
# เริ่มออมเร็ว และลงทุนให้ต่อเนื่อง คือกุญแจสำคัญของพลังผลตอบแทนทบต้นทบดอก



## สมมติฐาน

- ➔ เงินเดือนเริ่มต้น 15,000 บาท
- ➔ อัตราการปรับขึ้นเงินเดือนปีละ 5%
- ➔ อัตราเงินสะสมเดือนละ 10% ของเงินเดือน
- ➔ อัตราเงินสมทบจากนายจ้าง 5%
- ➔ เงินเฟ้อเฉลี่ย 1.3% ต่อปี

# แม้เริ่มช้า..แต่ยังไม่สาย สามารถเลือกเพิ่มเงินสะสม หรือปรับแผนการลงทุนตามความเสี่ยงที่รับได้



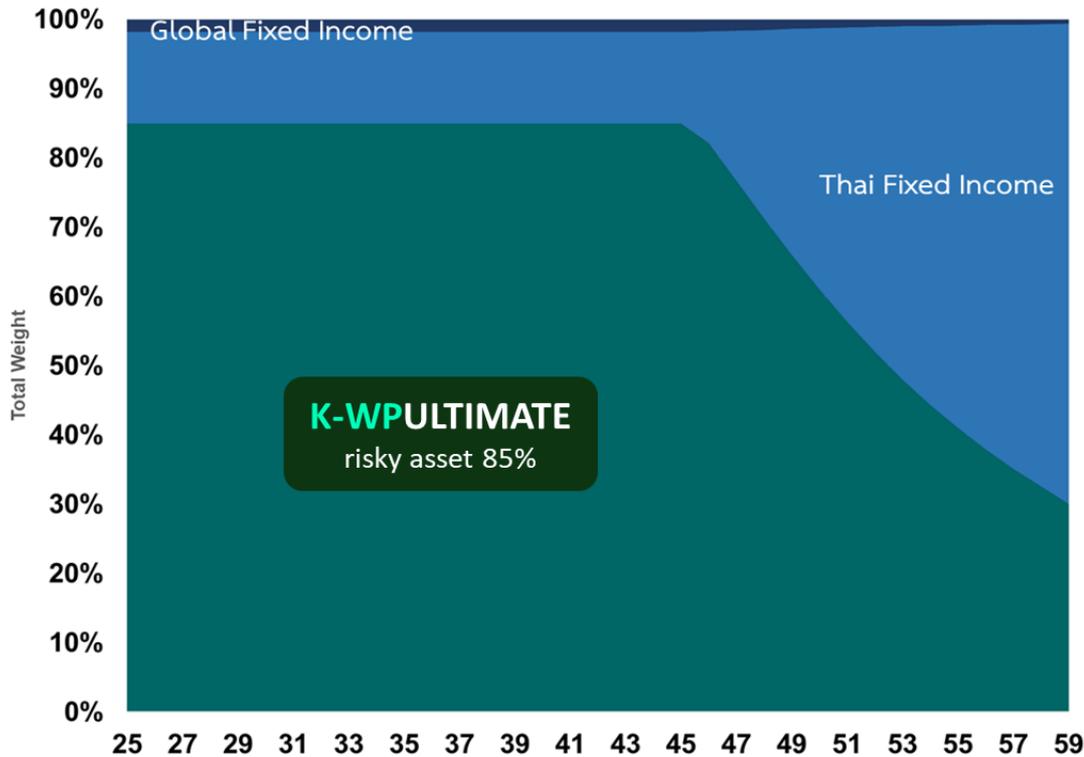
## สมมติฐาน

- ➔ เริ่มลงทุนตอนอายุ 40 ปีที่เงินเดือน 31,184 บาท
- ➔ อัตราการปรับขึ้นเงินเดือนปีละ 5%
- ➔ เงินเฟ้อเฉลี่ย 1.3% ต่อปี

|                                   | นาย A         | นาย B         | นาย C         |
|-----------------------------------|---------------|---------------|---------------|
| สะสมกองทุนสำรองเลี้ยงชีพเดือนละ   | 15%           | 10%           | 10%           |
| นายจ้างสมทบให้เดือนละ             | 5%            | 5%            | 5%            |
| ผลตอบแทนคาดหวังจากแผนที่เลือก     | 4.5%          | 4.5%          | 2%            |
| เมื่อเกษียณตอนอายุ 60 ปี จะมีเงิน | 3,286,575 บาท | 2,464,931 บาท | 1,969,407 บาท |

# Life Path by KAsset

Asset Allocation changes overtime



## การจัดสรรสินทรัพย์การลงทุน

**72%** สัดส่วนการลงทุนเฉลี่ยในกองทุนตราสารทุนโลก

**2.75%** ผลตอบแทนตราสารหนี้ไทย

**5.91%** ผลตอบแทนหุ้นโลก

### สมมติฐาน

ตราสารหนี้ไทย: กองทุนตราสารหนี้ไทย (PF2103)

หุ้นโลก: กองทุน K-Wealthplus Ultimate (PFO103)

อายุ 25-45: สัดส่วนการลงทุนในกองทุน multi-asset = 85%  
เริ่มทยอยลดสัดส่วนสินทรัพย์เสี่ยง หลังอายุ 45 ปี

อายุ 46: สัดส่วนการลงทุนในกองทุน multi-asset = 82%

อายุ 50: สัดส่วนการลงทุนในกองทุน multi-asset = 61%

อายุ 55: สัดส่วนการลงทุนในกองทุน multi-asset = 41%

อายุ 59: สัดส่วนการลงทุนในกองทุน multi-asset = 30%

Source: Kasikorn Asset Management, data as of 30 Sep 2025

- ผู้ลงทุนควรทำความเข้าใจลักษณะสินค้า เงื่อนไขผลตอบแทน และความเสี่ยง ก่อนตัดสินใจลงทุน ทั้งนี้ ผลการดำเนินงานในอดีตของกองทุนรวม มิได้เป็นสิ่งยืนยันถึงผลการดำเนินงานในอนาคต ผู้ลงทุนควรขอคำแนะนำเพิ่มเติมก่อนทำการลงทุน

# Life Path by KAsset

## สมมติฐาน อายุ

อายุเริ่มต้น : 25

อายุเกษียณ: 60

## สมมติฐาน การเงิน

เงินเดือนเริ่มต้น : 15,000

อัตราเงินสะสมและสมทบ:

5%, 7%

Salary Growth Rate : 5%

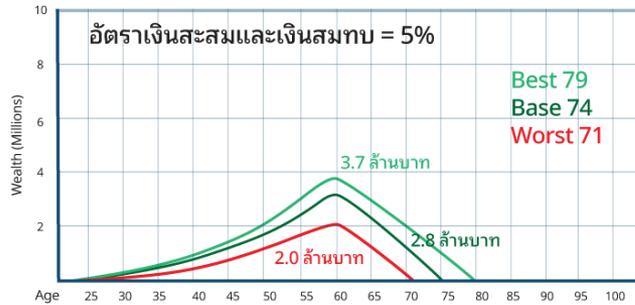
เงินเดือนสุดท้าย : 78,800

## อัตราเงินใช้จ่ายหลังเกษียณ

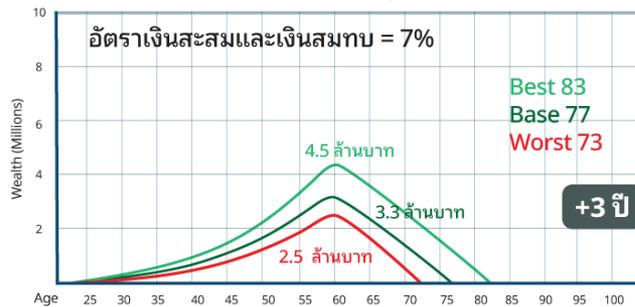
20% ของเงินเดือนสุดท้าย  
(15,760 บาท)

### นโยบายการลงทุนหุ้นไทย < 25%

Distribution of Wealth Path (SET 25% & FIXED 75%)

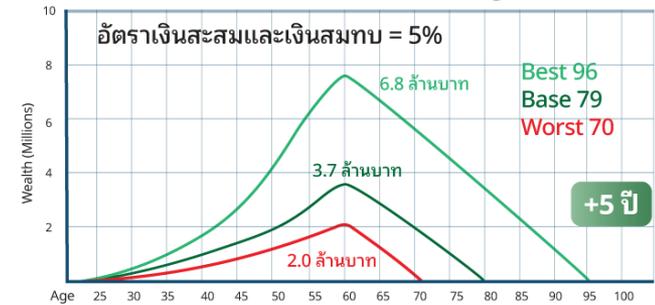


Distribution of Wealth Path (SET 25% & FIXED 75%)



### นโยบายลงทุน Life Path Average EQ 72%

Distribution of Wealth Path (Average EQ 72%)



Distribution of Wealth Path (Average EQ 72%)

