

Financial Health Check

จุดเริ่มต้นของความยั่งยืนทางการเงินส่วนบุคคล

ตรวจสอบอย่างไร

- รายได้**
เช่น เงินเดือน ค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา
รายได้พิเศษ ผลตอบแทนจากการลงทุน
- เงินออม**
เช่น เงินฝาก กองทุน ประกันสะสมทรัพย์
- ภาระผ่อนหนี้**
เช่น สินเชื่อ ผ่อนสินค้า บ้าน รถ
- รายจ่ายจำเป็น**
เช่น อาหาร เดินทาง สาธารณูปโภค

เงินสำรองเผื่อฉุกเฉิน

เพื่อใช้จ่ายกรณีเจ็บป่วย หรือตกงานกะทันหัน

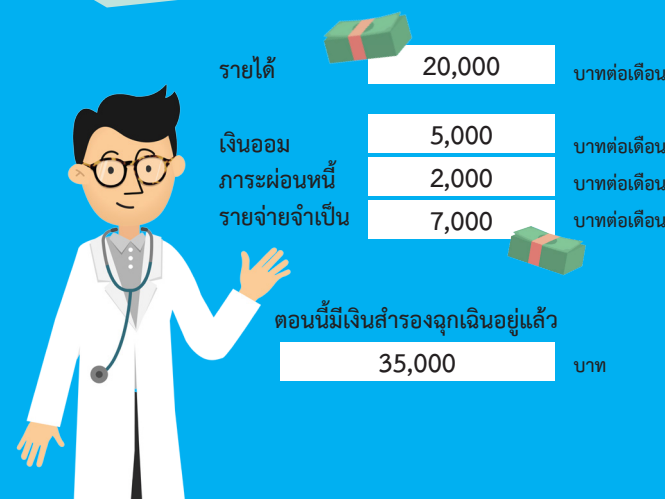
“ความยั่งยืน” เป็นคำที่หน่วยงานหลายแห่งกำลังพูดถึง และให้ความสำคัญมากขึ้นเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะเรื่องเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และธรรมาภิบาล แต่ในระดับบุคคล หลายคนอาจรู้สึกว่าได้ทำอะไรเกี่ยวกับการใช้ชีวิตประจำวัน จิบต้อมไม่ได้ และใช้เวลานานเกินจะอดทนรอ ทั้งที่ความจริงแล้ว ความยั่งยืนในระดับบุคคลก็มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ากัน โดยเฉพาะความยั่งยืนทางการเงินส่วนบุคคล

หลักสำคัญของการสร้างความยั่งยืนทางการเงินส่วนบุคคล ไม่ใช่ การแสวงหาความมั่งคั่งร่ำรวย แต่หมายถึงความมั่นคงทางการเงิน มากกว่า ไม่ว่าจะเป็นการมีกินมีใช้ตามความจำเป็นพื้นฐานของชีวิต เป็นอย่างน้อย ไม่มีหนี้สินล้นพ้นตัว ไม่เดือดร้อนยามมีเหตุฉุกเฉิน ต้องใช้เงินเพราะมีเงินออมหรือแผนรองรับวิกฤติ และถ้ามีกำลังพอ ที่จะทำความฝันต่าง ๆ ของตัวเองให้สำเร็จได้ด้วยยิ่งดี ใครที่อยากไปถึงจุดนั้น ขอแนะนำให้เริ่มต้นด้วยการวัดเป็นตัวเลขว่า ณ วันนี้ สุขภาพการเงินของเราเป็นอย่างไร

ตอนนี้ใครยังไม่มีการคาดและปากกาอยู่ใกล้ตัว ใช้เวลาไปหยิบ ลักครู่ การตรวจสอบสุขภาพการเงิน (Financial Health Check) ใช้ตัวเลข เพียง 4 แบบเท่านั้น ได้แก่ รายได้ต่อเดือน เงินออมต่อเดือน

Financial Health Check

มาตรวจสอบสุขภาพการเงินแบบง่าย ๆ กัน!



ผลการตรวจสอบสุขภาพการเงินของคุณ

สัดส่วนการออมต่อเดือน

ยอดเยี่ยมมาก

ภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน

ภาระหนี้ยังไม่มากเกินไป

เงินออมเผื่อฉุกเฉิน

คุณทำได้ดีแล้ว

ฉบับที่ 4 ปี 2562

สัดส่วนการออมต่อเดือน:
1 ใน 4 ของรายได้ (25%)
ภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน:
ไม่เกิน 1 ใน 3 ของรายได้ (33%)
เงินออมเผื่อฉุกเฉิน:
3 - 6 เท่า ของรายจ่ายจำเป็น
และภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน

ภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน และรายจ่ายจำเป็นต่อเดือน จากนั้นนำตัวเลข มาคำนวณง่าย ๆ ตามสูตร 3 สูตรต่อไปนี้ ก็จะทราบแล้วว่า ตอนนี้สุขภาพการเงินของคุณแต่ละด้านดีแค่ไหนหรือควรปรับปรุง อะไรบ้าง

มาเริ่มกันที่สัดส่วนการออมต่อเดือน ให้นำ เงินออมต่อเดือน ทหารด้วยรายได้ต่อเดือน ซึ่งสัดส่วนการออมต่อเดือนที่เหมาะสม คือ อย่างน้อย 1 ใน 4 ของรายได้ (ร้อยละ 25) หากรู้สึกว่ามันมากเกินไป ให้เริ่มออมที่ร้อยละ 10 ของรายได้ แล้วค่อย ๆ เพิ่มเมื่อมีรายได้มากขึ้น แต่อย่าลืมวางแผนแบ่งเงินออมเป็นส่วน ๆ ตามความจำเป็น และเป้าหมายในชีวิต รวมทั้งระยะเวลาที่จะใช้เงิน คือ ระยะสั้น ระยะกลาง หรือระยะยาว รวมถึงหาความรู้เรื่องการลงทุนที่ถูกต้อง ก่อนตัดสินใจลงทุน

ต่อมาภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน หากจาก ภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน ทหารด้วยรายได้ต่อเดือน ซึ่งสัดส่วนที่สบายใจได้ว่าไม่มีหนี้เกินตัว คือ ไม่เกิน 1 ใน 3 ของรายได้ (ร้อยละ 33) และจะให้ดีควรเป็นหนี้ เท่าที่จำเป็นและจ่ายไหว ชำระหนี้ให้เต็มจำนวนและตรงเวลา และอย่ากู้เพิ่มถ้าไม่จำเป็น

สุดท้ายเงินออมเผื่อฉุกเฉิน คัดจาก รายจ่ายจำเป็นต่อเดือน รวมกับภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน แล้วคูณ 3 หรือ 6 จากนั้นเทียบกับ เงินเผื่อฉุกเฉินที่มีอยู่แล้วว่าครบ ขาด หรือเกินจากค่ามาตรฐานเท่าไร ซึ่งเราควรสะสมเงินออมเผื่อฉุกเฉินให้ได้ 3 - 6 เท่า ของรายจ่าย จำเป็นและภาระผ่อนหนี้ต่อเดือน เผื่อไว้ใช้ในเหตุการณ์จำเป็นต้องใช้เงินเร่งด่วน เช่น เจ็บป่วย อุบัติเหตุ ตกงาน แม้ประสบเหตุร้าย แต่เราก็ยังพึ่งตัวเองได้ ไม่เดือดร้อนต้องไปหยิบยืมใคร โดยฝาก ในบัญชีเงินฝากออมทรัพย์ จะได้ถอนมาใช้สะดวกและทันเวลา และ

ถ้าใครเก็บได้มากกว่า 6 เท่า ขอแนะนำให้นำส่วนที่เกินไปออมหรือ ลงทุนเพื่อไม่ให้เสียโอกาสในการหาผลตอบแทนที่สูงขึ้น

ดังนั้น ไม่ว่าคุณจะเป็นใคร อยู่ช่วงวัยใด หรือฐานะทางการเงิน เป็นอย่างไร การตรวจสอบสุขภาพการเงินจะช่วยให้การวินิจฉัย สถานการณ์ทางการเงินในปัจจุบัน หากพบปัญหาจะได้รักษาได้ อย่างทัน่วงทีก่อนที่จะเรื้อรัง ที่สำคัญสามารถนำมาใช้เป็นจุดเริ่มต้น ในการวางแผนเพื่อให้มีสุขภาพการเงินที่แข็งแรงต่อไปอย่างยั่งยืน ได้ด้วย

ท่านใดสนใจสร้างความยั่งยืนทางการเงินของตนเอง สามารถ มาเริ่มนับหนึ่งได้ที่ BOT Lounge ชั้น 1 ศูนย์การเรียนรู้ ธนาคารแห่งประเทศไทย จะมาแบบฉายเดี่ยว ขวนเพื่อน จูงมือพ่อ ควงแขนแม่ หรือพาแฟนมาด้วยก็ได้ หรือดาวน์โหลดโปรแกรม ตรวจสอบสุขภาพการเงินติดบ้านไว้เหมือนเครื่องวัดความดันโลหิตหรือ ปุรอกวัดไข้ประจำบ้านได้ที่ www.1213.or.th/GeneralPublish/FinHealthCheck_BOT.zip เมื่อทราบผลของตนเองแล้ว ก็ควรดูแล รักษาสุขภาพการเงินให้แข็งแรงอยู่เสมอ และตรวจสอบสุขภาพการเงิน เป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อไม่ให้ถึงปลายทางคือความยั่งยืน ทางการเงินของแต่ละคน ซึ่งจะส่งผลไปถึงความยั่งยืนทางเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศในที่สุด



สแกนเพื่อดูดาวน์โหลดโปรแกรม Financial Health Check