

通货膨胀  
投资  
子女教育  
医疗  
住房

# 30年后谁养你

30 NIAN HOU SHUI YANG NI

这不仅是钱和技巧，更是选择和生活态度

孙绍林◎著

30年转瞬即逝 30年后的养老，你准备好了吗？  
如何应对，如何化解，如何超越  
本书紧贴中国国情，为中国读者量身打造



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS



通货膨胀

投资 医疗

子女教育 住房

# 30年后谁养你

30 NIAN HOU SHUI YANG NI

孙绍林◎著

养老问题,尤其是在20世纪70年代中后期和80年代中前期出生的这一年龄段的人在30年后的养老问题,是备受社会关注的热点话题。本书以中国人自身的养老问题为出发点,对消费支出、投资理念、理财工具、通货膨胀的应对等方面进行了深入浅出的分析,力求帮助上述年龄段的人提前备战,解决未来可能会出现养老难题。

## 图书在版编目(CIP)数据

30年后谁养你 / 孙绍林著. —北京:机械工业出版社, 2010.11 (2011.1重印)

ISBN 978-7-111-32144-6

I. ①3… II. ①孙… III. ①私人投资—基本知识  
IV. ①F830.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第194543号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:孙磊 责任编辑:孙磊 孟铮

责任印制:杨曦

北京双青印刷厂印刷

2011年1月第1版·第2次印刷

148mm×210mm·6.25印张·1插页·123千字

标准书号:ISBN 978-7-111-32144-6

定价:26.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

### 电话服务

社服务中心:(010) 88361066

销售一部:(010) 68326294

销售二部:(010) 88379649

读者服务部:(010) 68993821

### 网络服务

门户网:<http://www.cmpbook.com>

教材网:<http://www.cmpedu.com>

封面无防伪标均为盗版

## 第一节 这一代人

这一代人，指的是 70 年代的中后期和 80 年代的中前期。

当然，说的是 20 世纪。

本书关注的核心群体，是出生于这十几年间的一代人。从数量上看，应该是包括了“70 后”和“80 后”群体的大部分。

他们还年轻，但不会永远年轻。

80 年代，是他们记忆的起点。

他们有着相对幸福的童年。那时候，“文革”已经成为

父辈们不堪回首的记忆，改革开放的春风刚刚吹起，全国人民正在激情和迷惑中探索。

根据年龄的不同，依次铺满了他们童年记忆的，可能是以下标志性的符号：

——毛主席画像，当然也包括墙壁上的“文革”标语；

——题材广泛的小人书，最好是手绘的，影视截屏的次之；

——刘兰芳或单田芳的评书，如杨家将、呼家将、岳飞传、三国、水浒等各有粉丝群；

——“向雷锋叔叔学习”这类活动培养了这一代人的纯净感和荣誉感；

——聪明的一休、花仙子、黑猫警长、蓝精灵和变形金刚等动漫作品，让他们开始看到革命题材之外的智慧、爱、美、快乐和正义；

——皮皮鲁和鲁西西，舒克和贝塔，总之是郑渊洁叔叔童话的天下；

——少林寺、霍元甲、西游记、红楼梦等影视作品是他们最早的影视偶像发源地；

——对于这个群体中年龄较小的人来说，小虎队、“四大天王”、费翔出现在他们的小学阶段；其实那时候崔健已经开始流行了，不过他们要再大一些才能听懂；

——“十一届三中全会以来”，这是使用最广泛的作文用语，主要被“70后”的人所熟知。

当他们已经不再这样写作文时，无忧无虑的童年便结束了。

稍微晚些时候，出生于 80 年代的中前期的人，也将开始自己的中学生活。

在这个时候，准确地说，1992 年，市场经济的方向在中国被完全确定了下来，经济和社会变革开始加速。如今看来，这都确定无疑地影响着他们的过去、现在和将来。

90 年代，他们仿佛从童年一下子进入了成年。

国家变化速度之快，范围之广，几乎没有给他们留出太多缓冲和过渡的时间，很多人甚至连青春期应有的躁动都显得不足。

在这一代人的成长中，国家的三大进程，即城市化、市场化、全球化与其紧密相关。

当然，这些都是事后的概括。当他们正经历其中的时候，还不太可能如此明晰地看清楚这一切。他们几乎是懵懵懂懂，甚至是跌跌撞撞地被推进了一个和童年完全不同的世界。

1992 年之前，中学教科书还在谨慎地辨析计划经济和商品经济的优劣。突然之间，市场经济成为扑面而来、势不可当的现实。

由于年龄的差异，这一代人依次进入了思想上的早熟。

他们过早地开始反思自己童年的记忆、父母和老师的教导，并且，必须立刻、马上、快速地和社会以及经济的飞速发展保持合拍。

整个 90 年代，他们都在进行着无比艰辛的价值观和人生观的重建——尽管绝大部分孩子，此时还不知道也不必知道“重建”这个有点学术味的名词。确切地说，不止是他们，而是整个社会。这个过程至今仍在继续。

21 世纪这么快就来了。

关于 21 世纪，此前他们已经听了和说了无数个年头。现在，它扑通一下就到来了，像一只高速射进门的足球，期待已久却猝不及防。

当城里的孩子可以不太难就能出国留学的时候，“海归”已经不太好找工作了。

当农村的孩子越来越多地通过高考进入城市的时候，大学生已经不再是稀缺的了。

当他们知道了股票可以赚钱的时候，股票能不让他们赔钱已经谢天谢地了。

当他们知道了房子可以升值的时候，房子已经不知道还能不能升值了。

当这一切都发生了的时候，他们已经、正在或即将跨过 30 岁的门槛，逐渐成为社会的中坚。

这个时候，他们的父母开始变老了。他们中年龄大的，已经有孩子了；年龄小的，正考虑独身、裸婚、可以背负多大重量的房贷等问题。大部分人的状态是，手里握着工作，身上背着房子，心里藏着理想和自由，脚下踩的是机械且现实的日子。

也许有一天，当他们对着镜子顾盼时，突然发现年少轻狂早已换成了瞻前顾后，激情澎湃改作三思后行。这是早熟的一代，甚至中年危机都可能提前降临。

在很多情况下，他们其中的一部分人，是需要心理援助的，这不是危言耸听。在浏览都市报的时候，只要你稍微感性一小会儿，都可以在一些程式化的新闻背后，读出各类年轻的新闻主角们看似无声或低声，其实却格外生动的倾诉。

30岁是一道坎儿，男人、女人对其都很敏感。

如果你是这代人中的一员，那么，这个时期前后，有一个提示随时可能从天而降：30年后，你将老去！

当你面临这个提示时，你可以发一会儿呆，或者发几天甚至几个星期的呆也可以，但是接下来，必须面对的是：

你将如何老去？

你是否为退休后的养老生活做好了充分的准备？

假如你在拥有劳动能力的青壮年时期，都对生活心存



不满足，那该如何面对逐渐失去劳动能力或劳动机会的老年？你不得不承认，与此相关的一系列问题，即使你刻意回避，它们仍将与 you 如影随形。

面对和解决这些问题，将使你健康、阳光、自由和幸福。

你的青年时代已经够辛苦了，不能再继续拥有一个这样的晚年！

## 第二节 “夫妻养老需 700 万元” 耸人听闻吗

别老谈钱。俗。

可是，为了不俗，还得先谈谈钱。

关于 30 年后的养老成本，即便是静态的也要先有个估算。在静态数字的基础上，我们才可能继续探讨种种变化以及它们对你的含义。

要做好这个估算，总共分为三步：

第一步，以年轻白领为例，你所在城市的每人的各类生活成本，现在一年总计是多少。考虑到我国正处于大规模的城市化进程中，30 年后的绝大部分老年人，将生活在

城市。当然，这肯定会伴随农村生产模式的渐进式变革，但那不在本书讲述的主题之内。

第二步，考虑到持续、必然和全面的物价上涨态势（这就是通货膨胀了），30年后，那个成本又会是多少。

第三步，把其他的主要影响因素也考虑进去，得到相对准确的预测数字。我们话题的真正出发点，就由此开始。

先看第一步。以一线城市为例，来计算现在的年轻白领“双人”每月大致的生活成本，如表 1-1 所示（2010 年，以北京为例，依据常规情形）。

**表 1-1 年轻白领“双人”生活成本明细**

（单位：元）

项目	每天	每月	每季度	每年	备注
正餐	40	1200	3600	14400	无论是居家，还是普通快餐
水果、零食	10	300	900	3600	—
美容、健身或烟酒嗜好	10	300	900	3600	按特别有节制的情形估算
穿着	—	—	800	3200	前提是你对着并不挑剔
房屋使用	—	100	300	1200	包括物业费、房屋内设施的维护费用等，不包括租房或购房成本等

(续)

项目	每天	每月	每季度	每年	备注
水电燃气	—	100	300	1200	—
交通	—	500	1500	6000	按公共交通成本计算
医疗保健	—	100	300	1200	不考虑为其他家庭成员负担的因素
阅读、市内休闲等	—	200	600	2400	包括购买书籍音像制品,看电影、演出等费用
旅游	—	—	1000	4000	若是旅游爱好者,费用会大大超出
异地探亲	—	—	1000	4000	交通与礼品等费用
人情消费	—	500	1500	6000	包括年节红包、交际请客等费用,都是不可回避的中国特色,不包含异地探亲费用
网络、通信费	—	100	300	1200	—
家用杂项	—	300	900	3600	—
其他个性化项目	—	100	300	1200	—
总计	—	1900	7700	56800	—

注:如果你不是生活在北京、上海、广州、深圳等一线城市,而是生活在哈尔滨、济南、西安、武汉、成都、石家庄等二三线城市,也可以相应地在上述数字的基础上,乘以某个适合自身消费状况的系数。

这个表是按照“双人”的成本来计算的，单人成本应为一半，是 28400 元。

从上面的表格，可以看出，其所列内容对实际的支出项是有取舍的。选入的主要标准是：哪些费用在 30 年后仍可能存在。像子女抚养、教育等项目，自然就不必体现在内。30 年后，子女一般都可以自立了。

但是，不能认为 30 年之后，你转而像目前的老年人一样，去过低成本的生活。年轻人的消费习惯和生活习惯，会延续到老年。关于这一点，只要看看你父辈和祖辈的巨大差异，就一目了然。或许，现在的年轻人，直到老年都会严重依赖网络生活，并保持年轻时的大部分休闲方式，而不会像现在的老年人一样，经常欢天喜地跑到小区空地上去扭秧歌、下象棋。

可以认为，28400 元的年度支出，在目前的北京等一线城市，不是一个脱离实际的消费数字。相反，它反映了大部分年轻人的生活状态和支出额度。

再看第二步，考虑年度通货膨胀率，以 28400 元的“单人每年支出”为基础，计算 30 年后的年度支出。

根据国家统计局公布的消费者物价指数（Consumer Price Index，简称 CPI），可以计算出过去 30 年该指数的平均值为 5.51%。即使我们选取一个更保守的数字，即 5%

作为年通货膨胀率，这也意味着，30年来物价上涨了四倍多——得到这个数字非常简单，你只要找个计算器，把1.05连续相乘30次就可以了。

为了一目了然，我们来看表1-2（不包含购房、子女抚养等支出大项，以北京为例）。

**表 1-2 考虑通货膨胀因素的 30 年内支出**

（单位：万元）

年份	年度支出（精确到 0.01）	累计支出	年通货膨胀率（%）
基准年	2.84	2.84	5
第 1 年	2.98	5.82	5
第 2 年	3.13	8.95	5
第 3 年	3.29	12.24	5
第 4 年	3.45	15.69	5
第 5 年	3.62	19.31	5
第 6 年	3.80	23.11	5
第 7 年	3.99	27.10	5
第 8 年	4.19	31.29	5
第 9 年	4.40	35.69	5
第 10 年	4.62	40.31	5
第 11 年	4.85	45.16	5
第 12 年	5.09	50.25	5
第 13 年	5.34	55.59	5

(续)

年份	年度支出 (精确到 0.01)	累计支出	年通货膨胀率 (%)
第 14 年	5.61	61.20	5
第 15 年	5.89	67.09	5
第 16 年	6.18	73.27	5
第 17 年	6.49	79.76	5
第 18 年	6.81	86.57	5
第 19 年	7.15	93.72	5
第 20 年	7.51	101.23	5
第 21 年	7.89	109.12	5
第 22 年	8.28	117.40	5
第 23 年	8.69	126.09	5
第 24 年	9.12	135.21	5
第 25 年	9.58	144.79	5
第 26 年	10.06	154.85	5
第 27 年	10.56	165.41	5
第 28 年	11.09	176.50	5
第 29 年	11.64	188.14	5
第 30 年	12.22	200.36	5

从表中可以清晰地看到，30年后，一个人的年度支出已经上涨到12.22万元。理解这一点也很简单，30年前的1980年，一年只花几千元，就已经过得很好了。

有人推算：中国人平均生存年龄为男人 72 周岁，女人 74 周岁。这两个数字仅有统计学意义，对于个人计算养老成本来说，没有任何意义：谁会准确地依照这个数字去活呢？从做规划的意义上来说，你至少要把自己的寿命设定在 85 岁。这还是保守的。可以相信，随着医学水平的提高，以及人们对身体和心理保健的重视，30 年后，90 岁以上的老人将大量出现。

作为个人，在女性 55 岁、男性 60 岁退休后（按照目前的态势，退休时间未来有可能被推迟，这会缓解养老中的问题，但每个人依然要面对退休后的养老资金问题），至少要为自己 30 年的养老生活做好资金的准备，这是一个非常现实的考虑，也是个非常严肃的话题。

那么，这 30 年要花多少钱呢？ $12.22 \text{ 万元} \times 30 = 366.6 \text{ 万元}$ ！

没错，如果只是静态地计算一个数字，就是 366.6 万元。计算器不会说谎。

现在来看第三步：影响这个数字的其他因素。这些因素包括：

——如果你是一位男士，按照中国人的思维，男人是要养老婆的。那么，两个人的费用，就超过 700 万元，达到 733.2 万元。



——更重要的是，每个人老了都会得病的，是人概莫能外。区别仅仅在于，它什么时候来，击中身体的哪个部位，以及严重程度如何。在刚才的计算中，没有也不可能为每个人估算这笔费用。但是作为本书的读者，你自己可以做到心中有数。当然，不排除有最理想的情况发生，如30年后，国家为公民提供福利的能力会大为改善，甚至每个人看病的费用都由国家承担。但既然是站在现在规划未来，就只能以现在或预期中未来的大概率事件作为依据。

——在这里，需要提示一个“故意”被忽略的问题。就是退休之后，通货膨胀仍然会存在，逐年体现，而不是像刚才计算时假设的那样，停留在30年之后的那个时刻就不动了。

到这里，这个话题还没有完。关于“30年后，夫妻养老需700万元”这个静态的数字，如何解读才是比较正确的？这是接下来一节要说的事。