



退休準備

49 至 60 歲工人情況說明

www.ssa.gov



退休對每個人來說都是不同的

退休對不同的人有不同的意義。因為退休並不是採用一刀切的通用標準，我們希望為您提供所需資訊，以便您計劃退休並做出明智的決定。

收入是關鍵

您的收入用於確定您是否有資格獲得 Social Security (社會保障) 福利以及福利金額。每年使用您的 Social Security Statement (社會安全明細表) 來檢查您的收入。如果您在收入記錄中發現錯誤，請向我們報告。如需瞭解如何操作，請瀏覽 www.ssa.gov/pubs/EN-05-10081.pdf (僅提供英文版本)。

您很快就要做出選擇

一旦年滿 62 歲，您將需要就工作和 Social Security (社會保障) 退休福利做出重要決定。您可以繼續工作、申請福利，可以兩者兼顧，亦或兩者都不做。每一個選擇都要慎重考慮到您和您的家庭。請瀏覽 www.ssa.gov/benefits/retirement/matrix.html (僅提供英文版本)，瞭解相關資訊。

退休選擇	繼續工作	停止工作
申請福利	繼續工作並領取退休福利	停止工作並領取退休福利
不申請福利	繼續工作且不馬上申請退休福利	停止工作且不馬上申請退休福利

福利將伴隨您的一生

您的福利將伴隨您的一生。您的全額退休年齡為 67 歲。在全額退休年齡之前領取福利 (最早可於 62 歲開始) 會減少您餘生中每個月所領取的金額。延遲到全額退休年齡之後領取福利 (最晚到 70 歲) 會增加您餘生中每個月所領取的金額。我們的 Life Expectancy Calculator (預期壽命計算機) 可以根據您的年齡和性別，估計您的預期壽命：www.ssa.gov/planners/lifeexpectancy.html (僅提供英文版本)。

在領取福利的同時工作

如果您領取退休福利但希望繼續工作，是可以的。不過，根據您在全額退休年齡之前的收入，我們可能會暫時扣留您的部分或全部福利金額。當您達到全額退休年齡時，我們會重新計算您的福利金額，以補償您因超額收入而被減少或扣留的月份的金額。達到全額退休年齡之後的收入不會減少您的福利。如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/pubs/EN-05-10069.pdf (僅提供英文版本)。

工作可能會增加您的福利

即使您已經開始領取福利，您的收入也可以增加您每月的福利金額。每年，我們會檢查您的收入記錄。如果您最近一年的收入是您最高的 35 年之一，我們會自動重新計算您的福利金額，並支付您應得的增加金額。您可以在 myaccount.ssa.gov (僅提供英文版本) 的 my Social Security Retirement Calculator (個人社會福利退休計算機) 上，根據您對自己的未來收入預期，進行額外估算。

某些福利需要繳稅

如果您的總收入超過一定數額，您可能需要為您的部分 Social Security (社會保障) 福利支付聯邦所得稅。如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/planners/taxes.html (僅提供英文版本)。

為退休儲蓄

Social Security (社會保障) 並不是您退休後唯一的收入來源。您可能需要其他儲蓄、投資、養老金或退休帳戶，才能舒適地渡過退休生活。平均而言，Social Security (社會保障) 將替代退休前年收入的約 40%，雖然數字會根據具體情況而有所不同。有多種方法可以為退休儲蓄。以下是一些需要考慮的事項：

- 向 401(k) 和 Individual Retirement Account (個人退休帳戶, IRA) 等退休帳戶存款。
- 利用「額外追捕」規則，讓 50 歲及以上的工人每年向 401(k) 和 IRA 多交一筆費用。
- 請記住，如果在 59 歲半之前從 401(k) 或 IRA 提取或兌現，通常需要支付提前提取罰款。

如需瞭解有關如何儲蓄的更多資訊，請瀏覽 www.savingmatters.dol.gov/employees.html (僅提供英文版本)。

當您退休時，Social Security (社會保障) 將為您保駕護航

您支付的 Social Security (社會保障) 稅款將進入 Social Security (社會保障) 信託基金，用於向目前的受益人支付福利。Social Security (社會保障) 委員會預計，根據現行法律，信託基金將能夠全額及時支付福利，直至 2034 年。在 2034 年，Social Security (社會保障) 仍將能夠支付每 1,000 美元計劃福利中的約 810 美元。如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/people/materials/pdfs/EN-05-10229.pdf (僅提供英文版本)。

因精神狀況或身體殘障而無法工作

殘障可以在任何年齡發生。如果您因精神狀況或身體殘障而無法確保一定收入水平的工作，並且如果您符合某些資格要求，您可能有資格領取 Social Security (社會保障) 殘障福利。如需瞭解有關殘障福利的更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/disability (僅提供英文版本)。Supplemental Security Income (補充保障收入, SSI) 計劃向收入和資源有限的殘障成年人與兒童支付福利。如需瞭解有關 SSI 的更多資訊，請瀏覽 ssa.gov/benefits/ssi/ (僅提供英文版本)。

家庭成員福利

您的家人，包括配偶、前配偶和受撫養子女，可能有資格憑藉您的記錄領取福利。有關家庭成員福利的更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/benefits/retirement/planner/applying7.html (僅提供英文版本)。

您的家人也可能有資格領取遺屬福利。如果您是收入較高的一方，您於何時申請福利的決定可能會影響到您在世配偶的福利。有關遺屬福利的更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/planners/survivors (僅提供英文版本)。

配偶福利

如果您已婚、離婚或喪偶，您可能有資格憑藉您配偶的記錄領取更高的福利。當您申請退休或配偶福利時，您可能需要同時申請這兩種福利。如需瞭解更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov/pubs/EN-05-10035.pdf (僅提供英文版本)。

我們隨時為您服務

Social Security (社會保障) 的保障範圍涵蓋大約 96% 的美國工人。如需瞭解有關 Social Security (社會保障) 的更多資訊，請瀏覽 www.ssa.gov (僅提供英文版本)。



Securing today
and tomorrow

Social Security Administration

Publication No. 05-10707-CH-T

July 2025

退休準備49至60歲工人情況說明

Retirement Ready Fact Sheet For Workers Ages 49 – 60 (Chinese Traditional)
Produced and published at U.S. taxpayer expense 製作和出版費用由美國納稅人支付
English is the official language and authoritative version of all federal information.