

NOPNEST FINANCE SERIES

ลาออกตอน 50 ต้องมีเงินเท่าไหร่?

คู่มือวางแผน Early Retirement สำหรับมนุษย์เงินเดือน

สารบัญ

บทที่ 1
ลาออกตอน 50 ต่างจากเกษียณตอน 60 อย่างไร

บทที่ 2
เริ่มจากชีวิตหลังลาออก ไม่ใช่เริ่มจากเงินกี่ล้าน

บทที่ 3
คำนวณค่าใช้จ่ายหลังอายุ 50

บทที่ 4
เงินเฟ้อ: ค่าใช้จ่ายวันนี้ไม่ใช่ค่าใช้จ่ายในอนาคต

บทที่ 5
3 วิธีประมาณเงินก้อนที่ต้องมี

บทที่ 6
เงินก้อนเท่าไรจึงพอ: 3 ระดับชีวิต

บทที่ 7
รายได้หลัง 50 เปลี่ยนคำตอบได้มหาศาล

บทที่ 8
หนี้ บ้าน รถ และลูก: ตัวแปรที่ห้ามมองข้าม

บทที่ 9
สุขภาพและค่าใช้จ่ายก้อนใหญ่

บทที่ 10
สร้าง Portfolio สำหรับก่อนและหลังลาออก

บทที่ 11
Sequence Risk: อันตรายของตลาดตกในช่วงแรก

บทที่ 12
Cash Bucket และเงินกันชนหลังลาออก

บทที่ 13
ถ้าเงินยังไม่ถึงเป้า มี 6 คันโยกให้ปรับ

บทที่ 14
Roadmap 10 ปี / 5 ปี / 1 ปีก่อนลาออก

บทที่ 15
ทดลองเกษียณก่อนเกษียณจริง

บทที่ 16
วันลาออกและ 100 วันแรก

Case Studies
7 สถานการณ์จำลอง

Workbook & FAQ
คำนวณ Retirement Number ของคุณ และ Checklist ก่อนตัดสินใจ

บทที่ 1

ลาออกตอน 50 ต่างจากเกษียณตอน 60 อย่างไร

การออกจากงานเร็วขึ้น 10 ปีมีผลสองด้านพร้อมกัน: คุณมีเวลาสะสมเงินน้อยลง และเงินก้อนต้องเลี้ยงชีวิตนานขึ้น

เกษียณตอน 60

เตรียมเงินถึงอายุ 85 = วางแผน **25 ปี**

ลาออกตอน 50

เตรียมเงินถึงอายุ 85 = วางแผน **35 ปี**

นอกจากนี้ สิทธิประโยชน์บางอย่างอาจเริ่มรับได้ภายหลัง ไม่ใช่ทันทีเมื่อออกจากงาน คุณจึงต้องคิดเรื่อง "**Bridge Years**" หรือช่วงรอยต่อระหว่างอายุ 50 กับวันที่รายได้หรือสิทธิบางประเภทเริ่มเข้ามา

คำถาม 5 ข้อก่อนใช้เครื่องคิดเลข

1 **หยุดงานทั้งหมด หรือแค่หยุดงานประจำ?**

ฉันต้องการหยุดงานทั้งหมด หรือแค่หยุดงานประจำ?

2 **บ้านและรถปลอดหนี้ตอนอายุ 50 หรือไม่?**

ภาระหนี้ที่เหลืออยู่จะส่งผลต่อ Retirement Number อย่างมาก

3 **ยังมีคนที่ต้องดูแลทางการเงินหรือไม่?**

พ่อแม่ ลูก หรือบุคคลอื่นที่ต้องรับผิดชอบ

4 **มีสวัสดิการสุขภาพอะไรหลังออกจากบริษัท?**

ตรวจสอบสิทธิที่จะหายไปเมื่อพ้นสภาพพนักงาน

5 **ถ้าตลาดตกหนักในปีแรก ยังอยู่ได้ไหม?**

โดยไม่ต้องขายสินทรัพย์เสี่ยงในเวลาที่ไม่เหมาะสม

บทที่ 3

คำนวณค่าใช้จ่ายหลังอายุ 50

Step 1: แยกค่าใช้จ่ายที่จะหายไป

- ค่าเดินทางไปทำงาน
- เสื้อผ้าหรืออาหารที่เกิดจากงาน
- เงินออมเพื่อเกษียณ — เมื่อถึงวันนั้น บทบาทจะเปลี่ยน
- ค่างวดที่จะหมดก่อนอายุ 50

Step 2: เพิ่มค่าใช้จ่ายที่จะเกิดขึ้น

- ประกัน/สุขภาพที่เคยได้จากนายจ้าง
- ท่องเที่ยวและกิจกรรมจากเวลาว่างที่เพิ่ม
- ซ่อมบ้าน/รถ/อุปกรณ์
- ค่าใช้จ่ายดูแลครอบครัวที่ยังมีอยู่

ตัวอย่างเปรียบเทียบค่าใช้จ่าย

ตัวอย่างนี้ชี้ให้เห็นว่าค่าใช้จ่ายไม่ได้จำเป็นต้องลดลงเพียงเพราะหยุดทำงาน

รายการ	ก่อนลาออก (บาท)	หลังลาออก (บาท)
ที่อยู่อาศัย/สาธารณูปโภค	8,000	8,000
อาหาร	9,000	8,000
เดินทาง	5,000	2,500
สุขภาพ/ประกัน	2,000	4,000
ความสุข/ท่องเที่ยวเฉลี่ย	3,000	5,000
รวม	**27,000**	**27,500**

วิธี B: Capital Multiple (25x / 30x / 33x)

นำค่าใช้จ่ายสุทธิต่อปีคูณด้วยจำนวนเท่าที่กำหนด เช่น 25 เท่า เทียบเท่าการเริ่มคิดจากอัตราถอน 4% แต่ไม่ควรตีความว่า 4% ปลอดภัยเสมอสำหรับทุกคน โดยเฉพาะการเกษียณเร็วที่อาจกินเวลาหลายสิบปี

ค่าใช้จ่ายสุทธิ/เดือน	ต่อปี	25 เท่า	30 เท่า	33 เท่า
20,000	240,000	6.00 ลบ.	7.20 ลบ.	7.92 ลบ.
30,000	360,000	9.00 ลบ.	10.80 ลบ.	11.88 ลบ.
40,000	480,000	12.00 ลบ.	14.40 ลบ.	15.84 ลบ.
50,000	600,000	15.00 ลบ.	18.00 ลบ.	19.80 ลบ.

วิธี C: กระแสเงินสดจริง

วิธีที่ละเอียดที่สุดคือจำลองปีต่อปี:

- ค่าใช้จ่ายเพิ่มตามเงินเฟ้อ
- รายได้หลัง 50 เข้ามาตามช่วงเวลา
- ผลตอบแทนไม่เท่ากันทุกปี
- มีค่าใช้จ่ายก้อนใหญ่แทรก

วิธีนี้เหมาะกับการตรวจแผนขั้นสุดท้ายมากกว่าการใช้เลขเดียว

> **แนวคิดสำคัญ:** Retirement Number ควรเป็นช่วง เช่น 9–11 ล้านบาท มากกว่าตัวเลข 9,347,821 บาทที่ให้ความรู้สึกแม่นยำเกินจริง

Worksheet 1: ชีวิตหลังอายุ 50

หมวด	วันนี้/เดือน	หลัง 50/เดือน	หมายเหตุ
ที่อยู่อาศัย			
อาหาร			
เดินทาง			
สุขภาพ/ประกัน			
ครอบครัว			
ความสุข/ท่องเที่ยว			
อื่น ๆ			
รวม			