

個人預算

姓名：_____ () 班別：_____ 日期：_____

活動 1

整理個人開支紀錄

活動目的

1. 了解金錢的各種用途，並按其優次作出分配。
2. 解釋甚麼是預算及其功能。
3. 學習編製個人預算，以及調整預算以達到財務目標
4. 學習為甚麼要作出捐獻。

以下是李小明最近一星期的八達通付款紀錄及現金交易的單據：

八達通付款紀錄

2018-02-06	港鐵	\$10
2018-02-06	大快活	\$32
2018-02-07	港鐵	\$10
2018-02-07	麥當勞	\$33
2018-02-08	港鐵	\$10
2018-02-08	7-11 便利店 - 撈麵套餐	\$15
2018-02-09	港鐵	\$10
2018-02-10	港鐵	\$10
2018-02-11	買旗	\$10

強記茶餐廳
Date : 2018-2-9
滑蛋豬扒飯 1 45.00
Total: **\$45.00**

吉野家 YOSHINOYA
10/02/2018
學生套餐 - 牛肉飯 1 30.0
總數: \$30
客付現金: \$100
找續: \$70

App Store 付款記錄
智能勇士手機遊戲
金額: \$60
日期: 06/02/2018

CK 戲院
超級英雄 - 最終決戰
10/02/2018 07:00PM
戲票 TICKET IIA
學生 \$40

美味小食店
2018/02/02
魚蛋數量 1 HK\$10.0
總額: **HK\$10.0**

新意電訊
繳費日期: 11/02/2018

項目	繳費金額
2 月份電話費賬單	\$80

1. 根據以上資料，整理李小明每星期的開支紀錄。

開支紀錄 (每星期)		
交通	\$50	交通 : $\$10 + \$10 + \$10 + \$10 + \$10 = \50
午餐	\$140	午餐 : $\$32 + \$33 + \$45 + \$30 = \$140$
零食	\$25	零食 : $\$15 + \$10 = \$25$
電話費	\$20	電話費 : $\$80 \div 4 = \20
捐獻	\$10	捐獻 : \$10
娛樂	\$100	娛樂 : $\$60 + \$40 = \$100$

2. 李小明每星期的零用錢為 \$400。他希望每星期可儲蓄 \$100，務求在三個月內有 \$1,200 可以到迪士尼遊玩及購買紀念品。他能達到目標嗎？

不能。

根據上題，李小明每星期的開支為 \$345 ($\$50 + \$140 + \$25 + \$20 + \$10 + \100)。

扣除儲蓄及開支後，他每星期有 \$45 ($\$400 - \$100 - \$345 = -\45) 的赤字。

以現時的收入及開支模式，他實際上不能每星期儲蓄 \$100。

3. 定期記錄個人開支對我們有甚麼好處？

自由作答。參考答案：

更能了解自己的消費習慣，以便控制個人的開支。

在削減開支時，可以由佔總開支比重較高的項目著手。

例如李小明的各項開支中，午餐支出及娛樂支出所佔的比重最高。

老師可以介紹「收支管家 - 錢家有道」手機應用程式，幫助管理開支及制定預算。

收支管家 - 錢家有道
手機應用程式



Android



iOS

活動 2

小組討論（個人預算及調整）

選擇以下其中一個預算個案進行小組討論，完成後派代表向老師及同學報告。

個案一（適合能力較弱的學生）

試閱讀以下資料，然後回答問題。

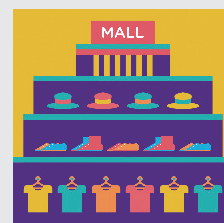
港聞

香港日報

2018-03-02

大學生過度消費破產成風

【本報訊】研究顯示，2016 年申請破產的大專生人數比去年增加。有社工表示發現有大專生申請貸款或信用卡後投資於股市、以及吃喝玩樂。他曾經接觸一位年輕人因為購買禮物給女朋友而導致破產。青少年專家指年輕人容易受到物質引誘，不少人購物時沒有考慮是否有真正需要，只抱着「人有我有」的心態。建議年輕人在購物前應想清楚是否需要，以及自己的負擔能力。



陳大強：「我現時正在大學就讀，經常跟宿舍的同學外出用膳。閒時亦會跟中學同學聚會，亦要購買潮流服飾以免落伍，大時大節亦會跟女朋友吃高級酒店自助餐慶祝。我也經常使用信用卡支付消費，每月只需償還最低還款額即可。」

個人預算（每月）		
	金額（\$）	總額（\$）
零用錢	3,000	
補習收入	3,000	
總收入		6,000
儲蓄	100	
支出		
交通費	400	
電話費	300	
飲食	1,800	
娛樂	2,000	
家用	1,000	
其他	400	
總支出		6,000

總收入 = 儲蓄 + 支出

1. 你認為陳大強的理財觀是否恰當？如果你是他的朋友，你會如何勸導他？

自由作答。參考答案：不恰當。

只償還最低還款額會產生高昂的利息費用，日後難以償還。

不應盲目追求潮流，應把金錢花於自我增值，而不是隨波逐流。

跟女朋友慶祝節日不一定要到高級酒店吃自助餐，可選擇較便宜的慶祝方式。

避免使用信用卡，不要養成「先洗未來錢」的習慣。

2. 你認為部分年輕人過度消費的原因是甚麼？

自由作答。參考答案：

沒有計劃將來。太容易獲得金錢，家人給予過多零用錢，甚至代為償還貸款。

1. 傳媒。不少傳媒渲染消費文化，鼓吹年輕人不斷購買潮流服飾以追上潮流。

2. 朋輩影響。一些人看見身邊朋友擁有遊戲機、運動鞋、名牌背包，在從眾心理下，自己亦想擁有。

3. 物質引誘。一些年輕人購買前沒有考慮自己是有「需要」，還是只是「想要」。

4. 借貸方便。大學生容易申請信用卡，容易獲得信貸，使年輕人容易過度消費。

3. 每個人都必須儲蓄嗎？為甚麼？

自由作答。參考答案：

1. 必須：因為儲蓄有助達到將來的目標。可能有突發的財務需要，例如醫療費用。沒有足夠的儲蓄便難以應付，甚至需要借貸。即使現時沒有即時需要，但將來或會有置業、結婚等其他需要。

2. 並非必須：儲蓄的金額取決於個人的財務能力，有些人的收入過低，難以儲蓄。如果一個人擁有足夠的財富以維持生活所需，便不需要儲蓄。

4. 「其他支出」可能包括哪些方面的開支？自由作答。

參考答案：捐獻、衣飾、補習費、文具、醫療、送禮等。

個案二 （適合能力較強的學生）

試閱讀以下資料，然後回答問題。

港 聞

香港日報

2018-03-02

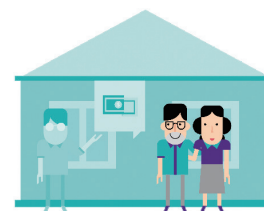
香港樓價高企 年輕人上車難

【本報訊】2018年2月，反映香港樓價的中原城市領先指數再創歷史新高。不少剛畢業的年輕人都慨嘆「上車難」，認為唯有靠父母幫助才能置業。受訪者張先生表示自己月入只有約一萬元，即使不吃不喝也要多年才能儲得數十萬元作為首期。有物業代理建議資金不足的買家考慮購買舊樓、偏遠地區或面積較小的單位。

李小華：「我跟女朋友美玲剛剛『拉埋天窗』，但我沒有置業的打算。現時樓價高企，不管如何努力也不能置業。我們應該減少儲蓄，盡情享樂，多去旅行增廣見聞。結婚後一起租屋居住也可以。」

陳美玲：「身邊不少朋友節衣縮食，只為儲蓄金錢購買物業。小華你應該多為將來打算，不應只顧眼前。」

家庭預算（每月）		
	金額（\$）	總額（\$）
薪金：李小華	25,000	
薪金：陳美玲	13,000	
總收入		38,000
儲蓄	0	
支出		
交通費	1,800	
保險	2,500	
家用	6,000	
電話費	700	
飲食	7,000	
娛樂	6,500	
水電費	800	
租金	11,000	
捐獻	500	
其他	2,000	
總支出		39,800



1. 試就李小華的家庭各項開支，按重要性排序，並解釋原因。

自由作答。學生需要解釋原因。參考答案：

1. 家用較為重要，因為要報答家人多年養育之恩。

2. 交通費較為重要，因為這是不能節省的。

3. 娛樂及飲食較為重要，因為個人生活質素比其他事項優先。

2. 你認同李小華放棄置業，將金錢用於享樂的想法嗎？

自由作答。參考答案：

認同，不值得把一生人的精力及金錢用於置業。置業亦需要面對樓價下跌的風險。

不認同，他應該未雨綢繆，否則將來即使樓價下跌也沒有能力置業。

3. 李小華家庭目前的預算可行嗎？試幫他調整預算。

家庭預算（每月）		
	金額（\$）	總額（\$）
薪金：李小華	25,000	
薪金：陳美玲	13,000	
總收入		38,000
儲蓄	0	
支出		
交通費	1,800	
保險	2,500	
家用	6,000	
電話費	500 （原支出為 700）	
飲食	5,000 （原支出為 7,000）	
娛樂	4,000 （原支出為 5,700）	
水電費	800	
租金	11,000	
捐獻	200 （原支出為 500）	
其他	2,000	
總支出		33,800

不可行。

自由作答（預算沒有儲蓄）。

調整的方法可自由作答（新預算需要儲蓄，參考答案：減少娛樂支出、採用較便宜的電訊計劃、減少捐獻或減少家用）。

4. 「其他支出」可能包括哪些方面的開支？

自由作答。參考答案：

煤氣費、上網費、家庭傭工、寵物開支、醫療、進修等。

總結

- ◆ 收入 = 儲蓄 + (支出 + 捐獻)
- ◆ 制定預算的四個步驟：
 1. 記錄開支，有助了解個人的消費習慣。
 2. 訂立目標，有清晰的目標才能知道應儲蓄多少。
 3. 制定預算，列明收入、儲蓄、支出及捐獻的金額。
 4. 檢視預算，檢視預期是否可行，如有需要應作出調整。
- ◆ 調整預算的方法：
 1. 減少開支，例如減少娛樂支出
 2. 提早計劃，例如延長達到目標的時間
 3. 增加收入



延伸活動

1. 回家搜集購物單據、查閱八達通付款紀錄，找出自己過去一星期的消費。

開支紀錄 (每星期)	
交通	
飲食	
娛樂	
電話費	
捐獻	
其他	

2. 我的儲蓄目標是：於 _____ 星期內儲蓄 \$ _____ 。

3. 編製個人預算。

個人預算（每月）		
	金額（\$）	總額（\$）
零用錢		
其他		
總收入		
儲蓄		
必要開支		
非必要開支		
其他		
總支出		

1. 學生應該根據個人的實際支出填寫。

2. 自由作答。學生訂立儲蓄目標前，可以先考慮自己想購買甚麼東西。

3. 自由作答。儲蓄的金額需要跟儲蓄目標相符。

4. 你的預算可行嗎？如不可行，請調整預算。

如果預算出現赤字，即表示預算並不可行。

學生需要再調整預算。

例如，減少非必要的支出，或者延長達成目標的時間，減少每星期的儲蓄金額。