

**Rakuten Securities**

樂天證券香港

# 每周交易點子

**29/6/2026**

[info@sec.rakuten.com.hk](mailto:info@sec.rakuten.com.hk)



## 一周市場回顧

上周的外匯市場主要主題有兩點：①美國提前加息預期升溫，美元買盤壓力增強；②市場對政府與日銀進行匯率干預的警戒感抑制了美元兌日圓上行。

美元兌日圓整周在不足 1 日圓的區間（161.08–161.94）內波動，每當逼近心理關口 162 時，賣壓便明顯加強，市場持續呈現出敏感且波動劇烈的走勢。

周初，由於圍繞中東局勢的過度警戒情緒有所回落，原油價格呈現下行趨勢。另一方面，在外匯市場上，相較於油價走低帶來的美元拋售壓力，FOMC 之後升溫的年內加息預期仍被市場視為主要行情，美國短期利率（尤其是 2 年期國債收益率）走高。在美國利率上升的背景下，美元買盤需求對美元兌日圓形成支撐，匯價維持溫和升勢。

然而，美元兌日圓在 161 後半區間開始顯現上行乏力。一度上漲至 161.94 並刷新年內高點，也出現與 2024 年 7 月高點 161.95 持平的情形，但其上方的 162 關口意味著自 1986 年以來約 40 年未見的日圓貶值水準，因此市場對政府與日銀進行匯率干預的警戒感進一步升溫。實際上，每當匯價接近 162 時，便會出現獲利離場的拋售與日圓回補，美元兌日圓迅速回落的情況反覆出現，因此雖處於窄幅區間內，但市場波動性依然較高。

另一方面，美元走強的趨勢在美元兌日圓以外的貨幣對中表現較為直接。相對歐元與澳元等主要貨幣，美元買盤占優，而美元兌日圓因干預警戒而未能充分反映美元強勢，使影響更易在交叉盤（日圓交叉盤）中體現。股票市場方面，日經平均在 AI 與半導體相關股票帶動下，繼上周之後再次刷新歷史高點（收盤價：72,366.34 日圓），但在快速上漲後，因獲利離場與倉位調整，也出現明顯回落的場面。因風險回避考量，以澳元兌日圓等高利率貨幣為主的交叉盤下跌，結果也對美元兌日圓的上行形成壓制。

此外，在美國市場關注通脹動向之際，核心 PCE 依然顯示出頑固的通脹壓力，但結果大致落在市場預期範圍內。因此，年內加息預期得以維持，但未能成為進一步推動美元買盤的因素，美元兌日圓在 161 後半區間缺乏明確方向。

商品市場方面，在美元走強與美國利率上升背景下，金價走弱，一度跌破 4,000 美元每安士關口。除了避險需求減弱外，高利率環境也對貴金屬市場構成壓力。另一方面，中東局勢方面雖已停火，但談判仍陷入僵局，圍繞霍爾木茲海峽

的地緣政治風險尚未完全消除。市場仍意識到能源供應風險可能再次升溫，因此需持續關注地緣政治風險。

總體而言，上周美元兌日圓呈現出「在美國利率預期上升推動下的美元買盤推高匯價」與「接近 162 前的干預警戒抑制上行」交織的格局。雖然方向性有限，但在美元買壓與干預警戒交錯之下，市場對情緒變化極為敏感，整周呈現波動劇烈的走勢。

### 【上周主要央行會議回顧】

#### ■ 匈牙利 | 匈牙利央行 (MNB) (6 月 23 日)

匈牙利央行在議息會議上如市場預期，將政策利率由 6.25% 下調至 6.00%，這是自今年 2 月以來首次減息。

此次減息的背景包括福林升值以及能源、食品價格下降帶來的通脹壓力緩解。

MNB 大幅下調未來物價預測，認為通脹環境較此前預期有所改善。

未來方面，央行暗示若通脹持續穩定，今夏仍有進一步減息空間，政策立場略偏鴿派。市場仍保留 9 月會議進一步減息的預期。

不過，政策利率仍顯著高於主要發達國家水準，福林作為套利貨幣仍具一定吸引力。但在減息預期強化的情境下，利率優勢可能逐步下降，因此投資需同時考慮政策前景與匯率變化風險。

#### ■ 墨西哥 | 墨西哥央行 (Banxico) (6 月 25 日)

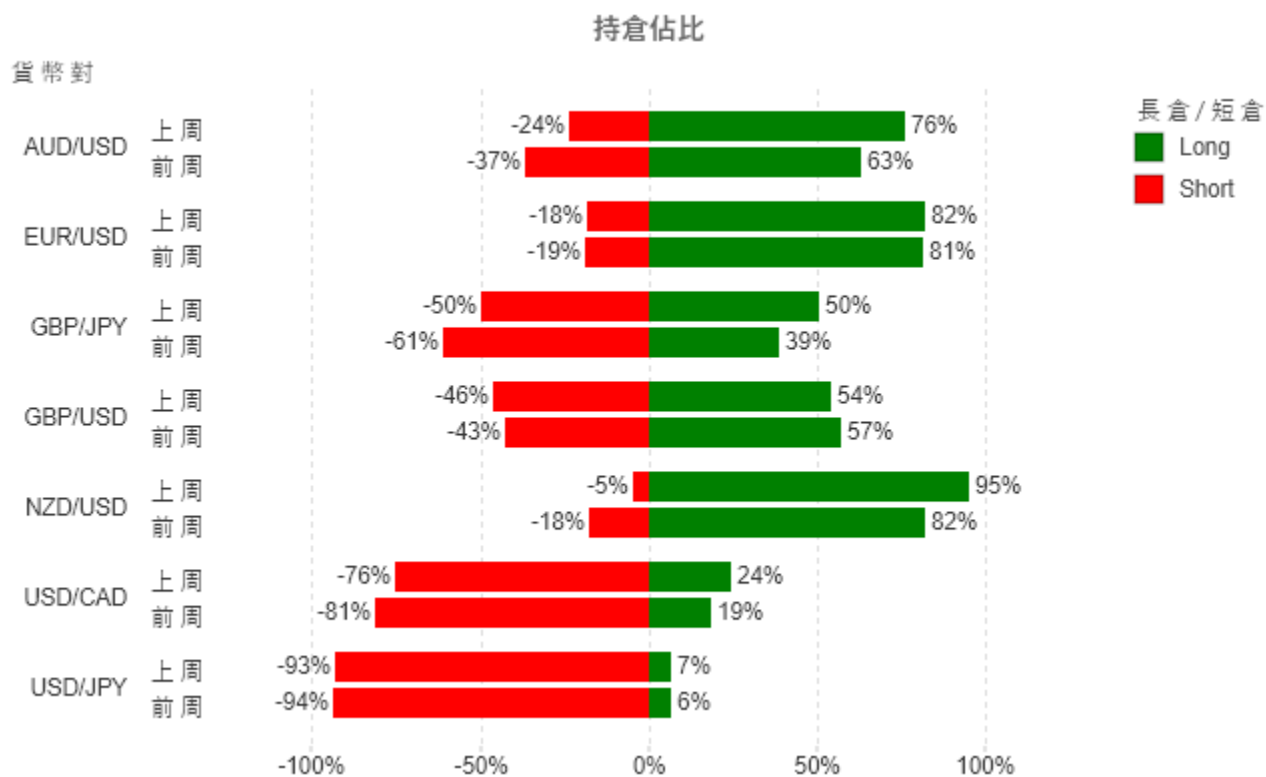
墨西哥央行一致決定將政策利率維持在 6.50% 不變，符合市場預期。自去年 3 月以來累計 475 個基點的減息周期已在前次會議被暗示結束，本次延續緊縮立場。聲明指出，經濟預計將溫和復甦，但仍存在下行風險；同時通脹前景維持不變，並認為物價風險仍偏向上行。

央行強調維持現行利率水平是適當的，短期內大概率持續按兵不動。隨著減息周期結束，高利率環境預計仍將維持。

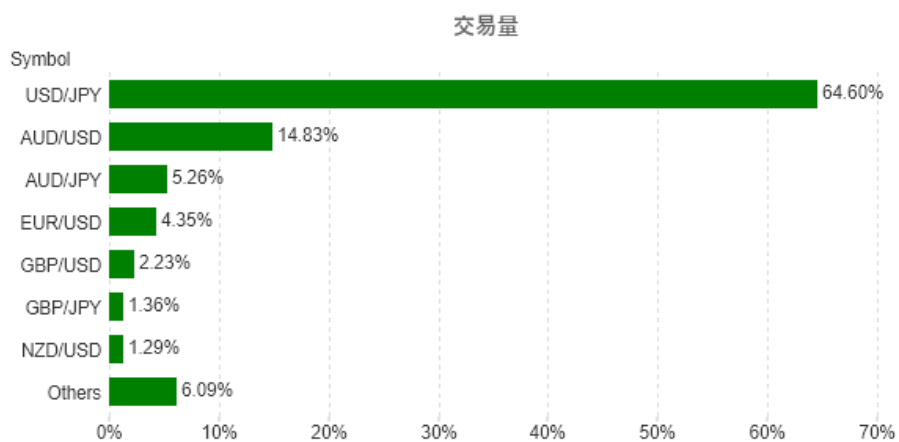
外匯市場方面，在高利率支撐下，墨西哥比索的套利價值仍然較高。市場情緒穩定時，日圓賣出、比索買入的套利交易仍易受青睞，預計將在一段時期內對比索形成支撐。

## 🌐 上周交投熱門選擇

持倉佔比：



上周交易分布：



## 本周展望

本周美元兌日圓預計仍將在「美國緊縮政策支撐美元」與「政府・日銀干預警戒壓制上行」之間拉鋸。

焦點將集中在美國經濟數據，尤其是非農就業報告。若就業市場與經濟表現持續強勁，年內加息預期將維持，透過短期利率上升推動美元走強。反之，若通脹或經濟數據低於預期，目前的加息預期可能回落，美元漲勢暫歇。

但美元兌日圓目前已處歷史高位區間，162 為近 40 年關鍵關口，因此接近該水準時，干預警戒將進一步升溫，限制積極買盤進場。

另一方面，美國政策前景仍支撐美元，回調時仍可能出現實需與海外投資者的美元買盤。因此，短期內大概率維持「上有干預壓力、下有利率支撐」的格局。

短線關鍵在於能否明確突破 162，但需進一步利率上升或提振美元的新因素。預計市場仍將在高位出現敏感波動，並持續受消息面與利率變化影響。

## 🌐 本周重點事件

【6月29日（周一）】

### ■ 歐元區 | HICP（消費者物價指數）

- 關注點：預期整體與核心通脹均小幅放緩，需觀察油價回落是否會令通脹壓力下降，影響 ECB 加息預期。
- 市場影響：若通脹降溫，ECB 鷹派預期轉弱，歐元承壓；反之則提振歐元。

【7月1日（周三）】

### ■ 日本 | 日銀短觀（全國企業短期經濟觀測調查）

- 關注點：企業對於經濟環境、投資計畫、通脹以及資金需求變化的預測。因調查時間關係，油價下跌影響未能完全體現，上游企業對於經濟預測的變化也受到關注。
- 市場影響：若企業對於通脹的預期和設備投資計劃依然強勁，則將提振加息預期與日圓；反之壓制日圓。

### ■ 美國 | ECB 論壇（美聯儲主席 Warsh 發言以及小組討論）

- 關注點：FOMC 後的首次重要活動，石油價格回落後的通脹預測以及今後的政策立場方面將成為關注重點。對於政策利率的直接發言可能不會太多，對於通脹和經濟預期的評論值得留意。
- 市場影響：若維持對通脹的警惕態度則利多美元，相反若表現出對於通脹風險的警惕性降低則美元將走弱。

### ■ 歐元區 | ECB 論壇（拉加德行長發言及小組討論）

- 關注點：以石油價格回落和中東局勢降溫為背景，市場關注歐洲央行是否維持鷹派立場，以及對於後續加息空間的看法。
- 市場影響：若表現出對於後續加息審慎態度，則打擊歐元，若認為應該優先應對通脹，則將提振歐元。

## ■ 美國 | ISM 製造業採購經理人指數

- 關注點：希望通過美國製造業的表現和採購價格的變化，確認經濟是否具有韌性以及通脹壓力是否將持續。此外，關稅和工資上升在多大程度上影響該指數也將成為市場焦點。
- 市場影響：若表現好過預期，則可能通過利率上升提振美元；若經濟放緩跡象更加明顯，則市場對於減息的預期可能升溫，進而抑制美元上行空間。

【7月2日（周四）】

## ■ 瑞士 | CPI（消費者物價指數）

- 關注點：希望確認能源價格上升帶來的第二輪效應是否已經擴散至整體物價。核心通脹的走勢對於瑞士央行的政策立場亦十分重要。
- 市場影響：若通脹高於預期，市場可能加強政策進一步收緊的預期，從而提振瑞士法郎。另一方面，若物價趨於穩定，則市場對貨幣政策正常化的預期可能降溫，從而成為抑制法郎上升的因素。

## ■ 美國 | 非農就業報告

- 關注點：市場預計非農就業人數增幅將較前一個月放緩，但失業率預料仍將維持在低位。就業市場能否維持韌性將成為判斷今年內貨幣政策走向的重要依據。
- 市場影響：若就業和薪資數據均高於市場預期，可能通過利率提振美元。另一方面，若就業市場放緩趨勢更加明顯，市場對提前減息的預期可能再次升溫，美元賣壓亦可能增強。不過由於美聯儲目前關注的是通脹指標而非就業市場，因此市場走勢波動可能有限

【7月3日（周五）】

## ■ 日本 | GPIF（日本年金管理運用獨立行政法人）投資運用績效

- 關注點：希望確認季度末尾的資產配置變化以及再平衡的實施情況，同時關注海外股票和國債的持有比重和基本投資組合之間的偏離程度。此外，市場也將留意匯率對衝政策和海外資產配置方針是否變化。
- 市場影響：雖然基本投資組合調整的可能性不大，但若資產再平衡產生資金流，則可能影響月初的美元兌日圓的供需關係。特別是在日圓貶值階段，海外資產比重的調整和匯率對衝更容易成為影響日圓匯率的重要因素。

此報告為不得被詮釋為投資建議的一般評論。請向獨立財務顧問尋求意見。樂天證券香港及樂天集團對於資料錯誤、不準確或遺漏概不承擔法律責任，並且不保證其中所載信息、文字、圖表、連結或其他項目準確及完整。此報告所載貨幣對以往的表現並不標示往後的表現，對所述貨幣對的未來表現不構成任何聲明或保證。投資結果在任何期間內可能有重大變化。此報告所載的任何內容僅供閣下作參考之用，不被視為出售或認購槓桿式外匯交易之邀約及合約依據。槓桿式外匯交易的虧損風險可能會十分重大。閣下所蒙受的虧損可能會超過閣下的初始保證金款額，因此未必適合閣下。槓桿可能會為閣下帶來負面影響。即使建立附帶條件的指令，例如「止損」或「限價」單，亦未必可以將虧損限於閣下原定的金額。市況可能會導致有關指令無法執行。閣下可能會在短時間內被要求存入額外保證金款額。如果閣下未能在指定時間內提供所需資金，閣下的持倉可能會被平倉。閣下將須為閣下賬戶內因此而產生的任何短欠數額負責。因此，閣下必須根據本身的財務狀況及投資目標，仔細考慮這種交易是否適合閣下。切勿將閣下無法承受損失的資金用於投機。倘若閣下決定買賣樂天證券香港所提供的產品，閣下必須先閱讀及明白樂天證券香港所提供的資料及披露。請於採取進一步行動前先閱讀及瞭解樂天證券香港網站上的[條款及條件](#)。

持倉佔比數據採集於上周五樂天 FX 收市時仍然持倉倉位。上周升跌數據採集於上周五樂天 FX 收市中間價對比前周五樂天 FX 收市中間價。

一眾非主要貨幣最近波動較大(尤其土耳其里拉持續波動)，投資者需注意風險。