



华鑫期货每日晨报

2026年1月20日

内容:

- 华鑫早间头条
- 商品相关信息
- 策略参考



■ 华鑫早间头条

宏观与产业

1、中国经济2025年“成绩单”出炉。据国家统计局初步核算，2025年我国GDP同比增长5%，达到140.19万亿元，其中第四季度增长4.5%；规模以上工业增加值同比增长5.9%，制造业规模继续保持全球第一；服务业增加值增长5.4%，占GDP比重提高到57.7%；社会消费品零售总额同比增长3.7%，最终消费支出对经济增长贡献率达到52%；固定资产投资同比下降3.8%，其中房地产开发投资下降17.2%。2025年末全国人口140489万人，全年出生人口792万人，死亡人口1131万人，人口总量同比减少339万人。

2、美国总统特朗普围绕格陵兰岛的强硬表态，引发美欧关系紧张升级，避险情绪推动金银价格再创新高。1月19日，COMEX黄金期货收涨1.77%报4676.7美元/盎司，COMEX白银期货收涨6.49%报94.28美元/盎司。因马丁·路德·金纪念日假期，美国股票及债券市场当日休市。

3、国际货币基金组织（IMF）发布《世界经济展望》更新报告，将2026年全球经济增长预期上调0.2个百分点至3.3%。IMF同时上调中国、美国、欧元区和日本2026年经济增长预期。报告指出，人工智能带动的信息技术投资增长正成为支撑全球经济的重要动力。

资本市场

1、A股与港股市场

周一A股缩量震荡，主要指数走势分化，上证指数收涨0.29%报4114点，深证成指涨0.09%，创业板指跌0.7%，万得全A涨0.41%，市场成交额2.73万亿元，上日成交3.06万亿元。盘面上，电力基建产业链、中航系、海南自贸港概念涨幅居前，半导体、消费电子跌幅居前。

香港恒生指数收跌1.05%报26563.9点，恒生科技指数跌1.24%，恒生中国企业指数跌0.94%。医药股领跌，科网股跌多涨少，航空股涨幅居前。南向资金净买入近23亿港元。

2、美股、美债与汇率

昨日美股休市。



纽约尾盘，美元指数跌0.32%报99.05，非美货币多数上涨，欧元兑美元涨0.41%报1.1646，英镑兑美元涨0.36%报1.3426，澳元兑美元涨0.47%报0.6715，美元兑日元涨0.04%报158.13，美元兑加元跌0.32%报1.3870，美元兑瑞郎跌0.71%报0.7974，离岸人民币对美元上涨106.0个基点报6.9568。

■ 商品相关信息

1、广期所发布通知，自1月21日结算时起，碳酸锂期货合约涨跌停板幅度调整为11%，投机交易保证金标准调整为13%，套期保值交易保证金标准调整为12%。

2、国际油价集体上涨，美油主力合约涨0.15%报59.43美元/桶，布油主力合约涨0.08%报64.18美元/桶。伊朗供应担忧缓解，市场将注意力转向有关格陵兰岛的对峙。

3、伦敦基本金属全线上涨，LME期锡涨3.87%报49840.0美元/吨，LME期镍涨3.23%报18145.0美元/吨，LME期铜涨1.44%报12987.0美元/吨，LME期铝涨1.01%报3165.5美元/吨，LME期铅涨1.00%报2064.5美元/吨，LME期锌涨0.78%报3234.0美元/吨。

■ 策略参考

【期指】周一A股涨跌不一，截止收盘，上证指数涨0.29%，深成指0.09%，创业板指跌0.7%，科创50指数跌0.48%，全A平均股价上涨0.38%，全市场成交总量27321亿元，缩量3243亿元，超3500只个股上涨。期指分化，IH下跌，IF、IC和IM上涨，其中IC领涨期指。

昨日统计局公布了2025年中国经济“成绩单”，去年我国GDP同比增长5%，达到140.19万亿元，其中第四季度增长4.5%；规模以上工业增加值同比增长5.9%，制造业规模继续保持全球第一；服务业增加值增长5.4%，占GDP比重提高到57.7%；社会消费品零售总额同比增长3.7%，最终消费支出对经济增长贡献率达到52%；固定资产投资同比下降3.8%，其中房地产开发投资下降17.2%。2025年末全国人口140489万人，全年出生人口792万人，死亡人口1131万人，人口总量同比减少339万人。2025年经济社会发展主要目标任务实现，“十四五”胜利收官。

近期A股整体震荡，但向上趋势未变，个股可继续关注硬科技+新型消费，期指可维持IF+IC组合，并配置10年期债对冲风险。



【有色】

夜盘交易阶段，美元指数明显回落，有色整体上涨。沪铜低开高走，主力3月合约较昨日收盘上涨接近0.5%，持仓总量增加5千余手；沪铝、沪锌、沪镍和沪锡的交易节奏基本与沪铜一致，其中沪铝、沪镍和沪锡在反弹过程中，持仓总量也得到了恢复，沪锡主力合约较昨日收盘上涨接近2%；沪铅走势相对独立，盘面偏于震荡。

经历上周末和周一的减仓调整，各有色恢复增仓后，期价逐步企稳，继续关注基本面较好的铜、铝和锡的表现，具体分析可见最新的有色周报。

【贵金属】昨日夜盘，金银继续震荡上行，沪金主力收于1053.46，涨幅为1.35%，沪银主力收于23565，涨幅为5.88%。特朗普围绕格陵兰岛的强硬表态，引发美欧关系紧张升级，避险情绪进一步推高金价，美股指期货与欧股隔夜皆承压，美元高位回落，对贵金属存在支撑，或再一次造成黄金+白银的冲高。短期来看贵金属因市场情绪波动较大。在贵金属品种的选择中，我们仍建议黄金>白银>铂金钯金，黄金的安全边际相对更多，波动也较为平缓，而基于全球处于去美元化阶段，黄金仍具有巨大向上潜力，但其中过程或有反复，使得短期黄金面临震荡，金价价格中枢仍将稳步上升。

【黑色金属】周一日盘螺纹铁矿下跌，夜盘弱反弹。双焦夜盘下跌。宏观方面，央行下调各类结构性货币政策工具利率0.25个百分点，宽松的货币政策利多大宗商品和钢材价格。产业方面，今日大寒，凛冬将过，煤炭需求将步入淡季。根据上海钢联资讯，陕蒙矿山均未收到与产能核减相关的正式文件及官方通知，市场消息尚未对煤矿生产销售环节产生实质性扰动。据中国宝武消息，首船西芒杜铁矿石运抵中国宝武马迹山港。1月17日，第一船近20万吨西芒杜铁矿石，顺利运抵中国港口。西芒杜铁矿项目于去年11月全线建成，达产后每年可供应1.2亿吨高品质铁矿石。当前铁矿45港库存超过1.65亿吨，铁矿价格承压。螺纹在3000-3100元/吨附近有较强的冬储价值，当前钢材消费淡季，春节期间累积库存，3-5月是钢材消费旺季，预计钢价短期震荡。

【三大胶】隔夜三胶开盘集体回落随后延续震荡，成交量和持仓量均有所减少，其中BR橡胶跌幅最大。因近期原料丁二烯价格回落，削弱BR成本支撑。同时受央行降息利好兑现与美联储降息预期降温形成对冲，叠加橡胶供应呈“内减外增”，上周青岛港口库存累库压力持续。当前橡胶板块受宏观情绪影响金融属性放大，不过短时部分企业为应对春节假期可能提前补库存，或对价格形成短期支撑。短期胶价预计将延续区间内震荡偏弱运行。

【农产品】夜盘油强粕弱格局延续。在美生柴政策情绪的推动下，油脂延续震荡偏强走势，棕榈油领涨油脂。但印尼官方确认2026年不会推进B50计划，这在一定程度上抵消了美国政策带来的利好。



短期内油脂或以区间震荡为主，棕榈油在减产季支撑下可能保持相对偏强。豆粕市场继续交易远期宽松预期，而现货在春节前备货需求的支撑下，表现偏强。菜粕市场主要受中加经贸关系改善，市场预期3月后菜籽供应将会增加，菜粕延续跌势。短期内市场或继续消化中加贸易关系缓和的利空影响，菜粕或延续偏弱调整，但当前菜粕价格已跌至近年相对低位，性价比提高，操作上谨慎追空，关注后续中对加菜籽关税落地情况。



注意事项

本文中的信息均来源于公开资料，华鑫期货研究所及相关研究人员力求准确可靠，但对这些信息的准确性及完整性不作任何保证。我们已力求文章内容客观、公正，但文章中的信息与所表达的观点不构成所述期货买卖的出价或询价的依据，该等信息、意见并未考虑到获取本文人员的具体投资目的、财务状况以及特定需求，在任何时候均不构成对任何人的个人推荐。对依据或者使用本文所造成的一切后果，华鑫期货及其关联人员均不承担任何法律责任。

本文中的资料、意见、预测均只反映文章初次发布时的判断，可能会随时调整。该等意见、评估及预测无需通知即可随时更改。华鑫期货没有将此意见及建议向文章所有接收者进行更新的义务。本文仅供内部参考交流使用，不构成投资建议。如未经授权，私自转载或者转发本文，所引起的一切后果及法律责任由私自转载或转发者承担。华鑫期货将保留随时追究其法律责任的权利。

华鑫期货研究所立足诚信和专业，秉承“高效研究 创造价值”的理念，深谙“知微见著，臻于至善”的投研内核，并基于宏观、产业、市场风偏和估值构建“四维一体”决策模型，助力各类客户包括产业型客户和交易型客户的成长。

侯梦倩

期货从业资格：F3070960

交易咨询资格：Z0017338

邮箱：houmq@shhxqh.com

华鑫期货有限公司

地址：上海市徐汇区云锦路277号9F、10F（电梯楼层10F、11F）

邮编：200000

电话：400-186-8822

华鑫期货

华鑫研究

