



华鑫期货每日晨报

2026年1月29日

内容：

- 华鑫早间头条
- 今日提示
- 夜盘动向
- 策略参考

■ 华鑫早间头条

宏观与产业

美联储维持基准利率在3.50%-3.75%不变，在连续三次降息25个基点后暂停行动，符合市场预期。美联储主席候选人沃勒支持降息25个基点，与特朗普“钦点”理事米兰立场一致。美联储在声明中指出，失业率已现初步企稳迹象，通胀仍处于相对高位，经济前景的不确定性依然较高。美联储主席鲍威尔在新闻发布会上表示，加息并非任何人对下一步行动的基本假设，不相信美联储会丧失独立性，将建议下一届美联储主席远离政治。

资本市场

1、昨日A股市场

A股震荡整理，资源股全线爆发，光伏产业链调整。截至收盘，上证指数上涨0.27%报4151.24点，深证成指涨0.09%，创业板指跌0.57%，北证50跌0.16%，万得全A涨0.11%。市场成交额升至2.99万亿元。多只宽基ETF尾盘成交放量，沪深300ETF华泰柏瑞成交额超400亿元，沪深300ETF易方达超300亿元。

2、美股、美债与汇率

美国三大股指收盘涨跌不一，道指涨0.02%报49015.6点，标普500指数跌0.01%报6978.03点，纳指涨0.17%报23857.45点。大型科技股涨跌不一，万得美国科技七巨头指数涨0.19%，英伟达涨1.59%，谷歌、微软、特斯拉均有小幅上涨。半导体股多数收涨，英特尔涨11%。纳斯达克中国金龙指数涨0.32%。美国国债收益率走高。美联储维持联邦基金基准利率不变，上调了对经济增长的评估。市场预测美联储在鲍威尔任期结束前都将维持利率不变。

美债收益率涨跌不一，2年期美债收益率持平报3.596%，3年期美债收益率跌0.56个基点报3.640%，5年期美债收益率涨25.90个基点报3.828%，10年期美债收益率涨0.20个基点报4.243%，30年期美债收益率跌0.31个基点报4.855%。

纽约尾盘，美元指数涨0.63%报96.35，非美货币涨跌不一，欧元兑美元跌0.70%报1.1953，英镑兑美元跌0.28%报1.3809，澳元兑美元涨0.42%报0.7041，美元兑日元涨0.81%报153.4200，美元兑加元跌0.13%报1.3560，美元兑瑞郎涨0.90%报0.7684，离岸人民币对美元较上一交易日下跌101.0个基点报6.9437。

■ 今日提示

21:30 美国上周初请失业金人数

23:00 美国11月工厂订单

■ 商品相关信息和夜盘动向（按上周五结算价）

1、商品相关信息：

国际贵金属期货普遍收涨，COMEX黄金期货涨6.46%报5411.00美元/盎司，COMEX白银期货涨10.06%报116.62美元/盎司。美联储暂停降息但释放未来宽松预期，叠加市场对鸽派美联储主席人选的押注，推动贵金属避险及抗通胀属性凸显，同时芝商所调整部分贵金属期货保证金参数也可能加剧短期波动。

■ 策略参考和回顾

【有色】夜盘有色整体调整。沪铜低开后震荡，主力3月合约收102430，较昨日收盘下跌630，持仓总量继续减少；沪铝和沪锌的交易节奏与沪铜接近，夜盘收市下跌；沪镍和沪锡均冲高回落，而沪铅走势独立，盘面窄幅震荡。昨晚至今早，国际金银持续上涨刷新高位，comex铜也在国内收市后继续反弹，料今早有色各合约或有不同程度跳涨。有色整体处于强宏观+强基本面的共振之中，建议继续关注铜、铝、锡等有色金属，有色盘面近期也呈现一定程度的轮动，如昨天白天盘沪铝的大涨。

【贵金属】昨夜盘，金银震荡上行，沪金主力维持强势上行，主力收于1196.8，涨幅为3.36%，沪银主力收于28885，涨幅为1.46%。昨日美联储会议落地，暂停降息成最终决策，强劲的经济数据和劳动力市场表明，美联储不太需要采取进一步的‘保险性’降息。美元指数反弹，美国财长贝森特表示维护“强美元政策”，美元反弹0.75%。但其弱化趋势仍未发生改变，从宏观来看，我们认为黄金目前的主要价格推手仍是对美元远期弱化的交易，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，金价中枢仍将稳步上升。

【黑色金属】周三夜盘螺纹热卷铁矿焦炭收涨。焦煤窄幅震荡收跌。宏观方面，2026年国内还有降息降准空间，宽松的货币政策利多钢材价格。产业方面，钢材消费逐渐步入淡季累库，上周螺纹热卷表观需求均下降，上周五大钢材总库存增加。昨日主流贸易商建筑钢材成交量逐步走弱，日成交量跌破7万吨，创1月以来新低。同时，今年贸易商冬储意愿偏低，钢市供需压力加大，市场情绪偏弱。此外，钢厂仍存在炉料刚性补库，1月28日河北、天津地区部分钢厂对焦炭采购价格进行首轮上调，湿熄焦上调50元/吨，干熄焦上调55元/吨，2026年1月30日零点执行。原燃料价格震荡运行，钢材成本有一定支撑。短期来看，弱需求高成本博弈下，钢价或延续窄幅调整。上周钢厂日均铁水产量228.1万吨，铁水产量处于低位。铁矿45港库存超1.67亿吨。2026年1月19日-1月25日上海钢联统计的全球铁矿石发运总量2978.3万吨，环比增加48.5万吨。铁矿供应向宽松转变，价格承压。动力煤亦将步入淡季，近期秦皇岛动力煤现货价格略有下跌。3-5月是钢材消费旺季，螺纹在3000-3100元/吨附近有较强的冬储价值，预计短期钢价震荡，中长期偏强。



【农产品】夜盘双粕延续强势，油脂市场强弱分化。原油上涨提振油脂上行，棕榈油、豆油再创阶段新高，菜棕、菜豆油价差有所缩小。SPPOMA数据显示，1月1-25日马来西亚棕榈油产量环比上月同期减少14.81%，同时出口量有所增加，市场预期库存下降给予价格支撑。菜油市场受中加贸易缓和带来远期供应增加预期，但国内短期菜油供应依旧偏紧，现货表现偏强，加上棕榈油、豆油近期大幅上涨，使得菜油性价比有所凸显，关注菜油补涨机会。受阿根廷干旱天气担忧，CBOT大豆盘中突破近一个月高点，国内双粕跟随美豆上涨，涨至近两周高点，另外节前备货需求也对双粕价格有所支撑，关注后续中对加菜籽采购情况以及南美大豆产区天气情况。

【三大胶】昨日三胶走势分化，BR橡胶日内开盘从低位反弹修复前一个交易日跌势，夜盘区间震荡小幅收跌，持仓总量小幅减少。丁二烯市场上半年无新增产能投放加剧供应紧张，BR橡胶上涨趋势未改。RU区间震荡小幅反弹。沪胶继续站稳万六以上，基本面尚未出现较大变化，国内产区已全面停割，泰国北部和东北部地区已逐步步入割胶季尾声，供应收紧对盘面仍收紧。库存方面。保税区库存攀升，进口虽仍偏高，但随着春节临近，进口量预计将逐步减少，库存压力有望缓解。短期或将延续震荡偏强走势。

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

投资咨询资格：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

华鑫期评

