



华鑫期货每日晨报

2026年7月30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、美联储7月FOMC会议决定，将联邦基金利率目标区间维持在3.5%至3.75%之间不变，为年内连续第五次“按兵不动”。投票结果显示，美联储内部鹰派分歧明显加大，9名票委赞成维持利率不变，3人反对，主张加息25个基点。美联储主席沃什在新闻发布会释放中性偏鹰基调，明确2%通胀目标维持不变，拒绝抬高通胀容忍度，强调通胀回落是长期过程，单次利好通胀数据不足以确认下行趋势，保留后续进一步加息选项。美联储推进沟通框架改革，弱化前瞻性指引，利率决策高度依赖后续经济数据，9月议息会议成为重要观察节点。决议公布后全球金融市场剧烈震荡，美债收益率触底回升，美股全线收跌，黄金冲高回落。

2、美国总统特朗普接受采访时表示，在伊朗向美军发动导弹袭击后，美国将进行报复。特朗普称，美国将“狠狠打击”伊朗，伊朗将遭到“痛击”。特朗普还表示，并未排除进一步打击伊朗在该地区代理人的可能性。

资本市场

1、A股与港股市场（按前结算价）

A股震荡攀升，上证指数收涨0.4%报3828.47点，深证成指涨1.1%，创业板指涨1.55%，万得全A涨0.74%，市场成交额2.31万亿元。大消费、大金融走强，端侧AI、固态电池概念股造好。半导体产业链持续下探，光刻机、存储芯片跌幅居前。脑机接口概念股下挫。

港股单边大涨，恒生指数涨1.96%报25807.92点，恒生科技指数涨2.84%，恒生中国企业指数涨2.22%。汽车股领涨，消费、电气设备板块涨幅居前。半导体板块逆势下挫。南向资金净卖出55.89亿港元，中芯国际、小米集团分别遭净卖出20亿港元、19亿港元。。

2、美股、美债与美元（按前结算价）

美国三大股指全线收跌，道指跌2.19%报51594.14点，标普500指数跌1.52%报7316.15点，纳指跌1.74%报24442.94点。卡特彼勒跌近7%，高盛集团跌超5%，领跌道指。存储板块继续大跌，美光科技跌近10%，闪迪跌逾7%。万得美国科技七巨头指数跌1.28%，英伟达跌超3%，特斯拉跌近3%。SpaceX跌超3%。纳斯达克中国金龙指数涨1.73%，新东方涨超15%，理想汽车涨逾4%。



美债收益率多数上涨，2年期美债收益率跌0.82个基点报4.271%，3年期美债收益率涨1.44个基点报4.323%，5年期美债收益率涨3.69个基点报4.403%，10年期美债收益率涨6.9个基点报4.673%，30年期美债收益率涨10.89个基点报5.197%。

纽约尾盘，美元指数跌0.59%报100.82，非美货币多数上涨，欧元兑美元涨0.70%报1.1467，英镑兑美元涨0.58%报1.3368，澳元兑美元跌0.28%报0.6955，美元兑日元跌0.25%报163.4450，美元兑加元跌0.43%报1.4048，美元兑瑞郎跌0.70%报0.8136，离岸人民币对美元涨104个基点报6.7608。

■ 商品相关信息（按前结算价）

美油主力合约收涨6.74%，报84.6美元/桶；布油主力合约涨7.35%，报88.11美元/桶。中东地缘局势升级，伊朗对驻中东美军发动突袭打破停火平静，美国表态将强硬回应并联合沙特展开反击，霍尔木兹海峡原油通行量骤降，船舶保险费用大幅上涨，也门胡塞武装持续袭击沙特能源设施并计划收取曼德海峡商船通行费，石油供应不确定性大幅抬升，同时美国上周原油库存大幅减少，降幅远超市场预期，共同支撑油价上涨。

国际贵金属期货普遍收涨，COMEX黄金期货涨0.66%报4065.50美元/盎司，COMEX白银期货涨0.64%报57.90美元/盎司。此次上涨源于美联储连续五次维持利率不变，内部分歧加剧带来政策不确定性，扰动市场资金情绪，叠加白银有刚需支撑，推升行情。

伦敦基本金属多数上涨，LME期镍涨1.00%报17140.0美元/吨，LME期铝涨0.92%报3176.5美元/吨，LME期锡涨0.50%报53850.0美元/吨，LME期铅涨0.13%报1897.0美元/吨，LME期锌跌0.11%报3573.0美元/吨，LME期铜跌0.46%报13622.0美元/吨。。

■ 策略参考和回顾

【期指和期债】大盘：昨日 A 股探底回升，上证指数涨 0.40%，深证成指涨 1.10%，创业板指领涨 1.55%，科创 50 跌 0.87%。全市场超 4200 只个股上涨，沪深京三市成交总量达 2.31 万亿元。板块方面，大消费（乳业、零售）与大金融逆势领涨，半导体、光刻机等科技板块承压。期指：中证 500（IC）主力合约涨幅，达 1.76%；中证 1000（IM）主力合约涨 1.84%；沪深 300（IF）主力合约涨 0.88%；上证 50（IH）主力合约涨 0.09%。期债：10 年期（T）与 5 年期（TF）主力合约均微涨 0.02%，2 年期（TS）主力合约同样上涨 0.02%；而 30 年期（TL）主力合约表现相对较弱，下跌 0.23%。美股：美国三大股指全线收跌，道指跌 2.19%，标普 500 指数跌 1.52%，纳指跌 1.74%。存储板块继续大跌，美光科技跌近 10%，闪迪跌逾 7%，费城半导体指数跌超 5%。英伟达跌超 3%，特斯拉跌近 3%。SpaceX 跌超 3%。纳斯达克中国金龙指数



涨 1.73%。分析：7 月 30 日凌晨，美联储维持利率不变但罕见 3 张加息反对票，致美股尾盘跳水，全球风险偏好短期受抑。但结合国内政策面，外部冲击影响有限。近期央行每日投放超 6000 亿逆回购保持流动性充裕，证监会加大逆周期调节，国资密集增持托底。随着 7 月底中央政治局会议临近，市场预期高层将定调“持续稳定和活跃资本市场”，政策底已现。在内部政策护航与外部鹰派扰动的博弈下，资金将加速向有业绩支撑的消费、大金融及政策受益的科技低位标的轮动，近期注意红利板块的长期配置价值。值得注意的是，由于估值优势，近期海外资金从日韩股市撤离转向了港股。

【有色】盘面：夜盘各有色窄幅波动，收盘涨跌不一，市场等待美联储议息会议。沪铜低开后窄幅震荡，主力 9 月合约收 104520，较昨日收盘下跌 370，持仓总量减少 1 千余手；沪铝小幅收涨；沪锌、沪铅、沪锡和沪镍小幅收跌。分析：凌晨 2 点，美联储宣布，将联邦基金利率目标区间维持在 3.5%至 3.75%之间不变，符合市场预期。但本次决议出现了三张反对票，三名官员均主张加息 25 个基点，这是美联储内部的最强鹰派信号。美联储主席凯文·沃什在新闻发布会上的讲话也释放了偏鹰派的政策信号。他表示，美联储的政策制定者对当前通胀形势感到担忧，若有需要将“毫不犹豫采取行动”。美股三大指数尾盘大幅下跌，但同期美元指数大幅回落，利多今早外盘有色。近期国内主要有色如铜铝锡等库存持续去化，利多市场，但宏观情绪反复，使有色的反弹缺乏持续性。注意白天盘 A 股表现对有色影响。

【贵金属】昨日夜盘，沪金主力收 889.7，涨幅为 0.9%，沪银主力收 14324，涨幅为 1.84%。隔夜美 7 月议息会议召开，美联储主席沃什将市场利率上行视为金融条件已在收紧的信号，同时重申 2%通胀目标“没有任何弹性空间”，如果通胀在预测期内持续高企，利率上调“很可能成为解决方案的一部分”。并宣布实质性退出前瞻指引。与此同时，美伊冲突并未缓解，布伦特暴涨 8%重返 90 美元。30 年期美债收益率飙升创 2007 年 6 月以来最高，美三大股指重创。我们认为，AI 半导体叙事仍然延续，通胀确实存在。从美科技股来看，美科技企业大幅发债或持续推升利率中枢需求，对贵金属施压。联储沃什任职以来首次国会听证中，坚持了鹰派基调，年内对加息一次的定价仍未消散，目前外部局势多变的背景下，黄金建议短期观望。我们仍维持之前的观点，黄金目前仍缺乏完备的上行逻辑。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回调。

【黑色金属】周三夜盘螺纹热卷破位下跌，双焦铁矿震荡收跌。宏观方面，美联储拒绝降息，保留加息选项等态度对大宗商品整体构成利空。产业方面，焦炭第二轮提降全面落地。炼焦煤下游按需采购，价格偏弱。上周 Mysteel 统计五大品种钢材库存环比增加 13.35 万吨至 1629.41 万吨，表观需求环比下降 19.6 万吨至 824.08 万吨。螺纹总库存环比增加 0.75%至



697.7 万吨，热卷总库存增长 0.64%至 438.55 万吨；螺纹表观需求环比下降 4.02%至 196.22 万吨，热卷表需数据则环比减少 0.92%。高温多雨天气持续，限制户外施工进行，建材需求承压对钢价拖累作用明显。6 月我国钢坯出口 283.93 万吨，同比增长 141.5%；1-6 月钢坯出口 959.34 万吨，同比增长 62.8%。供应方面，上周五大品种钢材产量呈现小幅反弹趋势，周度总产量为 837.43 万吨，环比上涨 1.41%。具体看，螺纹周产量环比增加 2.34%至 201.44 万吨，热卷周产量环比增加 1.53%至 302.02 万吨。钢材产量环比增长，或将进一步加剧市场供应压力。上周日均铁水产量 237.71 万吨。9-10 月是钢材消费旺季。预计短期钢价震荡偏弱运行。

【农产品】夜盘双粕震荡收跌，油脂延续分化走势，豆油表现偏弱。因美豆产区天气好转，CBOT 大豆大幅下跌，国内双粕追随美豆跌势，同时国内进口大豆到港量充裕，豆粕供需基本面宽松或进一步压制豆粕上方空间。印尼将 2026 年棕榈油基生物柴油配额由 1565 万千升提高至 1675 万千升。生柴需求以及厄尔尼诺天气带来的减产预期对棕榈油价格有所支撑，但国内油脂供需基本面偏宽松也限制其涨幅。短期内油脂市场或延续分化走势，豆油在美豆下跌的带动下或延续弱势，关注后续产区天气情况变化。



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。

陈张晴

期货从业资格：F03133806

投资咨询资格：Z0024295

邮箱：chenzq@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

