



Future Gold Labs

项目官推: <https://x.com/futuregoldx>

项目 TG: <https://t.me/futuregoldlabs>

撰稿: Koi

审稿: [Jake Liu](#)

黄金市场周报

2026/07/04

一、价格走势回顾

本周五(7月3日纽约时段,北京时间7月4日凌晨),COMEX黄金期货涨1.49%报4187.30美元/盎司,本周累计上涨2.22%;COMEX白银期货涨2.04%报62.815美元/盎司,本周累计上涨5.39%。

本周黄金周初受美伊地缘局势分歧拖累持续下探创阶段新低,美联储沃什讲话偏谨慎且不提前释放利率路径信号令金价震荡承压,后半周依托日元异动美元走弱、美国非农数据大幅爆冷降温加息预期迎来强势反转反弹,最终收涨终结四周连跌走势。

周一,受上周末美伊霍尔木兹海峡交火影响,市场避险情绪波动、交投谨慎,黄金单日大跌超1.5%。美伊双方表态出现明显分歧,局势不确定性持续压制金价走势。

周二,市场避险抛压继续发酵,金价持续走低,一度下探3950美元/盎司,刷新去年11月以来低位。市场静待美联储官员讲话,观望情绪浓重,金价随后止跌企稳、窄幅震荡。

周三,美联储沃什发表讲话,虽强调控通胀但是看到近来通胀数据有所缓和、未释放宽松信号,不会提前向市场释放利率路径信号。市场多头信心不足、上行动能有限,黄金小幅收涨,成功站稳4000美元/盎司关口上方。

周四,市场行情迎来反转,日元大幅异动引发美元遭抛售,美元指数走弱。叠加美国6月非农数据大幅不及预期、前值持续下修,市场大幅降温美联储加息预期,黄金迎来强势反弹,单日涨幅亮眼。

周五,市场延续非农后的交易逻辑,美元持续承压走弱,多头资金持续入场。黄金延续反弹走势,不断冲高刷新两周新高,最终收涨收官,终结连续四周下跌的颓势。

二、本周披露美国主要经济指标及对黄金价格影响

1. 本周美国经济数据总结:

(1) 美国6月新增非农就业人口

美国劳工统计局周四公布6月非农就业数据,当月新增非农就业人口5.7万人,大幅低于市场预期(预期区间11万至11.3万人);4月、5月非农数据同步大幅下修,4月由17.9万人修正为14.8万人,5月由17.2万人修正为12.9万人,两个月合计下修7.4万人。失业率从5月4.3%小幅降至4.2%,但该变化并非就业形势好转,而是劳动参与率下滑至61.5%、部分劳动力退出求职市场所致。薪资方面,平均时薪环比增长0.3%、同比增长3.5%,符合市场预期,薪资粘性仍存。

(2) 美国6月ADP私营就业数据

6月ADP私营就业数据公布值为新增9.8万人,低于市场预期的11.8万人,前值为12.2万人,数据体现出美国私营企业招聘力度有所放缓,提前给市场传递出非农数据大概率偏弱的信号。

(3) 美国初请失业金(截至6月27日当周)

当周初请失业金人数录得 21.5 万人，略低于市场预期 21.8 万人，前值经修正后同样为 21.5 万人，申领失业救济的人数整体保持平稳，美国短期并未显现失业潮相关压力。

(4) 美国 6 月谘商会消费者信心指数

本次公布数值为 91.2，市场预期水平 94.4，经过修正之后前值为 90.6，整体数据表现不及市场预期，仅相比前月出现小幅抬升，反映当下美国民众整体消费信心表现平淡。

(5) 美国 6 月 ISM 制造业 PMI

数据最终录得 53.3，市场预期 53.9，上月数值为 54.0，指标持续运行在 50 临界点上方，制造业行业保持连续扩张态势，不过整体扩张力度相比前月有所减弱。

2. 对黄金价格影响

本周一系列美国就业与经济数据整体走弱，显著降温市场美联储加息预期，压制美元和美债收益率下行，为金价带来明显买盘支撑，推动金价自低位持续反弹走高。

三、美联储动态及美联储官员观点

1. 美联储动态和官员观点

➤ 美联储动态

美联储主席凯文·沃什 7 月 1 日在葡萄牙辛特拉欧央行年度论坛核心发言

① **通胀表态：**近四周美国通胀预期有所回落，但当前整体通胀水平依旧偏高，物价稳定仍是美联储首要政策目标，坚守 2% 通胀底线，不会容忍通胀长期超标。

② **利率指引调整：**正式弱化、取消利率前瞻性指引，回避 7 月议息会议是否加息的明确表态，强调议息会议内部充分讨论后再做决策，不会提前向市场释放利率路径信号，后续政策完全依托实时经济数据动态调整。

③ **缩表规划：**美联储后续会稳步推进缩表，但节奏极其缓慢，庞大资产负债表缩减周期漫长，不会快速落地缩表动作，已组建专项工作组统筹资产负债表、通胀框架、政策沟通机制改革研究，谋划全新货币政策运行路径。

④ **宏观视角：**关注人工智能对经济供给端、通胀格局的长期影响，政策制定会兼顾就业与通胀双重风险平衡。

➤ 美联储官员发言

旧金山联储主席玛丽·戴利：美国经济基本面具备韧性，但劳动力市场逐步显现降温迹象；关税、油价冲击仍存在推升通胀的潜在风险，当前货币政策处于小幅偏紧区间；美联储保留应对通胀反弹再度加息的可能性，也不排除经济走弱后的宽松空间，政策决策保持灵活观望，等待更多就业、通胀数据验证趋势。

2. 市场观察数据

➤ 主流市场终端数据

CME 美联储观察工具本周最新定价显示，当前基准利率区间维持 3.50% - 3.75%；6 月非农大幅不及预期落地后，7 月议息会议维持利率不变概率升至 82.4%，加息 25BP 概率仅 17.6%，7 月按兵不动基本成为市场共识。此前受偏强 PMI、偏高 PCE 通胀数据提振，市场曾将 9 月加息 25 个基点概率冲高至 69%，非农公布后该概率回落至 43.6%，9 月维持利率不变概率上行至 49.4%，加息 50BP 概率仅 7.1%；市场定价年内至少加息一次概率明显回落，全年降息预期基本归零。此前 6 月 FOMC 会议偏鹰基调持续发酵，叠加前期多位官员鹰派表态，市场中长期依旧定价“高利率维持更久”的政策格局。

3. 对黄金价格的影响

美联储整体表态边际转温和，叠加就业数据走弱压制加息预期，美元、美债收益率承压下行，降低无息黄金持有机会成本，直接利多金价，推动金价自低位反弹上涨。

四、美债收益率和美元指数

1. 美元指数方面

截至周五（7月3日）纽约尾盘，美元指数（DXY）日内涨0.01%报100.87，本周整体冲高回落、震荡收跌。周初受美伊地缘冲突不确定性、美联储沃什偏鹰表态支撑，美元一度小幅走强，维持高位震荡格局；周中日元短线大幅异动引发汇市干预预期，资金抛售美元，叠加美国6月非农数据大幅爆冷、前值持续下修，市场大幅降温美联储加息预期，美元承压持续走弱。虽然美国经济整体韧性仍存、年内加息预期并未完全消退，为美元提供底部支撑，但短期疲软就业数据主导行情，美元阶段性走弱，为黄金反弹创造利好条件。

2. 美国国债收益率方面

截至周四（7月2日）收盘，10年期美债收益率跌0.99BP报4.467%；本周整体冲高回落，全周收益率累计下行，期货波动区间4.25%-4.48%。走出明显冲高回落下跌行情。周初市场担忧地缘局势推升通胀叠加美联储鹰派立场，美债收益率小幅走高；随着6月非农就业数据大幅不及预期，美国经济降温信号凸显，市场大幅下调短期加息概率，7月加息预期骤降至15%，资金涌入美债避险，推动收益率持续回落。美债收益率下行，显著降低了无息资产黄金的持有成本，成为本周金价强势反弹的核心推手之一。

3. 对黄金的影响

本周美元走弱、美债收益率大幅回落，短期美联储加息预期降温，彻底缓解了前期压制黄金的紧缩利空。金价周初因地缘局势反复探底，后半周在经济数据驱动下强势反弹，成功终结四周连跌走势。

五、地缘政治与避险情绪

1. 中东·美伊博弈

➤ 周内主线：地缘情绪由紧张转向谈判缓和，避险降温

本周中东无新增大规模军事交火，市场焦点完全转向美伊外交谈判进展。周三卡塔尔官方确认，美伊间接谈判取得积极进展，双方针对谅解备忘录落地议题达成共识、同意持续推进对话；美国副总统万斯同步表态多哈谈判进展顺利，伊核专项磋商即将启动，本周地缘紧张情绪明显回落，避险买盘大幅退潮。

➤ 本周核心博弈动态

本周美伊以外交斡旋为主基调，双方围绕海峡通航规则、冻结资金释放、黎以停火监督、核问题管控四大议题开展技术性磋商。目前双方虽对外释放缓和信号，但核心分歧仍存：伊朗坚持霍尔木兹海峡管辖权、商船报备通行规则，同时要求美方约束以色列空袭行为；美方暂未实质性让步，仅维持对话通道开放。黎以局势本周持续僵持，无大规模升级，但也未实质性停战，冲突隐患仍在，小幅保留尾部避险支撑。

➤ 本周博弈隐患

美伊虽重启谈判，但双方核心利益分歧未解决，属于技术性缓和、结构性对峙，后续局势仍具备反复波动风险；以色列依旧保持对黎南部武装打击力度，地区局势无法完全维稳。

2. 俄乌冲突进展

➤ 战场陷入高强度拉锯，双向远程打击频发：

本周俄乌战场维持常态拉锯，无重大战线突破、部分冲突升级，整体对市场影响极弱，部分利多黄金行情驱动。

3. 对黄金的影响

本周中东地缘避险降温是核心变化，对油价以及通胀担忧降温对黄金有利；但叠加本周美国就业数据大幅走弱、美联储加息预期降温，利率端利多，最终带动黄金低位强势反弹、震荡上行。

六、关税政策风波持续引发金价震荡

1. 关税贸易政策进展

➤ 中美关税

本周7月2日商务部例行发布会明确，依托此前成立的中美贸易理事会，双方已敲定扩大农产品双向贸易的目标，原则上将相关品类纳入对等降税磋商框架，后续由两国企业按市场化节奏自主开展采购往来；美国对华12.5%附加关税进入7月7日听证会倒计时阶段，美方仍在推进关税退款相关上诉程序，贸易层面压制态势并未放松，中方前期出台的实体出口管制、政府采购限制类反制措施维持常态化落地运行。

另外美国现行 10% 全球临时附加关税即将在 7 月 24 日到期，美方计划用全新 301 关税方案进行替换，对华拟加征 12.5% 额外关税，相关听证程序本周持续推进。

➤ 美国全球关税新政

美方原定 8 月针对日韩、东南亚多国征收 25%-40% 区间关税的政策舆论持续发酵，贸易保护扩张方向没有调整；美国本土再生铝企业关税豁免申请处于常规审核阶段，本周无集中批复落地消息。

➤ 美欧关税

7 月 1 日欧盟跨境小包关税新规正式生效，取消 150 欧元以下小包免税政策，按商品品类统一征收固定税费；美方此前针对欧盟数字服务税扬言征收 100% 报复性关税的威胁持续悬置，欧盟一边抗辩美方差异化征税方案，一边继续推进对华混动汽车反补贴关税扩围调研；英国 7 月正式执行钢铁进口配额新规，超出免税额度的进口钢材将征收 50% 保障性关税。

2. 对黄金价格的影响

贸易壁垒持续存在推升输入型通胀潜在压力，一度强化市场对美联储偏鹰货币政策的预期，阶段性支撑美元、美债收益率走强，对金价形成压制；但本周美国 6 月非农就业数据大幅不及预期，市场下调美联储加息定价，利率端利空明显弱化，贸易摩擦带来的避险买盘小幅显现，对冲部分压制效果，贸易因素不再主导金价走势，金价整体跟随利率预期震荡反弹。

七、黄金市场观察

1. 央行黄金持仓统计持续坚定配置黄金——世界黄金协会

(1) 央行黄金持仓统计：各国央行持续增持黄金

- 5 月各国央行重回购金通道，增持力度有所回暖。最新披露数据显示，全球央行 5 月净增持黄金 41 吨，购金主力依旧集中在长期增持的传统经济体。
- 本轮购金主要由波兰（增持 18 吨）、中国（增持 10 吨）带动，乌兹别克斯坦、哈萨克斯坦延续月度常态化净买入；新加坡时隔自 2025 年 9 月后再度转为净买入，当月净购 4 吨。抛售方面，土耳其净卖出 3 吨、俄罗斯净卖出 6 吨；年初至今土耳其累计售金 81 吨，俄罗斯累计售金 34 吨。
- 年初至今购金排名：波兰累计增持 64 吨居首位，乌兹别克斯坦 33 吨、中国 25 吨分列二三位，哈萨克斯坦累计增持 20 吨排名第四。

即便金价阶段性波动，各国央行依旧认可黄金在储备资产中的战略价值。世界黄金协会第九期《2026 央行黄金储备调研报告》显示，89% 央行预计未来 12 个月全球央行总黄金储备继续上行；创纪录 45% 的央行计划自身增持黄金储备。

(2) 5 月及年初至今各国详细操作

- 波兰央行：5 月增持 18 吨，连续第四个月月度增持超 10 吨，为本年单月最高增量，年初累计增持 64 吨；当前黄金储备 614 吨，逐步向 700 吨储备目标靠拢。
- 中国央行：连续第 20 个月净购黄金，5 月增持 10 吨，为 2024 年 12 月以来月度最大增持量；年初累计增持 25 吨，跻身全球前三购金央行；当前黄金储备约 2331 吨，占本国总外汇储备比重 9%。
- 乌兹别克斯坦央行：5 月增持 9 吨，年初累计购金 33 吨，规模仅次于波兰；黄金占本国总储备比例已达 87%。
- 哈萨克斯坦央行：5 月增持 7 吨，年初净买入 20 吨，官方黄金储备 361 吨，占总储备 78%。
- 新加坡金融管理局：5 月买入 4 吨，2025 年 9 月以来首次月度净增持，总持仓升至 197 吨；新加坡计划 2026 年 10 月推出央行黄金托管业务，配合本国打造国际黄金中心、场外黄金清算体系。
- 捷克央行、约旦央行：5 月分别增持 2 吨、1 吨，捷克已连续 39 个月持续净购黄金。
- 俄罗斯央行：延续售金节奏，5 月减持 6 吨，年初累计卖出 34 吨，总黄金储备降至 2292 吨。
- 土耳其央行：5 月减持 3 吨，年内累计售金 81 吨。

(3) 韩国央行布局黄金 ETF

有消息称韩国央行已完成海外黄金 ETF 投资筹备，用于外汇资产多元化配置，因内部保密制度暂未确认

是否已经实际建仓。黄金 ETF 流动性高、仓储成本更低是其选择核心原因；当前韩国央行黄金储备 104 吨，仅占总储备 3%，在新兴市场央行中占比偏低。调研显示仅 4% 央行会通过黄金 ETF 渠道配置黄金，场外现货仍是央行购金主流方式。

(4) 拉美央行购金兴趣抬升

2026 年拉美地区央行购金活跃度明显提升：智利年内累计购金 8 吨，危地马拉 2 吨，玻利维亚、乌拉圭各增持 1 吨。虽然区域地缘存在扰动，但目前尚不能判断该购金趋势能否长期扩散延续。

八、下周展望和风险

7.07 周一：美国 7 月纽约联储制造业指数

7.08 周二：美国 6 月 CPI、6 月核心 CPI 通胀数据

7.09 周三：美国 6 月 PPI 生产者物价指数、EIA 原油库存数据

7.10 周四：美国当周初请失业金、6 月 FOMC 会议纪要

持续关注：美国 6 月 CPI、PPI 通胀数据为下周核心主线，将直接验证当前通胀粘性、修正美联储 9 月加息定价；FOMC 会议纪要将释放最新政策倾向，主导美元、美债收益率波动。美伊核谈判持续推进，地缘避险与油价通胀预期反复拉扯；盘面延续央行持续购金长期托底、美联储高利率预期短期压制的多空博弈格局，同时需重点警惕通胀数据超预期、会议纪要鹰派措辞、地缘突发波动带来的行情变数。

参考内容：

1. 标题：黄金站稳 4000 美元上方，但或将录得连续第四个月下跌 作者：克里斯蒂安·博尔洪·巴伦西亚
2. 标题：美债收益率下拖累美元，金价迎来反弹 作者：维沙尔·查图尔维迪
1. 标题：非农数据疲软削弱加息预期，金价走高 作者：克里斯蒂安·博尔洪·巴伦西亚
2. 标题：美国非农就业数据走弱，市场延后美联储加息预期，黄金有望斩获五周内首根周线收涨 作者：维沙尔·查图尔维迪
3. 标题：纽约商品交易所黄金期货（主力合约 GC00Y）行情报价 数据来源：芝加哥商品交易所/东方财富/万得
4. 标题：美元指数期货实时报价 数据来源：万得
5. 标题：现货黄金（XAUUSD）交易者交易思路 来源：TradingView 交易
6. 标题：周度经济与金融市场评析 作者：富国银行研究团队
7. 标题：各国央行持续坚定配置黄金 作者：世界黄金协会
8. 标题：黄金周度展望：市场下调短期加息预期，多头入场布局 作者：埃伦·森格泽

免责声明

本文件（包括通过引用纳入的信息）所含的部分陈述涉及对未来预期的讨论，或提供了其他前瞻性信息。这些陈述受已知及未知风险、不确定性及其他多种因素影响（其中部分因素超出我方控制范围），可能导致实际结果与陈述预期存在重大差异。前瞻性信息基于多种因素及假设得出。鉴于其中涉及的风险、假设及不确定性，无法保证本文件所含前瞻性信息将最终实现或被证实准确。可能导致实际结果与表述内容差异的重要因素包括但不限于：

- 按计划成功推广其产品及服务的能力；
- 吸引并留住优质员工的能力；
- 经济环境变化的影响；
- 获取充足债务或股权融资的能力；

阅读者确认知悉：

1. 本文件包含专有商业、财务及技术信息；
2. 任何对前瞻性陈述的依赖均需接收方自行承担风险；
3. 未经事先书面同意，不得以任何形式共享、复制或使用本文件内容。我方不承诺且无义务更新前瞻性信息以反映实际结果或假设变更。接收方接受本文件即同意对其保密，并应要求归还或销毁文件。