SAIKIX

為替手帳

一年の相場を、読み・記し・学ぶ

A Trader's Companion through the Year

2026

令和八年

壱

SAIKIX

VOLUME

初版 ・ 2026年版

EDITION

斉木勇一 著

使い方

手帳の構成 ・ 色分け ・ 書き込みの流れ

一　手帳の構成

カレンダーページ → 週間ページ → 巻末資料 の三段

I　カレンダーページ

月の俯瞰

月間カレンダー。重要イベント・市場休場・アノマリーを月単位で見渡し、戦略メモに方針を書く。

II　週間ページ

日々の記録

左ページで今週の山場に備え、右ページに日々の売買と週次レビューを記録する。毎日ひらく中心。

III　巻末資料

学び・参照

相場史絵巻・政策金利推移・アノマリー大全・通貨ペア相関表・用語集。学び、必要なとき調べて戻る。

二　色分けの意味

イベントの重要度と種類を、色で示している

朱

中央銀行・最重要

FOMC・日銀・ECB・英中銀の政策決定、米雇用統計、米CPI

黒（太字）

主要指標

米GDP・各国PMI・小売売上高など、太字で記す重要な経済指標

灰

参考指標

補助的な経済指標・各種統計や、欄外の細かな備考

琥珀

市場休場

ニューヨーク・ロンドン・東京の休場日。流動性が下がるので注意

金

アノマリー・季節性

セルインメイ・夏枯れなど統計的な癖、欄外の格言や注釈

三　書き込みの流れ

月のはじめ・週末・毎日、それぞれにすること

月のはじめに

カレンダーページで一月を見渡す

- 重要イベント（朱）の日に予定を確保
- アノマリーの帯（金色）に印を付ける
- 「今月の戦略メモ」に方針を書く
- 欄外コラムに目を通す

週末に

週間ページで今週を振り返り、来週に備える

- 週次レビューに「獲得pips・勝率」を記入
- 「ベストトレード・学び」を書き残す
- 翌週ページ左の「テーマ・注目ペア」を読む
- ヒートマップで山場の時間帯を把握

毎日

日々の欄に、売買と気づきを残す

- その日の重要指標の時刻に丸印
- 売買したら「残高 / 損益」を記入
- 余白に売買の根拠を一行で
- 気づき・反省を書き残す

SAIKIX

OI

睦月・一月

令和八年

小寒・大寒

テーマ　年初の初動が一年の方向を示唆（一月効果）

注目イベント　FOMC 1/27-28　日銀 1/22-23

アノマリー　1月後半：ドル売りの傾向（過去20年で勝率65%）

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 元日 全市場休場	2 **米雇用統計** 米ISM製造業	3 ○ 満月
4	5 東京・大発会 米ISM非製造業 米製造業受注	6 米ADP雇用 独失業率	7 米貿易収支 FOMC議事録	8 米卸売在庫 独鉱工業生産	9 米生産者物価 英GDP（11月）	10
11 ◑ 下弦	12 東京休場・成人の日	13 米財政収支 日経常収支	14 **米CPI** 英CPI	15 米小売売上高 米PPI	16 米鉱工業生産 米輸出入物価	17 ドル売りアノマリー
18	19 ● NY休場・MLK 新月	20 独ZEW景況感 米住宅着工	21 加CPI 英失業率	22 日銀 一日目 米中古住宅販売	23 **日銀 決定会合** 米PMI速報	24
25	26 ◐ 上弦 独イフォ景況感	27 FOMC 一日目 米耐久財受注	28 **FOMC 決定** 米GDP速報	29 米個人所得・支出 米PCEデフレータ	30 米雇用コスト指数 ユーロ圏GDP	31

今月の格言

"As goes January, so goes the year."

「一月の行方が、その年の行方を決める。」

— Stock Trader's Almanac, 1972

一月の動きが年間トレンドを示唆するとされる「一月効果」。為替でも年初の方向感は機関投資家の年間方針を反映しやすく、序盤の流れを軽視できない。

一月に起きたこと

1973.1　変動相場制への完全移行（スミソニアン体制崩壊）。戦後の固定相場制が終わり、現代の外国為替市場の歴史が始まる。

2015.1.15　スイスフラン・ショック。スイス国立銀行がユーロ／スイスフランの下限撤廃を電撃発表、ユーロ／スイスフランが15分で30%急落。

2024.1.29　日銀が三月のマイナス金利解除を示唆、ドル円が一段高。

今月の戦略メモ

▸ FOMC前後の値動き

会合前は様子見でレンジ、声明後にトレンド発生しやすい。発表五分後の初動には飛び乗らない。

▸ 米雇用統計（一月二日）の罠

年初は流動性が薄く、初動と巻き戻しが激しい。発表直後の三十分はスプレッド拡大に注意。

▸ 一月後半のドル売り

米国機関の年初リバランス。ドル円のショート優位が過去二十年で六十五%。

SAIKIX

01 WEEK · I

12月29日 — 1月4日

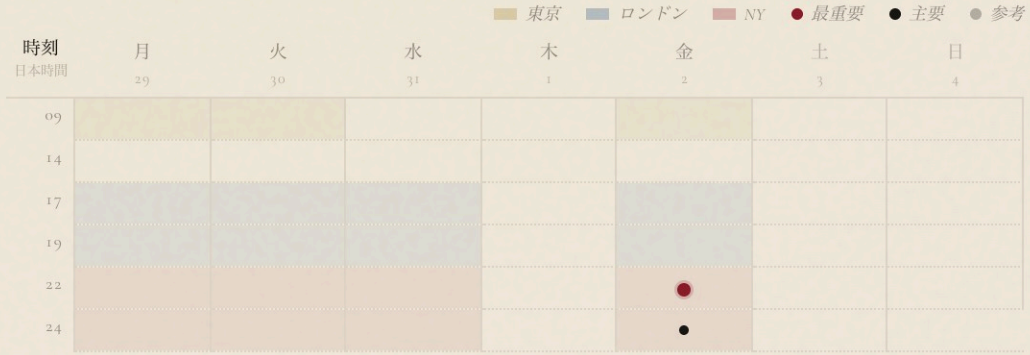
師走末・睦月初 第一週 · 越年の週

今週のテーマ

越年の低流動性、1/2雇用統計が最大の波乱要因

12/29-31は年末で東京勢が不在、1/1は全市場休場。週を通じ流動性が枯渇し、 わずかな注文で値が飛びやすい。1/2は年初第1金曜の米雇用統計（22:30）が最大の山場だが、 低流動性ゆえ反応が増幅されやすい。取引量を落とし、ポジションは軽めで臨むのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
年始フローと1/2雇用統計、低流動性の値飛び警戒

EUR / USD
低流動性レンジ、NFPで一方向へ放れやすい

GBP / JPY
スプレッド拡大・スリッページ注意、軽め推奨

今週のクセ · 年初リバランスフロー

米欧の機関投資家は年明けに前年の資産配分を組み直すため、1/2前後にドル絡みの リバランスフローが出やすい。買い・売りどちらに傾くかは年によって異なり事前には 読めない。方向を当てに行かず、フローが出尽くした後の流れに乗るのが安全。

年初フロー **強**　*方向の予測* **困難**　*推奨* **通過後追随**

売買日誌

29 DEC — 4 JAN

29 *Mon* 月
- 東京市場 年末取引・流動性低下
- 主要経済指標なし

残高 / 損益

30 *Tue* 火
- 東証 大納会（株式最終売買日）
- 欧米は通常取引・低流動性

残高 / 損益

31 *Wed* 水
- 東京休場 · 年末
- 大晦日、超低流動性で値飛び注意
- 欧州一部市場 短縮取引

残高 / 損益

1 *Thu* 木
- 全市場休場 · 元日
- 取引なし、持ち越しポジション管理のみ

残高 / 損益

2 *Fri* 金
- 22:30 **米 雇用統計（12月）— *年初最大の波乱要因***
- 24:00 米 ISM製造業景況指数（12月）
- ロンドン・NY市場 通常再開
- 22:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

3 *Sat* 土
- *振り返り · 年末相場のレビュー*

メモ

4 *Sun* 日
- *来週準備 · 年初トレンド始動前*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

02 WEEK · II

1月5日 — 1月11日

睦月 第二週 · 年初本格始動

今週のテーマ

年初の本格始動、大型イベント不在で年初トレンドの真贋を見極める

新年最初のフルウィーク。年末年始の低流動性が明けて流動性が回復する一方、日銀（1/22）・FOMC（1/27）を控え大型指標もなく方向感は出にくい。1/2に付けた 年初の値位置を起点に、トレンド継続か早期否定かを見極める週。飛びつかず 押し目・戻りを待つ姿勢が有効。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
日銀・FOMC前で動意薄、年初レンジ上下端を確認

EUR / USD
欧米金利差の年初再評価、レンジ内で方向探り

AUD / JPY
リスク選好の風見鶏、年初の地合いを映しやすい

今週のクセ · 年初レンジの形成

大型イベントの少ない年初の数週間で付ける高値・安値は、その年の重要な節目として 年内に繰り返し意識されやすい。今週の値幅の上下端は記録しておく価値がある。 方向の決め打ちはせず、レンジ上下でのリアクションを観察するのが定石。

年初レンジの節目化 **傾向あり**　大型イベント **なし**　推奨 **水準記録**

売買日誌

5 — 11 JAN

5 Mon 月

		残高 / 損益
18:00	ユーロ圏 製造業PMI改定（12月）	
24:00	米 製造業受注（11月）	

6 Tue 火

		残高 / 損益
22:30	米 貿易収支（11月）	
24:00	米 ISM非製造業景況指数（12月）	
19:00	ユーロ圏 生産者物価（11月）	

7 Wed 水

		残高 / 損益
22:15	米 ADP雇用統計（12月）	
16:00	独 製造業受注（11月）	
24:00	米 卸売在庫（11月）	

8 Thu 木

		残高 / 損益
22:30	米 新規失業保険申請件数	
16:00	独 鉱工業生産（11月）	
19:00	ユーロ圏 小売売上高（11月）	

9 Fri 金

		残高 / 損益
16:00	独 貿易収支（11月）	
–	週末持ち高調整、来週は日銀・FOMC週	

10 Sat 土

		メモ
–	*振り返り · 年初1週間のトレンド検証*	

11 Sun 日

		メモ
–	*来週準備 · 日銀・FOMC週に向けて*	

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

03 WEEK · III

1月12日 — 1月18日

睦月 第三週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIが日銀・FOMC織り込みを左右、週後半はドル売り入り

1/14の米CPIが今週最大の山場。翌週以降の日銀（1/22）・FOMC（1/27）を控え、結果が両会合の利下げ/据え置き観測を左右する。CPI通過まではポジション軽め、結果が出たら素直にドル金利・ドル円方向へ。1/16以降は後述の季節要因で 戻り売り目線も併用する。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 12	火 13	水 14	木 15	金 16	土 17	日 18
09							
14							
17	●	●	●		●		
19		●					
22		●	●	●	●		
24			●	●	●		

USD / JPY
1/14 CPIが日銀・FOMC織り込みを左右、結果方向に素直

EUR / USD
米CPI後のドル金利再評価、レンジ放れを観察

GBP / USD
火曜の英雇用と米CPIで上下動意、イベント集中

今週のクセ · 1月後半のドル売り

米国系機関投資家の年初リバランス（米資産売却→海外資産購入）に伴うドル売り需要が 1/16以降に集中しやすい。今週後半からその地合いに入り、ドル円・ドルストレートは 戻り売り優位になりやすい。CPIの結果と方向が一致すれば値幅が伸びる。

過去20年勝率 65%　*平均値幅* −1.2%　*最大DD* +0.6%

売買日誌

12 — 18 JAN

12 *Mon* 月
16:00 英 月次GDP（11月）
– 週初、CPI待ちで動意薄
残高 / 損益

13 *Tue* 火
16:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
19:00 独 ZEW景況感（1月）
22:30 米 NY連銀製造業景気指数（1月）
残高 / 損益

14 *Wed* 水
22:30 **米 消費者物価指数（12月）— *日銀・FOMC前の最重要***
19:00 **ユーロ圏 鉱工業生産（11月）**
28:00 米 ベージュブック（地区連銀経済報告）
残高 / 損益

15 *Thu* 木
22:30 米 小売売上高（12月）
22:30 米 生産者物価（12月）
22:30 米 新規失業保険申請件数
24:00 米 NAHB住宅市場指数（1月）
残高 / 損益

16 *Fri* 金
16:00 英 小売売上高（12月）
22:30 米 住宅着工件数（12月）
24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（1月）
– 1月後半のドル売りアノマリー入り
残高 / 損益

17 *Sat* 土
– *振り返り · CPI反応とトレンド整理*
メモ

18 *Sun* 日
– *来週準備 · 日銀・FOMC週へ（NY休場明け）*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

04 WEEK · IV

1月19日 — 1月25日

睦月 第四週 · 日銀ウィーク

今週のテーマ

日銀の意思決定を読む週、FOMC前週の様子見

1/22-23のMPMが今週最大のイベント。利上げ示唆/据え置き/タカ派据え置きの三択。 翌週FOMCを控えるため、ドル円は方向感を出しづらく、円クロスのレンジ取りが有効。 金曜の植田会見後にトレンドが発生しやすい。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
日銀コアシナリオ、植田会見の含意を読む

EUR / JPY
クロス円で会合前のレンジ取り狙い

USD / CAD
水曜カナダCPI、原油との連動を注視

今週のクセ · 1月後半のドル売り

米国系機関の年初リバランスに伴うドル売り需給が1/16〜31に集中。日銀会合を前に ドル円が動きにくい中でも、この背景需給が上値を抑え、植田会見後の円高方向に 弾みが付きやすい。会合の結果に関わらず戻り売り優位の地合いと心得る。

過去20年勝率 65%　平均値幅 −1.2%　最大DD +0.6%

売買日誌

19 — 25 JAN

19 Mon 月
NY休場 · MLKデー
14:00 日 機械受注（11月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

20 Tue 火
19:00 ユーロ圏 経常収支（11月）
22:30 加 住宅着工件数（12月）
24:00 米 中古住宅販売（12月）
残高 / 損益

21 Wed 水
16:00 英 消費者物価（12月）
22:30 加 消費者物価（12月） — BOC判断材料
残高 / 損益

22 Thu 木
– 日銀 金融政策決定会合 1日目
18:00 ユーロ圏 消費者信頼感速報（1月）
24:00 米 景気先行指数（12月）
残高 / 損益

23 Fri 金
12:00 日銀 政策決定 — 展望レポート同時公表
15:30 植田総裁 記者会見
08:30 日 全国CPI（12月）
23:45 米 PMI速報（1月）
残高 / 損益

24 Sat 土
– 振り返り · 日銀の判断と円の反応
メモ

25 Sun 日
– 来週準備 · FOMC（1/27-28）週へ
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

05 WEEK · V

1月26日 — 2月1日

睦月末・如月初 第五週 · FOMCウィーク

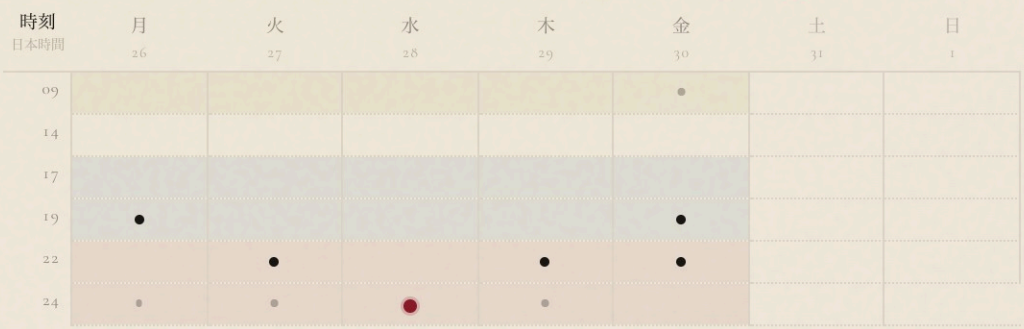
今週のテーマ

FOMC声明が今週の主役、月末フローが値動きを増幅

1/27-28のFOMC、結果は日本時間29日早朝に判明。1月会合は経済見通し（SEP）非公表回のため、声明とパウエル会見の文言が全て。据え置き濃厚でも利下げ示唆の 有無で振れる。週末はPCE物価と月末リバランスが重なり、低流動性時間帯の値飛びに注意。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
FOMC声明の利下げ示唆に最も素直、月末フローも上値圧迫

EUR / USD
金曜ユーロ圏GDPと米PCE、FOMC後の金利差再評価

AUD / USD
リスク選好の代理、FOMC通過後のドル全面を映す

今週のクセ · 月末フロー（ロンドンFIX）

月末最終営業日（1/30）はリバランス目的の機関注文がロンドン16時フィックス（日本時間1:00頃）に集中。事前のポジション傾きと逆へ振れることが多く、低流動性の割に値が飛ぶ。FOMC直後と重なるため、方向を固定せず短期で値幅を取る。

月末リバランス **集中**　*FIX前後* **値飛び**　*推奨* **短期回転**

売買日誌

26 JAN — 1 FEB

26 *Mon* 月
18:00 独 Ifo企業景況感（1月）
24:00 米 新築住宅販売（12月）
– FOMC待ち、週初は様子見
残高 / 損益

27 *Tue* 火
– **FOMC 1日目**
22:30 米 耐久財受注（12月）
24:00 米 消費者信頼感（1月・CB）
残高 / 損益

28 *Wed* 水
28:00 **FOMC 政策金利・声明** — *SEPなし回*
28:30 **パウエル議長 記者会見**
– 日中は結果待ち、ポジション縮小
残高 / 損益

29 *Thu* 木
22:30 米 GDP速報（Q4） — *年末の成長率*
22:30 米 新規失業保険申請件数
24:00 米 住宅販売保留指数（12月）
残高 / 損益

30 *Fri* 金
22:30 米 PCEデフレーター（12月） — *FRB重視の物価*
19:00 ユーロ圏 GDP速報（Q4）
08:30 日 東京都区部CPI（1月）
– 月末ロンドンFIX、値飛びに注意
残高 / 損益

31 *Sat* 土
– *振り返り · FOMCと月末フローの整理*
メモ

1 *Sun* 日
– *来週準備 · ECB・英MPC・米雇用統計週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

02 如月・二月

令和八年

立春・雨水

テーマ　米雇用統計・CPIに反応、株は節分天井・彼岸底の時期

注目イベント　ECB 2/4-5　MPC 2/5　米雇用統計 2/6

アノマリー　月後半は円高バイアス、低流動性に警戒

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ○ 満月 米ISM製造業	3 ユーロ圏CPI速報 米製造業受注	4 ECB 一日目 米ADP雇用	5 ECB 理事会 MPC（英）	6 米雇用統計 加雇用統計	7
8	9 ◑ 下弦 日経常収支	10 米卸売在庫 日工作機械受注	11 米CPI 米財政収支	12 米生産者物価 英GDP（四半期）	13 米小売売上高 米ミシガン消費者信頼感	14
15	16 NY休場・大統領の日	17 ● 新月 独ZEW景況感	18 英CPI FOMC議事録	19 米フィラデルフィア連銀 米景気先行指数	20 米PMI速報 日CPI（一月）	21
22 円高アノマリー	23 独イフォ景況感 米中古住宅販売	24 ◐ 上弦 米消費者信頼感	25 米新築住宅販売 独GfK消費者信頼感	26 米GDP改定値 米耐久財受注	27 米PCEデフレータ 米個人所得・支出	28
1	2	3	4	5	6	7

今月の格言

"The trend is your friend until the end when it bends."

「トレンドは友。ただし、それが折れる最後の時までは。」

— Ed Seykota

二月は米二大指標の反応を見極める月。順張りの利は厚いが、節分天井から彼岸底へと相場が屈曲する転換点でもある。トレンドの「終わり」を見落とさない目を持ちたい。

二月に起きたこと

1973.2 スミソニアン体制が崩壊。固定相場の維持が断念され、主要通貨は変動相場制へ移行。現代の外国為替市場が本格的に始動した。

1987.2 ルーヴル合意。プラザ合意後のドル安進行に歯止めをかけるべく、G7が為替レートの安定で協調。ドル円相場の節目となった。

2018.2.5 VIXショック。米株急落に連動しボラティリティが急騰、リスク回避の円買いが加速した。

今月の戦略メモ

▸ 米二大指標の反応観察

雇用統計（二月六日）とCPI（二月十一日）の連動を見極める。初動より発表後の巻き戻し方向を確認する。

▸ プレジデントデーの低流動性

二月十六日はNY休場。流動性が枯れ、ストップを巻き込みやすい。週明けの低流動性帯は深追いしない。

▸ 月後半の円高傾向

節分天井・彼岸底の入口。月後半はリスク回避の円買いが出やすく、ドル円のロングは利を伸ばし過ぎない。

SAIKIX

06 WEEK · VI

2月2日 — 2月8日

如月 第一週 · ECB・NFPウィーク

今週のテーマ

木曜にBOE・ECB連発、金曜は米雇用統計 — 一週で三大イベント

今週は中銀とNFPが集中。木2/5にBOE（21:00）とECB（22:15・ラガルド会見22:45）が 連続、金2/6に米雇用統計。週前半は持ち高を軽くし、木曜欧州時間と金曜22:30に 勝負を寄せる。イベント前のレンジ取りより、結果方向への順張りが有効。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
09							
14							
17							
19	●	●	●				
22			●	●	●		
24	●	●	●		●		

USD / JPY
金曜NFPで方向、米金利の振れに最も素直

EUR / USD
木曜ECB・ラガルド会見の含意、NFP前後で増幅

GBP / USD
木曜BOEの票割れ・ガイダンス、ポンド単独要因

今週のクセ · 雇用統計の初動だまし

NFPは発表直後に急伸（急落）した後、数分で半値以上戻し、その後あらためて 本命方向へ動くパターンが繰り返されやすい。最初のスパイクに飛び乗ると往復で 損切りになりがち。初動の振れを見送り、二次反応の方向に乗るのが安全。

初動の往復 **頻発**　*本命方向* **5–15分後**　*推奨* **初動見送り**

売買日誌

2 — 8 FEB

2 Mon 月

24:00	米 ISM製造業景況指数（1月）
18:00	ユーロ圏 製造業PMI改定（1月）
–	中銀連打週、序盤は様子見

残高 / 損益

3 Tue 火

24:00	米 JOLTS求人件数（12月）
19:00	ユーロ圏 生産者物価（12月）
–	木曜の中銀に向け持ち高調整

残高 / 損益

4 Wed 水

–	**ECB理事会 1日目**
22:15	米 ADP雇用統計（1月）
24:00	米 ISM非製造業景況指数（1月）
18:00	ユーロ圏 サービス業PMI改定（1月）

残高 / 損益

5 Thu 木

21:00	**英 MPC 政策金利**
22:15	**ECB 政策金利** — *ラガルド会見22:45*
22:30	米 新規失業保険申請件数
–	欧州時間にボラ集中、損切り徹底

残高 / 損益

6 Fri 金

22:30	**米 雇用統計（1月）** — *今週の本命*
22:30	加 雇用統計（1月）
28:00	米 消費者信用残高（12月）
–	初動はだましに注意（クセ参照）

残高 / 損益

7 Sat 土

–	*振り返り · 中銀連打とNFPの結果整理*

メモ

8 Sun 日

–	*来週準備 · 米CPI（2/11）週へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

07 WEEK · VII

2月9日 — 2月15日

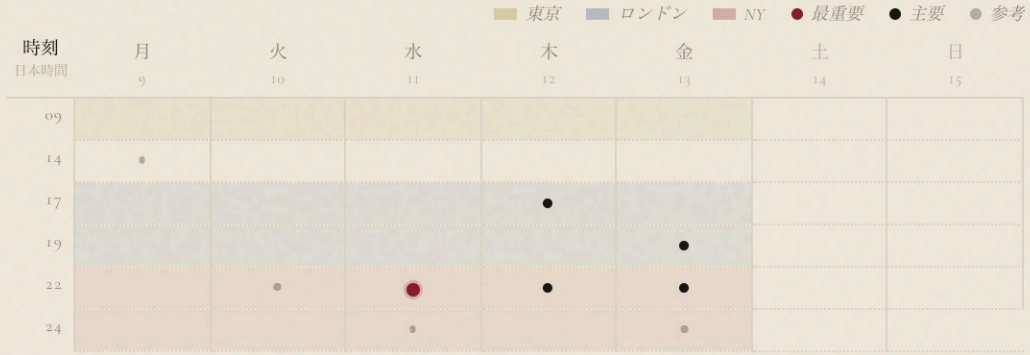
如月 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIが利下げ織り込みを動かす、FOMCひと月前の最重要週

2/11の米CPIが今週最大の山場。3/17-18のFOMCを約1か月後に控え、結果が利下げ 確率を直接動かす。CPI通過まではポジション軽め、結果が出たらドル金利・ドル円 方向へ素直に。金曜は米3連休（2/16）前で手仕舞いが出やすく、引けにかけ流動性が低下。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
2/11 CPIで米金利が振れ、最も素直に反応

EUR / USD
CPI後のドル金利再評価、金曜ユーロ圏GDP改定も

USD / CAD
ドル全面の動きに連動、原油動向と合わせ観察

今週のクセ · 米3連休前の手仕舞い

金2/13は米プレジデントデー（2/16）前。米国勢が連休のリスクを避けて持ち高を 整理するため、引けにかけ流動性が落ち、CPIで出たトレンドも一旦止まりやすい。 連休明けに再開する想定で、金曜は深追いせず利確を優先する。

金曜引け **手仕舞い**　*流動性* **低下**　*推奨* **利確優先**

売買日誌

9 — 15 FEB

9 Mon 月
- 14:00 日 景気ウォッチャー調査（1月）
- – CPI待ち、週初は動意薄

残高 / 損益

10 Tue 火
- 22:00 米 NFIB中小企業楽観指数（1月）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

11 Wed 水
- 22:30 **米 消費者物価指数（1月）** — *FOMC織り込みの主役*
- 28:00 米 月次財政収支（1月）
- – CPI後はドル金利に直結

残高 / 損益

12 Thu 木
- 22:30 米 生産者物価（1月）
- 16:00 英 月次GDP（Q4・12月）
- 22:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

13 Fri 金
- 22:30 米 小売売上高（1月） — *CPIに次ぐ注目*
- 19:00 ユーロ圏 GDP改定（Q4）
- 24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（2月）
- – 3連休前、米国勢の手仕舞い

残高 / 損益

14 Sat 土
- – *振り返り · CPIの反応とトレンド整理*

メモ

15 Sun 日
- – *来週準備 · 米3連休（プレジデントデー）明けへ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

08 WEEK · VIII

2月16日 — 2月22日

如月 第三週 · 議事録ウィーク

今週のテーマ

米休場明けの閑散、FOMC議事録と各国PMI速報で材料拾い

月2/16は米プレジデントデーで休場、週前半は低流動性。今週の中心は水2/18の FOMC議事録（1月会合）で、利下げ時期のヒントを探る。金2/20は日本の全国CPIと 日米欧のPMI速報が重なる。大型の中銀イベントはなく、レンジと指標での 短期回転が中心になる。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜の日本CPIと米PMI、日銀3月会合の下準備

EUR / USD
金曜ユーロ圏PMI速報、議事録後のドル金利を観察

GBP / USD
水曜の英CPI、ポンド単独の物価材料

今週のクセ · 連休明けのギャップ追随

米3連休明け（火2/17）はオセアニア時間の低流動性で窓が開きやすく、その方向が 週前半のトレンドに繋がりやすい。窓埋め狙いの逆張りより、明けの流れに順張り する方が分が良い。指標が薄いぶんテクニカルも効きやすい週。

連休明け **窓発生**　*週前半* **方向継続**　*推奨* **順張り**

売買日誌

16 — 22 FEB

16 *Mon* 月
NY休場 · プレジデントデー
08:50 日 GDP速報（Q4・1次）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

17 *Tue* 火
19:00 独 ZEW景況感（2月）
24:00 米 NAHB住宅市場指数（2月）
– 連休明け、窓の方向に注意
残高 / 損益

18 *Wed* 水
16:00 英 消費者物価（1月）
22:30 米 住宅着工件数（1月）
28:00 FOMC議事録（1月会合）— *利下げ時期の手掛かり*
残高 / 損益

19 *Thu* 木
22:30 米 新規失業保険申請件数
22:30 米 フィラデルフィア連銀製造業（2月）
19:00 ユーロ圏 消費者信頼感速報（2月）
残高 / 損益

20 *Fri* 金
08:30 日 全国CPI（1月）— *日銀3月会合の材料*
18:00 ユーロ圏 PMI速報（2月）
23:45 米 PMI速報（2月）
24:00 米 中古住宅販売（1月）
残高 / 損益

21 *Sat* 土
– *振り返り · 議事録とPMIの整理*
メモ

22 *Sun* 日
– *来週準備 · 月末・3月FOMC週前へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

09 WEEK · IX

2月23日 — 3月1日

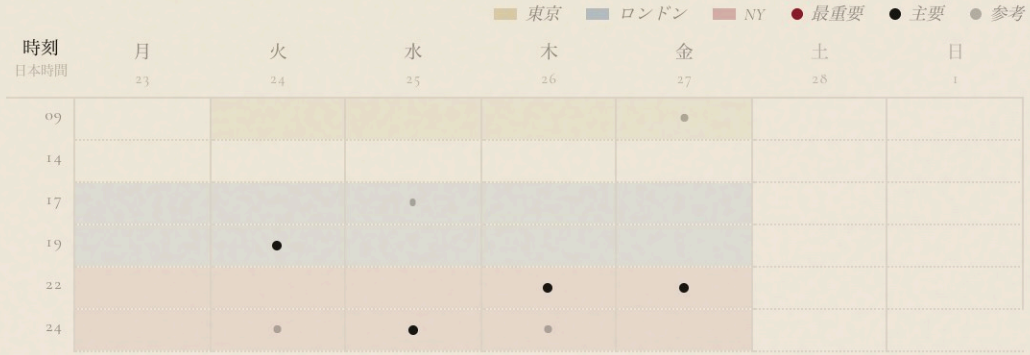
如月末・弥生初 第九週 · 月末PCEウィーク

今週のテーマ

月末PCEが2月の総決算、3月FOMC前の物価確認

金2/27の米PCEデフレーター（1月）が今週の中心。3/17-18のFOMCを前に、FRBが 最重視する物価指標を確認する。週前半は月またぎの調整で動意薄、木曜のGDP改定・ 耐久財から徐々に材料が増える。月末の実需フローと重なり、ドル円は上値が重い。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜PCEと月末の国内実需、上値の重さを確認

EUR / USD
金曜の独CPI速報、ユーロ圏インフレの方向

USD / CAD
木曜の米GDP改定・耐久財、原油と合わせ観察

今週のクセ · 国内実需の月末円買い

2月最終営業日（2/27）前後は国内輸出企業の決算対応で円買い・ドル売りが断続的に 出やすい。3月の期末レパトリ（3/1〜）の前触れで、ドル円は上値が重くなりやすい。 実需は時間が読めるため、仲値（9:55）前後とロンドンFIXに警戒する。

月末実需 **円買い**　*ドル円上値* **重い**　*推奨* **戻り売り**

売買日誌

23 FEB — 1 MAR

23 Mon 月
東京休場 · 天皇誕生日
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

24 Tue 火
19:00 独 Ifo企業景況感（2月）
24:00 米 消費者信頼感（2月・CB）
– 月末フロー始動、様子見
残高 / 損益

25 Wed 水
24:00 米 新築住宅販売（1月）
16:00 独 GfK消費者信頼感（3月）
– 月末調整、ポジションを軽く
残高 / 損益

26 Thu 木
22:30 米 GDP改定（Q4・2次）
22:30 米 耐久財受注（1月）
22:30 米 新規失業保険申請件数
24:00 米 住宅販売保留指数（1月）
残高 / 損益

27 Fri 金
22:30 米 PCEデフレーター（1月）— *FRB重視の物価*
22:00 独 消費者物価速報（2月）
08:30 日 東京都区部CPI（2月）
– 月末ロンドンFIX・国内実需に注意
残高 / 損益

28 Sat 土
– *振り返り · PCEと月末フローの整理*
メモ

1 Sun 日
– *来週準備 · 米雇用統計（3/6）週・3月相場へ*
メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

03 弥生・三月

令和八年

啓蟄・春分

テーマ　日本の年度末で円買い（レパトリ）、米欧の重要指標が集中

注目イベント　FOMC 3/17-18　日銀 3/18-19　ECB 3/18-19

アノマリー　3/1-8：レパトリの円買い、勝率58%

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
1 円買いアノマリー	2 米ISM製造業 米建設支出	3 ○ 満月 ユーロ圏CPI速報	4 米ADP雇用 米ISM非製造業	5 米貿易収支 独製造業受注	6 **米雇用統計** ユーロ圏GDP改定	7
8	9 日GDP改定（10-12月） 日経常収支	10 中国CPI 米中小企業楽観指数	11 ◑ **米CPI** 下弦	12 米生産者物価 米新規失業保険	13 米ミシガン消費者信頼感 独CPI改定	14
15	16 米小売売上高 米NY連銀製造業	17 **FOMC 一日目** 米住宅着工	18 **FOMC 決定・会見** 日銀・ECB 一日目	19 ● **日銀・ECB・英MPC 決定** 新月	20 春分 東京休場・春分 米景気先行指数	21
22	23 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	24 独イフォ景況感 米新築住宅販売	25 英CPI 米耐久財受注	26 ◐ 上弦 米GDP確定値	27 米PCEデフレータ 米個人所得・支出	28
29	30 独CPI速報 米中古住宅販売仮契約	31 年度末 日鉱工業生産 米シカゴPMI	1	2	3	4

今月の格言

"Markets can remain irrational longer than you can remain solvent."

「市場は、あなたの資金が尽きるよりも長く、不合理であり続ける。」

— John Maynard Keynes

三月は日本の年度末。国内勢のレパトリ需要が円高圧力となる一方、米欧の中銀会合と主要指標が一週間に集中し、需給と材料が交錯する。理屈より資金フローが価格を動かす月。

三月に起きたこと

2008.3　ベアスターンズが事実上破綻、JPモルガンが救済買収。サブプライム危機が金融システム全体へ波及、リスク回避の円高が加速した。

2020.3　コロナショック。世界株が暴落し、FRBが緊急利下げと無制限量的緩和を実施。ドル流動性逼迫でドルが全面高となった。

2024.3　日銀がマイナス金利政策を解除、17年ぶりの利上げ。市場は織り込み済みでドル円はむしろ円安方向に振れた。

今月の戦略メモ

▸ **年度末のレパトリ需要**

国内機関の決算に伴う円転フロー。月初から仲値にかけて円高が出やすく、過去傾向で勝率五十八%。

▸ **三月十八日前後の集中**

FOMC・日銀・ECBが同週に重なる。声明の方向が食い違うとクロス円が乱高下、ポジションは軽めに。

▸ **期末仲値の歪み**

三月三十一日は東京仲値で実需フローが膨らむ。値が飛びやすく、低流動性での逆指値設定に注意。

SAIKIX

IO WEEK · X

3月2日 — 3月8日

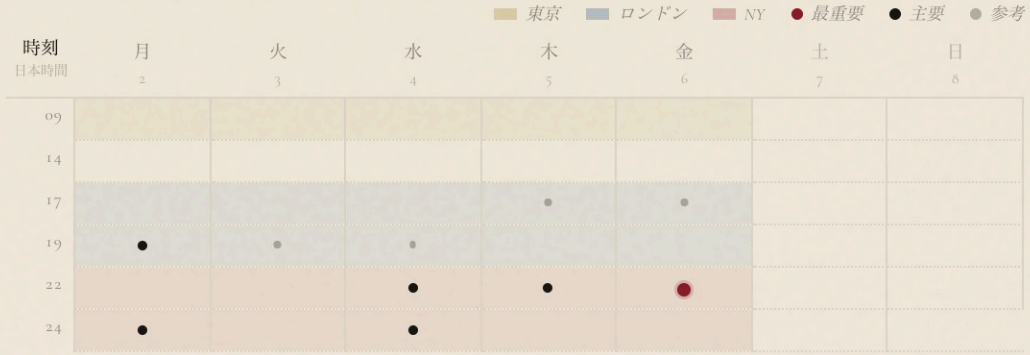
弥生 第一週 · NFPウィーク

今週のテーマ

金曜NFPが中銀ウィーク前の関門、背景は期末の円買い

金3/6の米雇用統計が今週最大の山場。来週3/17-19にFOMC・日銀・ECBが集中する 中銀ウィークを控え、NFPがその織り込みを左右する。背景で期末レパトリの円買いが 効き、ドル円は上昇しても重く下落は伸びやすい非対称地合い。前半はISMで確認。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜NFPで方向、ただし期末円買いで上値は重い

EUR / USD
NFP後のドル金利、3/18 ECB前の様子見

AUD / JPY
クロス円、円買いアノマリーの影響を最も受けやすい

今週のクセ · 期末レパトリの円買い

日本の機関投資家・輸出企業が3月期末に向け外貨建て資産を円転（レパトリ）。 3/1〜3/8に円買い需要が集中しやすく、ドル円・クロス円は上値が重い。 戻り売りが機能しやすく、上昇局面は売り場を探す姿勢が有効。

過去20年勝率 58%　平均円高幅 +1.0%　推奨 戻り売り

売買日誌

2 — 8 MAR

2 Mon 月
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（2月）
- 24:00 米 ISM製造業景況指数（2月）
- 18:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（2月）

残高 / 損益

3 Tue 火
- 19:00 ユーロ圏 生産者物価（1月）
- – 雇用統計週、序盤は調整

残高 / 損益

4 Wed 水
- 22:15 米 ADP雇用統計（2月）
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（2月）
- 18:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（2月）
- 28:00 米 ベージュブック

残高 / 損益

5 Thu 木
- 22:30 米 貿易収支（1月）
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- 16:00 独 製造業受注（1月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

6 Fri 金
- 22:30 **米 雇用統計（2月）— 今週の本命**
- 22:30 加 雇用統計（2月）
- 16:00 独 鉱工業生産（1月）
- – 期末円買いで上値重い（クセ参照）

残高 / 損益

7 Sat 土
- – 振り返り · NFPと円買い地合いの整理

メモ

8 Sun 日
- – 来週準備 · 米サマータイム開始、中銀ウィークへ

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

II WEEK · XI

3月9日 — 3月15日

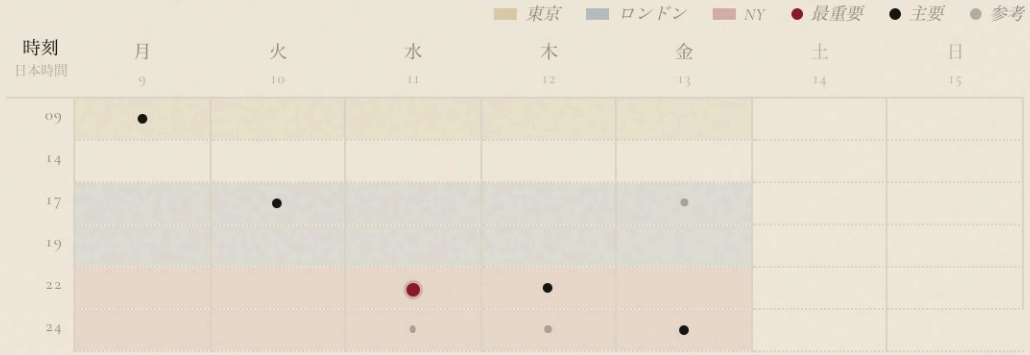
弥生 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIがFOMC直前の最終判断材料、通過後はブラックアウトで収縮

水3/11の米CPIが来週3/17-18 FOMC前の最後の大材料。3/8からの米サマータイムで 指標時刻は1時間前倒し（CPIは21:30）。FRBはブラックアウトで発言が途絶え、 CPI後は新規材料難からレンジが収縮しやすい。初動の往復に注意し、通過後は深追い回避。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
3/11 CPI（21:30）で米金利が振れ、最も素直に反応

EUR / USD
CPI後のドル金利、来週ECB前のレンジ

GBP / USD
火曜の英雇用統計、ポンド単独の地合い

今週のクセ · FOMC前週のレンジ収縮

来週3/17-18 FOMCを控え、FRB高官は3/7からブラックアウトで発言が途絶える。 今週の米CPI（3/11）が会合前の唯一の大材料で、通過後は新規材料難から値幅が 収縮しポジション調整中心になりやすい。CPI後の往って来いに注意。

ブラックアウト **発言空白**　*CPI後* **レンジ収縮**　*推奨* **利食い優先**

売買日誌

9 — 15 MAR

9 *Mon* 月
- 08:50 日 GDP改定（Q4・2次）
- – 米サマータイム入り、指標は1時間前倒し

残高 / 損益

10 *Tue* 火
- 16:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

11 *Wed* 水
- 21:30 **米 消費者物価指数（2月）** — *FOMC前の最終判断材料*
- 27:00 米 月次財政収支（2月）
- – CPI後はFOMC織り込みが収束

残高 / 損益

12 *Thu* 木
- 21:30 米 小売売上高（2月）
- 21:30 米 生産者物価（2月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 23:00 米 企業在庫（1月）

残高 / 損益

13 *Fri* 金
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（3月）
- 16:00 英 月次GDP（1月）
- – 来週は中銀ウィーク、持ち高整理

残高 / 損益

14 *Sat* 土
- – *振り返り · CPIとFOMC織り込みの整理*

メモ

15 *Sun* 日
- – *来週準備 · 中銀ウィーク（FOMC・日銀・ECB 3/17-19）へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

12 WEEK · XII

3月16日 — 3月22日

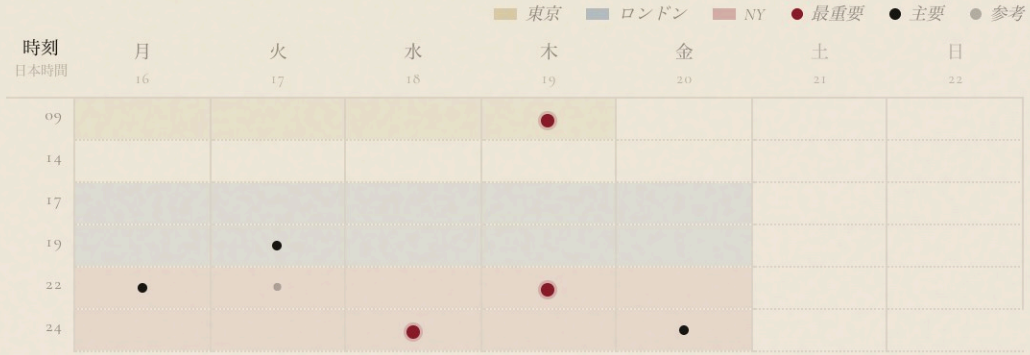
弥生 第三週 · 中銀トリプルウィーク

今週のテーマ

FOMC・日銀・ECB・BOEが同一週に集中、年間最大の中銀ウィーク

水3/18 FOMC（ドットプロット公表回）、木3/19に日銀・ECB・BOEが集中。FOMCの SEPで利下げ回数の見通しが、日銀会見で追加利上げ時期が問われる。木曜は欧州〜 NY時間に三中銀が連続しボラ最大。方向を固定せず各結果に順張り、ロット管理を最優先。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
FOMCドットと日銀会見の綱引き、週内で方向転換も

EUR / USD
木曜ECB・ラガルド会見、FOMC直後で増幅

GBP / USD
木曜BOEの票割れ、ポンド単独の振れ

今週のクセ · 中銀集中日の相殺

木3/19はBOE→ECB、そして日中の日銀と中銀が連続。先に出た結果で走った値が、 後発の別中銀の結果で逆流し、日通算ではレンジに収まりやすい。1本目で全力せず、 三中銀が出揃うまで小ロットで分割対応するのが安全。

同日複数中銀 **相殺**　日中レンジ **収束**　推奨 **分割・小ロット**

売買日誌

16 — 22 MAR

16 Mon 月
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（3月）
- 23:00 米 NAHB住宅市場指数（3月）
- – 中銀ウィーク、序盤は持ち高調整

残高 / 損益

17 Tue 火
- – **FOMC 1日目**
- 19:00 独 ZEW景況感（3月）
- 21:30 米 鉱工業生産（2月）

残高 / 損益

18 Wed 水
- 27:00 **FOMC 政策金利・SEP — ドットプロット公表回**
- 27:30 **パウエル議長 記者会見**
- – 日銀・ECB待ち、日中は様子見

残高 / 損益

19 Thu 木
- 12:00 **日銀 政策決定 — 植田会見15:30**
- 21:00 **英 MPC 政策金利**
- 22:15 **ECB 政策金利 — ラガルド会見22:45**
- 21:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

20 Fri 金
- 東京休場 · 春分の日
- 23:00 米 中古住宅販売（2月）
- – 米株SQ（クアドルプル・ウィッチング）

残高 / 損益

21 Sat 土
- – *振り返り · 中銀トリプルの結果整理*

メモ

22 Sun 日
- – *来週準備 · 月末・期末（3月決算）フローへ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

13 WEEK · XIII

3月23日 — 3月29日

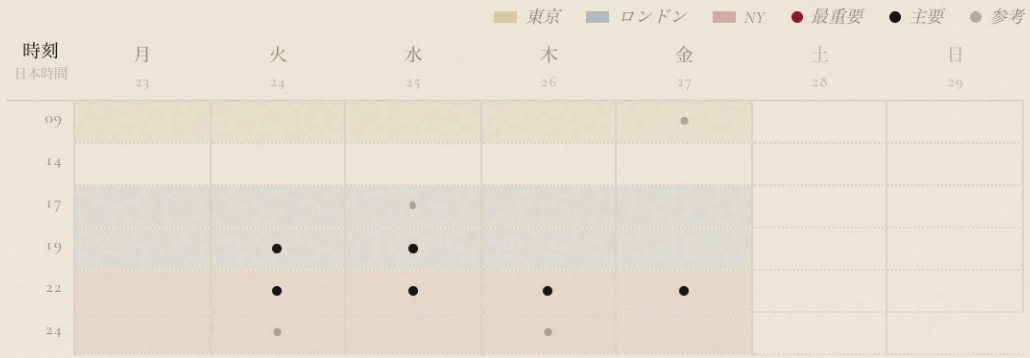
弥生 第四週 · 期末PCEウィーク

今週のテーマ

期末PCEが3月の総決算、レパトリ円買いと夏時間移行

金3/27の米PCEデフレーター（2月）が今週の中心。3/17中銀ウィーク通過後で大型の 金融政策はなく、日本会計年度末（3/31）に向けたレパトリの円買いが背景でドル円は 上値が重い。週末3/29からEU夏時間が始まり、来週以降は欧州指標が1時間前倒し。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
期末レパトリの円買いで上値重い、金曜PCEで方向確認

EUR / USD
火曜ユーロ圏PMI速報、PCE後のドル金利

USD / CAD
木曜の米GDP確定値、原油と合わせ観察

今週のクセ · 四半期末リバランス

3月末は機関投資家が四半期の株式・債券比率を調整。事前のパフォーマンス次第で 派生する為替フローの向きが変わり、ロンドンFIX前後に値が飛びやすい。国内の レパトリ円買いと方向が交錯し読みにくいため、FIX前後はロットを薄くする。

四半期末調整 **集中**　FIX前後 **値飛び**　推奨 **薄く回す**

売買日誌

23 — 29 MAR

23 Mon 月
- — 期末週入り、実需フロー中心
- — 主要指標少、様子見

残高 / 損益

24 Tue 火
- 18:00 ユーロ圏 PMI速報（3月）
- 22:45 米 PMI速報（3月）
- 23:00 米 消費者信頼感（3月・CB）
- 23:00 米 新築住宅販売（2月）

残高 / 損益

25 Wed 水
- 19:00 独 Ifo企業景況感（3月）
- 21:30 米 耐久財受注（2月）
- 16:00 英 消費者物価（2月）
- — 仲値（ゴトー日）に実需フロー

残高 / 損益

26 Thu 木
- 21:30 米 GDP確定値（Q4・3次）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 23:00 米 住宅販売保留指数（2月）

残高 / 損益

27 Fri 金
- 21:30 米 PCEデフレーター（2月）— *FRB重視の物価*
- 21:30 米 個人所得・支出（2月）
- 08:30 日 東京都区部CPI（3月）
- — 期末ロンドンFIX・実需に注意

残高 / 損益

28 Sat 土
- — *振り返り · PCEと期末フローの整理*

メモ

29 Sun 日
- — *来週準備 · EU夏時間開始、期末・新年度入りへ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

04 卯月・四月

令和八年

清明・穀雨

テーマ　日本の新年度、機関の新規資金で円売りが出やすい

注目イベント　FOMC 4/28-29　日銀 4/27-28

アノマリー　4/1-12：投機筋の仕掛け、勝率55%

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 新年度 日銀短観 米ISM製造業	2 ○ 満月 米ADP雇用	3 NY＆LDN休場・聖金曜日 **米雇用統計**	4
5 投機筋仕掛けアノマリー	6 LDN休場・イースターマンデー 米ISM非製造業	7 豪準備銀行 政策金利 独製造業受注	8 米貿易収支 独鉱工業生産	9 FOMC議事録 米卸売在庫	10 ◑ **米CPI** 下弦	11
12	13 米財政収支 日経常収支	14 米生産者物価 英失業率	15 米小売売上高 米NY連銀製造業	16 米鉱工業生産 ユーロ圏CPI	17 ● 新月 米住宅着工	18
19	20 米景気先行指数 独生産者物価	21 独ZEW景況感 米中古住宅販売	22 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 独イフォ景況感 米新築住宅販売	24 ◐ 上弦 米耐久財受注	25
26	27 **日銀 一日目** 米消費者信頼感	28 **日銀 決定会合** **FOMC 一日目**	29 **FOMC 決定・会見** ECB 一日目	30 **ECB・英MPC 決定** 米PCEデフレータ	1	2

今月の格言

"Sell in May and go away, but remember to come back in September."

「五月に売って去れ。ただし九月に戻ることを忘れるな。」

— Old City of London adage

五月の手仕舞いに備え、四月は新年度フローで動意づく月。日本の機関投資家が新規ポジションを組成する局面で、序盤に投機筋の仕掛けが入りやすい点に留意したい。

四月に起きたこと

1995.4　ドル円が史上最高値となる七十九円七十五銭を記録。日米貿易摩擦と急速な円高進行が市場を席巻し、後の協調介入につながった。

2013.4　日銀「黒田バズーカ第一弾」。量的・質的金融緩和を導入し、ドル円が急騰。異次元緩和時代の幕開けとなった。

2022.4　ドル円が二十年ぶりに百二十五円を突破。日米金利差拡大を背景に円安が加速し、円安局面の本格化を告げた。

今月の戦略メモ

▸ **新年度フローの読み**

国内勢の新規外債投資が出やすい序盤。月初の円売り圧力と為替ヘッジ動向の双方を点検する。

▸ **月末の中銀ラッシュ**

日銀・FOMC・ECB・英MPCが四月末に集中。声明の解釈差が連鎖し、ボラが膨らみやすい。

▸ **月初の仕掛けアノマリー**

四月一日〜十二日は投機筋の仕掛けが入りやすく、過去の勝率は五十五%。順張りを基本に。

SAIKIX

14 WEEK · XIV

3月30日 — 4月5日

弥生末・卯月初 第十四週 · 聖金曜NFPウィーク

今週のテーマ

聖金曜の低流動性で米雇用統計、新年度フローと交錯

金4/3はGood Fridayで米欧の株債市場が休場。にもかかわらず米雇用統計は21:30に 発表され、流動性が極薄の中で値が飛びやすい。火3/31の国内会計年度末、水4/1の 新年度入りでレパトリ巻き戻し・新規フローも交錯。NFPはロットを大きく落とす。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
聖金曜NFPで低流動性の急変、新年度の国内フローも

EUR / USD
火曜ユーロ圏CPI速報、休場で流動性低下に注意

GBP / USD
火曜英GDP、聖金曜はロンドン休場で取引困難

今週のクセ · 新年度の投機筋の仕掛け

新年度入り（4/1〜）は国内実需の新規フローと海外投機筋の思惑が交錯し、方向が 一方向に決まりにくい一方で値幅は大きい。トレンドと逆の急変（往って来い）が 出やすく、利を伸ばすより回転重視。聖金曜の低流動性がこれを増幅する。

過去20年勝率 55%　想定変動 ±2.0%　推奨 **回転重視**

売買日誌

30 MAR — 5 APR

30 Mon 月
- 21:00 独 消費者物価速報（3月）
- – 期末リバランス、月末フロー中心

残高 / 損益

31 Tue 火
- 15:00 英 GDP確定値（Q4）
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（3月）
- 23:00 米 消費者信頼感（3月・CB）
- – 国内会計年度末、実需フロー集中

残高 / 損益

1 Wed 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（3月）
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（3月）
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（3月）
- – 新年度入り、国内勢の新規フロー

残高 / 損益

2 Thu 木
- 21:30 米 貿易収支（2月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 23:00 米 製造業受注（2月）
- – 翌日NFP・聖金曜で手仕舞い前倒し

残高 / 損益

3 Fri 金
- NY＆LDN休場 · 聖金曜日
- 21:30 **米 雇用統計（3月）— *休場下の低流動性、値飛び注意***
- – 株債市場休場、FXのみ・流動性極薄

残高 / 損益

4 Sat 土
- – *振り返り · NFPと新年度フローの整理*

メモ

5 Sun 日
- – *来週準備 · イースターマンデー（4/6 LDN休）· 米CPI週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

15 WEEK · XV

4月6日 — 4月12日

卯月 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIが今週の本命、FOMC議事録と新年度フローが交錯

金4/10の米CPIが今週最大の山場で、次回FOMC（4/28-29）の織り込みを左右する。 水4/8には3月FOMC（SEP公表回）の議事録で利下げ観の手掛かり。月曜はロンドンが イースターマンデー休場で欧州時間が閑散。新年度の国内フローが背景で下値は堅い。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
4/10 CPIで米金利、新年度フローで下値堅い

EUR / USD
水曜FOMC議事録後のドル金利、CPIで増幅

GBP / USD
木曜の英GDP、月曜ロンドン休場で週初薄い

今週のクセ · 国内勢の新年度外債買い

新年度入り後、国内生保・年金などの対外証券投資（外債買い＝円売り）が4月に 始動しやすい。3月のレパトリ円買いの反動も加わり、ドル円・クロス円は下値が 堅くなりやすい。急落局面は押し目買い目線が機能しやすい地合い。

新年度外債買い **始動**　*ドル円下値* **堅い**　*推奨* **押し目買い**

売買日誌

6 — 12 APR

6 *Mon* 月
ロンドン休場 · イースターマンデー
– 欧州勢不在、欧州時間は閑散
– NY時間中心、CPI待ち
残高 / 損益

7 *Tue* 火
19:00 ユーロ圏 小売売上高（2月）
– CPIと議事録待ち、ポジション調整
残高 / 損益

8 *Wed* 水
27:00 FOMC議事録（3月会合）— *SEP公表回の議論*
15:00 独 鉱工業生産（2月）
– 議事録待ち、日中はレンジ
残高 / 損益

9 *Thu* 木
21:30 米 新規失業保険申請件数
15:00 英 月次GDP（2月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

10 *Fri* 金
21:30 **米 消費者物価指数（3月）** — *今週の本命、FOMC織り込み*
27:00 米 月次財政収支（3月）
– CPI後は新年度フローと交錯
残高 / 損益

11 *Sat* 土
– *振り返り · CPIと議事録の整理*
メモ

12 *Sun* 日
– *来週準備 · 新年度アノマリー終了、月後半の調整へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

16 WEEK · XVI

4月13日 — 4月19日

卯月 第三週 · 指標の谷間

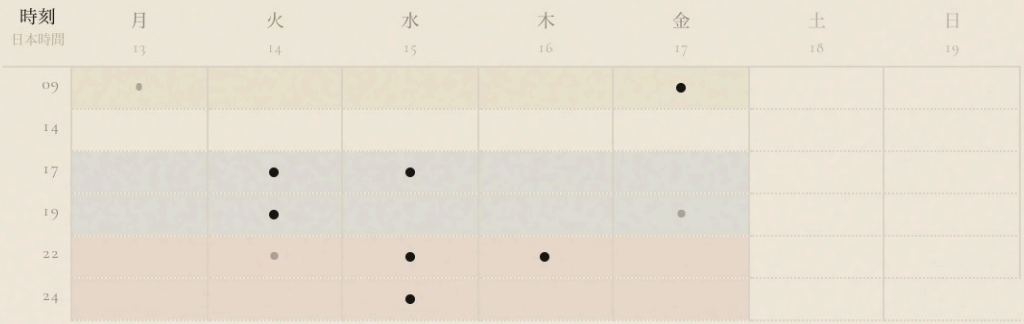
今週のテーマ

大型中銀なき指標の谷間、小売・各国CPIで地合い確認

4/10 CPI通過後、来週4/27-30の中銀ウィーク（日銀・FOMC・ECB・BOE集中）まで 大型イベントの谷間。水4/15の米小売、英CPI、金4/17の日本全国CPIが手掛かり。 週後半はFOMCブラックアウト入りで要人発言が途絶え、レンジと指標スイングが中心。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
金曜の日本CPI、日銀4/27会合の下準備

EUR / USD
火曜の独ZEW、ECB前の欧州景気観

GBP / USD
火・水の英雇用&CPI、ポンド単独材料

今週のクセ · 谷間週のテクニカル優位

大型ファンダがない週はオーダーが節目（前回高安・キリ番・移動平均）に集まり、 テクニカルが機能しやすい。一方でブレイクは戻されやすく（だまし）、レンジ内の 逆張りが優位になりやすい。明確な材料が出るまで深追いはしない。

節目 **機能**　ブレイク **だまし多い**　推奨 **レンジ逆張り**

売買日誌

13 — 19 APR

13 *Mon* 月
- 08:50 日 国内企業物価指数（3月）
- – 指標の谷間、週初はレンジ中心

残高 / 損益

14 *Tue* 火
- 15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
- 18:00 独 ZEW景況感（4月）
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（4月）

残高 / 損益

15 *Wed* 水
- 15:00 英 消費者物価（3月）
- 21:30 米 小売売上高（3月）— *米個人消費の鍵*
- 27:00 米 ベージュブック
- 22:15 米 鉱工業生産（3月）

残高 / 損益

16 *Thu* 木
- 21:30 米 住宅着工件数（3月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 21:30 米 フィラデルフィア連銀製造業（4月）

残高 / 損益

17 *Fri* 金
- 08:30 日 全国CPI（3月）— *日銀4/27会合の材料*
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（3月）
- – FOMCブラックアウト入り、発言途絶
- – 来週は中銀ウィーク準備

残高 / 損益

18 *Sat* 土
- – *振り返り · 小売・各国CPIの整理*

メモ

19 *Sun* 日
- – *来週準備 · 日銀・FOMC・ECB（4/27-30）中銀ウィークへ*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

17 WEEK · XVII

4月20日 — 4月26日

卯月 第四週 · 中銀ウィーク前夜

今週のテーマ

中銀ウィーク前夜、PMI速報で景気を確認しつつ持ち高を軽く

来週4/27-30に日銀（展望レポート公表回）・FOMC・ECB・BOEが集中する中銀ウィークを 控え、今週はその前夜。木4/23の日米欧PMI速報が景気の方向を示す主材料。金4/24の 東京都区部CPIは日銀会合直前のインフレ確認。結果待ちでレンジになりやすく、持ち高は軽く。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜の東京CPI、日銀展望レポート回への思惑

EUR / USD
木曜ユーロ圏PMI速報、ECB前の景気観

GBP / USD
木曜の英PMI速報、ポンドの景況感材料

今週のクセ · 結果待ちのレンジ蓄積

大型中銀の直前週は、参加者が結果待ちで新規方向を作らずレンジに収束しやすい。 値幅が圧縮されるほど、来週の結果で出る放れが大きくなる。今週は無理に取りに 行かず、来週の初動に備えて建玉を軽くしておくのが安全。

結果待ち **レンジ収束**　翌週放れ **増幅**　推奨 **建玉を軽く**

売買日誌

20 — 26 APR

20 Mon 月
23:00 米 景気先行指数（3月）
– 中銀ウィーク前週、序盤は様子見
残高 / 損益

21 Tue 火
17:00 ユーロ圏 消費者信頼感速報（4月）
– 中銀前で動意薄、ポジション軽め
残高 / 損益

22 Wed 水
23:00 米 中古住宅販売（3月）
– PMI速報前、レンジ中心
残高 / 損益

23 Thu 木
17:00 **ユーロ圏 PMI速報（4月）**
17:30 **英 PMI速報（4月）**
22:45 **米 PMI速報（4月）**
21:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

24 Fri 金
08:30 **日 東京都区部CPI（4月）** — *日銀会合直前の物価*
17:00 **独 Ifo企業景況感（4月）**
21:30 **米 耐久財受注（3月）**
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感確報（4月）
残高 / 損益

25 Sat 土
– *振り返り · PMIと中銀ウィーク前の整理*
メモ

26 Sun 日
– *来週準備 · 日銀（展望レポート回）· FOMC · ECB集中へ*
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

18 WEEK · XVIII

4月27日 — 5月3日

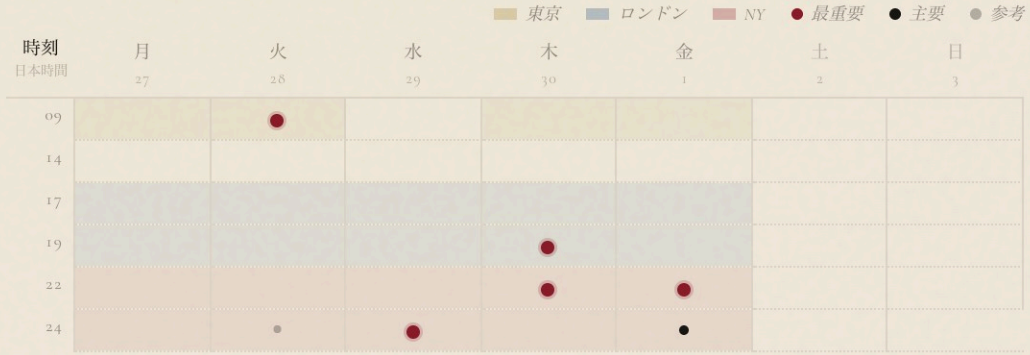
卯月末・皐月初 第十八週 · 中銀4連発＆NFPウィーク

今週のテーマ

日銀・FOMC・ECB・BOEに米雇用統計、年間最密の一週

火4/28 日銀（展望レポート回・植田会見）、水4/29 FOMC、木4/30 ECB＋BOE、 金5/1 米雇用統計と年間最大級のイベント密度。水は昭和の日で東京休場、金は欧州 大陸がメーデー休場で流動性が偏る。各結果に順張り、ロットは半分以下、持ち越し回避。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
日銀展望とFOMC、NFPまで方向が二転三転

EUR / USD
木曜ECB・金曜NFP、メーデー休場で薄い

GBP / USD
木曜BOE、ポンド単独の票割れ材料

今週のクセ · セルインメイ

「Sell in May」— 5月入りで株式の季節的売りが出やすく、リスクオフ経由で ドル売り・円高に波及しやすい。中銀・NFPの結果がこの季節需給と同方向なら 値幅が伸びる。逆方向のサプライズには深追いせず、戻り売り寄りで構える。

過去20年勝率 62%　平均値幅 -1.5%　推奨 **戻り売り寄り**

売買日誌

27 APR — 3 MAY

27 Mon 月
- — **日銀 金融政策決定会合 1日目**
- — 中銀4連発＋NFP週、序盤から警戒

残高 / 損益

28 Tue 火
- 12:00 **日銀 政策決定 — 展望レポート・植田会見15:30**
- — **FOMC 1日目**
- 23:00 米 消費者信頼感（4月・CB）

残高 / 損益

29 Wed 水
- 東京休場 · 昭和の日
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明 — SEPなし回**
- 27:30 **パウエル議長 記者会見**

残高 / 損益

30 Thu 木
- 20:00 **英 MPC 政策金利**
- 21:15 **ECB 政策金利 — ラガルド会見21:45**
- 21:30 米 PCEデフレーター（3月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

1 Fri 金
- 21:30 **米 雇用統計（4月） — 欧州はメーデー休場、低流動性**
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（4月）
- — 欧州大陸メーデー休場、EUR流動性低下

残高 / 損益

2 Sat 土
- — *振り返り · 中銀4連発とNFPの整理*

メモ

3 Sun 日
- — *来週準備 · 日本GW後半（5/4-6休場）・低流動性へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

05 皐月・五月

令和八年

立夏・小満

テーマ　ゴールデンウィークの低流動性、セルインメイ警戒

注目イベント　米雇用統計 5/1　米CPI 5/13

アノマリー　5月：Sell in May、過去20年で勝率62%

■ 中央銀行・最重要　■ 主要指標　■ 参考指標　■ 季節性

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1 **米雇用統計** 米ISM製造業	2 ○ 満月
3 ドル売りアノマリー	4 LDN休場・バンクホリデー 日本・みどりの日	5 米ISM非製造業 米製造業受注	6 米ADP雇用 米貿易収支	7 米新規失業保険 独鉱工業生産	8 加雇用統計 米卸売在庫	9
10 ◑ 下弦	11 日景気ウォッチャー	12 英失業率 独ZEW景況感	13 **米CPI** 英GDP速報	14 米生産者物価 米新規失業保険	15 米小売売上高 米鉱工業生産	16
17 ● 新月	18 日GDP速報 米NAHB住宅指数	19 英CPI 米住宅着工	20 加CPI 日機械受注	21 米PMI速報 日貿易収支	22 日CPI（四月） 英小売売上高	23 ◐ 上弦
24	25 NY＆LDN休場・戦没追悼／バンクホリデー	26 米耐久財受注 米消費者信頼感	27 米新築住宅販売 独イフォ景況感	28 米GDP改定値 米新規失業保険	29 米個人所得・支出 米PCEデフレータ	30
31 ○ 満月	1	2	3	4	5	6

今月の格言

"Sell in May and go away."

「五月に売って、相場を離れよ。」

— Financial Times market lore

五月から夏場にかけてリスク資産の妙味が薄れるとする古い相場格言。為替でもドル円は五月にかけて上値の重さが意識されやすく、ゴールデンウィークの低流動性と相まって突発的な値動きに警戒したい。

五月に起きたこと

1998.5 LTCM危機の入口。ロシア危機の前兆が広がり、巨大ヘッジファンドの巻き戻しが市場の流動性を急速に細らせ始めた。

2010.5.6 フラッシュクラッシュ。米株が数分で約一千ポイント急落、ドル円・クロス円も連鎖的に瞬間急変し電子取引のもろさを露呈。

2013.5.22 バーナンキ議長がテーパリングを示唆、いわゆるテーパー・タントラムで新興国通貨と円が乱高下。

今月の戦略メモ

▸ **ゴールデンウィークの低流動性**
日本勢不在で板が薄く、値が飛びやすい。連休中はロットを落とし、ストップを置いて持ち越す。

▸ **米雇用統計（五月一日）**
連休の谷間で流動性が低い中での発表。初動の振れと巻き戻しが大きく、追撃は急がない。

▸ **セルインメイの傾向**
五月はドル売り優位が過去二十年で六十二%。逆張りより順張り目線で月の流れを取る。

SAIKIX

19 WEEK · XIX

5月4日 — 5月10日

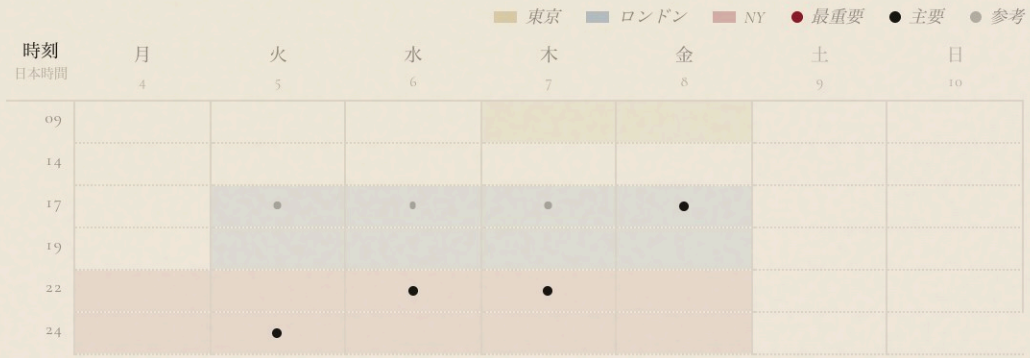
皐月 第二週 · ゴールデンウィーク

今週のテーマ

ゴールデンウィークの低流動性、セルインメイ継続で急変に警戒

5/4-6は東京3連休（みどりの日・こどもの日・振替休日）、5/4はロンドンも英祝日で 休場。国内勢不在で板が薄く、数少ない材料（火のISM非製造業、水のADP）でも値が 走りやすい。セルインメイの株安・ドル安バイアスが続くなか、急変に最大限警戒する。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
GW中の低流動性で急変リスク、国内勢不在で値が飛ぶ

EUR / USD
火のISM非製造業、5/4ロンドン休で序盤薄い

AUD / JPY
クロス円、リスクオフ（セルインメイ）に最も反応

今週のクセ · GWの低流動性急変

ゴールデンウィークは国内の実需筋が不在で板が極端に薄い。海外勢の仕掛けや ストップ狩りで、平時なら出ない値幅の急変が過去に複数回発生している。ロットを 大きく落とし、逆指値は広め、早朝・東京時間の新規は控える。

流動性 **枯渇**　急変リスク **高**　推奨 **軽め・逆指値広め**

売買日誌

4 — 10 MAY

4 Mon 月
東京&ロンドン休場 · みどりの日／英祝日
– NY市場のみ稼働、流動性極薄
残高 / 損益

5 Tue 火
東京休場 · こどもの日
23:00 米 ISM非製造業景況指数（4月）
17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（4月）
残高 / 損益

6 Wed 水
東京休場 · 振替休日
21:15 米 ADP雇用統計（4月）
15:00 独 製造業受注（3月）
残高 / 損益

7 Thu 木
21:30 米 新規失業保険申請件数
15:00 独 鉱工業生産（3月）
– 東京勢復帰、流動性やや回復
残高 / 損益

8 Fri 金
15:00 英 月次GDP（Q1・3月）
– GW明け、流動性が正常化へ
– セルインメイ継続、戻り売り意識
残高 / 損益

9 Sat 土
– 振り返り · GW相場と急変の有無
メモ

10 Sun 日
– 来週準備 · 米CPI（5/13）週へ
メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

20 WEEK · XX

5月11日 — 5月17日

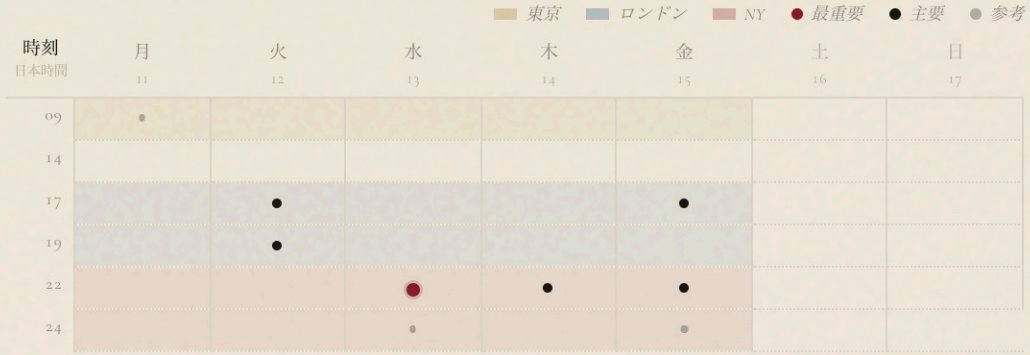
皐月 第三週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIがセルインメイ地合いに重なる、株安×ドル高に警戒

水5/13の米CPIが今週最大の山場で、6/16-17 FOMCの織り込みを動かす。セルインメイの 株安・リスクオフ基調が続くなか、CPI上振れは「利下げ後退＋株安」のダブルで クロス円に重い。CPI通過まで様子見、結果方向に素直に。金曜の小売も補強材料。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
5/13 CPIで米金利、上振れはドル高だが株安と綱引き

EUR / USD
CPI後のドル金利再評価、セルインメイのドル需給

AUD / JPY
クロス円、株安（セルインメイ）に最も連動

今週のクセ · CPIと株の相関読み

CPI上振れ＝ドル高だが株は下落（利下げ後退）、下振れ＝ドル安だが株は上昇。 ドル円は金利、クロス円は株（リスク）に反応が分かれる。CPI直後はドルストレートと クロス円で逆の動きが出やすく、ペア選択を誤ると往復で損切りになる。

ドル円 **金利連動**　*クロス円* **株連動**　*推奨* **ペア選別**

売買日誌

11 — 17 MAY

11 *Mon* 月

08:50 日 経常収支（3月）
– CPI待ち、セルインメイ地合い継続

残高 / 損益

12 *Tue* 火

15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
18:00 独 ZEW景況感（5月）
– CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

13 *Wed* 水

21:30 **米 消費者物価指数（4月）** — *FOMC6月会合の織り込み*
27:00 米 月次財政収支（4月）
– CPI上振れは株安×ドル高に注意

残高 / 損益

14 *Thu* 木

21:30 米 生産者物価（4月）
21:30 米 新規失業保険申請件数
21:30 米 NY連銀製造業景気指数（5月）

残高 / 損益

15 *Fri* 金

21:30 米 小売売上高（4月） — *CPIに次ぐ注目*
15:00 英 GDP速報（Q1）
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（5月）
– 米株SQ（5月限）、引けに需給

残高 / 損益

16 *Sat* 土

– *振り返り · CPIとセルインメイの整理*

メモ

17 *Sun* 日

– *来週準備 · 月後半・米欧休場（5/25）週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

21 WEEK · XXI

5月18日 — 5月24日

皐月 第四週 · PMI・議事録ウィーク

今週のテーマ

PMI速報と4月FOMC議事録、セルインメイ後半の地合い確認

大型中銀のない週。木5/21の日米欧PMI速報が景気の方向を、水5/20の4月FOMC議事録が 利下げ観の手掛かりを示す。金5/22の日本全国CPIは日銀6月会合の材料。セルインメイの リスクオフ基調が続くなか、週末は米欧3連休（5/25）前で手仕舞いが出やすい。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
金曜の日本CPI、日銀6月会合への思惑

EUR / USD
木曜ユーロ圏PMI速報、議事録後のドル金利

USD / CAD
火曜のカナダCPI、BOC判断と原油

今週のクセ · セルインメイの中休み

「Sell in May」は月初〜中旬に効きやすい一方、5月下旬は売られ過ぎの反動（押し目買い）が断続的に入り、一方通行になりにくい。下げトレンドの追随より、行き過ぎの逆張り・こまめな利確を意識する局面になりやすい。

下旬 **反動が出やすい**　*一方通行* **限定的**　*推奨* **行き過ぎ逆張り**

売買日誌

18 — 24 MAY

18 *Mon* 月
23:00 米 景気先行指数（4月）
– セルインメイ後半、週初は様子見
残高 / 損益

19 *Tue* 火
21:30 **加 消費者物価（4月）** — *BOC判断材料*
18:00 ユーロ圏 消費者信頼感速報（5月）
– 議事録・PMI待ち、調整
残高 / 損益

20 *Wed* 水
15:00 **英 消費者物価（4月）**
27:00 **FOMC議事録（4月会合）** — *利下げ観の手掛かり*
– CPI後はポンド・ドルに動意
残高 / 損益

21 *Thu* 木
17:00 **ユーロ圏 PMI速報（5月）**
17:30 **英 PMI速報（5月）**
22:45 **米 PMI速報（5月）**
21:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

22 *Fri* 金
08:30 **日 全国CPI（4月）** — *日銀6月会合の材料*
23:00 米 中古住宅販売（4月）
– 米欧3連休前、手仕舞いが出やすい
残高 / 損益

23 *Sat* 土
– *振り返り · PMI・議事録とセルインメイの整理*
メモ

24 *Sun* 日
– *来週準備 · 米欧休場（5/25 メモリアルデー）週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

22 WEEK · XXII

5月25日 — 5月31日

皐月末 第二十二週 · 月末PCEウィーク

今週のテーマ

米英欧の連休明けに月末PCE、セルインメイの総括週

月5/25は米メモリアルデー・英スプリングBH・独ペンテコステで主要市場休場、東京のみで 極薄。火以降は連休明けで流動性回復。金5/29の米PCE（4月）が今週の中心で、6月FOMC（6/16-17）の織り込みを動かす。月末リバランスと利益確定が重なり、戻りに注意。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30	日 31
09					●		
14							
17		●					
19							
22		●		●	●		
24		●	●	●			

USD / JPY
金曜PCEと月末フロー、ショートカバーで戻り

EUR / USD
火曜の独Ifo、PCE後のドル金利を観察

USD / CAD
木曜の米GDP改定、原油と月末需給

今週のクセ · 月末のショートカバー

セルインメイで積み上がった売り持ちの利益確定（買い戻し）が、月末リバランスと 重なり5/29前後に集中しやすい。下げ基調でも月末にかけ一時的な戻りが出やすく、 戻りを売り直す前に月末フローの一巡を待つのが安全。

月末 **ショートカバー**　*一時的戻り* **出やすい**　*推奨* **フロー一巡待ち**

売買日誌

25 — 31 MAY

25 *Mon* 月

米英欧休場 · メモリアルデー他

– 主要市場休場、東京のみ・極低流動性

残高 / 損益

26 *Tue* 火

17:00 独 Ifo企業景況感（5月）
21:30 米 耐久財受注（4月）
23:00 米 消費者信頼感（5月・CB）
– 連休明け、流動性回復

残高 / 損益

27 *Wed* 水

23:00 米 新築住宅販売（4月）
– 月末リバランス始動、PCE待ち

残高 / 損益

28 *Thu* 木

21:30 米 GDP改定（Q1・2次）
21:30 米 新規失業保険申請件数
23:00 米 住宅販売保留指数（4月）

残高 / 損益

29 *Fri* 金

21:30 米 PCEデフレーター（4月）— *FRB重視の物価*
21:00 独 消費者物価速報（5月）
08:30 日 東京都区部CPI（5月）
– 月末ロンドンFIX・ショートカバーに注意

残高 / 損益

30 *Sat* 土

– *振り返り · PCEとセルインメイの総括*

メモ

31 *Sun* 日

– *来週準備 · 6月入り・ECB（6/10-11）週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

06 水無月・六月

令和八年

芒種・夏至

テーマ　年の折り返し、半期末のリバランスで転換に注意

注目イベント　FOMC 6/16-17　日銀 6/15-16　ECB 6/10-11

アノマリー　月末：半期リバランスのフィキシング集中

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
31	1 米ISM製造業 米建設支出	2 ユーロ圏CPI速報 米製造業受注	3 米ISM非製造業 米ADP雇用	4 米貿易収支 米新規失業保険	5 **米雇用統計** 加雇用統計	6
7	8 ◑ 下弦 日GDP改定値	9 日景気ウォッチャー 米卸売在庫	10 **米CPI** ECB 一日目	11 **ECB 決定・会見** 米PPI	12 米ミシガン消費者信頼感 英GDP（4月）	13
14	15 ● 新月 日銀 一日目	16 **日銀 決定会合** FOMC 一日目	17 **FOMC 決定・会見** 米住宅着工	18 **英MPC 決定** 米フィラデルフィア連銀	19 NY休場・ジューンティーンス 独生産者物価	20
21	22 ◐ 上弦 米中古住宅販売	23 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	24 独イフォ景況感 米消費者信頼感	25 米GDP確定値 米耐久財受注	26 米PCEデフレータ 米個人所得・支出	27 半期末リバランス
28	29 独CPI速報 米ダラス連銀	30 ○ 満月 ロンドンフィキシング集中	1	2	3	4

今月の格言

"The market is a device for transferring money from the impatient to the patient."

「市場は、せっかちな者から忍耐強い者へ金を移す装置だ。」

— Warren Buffett

上半期のトレンドを尊重しつつ、半期末のリバランスフローでの転換に備える。年央は機関投資家の総括が市場の屈曲点になりやすく、惰性での追随は禁物。

六月に起きたこと

2007.6　サブプライム危機の顕在化。米大手証券のヘッジファンドが住宅ローン担保証券で巨額損失、信用不安が為替の安全資産買いを誘発した。

2016.6.24　ブレグジット国民投票で離脱が決定。ポンドが対ドルで一日で約一〇%急落し、円高・リスクオフが世界市場を席巻した。

2022.6　米CPI高進でFRBが〇・七五%の大幅利上げに踏み切り、ドル全面高と各国通貨安が加速した。

今月の戦略メモ

▸ 中銀ウィークの集中

日銀・FOMC・MPCが六月十五〜十八日に連続。会合間の織り込み修正でクロス円が振れやすい。

▸ 半期末フローの読み

六月末のロンドンフィキシングに上期リバランスが集中。ロンドン午後の値動きを軽視しない。

▸ 夏至前後の低流動性

欧州の長期休暇入りで流動性が低下し始める。月末は突発的なスリッページに警戒。

SAIKIX

23 WEEK · XXIII

6月1日 — 6月7日

水無月 第一週 · NFPウィーク

今週のテーマ

6月入りの米雇用統計、ECB・日銀・FOMC連続の入口

金6/5の米雇用統計が今週最大の山場。来週ECB（6/10-11）、再来週に日銀・FOMC（6/15-17）が続く中銀ラッシュの入口で、NFPがその織り込みを左右する。週前半はISM・JOLTS・ADPで雇用の地合いを確認。結果方向に素直、初動の往復には注意。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
09							
14							
17	●		●				
19		●					
22			●	●	●		
24	●	●	●				

USD / JPY
金曜NFPで米金利、日銀・FOMC前の方向感

EUR / USD
火曜ユーロ圏CPI速報、来週ECB前の下準備

USD / CAD
金曜の米加同時雇用統計、北米通貨の綱引き

今週のクセ · NFPの前触れの織り込み

月のISM、火のJOLTS、水のADPで雇用の方向が事前に織り込まれるため、金曜NFPは 答え合わせになりやすい。週前半が強い（弱い）と金曜は反応が鈍る一方、前半と 逆の結果はサプライズで増幅。週前半の流れと金曜の整合性を見て構える。

前半で**織り込み**　NFP反応**前半依存**　推奨**整合性を見る**

売買日誌

1 — 7 JUN

1 Mon 月
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（5月）
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（5月）
- – 6月入り、NFP週序盤

残高 / 損益

2 Tue 火
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（5月）
- 23:00 米 JOLTS求人件数（4月）
- – ECB前週、ユーロ圏CPIに注目

残高 / 損益

3 Wed 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（5月）
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（5月）
- 17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（5月）
- – NFPの前触れ、ADPに反応

残高 / 損益

4 Thu 木
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 21:30 米 貿易収支（4月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

5 Fri 金
- 21:30 **米 雇用統計（5月）— 今週の本命、ECB翌週**
- 21:30 加 雇用統計（5月）
- – 初動はだましに注意
- – 来週はECB（6/10-11）

残高 / 損益

6 Sat 土
- – 振り返り · NFPと6月相場入りの整理

メモ

7 Sun 日
- – 来週準備 · ECB（6/10-11）週・米CPI（6/10）へ

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

24 WEEK · XXIV

6月8日 — 6月14日

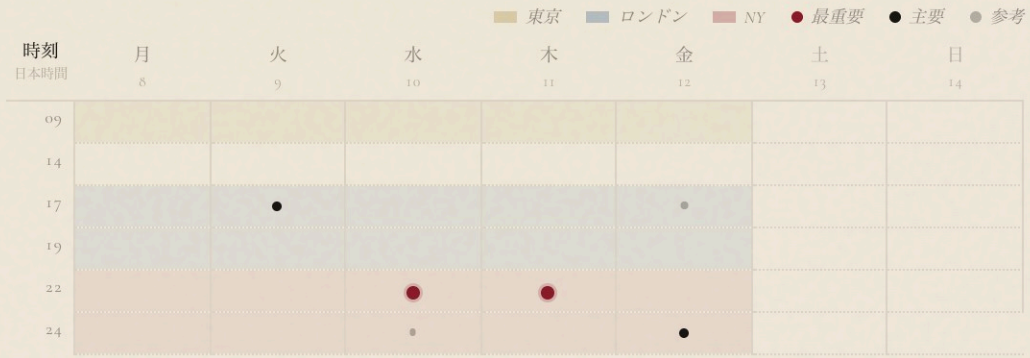
水無月 第二週 · CPI＆ECBウィーク

今週のテーマ

米CPIとECBが連続、来週の日銀・FOMC前の下準備

水6/10の米CPIと木6/11のECB理事会（ラガルド会見）が今週の二本柱。来週6/15-17の 日銀・FOMCを控え、CPIで作ったドル方向がECBで揺り戻されやすい。CPI通過まで様子見、 ECB後はFOMC週へ持ち越さず整理。ペアは対欧州の綱引きを意識して選ぶ。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY	EUR / USD	EUR / JPY
6/10 CPIで米金利、日銀・FOMC前の方向	木曜ECB・ラガルド会見、CPIの揺り戻し	クロス円、ECB×日銀前の綱引き

今週のクセ · CPI×ECBの綱引き

同週に米物価と欧州中銀が来ると、CPIで作ったドル方向がECB結果で揺り戻され、 EUR/USDは往復しやすい。ドル単独の強弱で見ず、対欧州の力関係でペアを選ぶ。 ドル円は素直でも、ユーロ絡みは結果が出揃うまで決め打ちしない。

ドル方向 **CPI起点**　ECB で **揺り戻し**　推奨 **対欧州で選別**

売買日誌

8 — 14 JUN

8 Mon 月
- 08:50 日 GDP改定（Q1・2次）
- – CPI・ECB週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

9 Tue 火
- 15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
- – CPI・ECB前、ポジションを軽く

残高 / 損益

10 Wed 水
- 21:30 **米 消費者物価指数（5月）** — *来週FOMCの繰り込み*
- 27:00 米 月次財政収支（5月）
- – CPI後はECB待ち

残高 / 損益

11 Thu 木
- 21:15 **ECB 政策金利** — *ラガルド会見21:45*
- 21:30 米 生産者物価（5月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- – ECB後はFOMC週へ持ち越さない

残高 / 損益

12 Fri 金
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（6月）
- 15:00 英 月次GDP（4月）
- – 来週は日銀・FOMC（6/15-17）

残高 / 損益

13 Sat 土
- – *振り返り · CPI・ECBの整理*

メモ

14 Sun 日
- – *来週準備 · 日銀（6/15-16）・FOMC（6/16-17）週へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

25 WEEK · XXV

6月15日 — 6月21日

水無月 第三週 · 中銀トリプルウィーク

今週のテーマ

日銀・FOMC（ドット公表回）・BOEが集中、3月以来の中銀週

火6/16 日銀（植田会見）、水6/17 FOMC（ドットプロット公表回）、木6/18 BOEが連続。 FOMCのSEPで年内利下げ回数の見通しが焦点。金6/19はジューンティーンスでNY休場、 週末の流動性が薄い。各結果に順張り、ロットを抑え持ち越しは避ける。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
日銀会見とFOMCドットの綱引き、週内で転換も

EUR / USD
FOMCドット中央値、ドル金利の振れに連動

GBP / USD
木曜BOE、ポンド単独の票割れ材料

今週のクセ · ドット公表回の二段反応

6月FOMCはドットプロット公表回。発表直後はドット中央値（年内利下げ回数）で 走り、その後パウエル会見の文脈で30分後に逆流する二段構えになりやすい。 日銀・BOEと重なる今週はとくにノイズが多く、会見の落ち着きまで待つのが安全。

一次 **ドットで反応**　二次 **会見で反転**　*推奨* **会見まで待つ**

売買日誌

15 — 21 JUN

15 Mon 月
- 日銀 金融政策決定会合 1日目
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（6月）
- 中銀トリプル週、序盤から警戒

残高 / 損益

16 Tue 火
- 12:00 日銀 政策決定 — *植田会見15:30*
- FOMC 1日目
- 21:30 米 小売売上高（5月）
- 18:00 独 ZEW景況感（6月）

残高 / 損益

17 Wed 水
- 27:00 FOMC 政策金利・SEP — *ドットプロット公表回*
- 27:30 パウエル議長 記者会見
- 日中はFOMC待ち、薄い

残高 / 損益

18 Thu 木
- 20:00 英 MPC 政策金利
- 21:30 米 住宅着工件数（5月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- FOMC消化＋BOE、翌日NY休場

残高 / 損益

19 Fri 金
- NY休場 · ジューンティーンス
- 米株債休場、FX流動性低下
- 中銀トリプルの結果を消化

残高 / 損益

20 Sat 土
- *振り返り · 中銀トリプルの結果整理*

メモ

21 Sun 日
- *来週準備 · 月末・四半期末（6月）フローへ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

26 WEEK · XXVI

6月22日 — 6月28日

水無月末 第二十六週 · 半期末PCEウィーク

今週のテーマ

中銀通過後の半期末、PCEとPMI速報で6月を締める

先週の中銀トリプル通過後、今週は大型の金融政策がなく半期末（6/30）に向けた フローが主役。火6/23の日米欧PMI速報、金6/26の米PCE（5月）が手掛かり。 上半期の損益確定に絡むポジション整理と月末FIXが交錯し、トレンドは捻れやすい。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
金曜PCEと半期末フロー、トレンドは捻れやすい

EUR / USD
火曜ユーロ圏PMI速報、PCE後のドル金利

USD / CAD
木曜の米GDP確定、原油と半期末需給

今週のクセ · 半期末のドレッシング

半期末（6月末）は機関のパフォーマンス確定に絡み、勝ちトレンドへの駆け込み（加速）と、月末ロンドンFIXでの巻き戻しが交錯する。週後半に出た方向が 月末FIXで一服しやすいので、駆け込みを追わずフロー一巡を待って入る。

半期末 駆け込み　FIX 巻き戻し　推奨 フロー一巡待ち

売買日誌

22 — 28 JUN

22 Mon 月
- 23:00 米 中古住宅販売（5月）
- – 四半期末週、序盤はフロー中心

残高 / 損益

23 Tue 火
- 17:00 **ユーロ圏 PMI速報（6月）**
- 22:45 **米 PMI速報（6月）**
- 17:30 英 PMI速報（6月）
- 23:00 米 消費者信頼感（6月・CB）

残高 / 損益

24 Wed 水
- 17:00 **独 Ifo企業景況感（6月）**
- 23:00 米 新築住宅販売（5月）
- – 月末・半期末調整、様子見

残高 / 損益

25 Thu 木
- 21:30 **米 GDP確定（Q1・3次）**
- 21:30 **米 耐久財受注（5月）**
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 23:00 米 住宅販売保留指数（5月）

残高 / 損益

26 Fri 金
- 21:30 **米 PCEデフレーター（5月）** — *FRB重視の物価*
- 08:30 日 東京都区部CPI（6月）
- – 半期末ロンドンFIX・ドレッシングに注意

残高 / 損益

27 Sat 土
- – *振り返り · PCEと半期末フローの整理*

メモ

28 Sun 日
- – *来週準備 · 7月入り・四半期末（6/30）通過へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

07 文月・七月

令和八年

小暑・大暑

テーマ　米企業決算が本格化、夏枯れの入り口

注目イベント　FOMC 7/28-29　日銀 7/30-31

アノマリー　7/22〜：夏枯れで流動性低下、急変に警戒

■ 中央銀行・最重要　■ 主要指標　■ 参考指標　■ 季節性

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 米ISM製造業 米ADP雇用	2 米貿易収支 米製造業受注	3 NY休場・独立記念日 米雇用統計繰延へ	4
5	6 米ISM非製造業 独製造業受注	7 米消費者信用 独鉱工業生産	8 ◑ 下弦 米卸売在庫	9 FOMC議事録 中国CPI・PPI	10 **米雇用統計** 加雇用統計	11
12	13 中国貿易収支 日機械受注	14 ● 新月 英CPI	15 **米CPI** 中国GDP（2Q）	16 米PPI 米鉱工業生産	17 米小売売上高 米住宅着工	18
19	20 日CPI（6月） 独生産者物価	21 ◐ 上弦 米景気先行指数	22 ECB 一日目 米中古住宅販売	23 **ECB 決定・会見** 米新規失業保険	24 米PMI速報 独イフォ景況感	25 夏枯れ・流動性低下
26	27 米耐久財受注 米ダラス連銀製造業	28 FOMC 一日目 米消費者信頼感	29 ○ **FOMC 決定・会見** 満月	30 **英MPC 決定** 日銀 一日目	31 **日銀 決定会合** 米PCEデフレータ	1

今月の格言

"In summer, the markets sleep — but they do not forget."

「夏、市場は眠る。だが、忘れはしない。」

— Market Lore

七月後半から夏枯れが始まり出来高が細る。値動きは緩慢に見えても、低流動性ゆえに一度きっかけが生じれば一方向に走りやすい。静けさは油断の理由にならない。

七月に起きたこと

1997.7.2　アジア通貨危機の発端。タイがバーツの管理フロート制へ移行し急落、危機が東アジア全域へ連鎖した。

2007.7　BNPパリバ・ショックの予兆。傘下ファンドの解約凍結懸念が広がり、サブプライム危機の世界波及が本格化した。

2012.7.26　ドラギECB総裁の「whatever it takes」発言。ユーロ圏債務危機の沈静化に向けた歴史的転換点となった。

今月の戦略メモ

▸ **雇用統計の繰延に注意**
独立記念日休場で米雇用統計は七月十日へ。第一金曜の癖で取引せず、実際の発表日を必ず確認する。

▸ **月末の中銀ラッシュ**
FOMC・ECB・日銀・MPCが七月下旬に集中。低流動性と重なり値が飛びやすい。ポジション量を絞る。

▸ **夏枯れの低流動性**
七月二十二日以降は流動性低下。スプレッド拡大と突発的なフラッシュ的変動に備え逆指値を厚めに。

SAIKIX

27 WEEK · XXVII

6月29日 — 7月5日

水無月末・文月初 第二十七週 · 四半期末ウィーク

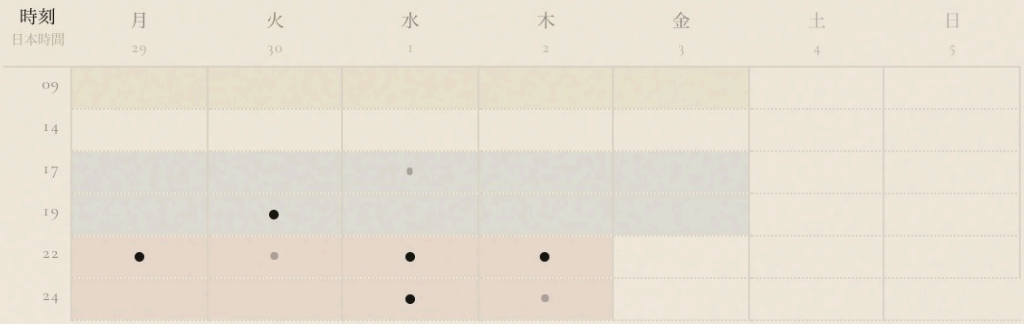
今週のテーマ

四半期末を越えて7月入り、独立記念日前で米国勢が早仕舞い

火6/30で上半期・第2四半期が終了、月末・四半期末のリバランスが集中。水7/1から 7月相場入りで米ISM・ADPが手掛かり。金7/3は独立記念日でNY休場、米国勢は7/2午後 から夏休みモードに入り流動性が一段と低下。薄い中の値飛びに警戒し軽めで臨む。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
四半期末フローと7月入り、独立記念日前で薄い

EUR / USD
火曜ユーロ圏CPI速報、水のISMで方向

USD / CAD
月末・原油の需給、北米低流動性に注意

今週のクセ · 米独立記念日前の低流動性

金7/3はNY休場（独立記念日）。米国勢は7/2午後から夏休みモードに入り、流動性が 一段と低下する。四半期末フローと重なり、薄い中での値飛びと方向の出にくさが 同居しやすい。新規はロットを落とし、薄い時間帯の飛びつきを避ける。

7/2午後〜**流動性低下**　値飛び**注意**　推奨**軽め・様子見**

売買日誌

29 JUN — 5 JUL

29 Mon 月
- 21:00 **独 消費者物価速報（6月）**
- – 半期末リバランス、月末フロー中心

残高 / 損益

30 Tue 火
- 18:00 **ユーロ圏 消費者物価速報（6月）**
- 22:45 米 シカゴ購買部協会景気指数（6月）
- – 四半期末ロンドンFIXに注意

残高 / 損益

1 Wed 水
- 21:15 **米 ADP雇用統計（6月）**
- 23:00 **米 ISM製造業景況指数（6月）**
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（6月）
- – 7月入り、独立記念日前

残高 / 損益

2 Thu 木
- 21:30 **米 新規失業保険申請件数**
- 23:00 米 製造業受注（5月）
- – 翌日NY休場、午後から手仕舞い前倒し

残高 / 損益

3 Fri 金
- NY休場 · 独立記念日
- – 米株債休場、FX流動性が極薄
- – 低流動性、急変に注意

残高 / 損益

4 Sat 土
- – *振り返り · 四半期末と7月入りの整理*

メモ

5 Sun 日
- – *来週準備 · 米雇用統計（7/10）週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

28 WEEK · XXVIII

7月6日 — 7月12日

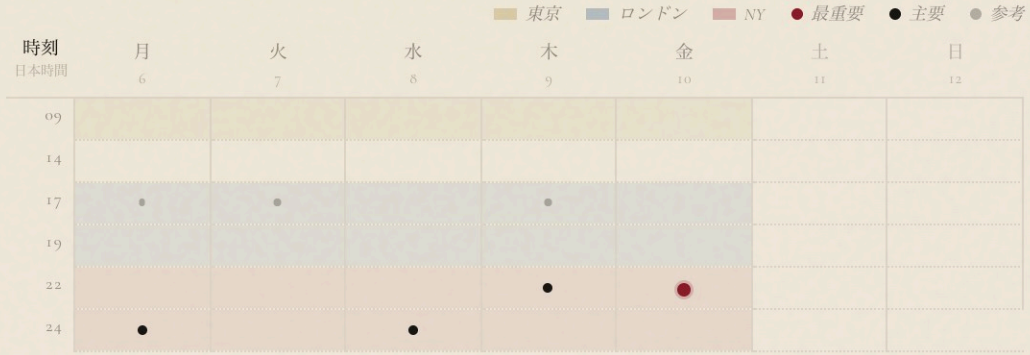
文月 第一週 · NFPウィーク

今週のテーマ

7月入りの米雇用統計、6月FOMC議事録と夏枯れ前の地合い

金7/10の米雇用統計が今週最大の山場。水7/8には6月FOMC（ドット公表回）の議事録で 利下げ観の手掛かり。7月後半（7/22〜）の夏枯れを前に、機関は中旬までに年央の ポジションを固める。NFPで方向が出れば夏枯れ前の最後のトレンドになりやすい。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜NFPで米金利、夏枯れ前の方向感

EUR / USD
水曜FOMC議事録後のドル金利、NFPで増幅

USD / CAD
金曜の米加同時雇用統計、北米通貨の綱引き

今週のクセ · 夏枯れ前の最終トレンド

7月後半（7/22〜）の夏枯れを前に、機関投資家は中旬までに年央のポジションを 固めにいく。NFPで方向が出ると、夏枯れ前の最後のトレンドとして素直に伸びやすい。 出遅れの追随より、NFP直後の方向確認後の押し戻りを拾うのが分が良い。

中旬まで **ポジション形成**　*NFP方向* **伸びやすい**　*推奨* **押し戻り拾い**

売買日誌

6 — 12 JUL

6 Mon 月
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（6月）
- 17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（6月）
- – NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

7 Tue 火
- 15:00 独 鉱工業生産（5月）
- – 議事録・NFP待ち、ポジション調整

残高 / 損益

8 Wed 水
- 27:00 FOMC議事録（6月会合）— *ドット公表回の議論*
- 23:00 米 卸売在庫（5月）
- – 議事録で利下げ観の手掛かり

残高 / 損益

9 Thu 木
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 15:00 英 月次GDP（5月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

10 Fri 金
- 21:30 **米 雇用統計（6月）— *今週の本命***
- 21:30 加 雇用統計（6月）
- – 初動はだましに注意
- – 来週は米CPI（7/15）

残高 / 損益

11 Sat 土
- – *振り返り · NFPと議事録の整理*

メモ

12 Sun 日
- – *来週準備 · 米CPI（7/15）週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

29 WEEK · XXIX

7月13日 — 7月19日

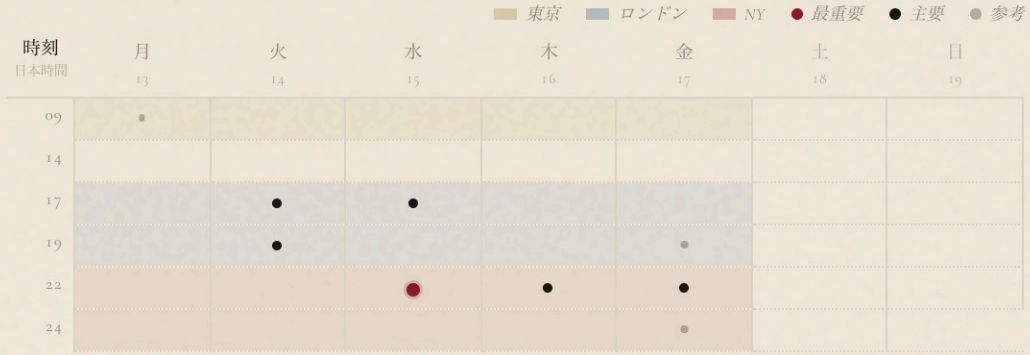
文月 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

米CPIが夏枯れ前の最後の大材料、出た方向は延長されやすい

水7/15の米CPIが今週最大の山場で、7/28-29 FOMCの織り込みを動かす。7/22からの 夏枯れを前に、CPIで出た方向は反対売買が細るため延長されやすい。木の小売・PPIも 補強材料。短期逆張りより、CPI後のトレンドに乗る発想が機能しやすい週。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
7/15 CPIで米金利、夏枯れ前で方向延長

EUR / USD
CPI後のドル金利、来週ECB前の下準備

GBP / USD
火・水の英雇用&CPI、ポンド単独材料

今週のクセ · 夏枯れ前CPIの方向延長

7/22からの夏枯れを前に、今週のCPIで出た方向は反対売買が細るため延長されやすい。 短期の逆張りより、CPI後のトレンドに乗って夏枯れ局面まで持つ発想が機能しやすい。 ただし低流動性入り後の急変に備え、逆指値は必ず置いておく。

CPI方向 **延長されやすい**　*反対売買* **細る**　*推奨* **トレンド寄り**

売買日誌

13 — 19 JUL

13 *Mon* 月
- 08:50 日 国内企業物価指数（6月）
- – CPI週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

14 *Tue* 火
- 15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
- 18:00 独 ZEW景況感（7月）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

15 *Wed* 水
- 21:30 **米 消費者物価指数（6月）** — *FOMC7月会合の織り込み*
- 15:00 英 消費者物価（6月）
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（7月）

残高 / 損益

16 *Thu* 木
- 21:30 米 生産者物価（6月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 21:30 米 フィラデルフィア連銀製造業（7月）

残高 / 損益

17 *Fri* 金
- 21:30 米 小売売上高（6月） — *CPIに次ぐ注目*
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（6月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（7月）
- – 来週はECB（7/22-23）・夏枯れ入り

残高 / 損益

18 *Sat* 土
- – *振り返り · CPI・小売の整理*

メモ

19 *Sun* 日
- – *来週準備 · 海の日（7/20東京休）・ECB週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

30 WEEK · XXX

7月20日 — 7月26日

文月 第三週 · ECB＆夏枯れ入り

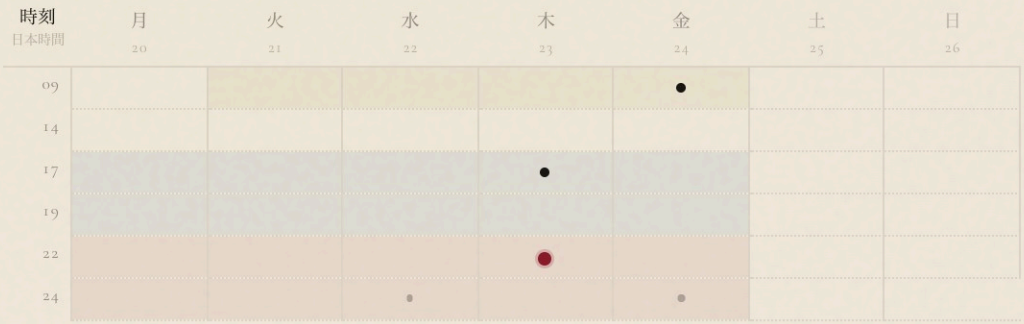
今週のテーマ

海の日明けにECB、夏枯れ入りで低流動性のレンジ相場へ

月7/20は海の日で東京休場、週入りは薄い。木7/23のECB理事会（ラガルド会見）と PMI速報が手掛かりだが、7/22から夏枯れに入り板が薄くなる。来週は日銀・FOMC（7/28-31）の中銀ラッシュを控え様子見も強い。レンジ中心、薄ロットで臨む。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
海の日明けの低流動性、来週日銀・FOMC前で動意薄

EUR / USD
木曜ECB・ラガルド会見、PMI速報と同日

EUR / JPY
クロス円、ECB×夏枯れの低流動性で値が飛ぶ

今週のクセ · 夏枯れ入り

7/22前後から欧米勢が夏季休暇に入り、流動性が細る「夏枯れ」局面。トレンドは 続きにくくレンジ回帰しやすい一方、薄い時間帯はわずかな注文で値が飛ぶ。 ブレイクの追随は控え、レンジ上下の逆張りと薄ロットを基本に。

過去20年勝率 50%　平均値幅 ±0.8%　推奨 **レンジ・薄ロット**

売買日誌

20 — 26 JUL

20 Mon 月
東京休場 · 海の日
– 東京勢不在、低流動性・ECB週入り
残高 / 損益

21 Tue 火
– ECB・夏枯れ入り、ポジション軽め
– 主要指標少、レンジ中心
残高 / 損益

22 Wed 水
23:00 米 中古住宅販売（6月）
– 翌日ECB、夏枯れ低流動性
残高 / 損益

23 Thu 木
21:15 **ECB 政策金利** — *ラガルド会見21:45*
17:00 ユーロ圏 PMI速報（7月）
22:45 米 PMI速報（7月）
21:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

24 Fri 金
08:30 日 全国CPI（6月） — *日銀7/30会合の材料*
23:00 米 新築住宅販売（6月）
– 夏枯れ＋来週中銀ラッシュ前
残高 / 損益

25 Sat 土
– *振り返り · ECBと夏枯れ入りの整理*
メモ

26 Sun 日
– *来週準備 · 日銀・FOMC（7/28-31）中銀ラッシュへ*
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

31 WEEK · XXXI

7月27日 — 8月2日

文月末・葉月初 第三十一週 · 中銀ラッシュウィーク

今週のテーマ

夏枯れ下にFOMC・日銀（展望回）・BOEが集中

水7/29 FOMC（SEPなし回）、木7/30 BOE、金7/31 日銀（展望レポート公表回・植田会見）が連続。夏枯れで板が薄いぶん結果方向に行き過ぎやすい。金は米PCE（6月）も重なる。 初動で深追いせず、行き過ぎの戻りを取る。ロットは抑え、月末フローにも注意。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 27	火 28	水 29	木 30	金 31	土 1	日 2
09					●		
14							
17							
19				●			
22			・	●	●		
24		・	●				

USD / JPY
FOMCと日銀（展望）の綱引き、夏枯れで行き過ぎ

EUR / USD
FOMC後のドル金利、金曜PCEで増幅

GBP / USD
木曜BOE、ポンド単独の票割れ材料

今週のクセ · 夏枯れ中の中銀オーバーシュート

夏枯れで板が薄い中にFOMC・日銀（展望）・BOEが集中。薄い分だけ結果方向に 行き過ぎ、その後急速に戻る「オーバーシュート→巻き戻し」が出やすい。初動で 深追いせず、行き過ぎの戻りを取る発想が機能しやすい。逆指値は広めに置く。

低流動性×中銀 **行き過ぎ**　*戻り* **急**　*推奨* **戻り取り**

売買日誌

27 JUL — 2 AUG

27 *Mon* 月
- — 中銀ラッシュ週入り、夏枯れで薄い
- — ポジション軽め、結果待ち

残高 / 損益

28 *Tue* 火
- — **FOMC 1日目**
- 23:00 米 消費者信頼感（7月・CB）
- — 低流動性、FOMC待ち

残高 / 損益

29 *Wed* 水
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明 — *SEPなし回***
- 27:30 **パウエル議長 記者会見**
- 21:15 米 ADP雇用統計（7月）

残高 / 損益

30 *Thu* 木
- 20:00 **英 MPC 政策金利**
- 21:30 米 GDP速報（Q2）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- — 日銀MPM 1日目（翌日決定）

残高 / 損益

31 *Fri* 金
- 12:00 **日銀 政策決定 — *展望レポート・植田会見15:30***
- 21:30 米 PCEデフレーター（6月）
- 21:30 米 個人所得・支出（6月）
- 08:30 日 東京都区部CPI（7月）

残高 / 損益

1 *Sat* 土
- — *振り返り · 中銀ラッシュの結果整理*

メモ

2 *Sun* 日
- — *来週準備 · 米雇用統計（8/7）週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

08 葉月・八月

令和八年

立秋・処暑

テーマ　夏枯れで低流動性、突発的な急変動に警戒

注目イベント　米雇用統計 8/7　米CPI 8/12

アノマリー　夏枯れ本番、フラッシュクラッシュ警戒

■ 中央銀行・最重要　■ 主要指標　■ 参考指標　■ 季節性

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1 夏枯れアノマリー
2	3 米ISM製造業 米建設支出	4 米製造業受注 米貿易収支	5 米ISM非製造業 米ADP雇用	6 ◑ 下弦 独鉱工業生産	7 **米雇用統計** 加雇用統計	8
9	10 日生産者物価 中国CPI・PPI	11 独ZEW景況感 英失業率	12 **米CPI** 英GDP（二Q）	13 ● 新月 米生産者物価	14 米小売売上高 ユーロ圏GDP	15
16	17 日GDP速報（二Q） 米NY連銀製造業	18 加CPI 米住宅着工	19 英CPI 日貿易収支	20 ◐ 上弦 FOMC議事録	21 ユーロ圏PMI速報 米PMI速報	22 ジャクソンホール
23	24 独イフォ景況感 米新築住宅販売	25 米耐久財受注 米消費者信頼感	26 米中古住宅販売仮契約 仏消費者信頼感	27 米GDP改定（二Q） 独消費者物価速報	28 ○ 満月 米PCEデフレータ	29
30	31 LDN休場・サマーバンクホリデー	1	2	3	4	5

今月の格言

"In thin markets, small stones make big ripples."

「薄い相場では、小石ひとつが大きな波紋を生む。」

— Market Lore

八月は欧米勢が夏季休暇に入り市場参加者が激減する。低流動性ゆえ小さなフローが過大な値幅を生み、突発的なフラッシュクラッシュが起きやすい。守りの月と心得たい。

八月に起きたこと

2011.8　米国債格下げ・スイスフラン急騰。S&P が米国格付を AAA から引き下げ、安全資産需要でスイスフランが歴史的高値、円も急騰した。

2015.8　中国人民元切り下げショック。人民銀行が基準値を連日切り下げ、世界株安と新興国通貨安が連鎖、リスクオフの円高が進行した。

2019.8　米中貿易戦争激化。中国が人民元を七元台に誘導、米国が為替操作国認定、低流動性の夏場に円高が一段と進んだ。

今月の戦略メモ

▸ 低流動性のギャップ警戒

東京・ロンドン早朝の流動性空白でストップを巻き込む急変が起きやすい。逆指値は余裕を持って置く。

▸ ジャクソンホールに注目

八月下旬の経済シンポジウムで議長が金融政策の方向を示唆。少ない参加者の中で大きく振れやすい。

▸ ポジションは軽めに

会合不在で材料は指標とヘッドラインのみ。低流動性の過剰反応に備え、ロットを絞り素早く撤退する。

SAIKIX

32 WEEK · XXXII

8月3日 — 8月9日

葉月 第一週 · 夏枯れNFPウィーク

今週のテーマ

夏枯れ下の米雇用統計、低流動性で初動が増幅される

金8/7の米雇用統計が今週最大の山場。夏枯れ（〜8/16）の低流動性の中で出るため、スプレッドが開き初動の値幅が増幅されやすい。週前半のISM・ADPで雇用の地合いを確認しつつ、NFPは軽め・初動見送りで二次反応に乗るのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜NFPで米金利、夏枯れで初動増幅

EUR / USD
NFP後のドル金利、低流動性でスプレッド拡大

USD / CAD
金曜の米加同時雇用統計、北米通貨の綱引き

今週のクセ · 夏枯れNFPの初動増幅

夏枯れで板が薄い中のNFPは、平時よりスプレッドが開き初動の値幅が増幅される。約定が滑りやすく、発表数秒のスパイクで踏まされやすい。指標時はロットを通常の半分以下に落とし、初動は見送って二次反応で入るのが安全。

低流動性×NFP **初動増幅**　*スプレッド* **拡大**　*推奨* **軽め・初動見送り**

売買日誌

3 — 9 AUG

3 *Mon* 月
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（7月）
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（7月）
- – 夏枯れ・NFP週入り

残高 / 損益

4 *Tue* 火
- 23:00 米 製造業受注（6月）
- – 低流動性、NFP待ち

残高 / 損益

5 *Wed* 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（7月）
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（7月）
- 17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（7月）
- – NFPの前触れ、夏枯れで振れやすい

残高 / 損益

6 *Thu* 木
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 15:00 独 製造業受注（6月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

7 *Fri* 金
- 21:30 **米 雇用統計（7月）— *夏枯れ下の低流動性、初動増幅***
- 21:30 加 雇用統計（7月）
- – 初動見送り、二次反応で
- – 来週は米CPI（8/12）

残高 / 損益

8 *Sat* 土
- – *振り返り · 夏枯れNFPの整理*

メモ

9 *Sun* 日
- – *来週準備 · 山の日（8/11東京休）・米CPI週へ*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

33 WEEK · XXXIII

8月10日 — 8月16日

葉月 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

お盆・夏枯れ終盤の米CPI、夏明けで反転含み

水8/12の米CPIが今週最大の山場で、9/15-16 FOMCの織り込みを動かす。お盆・夏枯れ（〜8/16）の低流動性で反応は増幅されやすい一方、夏枯れ明けで新規資金が戻るとCPIで出た方向が反転・修正されやすい。金の小売・日GDPも材料。決め打ちは回避。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
8/12 CPIで米金利、夏明けで反転含み

EUR / USD
CPI後のドル金利、低流動性で増幅

GBP / USD
火・水の英雇用&CPI、ポンド単独材料

今週のクセ · 夏枯れ明け前のCPI転換

夏枯れは8/16前後で一巡する。今週のCPIは低流動性で増幅しやすい一方、夏枯れ明けで 新規資金が戻るとCPIで出た方向が反転・修正されやすい。CPI直後の流れを本物と 決めつけず、夏枯れ明けの再評価に備えて利を伸ばし過ぎない。

低流動性CPI **増幅**　*明けで* **反転含み**　*推奨* **決め打ち回避**

売買日誌

10 — 16 AUG

10 *Mon* 月
- – お盆・夏枯れ終盤、低流動性
- – CPI週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

11 *Tue* 火
東京休場 · 山の日
- 15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
- 18:00 独 ZEW景況感（8月）

残高 / 損益

12 *Wed* 水
- 21:30 **米 消費者物価指数（7月）** — *FOMC9月会合の織り込み*
- 15:00 英 消費者物価（7月）
- – CPI後は低流動性で増幅

残高 / 損益

13 *Thu* 木
- 21:30 米 生産者物価（7月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- – お盆で国内勢不在、薄い

残高 / 損益

14 *Fri* 金
- 21:30 米 小売売上高（7月） — *CPIに次ぐ注目*
- 08:50 日 GDP速報（Q2・1次）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（8月）
- – 夏枯れ明け（8/16前後）接近

残高 / 損益

15 *Sat* 土
- – *振り返り · CPI・小売の整理*

メモ

16 *Sun* 日
- – *来週準備 · 夏枯れ明け・ジャクソンホール接近*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

34 WEEK · XXXIV

8月17日 — 8月23日

葉月 第三週 · ジャクソンホールウィーク

今週のテーマ

夏枯れ明け、ジャクソンホールのパウエル講演が号砲

金8/21前後のパウエル講演（ジャクソンホール）が年後半の金融政策スタンスを示す 節目。水8/19の7月FOMC議事録も手掛かり。夏枯け明けで新規資金が戻る局面と重なり、 講演を境に一方向へ放れやすい。前のめりせず、講演の方向を確認してから乗る。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
パウエル講演で年後半の利下げ観、ドル金利連動

EUR / USD
講演＋木曜PMI速報、夏明けの新規フロー

GBP / USD
金曜の英PMI速報、ポンドの景況感材料

今週のクセ · ジャクソンホールの号砲

金8/21前後のパウエル講演は、年後半の金融政策スタンスを示す節目。講演前は ポジション整理でレンジになりやすく、講演直後に夏枯け明けの新規資金と相まって 一方向へ放れやすい。前のめりせず、講演の方向を確認してから乗る。

講演前 **レンジ**　*講演後* **放れ**　*推奨* **確認後エントリー**

売買日誌

17 — 23 AUG

17 *Mon* 月
– 夏枯れ明け、新規資金が始動
– ジャクソンホール週入り
残高 / 損益

18 *Tue* 火
21:30 米 住宅着工件数（7月）
– ジャクソンホール・議事録待ち、様子見
残高 / 損益

19 *Wed* 水
27:00 FOMC議事録（7月会合）— *9月会合への手掛かり*
– ジャクソンホール前、議事録で下準備
残高 / 損益

20 *Thu* 木
17:00 ユーロ圏 PMI速報（8月）
22:45 米 PMI速報（8月）
21:30 米 新規失業保険申請件数
23:00 米 中古住宅販売（7月）
残高 / 損益

21 *Fri* 金
23:00 **パウエル議長 講演（ジャクソンホール）— *年後半スタンスの号砲***
08:30 日 全国CPI（7月）
17:30 英 PMI速報（8月）
– ジャクソンホール講演で年後半の方向決定
残高 / 損益

22 *Sat* 土
– *振り返り · ジャクソンホールの整理*
メモ

23 *Sun* 日
– *来週準備 · 月末・PCE週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

35 WEEK · XXXV

8月24日 — 8月30日

葉月末 第三十五週 · 月末PCEウィーク

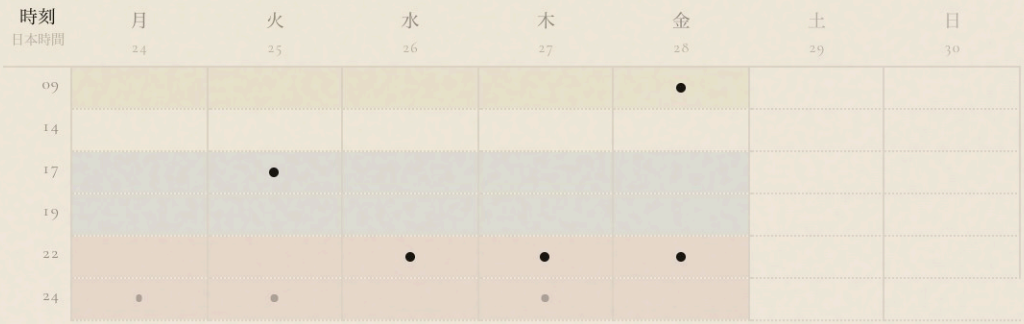
今週のテーマ

夏明け＋月末PCE、ジャクソンホールの方向を確かめる週

夏枯れ明けで新規資金が戻り、先週のジャクソンホールで示された方向を確かめる週。 金8/28の米PCE（7月）が今週の中心で、9/15-16 FOMCの織り込みを動かす。月末 リバランスが順方向ならトレンドが加速。来週は8/31ロンドン休場で低流動性入り。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
金曜PCEとジャクソンホール後の方向、月末リバランスで加速

EUR / USD
火曜の独Ifo、PCE後のドル金利を観察

USD / CAD
木曜の米GDP改定、原油と月末需給

今週のクセ · 夏明け月末のトレンド加速

夏枯れ明けで新規資金が戻り、ジャクソンホールで示された方向に沿って月末 リバランスが乗ると、9月相場の下準備としてトレンドが加速しやすい。一方で 月末ロンドンFIXでは一旦の調整も。順張り基調＋FIX前後の利確を意識する。

夏明け＋月末 **加速**　*FIX* **一服**　*推奨* **順張り＋FIX利確**

売買日誌

24 — 30 AUG

24 *Mon* 月
- 23:00 米 新築住宅販売（7月）
- – 夏明け・月末週入り、ジャクソンホールの方向確認

残高 / 損益

25 *Tue* 火
- 17:00 独 Ifo企業景況感（8月）
- 23:00 米 消費者信頼感（8月・CB）
- – 月末リバランス始動

残高 / 損益

26 *Wed* 水
- 21:30 米 耐久財受注（7月）
- – 月末調整、PCE待ち

残高 / 損益

27 *Thu* 木
- 21:30 米 GDP改定（Q2・2次）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 23:00 米 住宅販売保留指数（7月）

残高 / 損益

28 *Fri* 金
- 21:30 米 PCEデフレーター（7月） — *FRB重視の物価*
- 21:00 独 消費者物価速報（8月）
- 08:30 日 東京都区部CPI（8月）
- – 月末FIX・来週LDN休（8/31）前

残高 / 損益

29 *Sat* 土
- – *振り返り · PCEと夏明け相場の整理*

メモ

30 *Sun* 日
- – *来週準備 · 8/31 LDN休・9月相場入りへ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

09 長月・九月

令和八年

白露・秋分

テーマ　米新年度入り、機関の資金再配分で相場が動く

注目イベント　FOMC 9/15-16　日銀 9/17-18

アノマリー　9/3-13：米新年度の資金流入、勝率60%

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1 米ISM製造業 米建設支出	2 米ADP雇用 米製造業受注	3 米ISM非製造業 米貿易収支	4 ◑ **米雇用統計** 下弦	5 米新年度フロー
6	7 NY休場・レイバーデー 日景気動向指数	8 日GDP改定値 日経常収支	9 ECB 一日目 米卸売在庫	10 **ECB 決定・会見** 米生産者物価	11 ● **米CPI** 新月	12
13	14 ユーロ圏鉱工業生産	15 FOMC 一日目 米小売売上高	16 **FOMC 決定・会見** 米鉱工業生産	17 **英MPC 決定** 日銀 一日目	18 **日銀 決定会合** 米景気先行指数	19 ◐ 上弦
20	21 東京休場・敬老の日 独生産者物価	22 東京休場・国民の休日 米PMI速報	23 東京休場・秋分の日 独イフォ景況感	24 米新築住宅販売 米新規失業保険	25 米GDP確定値 米耐久財受注	26
27 ○ 満月	28 米個人所得・支出 米PCEデフレータ	29 米消費者信頼感 米中古住宅販売仮契約	30 米シカゴPMI 日鉱工業生産	1	2	3

今月の格言

"The Plaza Accord reshaped the world's currencies overnight."

「プラザ合意は、一夜にして世界の通貨を作り替えた。」

— Financial History Review, 1985

九月は米新年度の幕開け。機関投資家のポートフォリオ再配置が為替フローを動かす。歴史的にも協調介入や金融危機が集中した月であり、月初のフローを軽視できない。

九月に起きたこと

1985.9　プラザ合意。G5がドル高是正で協調介入に合意、ドル円は二年で半値の急落へ。現代の協調介入の原型となった歴史的合意。

2008.9.15　リーマン・ブラザーズ破綻。世界金融危機が本格化し、円とドルへの逃避が加速。リスク回避の象徴的事件となった。

1992.9.16　ポンド危機（ブラックウェンズデー）。英国がERM離脱、ソロスのポンド売りが市場の伝説となる。

今月の戦略メモ

▸ **米新年度フローの始動**

九月三日〜十三日は米国の新年度入りで新規ポジション流入。トレンドフォロー優位、過去二十年で六十%。

▸ **中銀ラッシュの週**

九月十五〜十八日にFOMC・日銀・ECB・MPCが集中。会合間のクロス円の振れに備え、ポジションを軽くする。

▸ **月末リバランス**

四半期末のリバランスフローが二十八〜三十日に集中。ロンドンフィキシングの値動きに注意。

SAIKIX

36 WEEK · XXXVI

8月31日 — 9月6日

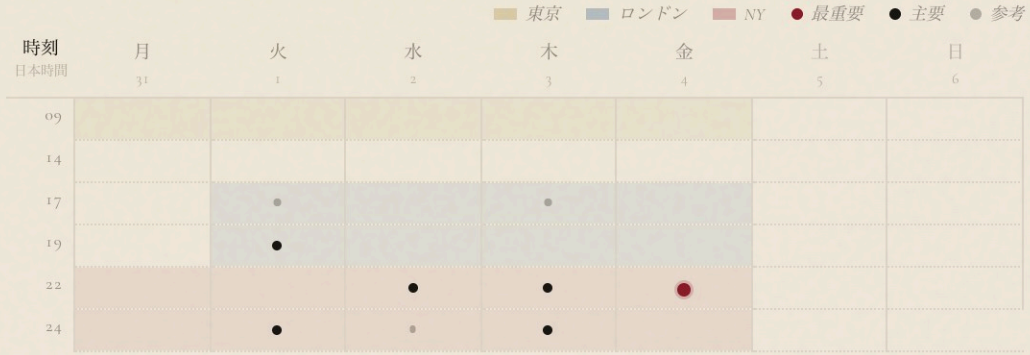
葉月末・長月初 第三十六週 · 新年度フローNFPウィーク

今週のテーマ

月またぎの米雇用統計、米新年度フローでトレンドが出やすい

金9/4の米雇用統計が今週最大の山場。9/3〜の米新年度フロー（機関の新規ポジション 流入）でトレンドが出やすい局面と重なる。月8/31はロンドンが英祝日で低流動性。 前半のISM・ADPで地合いを確認し、NFPで出た方向に順張りで乗るのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜NFPで米金利、新年度フローでトレンド

EUR / USD
火曜ユーロ圏CPI速報、来週ECB前の下準備

USD / CAD
金曜の米加同時雇用統計、北米通貨の綱引き

今週のクセ · 米新年度フロー

米国の機関投資家は9月末の年度末を控え、9/3前後から新規ポジションを組み始める。 資金流入でトレンドが出やすく、夏枯け明けの方向が延長されやすい局面。NFPで 方向が確認できれば、逆張りより順張りで乗るのが分が良い。

過去20年勝率 60%　*平均値幅* +1.3%　*推奨* **順張り**

売買日誌

31 AUG — 6 SEP

31 *Mon* 月
- ロンドン休場 · サマーバンクホリデー
- – 欧州勢不在、月またぎ・NFP週入り

残高 / 損益

1 *Tue* 火
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（8月）
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（8月）
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（8月）

残高 / 損益

2 *Wed* 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（8月）
- 23:00 米 JOLTS求人件数（7月）
- – NFPの前触れ、新年度フロー始動

残高 / 損益

3 *Thu* 木
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（8月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（8月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

4 *Fri* 金
- 21:30 **米 雇用統計（8月）— 今週の本命、新年度フロー**
- 21:30 加 雇用統計（8月）
- – 初動はだましに注意
- – 来週はECB・米CPI（9/9-11）

残高 / 損益

5 *Sat* 土
- – *振り返り · NFPと新年度フローの整理*

メモ

6 *Sun* 日
- – *来週準備 · ECB（9/9-10）・米CPI（9/11）週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

37 WEEK · XXXVII

9月7日 — 9月13日

長月 第二週 · ECB＆CPIウィーク

今週のテーマ

木ECB→金CPIの連日大型、来週の日銀・FOMC前の下準備

木9/10のECB理事会（ラガルド会見）と金9/11の米CPIが連日で来る。来週9/15-18の 日銀・FOMCを控え、CPIがその織り込みを左右。米新年度フローが続く中、ECBで作った ユーロ方向がCPIで上書きされやすい。木の結果を金まで引っ張らない。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 7	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12	日 13
09		●					
14							
17					●		
19							
22				●	●		
24			●		●		

USD / JPY
金CPIで米金利、来週日銀・FOMC前

EUR / USD
木ECB→金CPIで方向が上書きされやすい

EUR / JPY
クロス円、ECB×新年度フローの綱引き

今週のクセ · 連日イベントの上書き

木ECB→金CPIと大型が連日で来ると、ECBで出たユーロ方向は、翌日の米CPIで ドル全面の力が勝った場合に一気に塗り替えられる（上書き）。木の結果を金まで 引っ張らず、CPI後にあらためて方向を取り直すのが安全。

連日イベント **上書き**　*木の方向* **持ち越し注意**　*推奨* **CPI後に取り直し**

売買日誌

7 — 13 SEP

7 *Mon* 月
– ECB・CPI週入り、新年度フロー継続
– 序盤は様子見
残高 / 損益

8 *Tue* 火
08:50 日 GDP改定（Q2・2次）
– ECB前、ポジション調整
残高 / 損益

9 *Wed* 水
23:00 米 卸売在庫（7月）
– ECB1日目、結果待ち
残高 / 損益

10 *Thu* 木
21:15 **ECB 政策金利** — *ラガルド会見21:45*
21:30 米 生産者物価（8月）
21:30 米 新規失業保険申請件数
– ECB後はCPI待ち、引っ張らない
残高 / 損益

11 *Fri* 金
21:30 **米 消費者物価指数（8月）** — *FOMC来週の織り込み*
15:00 英 月次GDP（7月）
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（9月）
– 来週は日銀・FOMC（9/15-18）
残高 / 損益

12 *Sat* 土
– *振り返り · ECB・CPIの整理*
メモ

13 *Sun* 日
– *来週準備 · 日銀・FOMC（9/15-18）中銀ラッシュへ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

38 WEEK · XXXVIII

9月14日 — 9月20日

長月 第三週 · 中銀トリプルウィーク

今週のテーマ

FOMC（ドット公表回）・BOE・日銀が集中、通貨の主役交代

水9/16 FOMC（ドットプロット公表回）、木9/17 BOE、金9/18 日銀（植田会見）が連続。 FOMCのSEPで年内利下げ回数が焦点。米要因でドル円が振れた後、金の日銀で円側から 逆回転がかかりやすい。各中銀で完結させ、週またぎで建玉を引っ張らない。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
FOMCドットでドル発、金の日銀で円発の逆回転

EUR / USD
FOMCドット中央値、ドル金利の振れに連動

GBP / USD
木曜BOE、ポンド単独の票割れ材料

今週のクセ · ドル発・円発の二段転換

水FOMC（ドット公表）でドル円が振れ、金の日銀の結果で今度は円側から逆回転が かかりやすい。米要因→日要因の二段で、週ベースでは行って来いになりがち。 各中銀ごとに取引を完結させ、週またぎで建玉を引っ張らないのが安全。

水 ドル発で振れ　金 円発で逆回転　推奨 各中銀で完結

売買日誌

14 — 20 SEP

14 Mon 月
- — 中銀トリプル週入り、警戒
- — ポジション軽め、結果待ち

残高 / 損益

15 Tue 火
- — **FOMC 1日目**
- 18:00 独 ZEW景況感（9月）
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（9月）

残高 / 損益

16 Wed 水
- 27:00 **FOMC 政策金利・SEP — ドットプロット公表回**
- 21:30 米 小売売上高（8月）
- 15:00 英 消費者物価（8月）
- 27:30 パウエル議長 記者会見

残高 / 損益

17 Thu 木
- 20:00 **英 MPC 政策金利**
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 21:30 米 住宅着工件数（8月）
- — 日銀（明日決定）控え

残高 / 損益

18 Fri 金
- 12:00 **日銀 政策決定 — 植田会見15:30**
- 08:30 日 全国CPI（8月）
- — 中銀ラッシュ消化、行って来い注意
- — 来週は東京3連休（敬老/秋分）

残高 / 損益

19 Sat 土
- — *振り返り · 中銀トリプルの結果整理*

メモ

20 Sun 日
- — *来週準備 · 敬老の日(9/21) · 秋分(9/23)東京連休へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

39 WEEK · XXXIX

9月21日 — 9月27日

長月 第四週 · シルバーウィーク

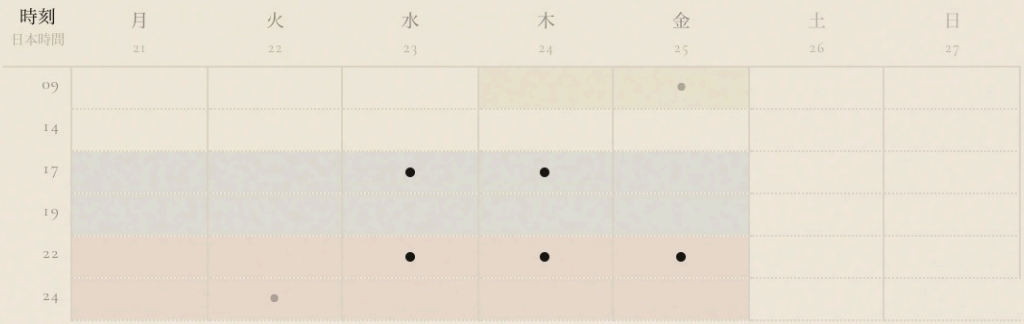
今週のテーマ

東京3連休のシルバーウィーク、海外主導の低流動性

月21・火22・水23（敬老の日／国民の休日／秋分の日）で東京3連休、国内勢が不在。 海外主導の低流動性で、木のPMI速報・米GDP、金の米PCEが手掛かり。連休中に出た方向は 連休明けの国内勢復帰で修正されやすい。深追いせず、明けの戻りを待つ。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
東京3連休で国内勢不在、海外主導の値動き

EUR / USD
水曜PMI速報・金曜PCE、ドル金利を観察

AUD / JPY
クロス円、連休中の海外リスク選好を映す

今週のクセ · シルバーウィークの往って来い

敬老の日〜秋分（9/21-23）の東京3連休で国内実需が不在。海外主導で動いた方向が、 連休明けの国内勢復帰で修正（往って来い）しやすい。連休中のブレイクは深追いせず、 低流動性の行き過ぎは連休明けの戻りを取りに行くのが分が良い。

連休 **海外主導**　*明けで* **修正**　*推奨* **深追い回避**

売買日誌

21 — 27 SEP

21 *Mon* 月

東京休場 · 敬老の日
– 国内勢不在、シルバーウィーク入り

残高 / 損益

22 *Tue* 火

東京休場 · 国民の休日
23:00 米 消費者信頼感（9月・CB）
– 東京連休継続、海外主導

残高 / 損益

23 *Wed* 水

東京休場 · 秋分の日
17:00 **ユーロ圏 PMI速報（9月）**
22:45 **米 PMI速報（9月）**

残高 / 損益

24 *Thu* 木

17:00 **独 Ifo企業景況感（9月）**
21:30 **米 GDP確定（Q2・3次）**
21:30 米 新規失業保険申請件数
21:30 米 耐久財受注（8月）

残高 / 損益

25 *Fri* 金

21:30 **米 PCEデフレーター（8月）** — *FRB重視の物価*
08:30 日 東京都区部CPI（9月）
– 月末接近、来週は四半期末（9/30）

残高 / 損益

26 *Sat* 土

– *振り返り · PMI・PCEの整理*

メモ

27 *Sun* 日

– *来週準備 · 四半期末（9/30）・米新年度入りへ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

神無月・十月

令和八年

IO

寒露・霜降

テーマ　米企業決算ピーク、月末から株高（ハロウィン効果）

注目イベント　FOMC 10/28　ECB 10/29　日銀 10/30

アノマリー　10月末〜年末は上昇基調へ転換しやすい

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1 米ISM製造業 日銀短観	2 **米雇用統計** 米製造業受注	3 ◑ 下弦
4	5 米ISM非製造業 ユーロ圏小売売上高	6 米貿易収支 独製造業受注	7 米ADP雇用 独鉱工業生産	8 FOMC議事録 日機械受注	9 米卸売在庫 英GDP（8月）	10
11 ● 新月	12 東京体場・スポーツの日 米財政収支	13 **米CPI** 独ZEW景況感	14 米生産者物価 英失業率	15 米小売売上高	16 米鉱工業生産 米輸出入物価	17
18	19 ◐ 加CPI 上弦	20 米住宅着工	21 英CPI 日貿易収支	22 ユーロ圏消費者信頼感 米景気先行指数	23 米PMI速報 日CPI（9月）	24
25 月末買いアノマリー	26 ○ 満月 独イフォ景況感	27 FOMC 一日目 米耐久財受注	28 **FOMC 決定・会見** ECB 一日目	29 **ECB 決定・会見** 米PCEデフレータ	30 **日銀 決定会合** 日鉱工業生産	31

今月の格言

"October: This is one of the peculiarly dangerous months to speculate in stocks."

「十月。株に手を出すには、とりわけ危険な月のひとつだ。」

— Mark Twain, Pudd'nhead Wilson, 1894

十月は歴史的暴落が集中する月として知られる。一方で月末から年末へ反発に転じる「月末買い」の季節性も強く、恐怖と転換が同居する。荒れ相場こそ規律を優先したい。

十月に起きたこと

1987.10.19　ブラックマンデー。ニューヨーク株式が一日で約二十二％暴落、ドルも急落し協調介入観測が広がった。為替の歴史的ボラティリティ事例。

2008.10　金融危機ピーク。リーマン破綻後の連鎖で円が全面高、ドル円・クロス円が記録的なリスクオフ巻き戻しに見舞われた。

1998.10.7　ドル円が二日で約二十円急落。ヘッジファンドの円キャリー巻き戻しで歴史的な円急騰が発生した。

今月の戦略メモ

▸ **三中銀の連続週**
十月末はFOMC・ECB・日銀が連日。声明の温度差でクロス円が走りやすく、跨ぎポジションは縮小したい。

▸ **暴落月のリスク管理**
ブラックマンデーの記憶から急落耐性を点検。逆指値を必ず置き、レバレッジは平時より一段抑える。

▸ **月末買いの入口**
十月末から年末にかけ上昇基調へ転換しやすい。下値での押し目買い候補を事前に整理しておく。

SAIKIX

40 WEEK · XL

9月28日 — 10月4日

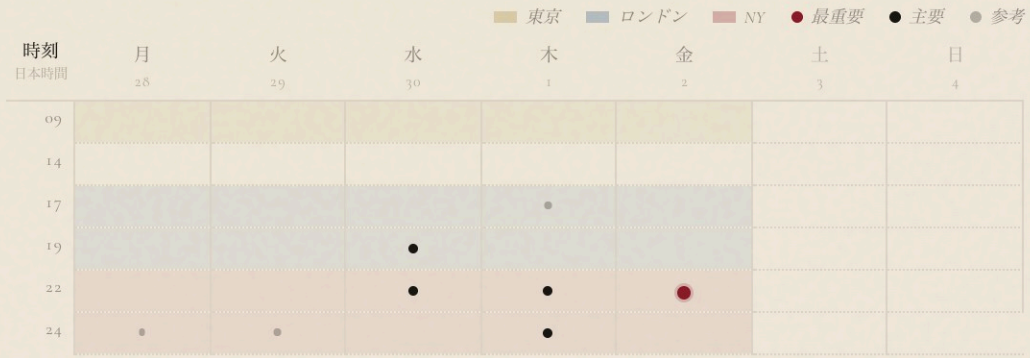
長月末・神無月初 第四十週 · 四半期末NFPウィーク

今週のテーマ

四半期末（9/30）と米雇用統計が交錯、10月相場入り

金10/2の米雇用統計が今週最大の山場。水9/30で第3四半期・米年度末を越え、月末・四半期末のリバランスフローと交錯する。前半のADP・ISM・ユーロ圏CPI速報で地合いを 確認。NFPの方向と四半期末フローが同方向なら増幅、逆ならFIXで吸収されやすい。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY	EUR / USD	USD / CAD
金曜NFPと四半期末フロー、方向は不定	水曜ユーロ圏CPI速報、NFP後のドル金利	原油と四半期末需給、ドル全面に連動

今週のクセ · 四半期末×NFPの綱引き

四半期末（9/30）の機関リバランスと金曜NFPが同週で重なる。NFPで出た方向に 四半期末フローが順なら値幅は増幅、逆ならロンドンFIXで吸収されやすい。 月末FIX通過まで方向を決め打ちせず、フローが一巡してから乗る。

四半期末×NFP **増幅/吸収**　方向 **不定**　推奨 **FIX通過待ち**

売買日誌

28 SEP — 4 OCT

28 Mon 月

- 23:00 米 住宅販売保留指数（8月）
- – 四半期末・NFP週入り

残高 / 損益

29 Tue 火

- 23:00 米 ケースシラー住宅価格（7月）
- – 四半期末リバランス始動、NFP待ち

残高 / 損益

30 Wed 水

- 21:15 米 ADP雇用統計（9月）
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（9月）
- – 四半期末ロンドンFIXに注意

残高 / 損益

1 Thu 木

- 23:00 米 ISM製造業景況指数（9月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- 17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（9月）
- – 10月入り、NFP前日

残高 / 損益

2 Fri 金

- 21:30 **米 雇用統計（9月）— 本命、四半期末フローと交錯**
- – 初動はだましに注意
- – 月末FIX通過まで決め打ち回避

残高 / 損益

3 Sat 土

- – *振り返り · NFPと四半期末フローの整理*

メモ

4 Sun 日

- – *来週準備 · 10月相場・米CPI（10/13）週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

41 WEEK · XLI

10月5日 — 10月11日

神無月 第一週 · 議事録ウィーク

今週のテーマ

9月FOMC議事録で利下げ観を整理、CPI前週の下準備

大型中銀のない週。水10/7の9月FOMC（ドット公表回）議事録が利下げ観の手掛かりで、 来週10/13の米CPIを前にした下準備。月のISM非製造業、木のPPIで需給を確認。 議事録のトーンが翌週CPIの解釈基準になる。今週は小さく、トーンを記録しておく。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 5	火 6	水 7	木 8	金 9	土 10	日 11
09							
14							
17	●	●	●		●		
19							
22				●			
24	●		●		●		

USD / JPY
議事録のトーン、来週CPIの解釈軸を作る

EUR / USD
議事録後のドル金利、レンジ内で方向探り

GBP / USD
金曜の英GDP、ポンド単独の景況感

今週のクセ · 議事録は来週CPIの解釈軸

FOMC議事録は声明後の後追い情報で、来週のCPIを前にした今週は直接の反応が 限定的になりやすい。ただし議事録で示されたインフレ警戒／利下げ傾斜のトーンが、 翌週CPIの『良し悪しの解釈基準』になる。今週は小さく回し、トーンを記録する。

議事録 **反応限定**　*来週CPIの* **解釈軸**　*推奨* **トーン記録**

売買日誌

5 — 11 OCT

5 Mon 月
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（9月）
- 17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（9月）
- – CPI前週、地合い確認

残高 / 損益

6 Tue 火
- 15:00 独 製造業受注（8月）
- – 議事録待ち、ポジション調整

残高 / 損益

7 Wed 水
- 27:00 FOMC議事録（9月会合） — *ドット公表回の議論*
- 15:00 独 鉱工業生産（8月）
- – 議事録で利下げ観の手掛かり

残高 / 損益

8 Thu 木
- 21:30 米 生産者物価（9月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- – CPI前週、ポジション軽め

残高 / 損益

9 Fri 金
- 15:00 英 月次GDP（8月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（10月）
- – 来週は米CPI（10/13）・スポーツの日

残高 / 損益

10 Sat 土
- – *振り返り · 議事録・PPIの整理*

メモ

11 Sun 日
- – *来週準備 · スポーツの日（10/12東京休）・米CPI週へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

42 WEEK · XLII

10月12日 — 10月18日

神無月 第二週 · CPIウィーク

今週のテーマ

スポーツの日明けに米CPI、中銀ウィーク前の最後の物価

月10/12はスポーツの日で東京休場（米債もコロンバスデー休）。火10/13の米CPIが 今週最大の山場で、10/27-28 FOMCの織り込みを左右する。木の小売も補強材料。 連休で動意が溜まった後のCPIは初動が荒れやすく、軽め・初動見送りが定石。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
火曜CPIで米金利、連休明けで初動が荒れる

EUR / USD
CPI後のドル金利、来週ECB前の下準備

GBP / USD
火・水の英雇用&CPI、ポンド単独材料

今週のクセ · 連休明けCPIの初動荒れ

月は東京＋米債休場（スポーツの日／コロンバスデー）で動意が溜まりやすく、翌火のCPIで溜まったポジションが一気に傾く。初動のボラが通常のCPIより大きく スリッページも出やすい。軽め・初動見送りで二次反応に乗るのが安全。

連休明けCPI **初動荒れ**　スリッページ **注意**　推奨 **軽め・二次反応**

売買日誌

12 — 18 OCT

12 Mon 月
東京休場 · スポーツの日
– 米債休場（コロンバスデー）で低流動性
– CPI前日、動意が溜まりやすい
残高 / 損益

13 Tue 火
21:30 **米 消費者物価指数（9月）** — FOMC10月会合の織り込み
15:00 英 雇用統計（失業率・賃金）
18:00 独 ZEW景況感（10月）
残高 / 損益

14 Wed 水
27:00 米 ベージュブック
– CPI後はベージュブックで補強
残高 / 損益

15 Thu 木
21:30 米 小売売上高（9月） — CPIに次ぐ注目
21:30 米 新規失業保険申請件数
21:30 米 NY連銀製造業景気指数（10月）
残高 / 損益

16 Fri 金
18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（9月）
22:15 米 鉱工業生産（9月）
– 来週は米欧中銀（10/27-30）前
残高 / 損益

17 Sat 土
– 振り返り · CPI・小売の整理
メモ

18 Sun 日
– 来週準備 · 月後半・中銀ウィーク（10/27-30）前へ
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

43 WEEK · XLIII

10月19日 — 10月25日

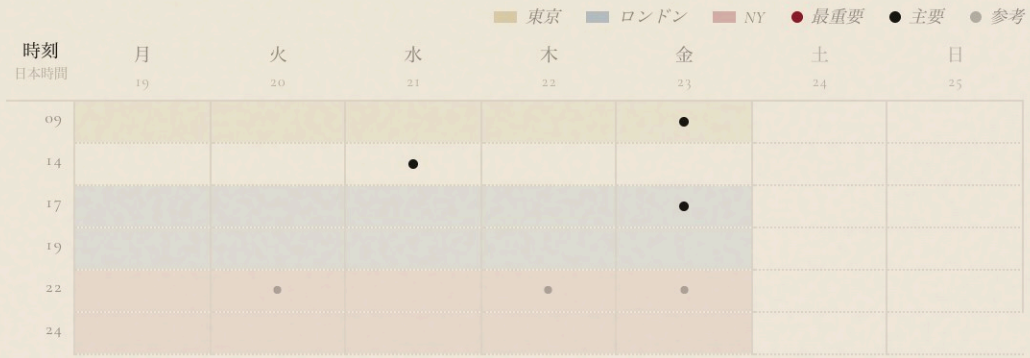
神無月 第三週 · 中銀ラッシュ前

今週のテーマ

中銀ラッシュ直前の様子見、金曜のPMI速報と日本CPIが手掛かり

来週10/27-30にFOMC・ECB・日銀が集中するため、今週は大口が持ち高を軽くして待つ展開。 月〜木は手掛かりに乏しくレンジになりやすい。金曜は朝に日本の全国CPI、夕方に各国の PMI速報が出て来週の中銀織り込みを少し動かす。深追いせず様子見が定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金の日本CPIと来週の日米中銀待ち、レンジ下で様子見

EUR / USD
来週ECB前の持ち高調整、PMI速報で方向感探り

GBP / USD
英PMI速報が数少ない単独材料、薄い手掛かり

今週のクセ · 大型イベント前はポジションを軽く

FOMC級の大イベントが翌週に控えると、機関投資家はリスクを落とすため持ち高を縮小する。 結果としてトレンドが減衰し、値幅の小さいレンジへ収束しやすい。ブレイクに見えても 戻されやすく、レンジ上下限の逆張りが機能しやすい局面。

イベント前 **持ち高圧縮**　*値動き* **レンジ収束**　*推奨* **レンジ想定・薄ロット**

売買日誌

19 — 25 OCT

19 Mon 月
- — 中銀ラッシュ前の様子見入り
- — 主要経済指標は少ない

残高 / 損益

20 Tue 火
- 21:30 米 住宅着工・建設許可（9月）
- — 中銀ウィーク前のポジション調整

残高 / 損益

21 Wed 水
- 15:00 **英 消費者物価（9月）**
- — FOMC直前ブラックアウト期間中

残高 / 損益

22 Thu 木
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- — 中銀ウィーク前の手仕舞い

残高 / 損益

23 Fri 金
- 08:30 **日本 全国消費者物価（9月）** — *来週日銀の判断材料*
- 17:00 **ユーロ圏・英 PMI速報（10月・英は17:30）**
- 22:45 米 PMI速報（10月）
- — 中銀ラッシュ直前、深追い禁物

残高 / 損益

24 Sat 土
- — *振り返り · PMI・日本CPIの整理*

メモ

25 Sun 日
- — *来週準備 · 中銀ラッシュ週へ／欧州サマータイム終了*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

44 WEEK · XLIV

10月26日 — 11月1日

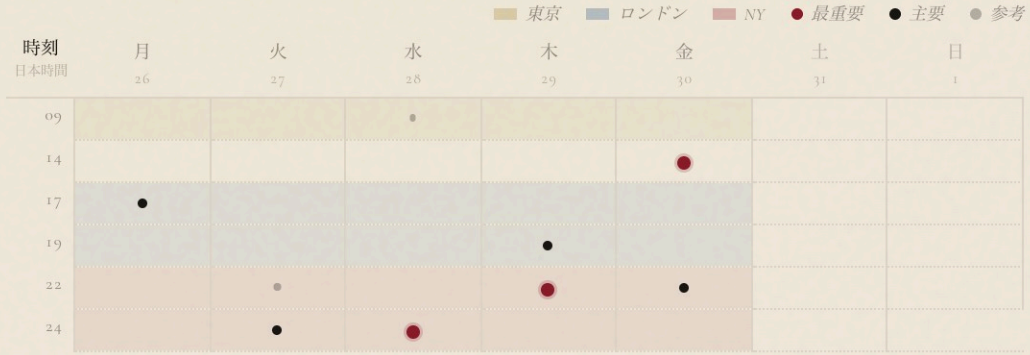
神無月末・霜月初 第四週 · 中銀ラッシュ週

今週のテーマ

FOMC・ECB・日銀が3日連続、年内最大級の中銀ラッシュ

水にFOMC（声明27:00・パウエル会見27:30）、木にECB、金に日銀（展望レポート＋植田会見）と主要3中銀が連日。さらに木は米GDPとPCE、金は月末リバランスが重なる。1つを織り込むたび次で巻き戻す往復になりやすく、薄ロット・通過待ちが基本。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
水FOMC〜金日銀（展望）の日米連続、年内最大級の振れ

EUR / USD
木ECBで利下げ休止の見極め

EUR / JPY
日銀展望レポートとECBが交錯、クロス円で増幅

今週のクセ · 中銀連発と月末フローの交錯

主要中銀が連日続くと、各会合で値を付け直しては次の会合で逆へ振れ、方向が定まらない往復相場になりやすい。加えて30日は月末ロンドンフィックスのリバランスが重なり、ファンダと無関係な需給で値が飛ぶ。トレンド追随より往復警戒が基本。

中銀連発 **方向定まらず**　*月末フロー* **重複**　*推奨* **往復警戒・薄ロット**

売買日誌

26 OCT — 1 NOV

26 *Mon* 月
- 18:30 独 Ifo企業景況感指数（10月）
- – 中銀ラッシュ前の最終調整

残高 / 損益

27 *Tue* 火
- 21:30 米 耐久財受注（9月）
- 23:00 米 消費者信頼感指数（10月）
- – FOMC 1日目（声明は翌28日）

残高 / 損益

28 *Wed* 水
- 27:00 **米 FOMC政策金利＋パウエル会見（27:30）** — ***利下げ有無が最大焦点***
- 09:30 豪 消費者物価（9月・7-9月期）
- – ECB理事会1日目（決定は翌29日）

残高 / 損益

29 *Thu* 木
- 22:15 **欧 ECB政策金利＋ラガルド会見（22:45）** — ***利下げ休止か見極め***
- 21:30 米 GDP速報（第3四半期）
- 21:30 米 PCE物価指数（9月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- – 日銀MPM 1日目（決定は翌30日）

残高 / 損益

30 *Fri* 金
- – **日銀 政策金利＋展望レポート・植田会見（15:30）** — ***物価見通し改定に注目***
- – 月末ロンドンフィックスのリバランス

残高 / 損益

31 *Sat* 土
- – *振り返り · FOMC・ECB・日銀の整理*

メモ

1 *Sun* 日
- – *来週準備 · 米雇用統計週へ／米サマータイム終了*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

霜月・十一月

令和八年

II

立冬・小雪

テーマ　感謝祭で米国休場、相場は年末モードへ

注目イベント　英MPC 11/5　米雇用統計 11/6　米CPI 11/10

アノマリー　11/18-27：トレンド転換の傾向、勝率55%

中央銀行・最重要　主要指標　参考指標　季節性

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ◑ 下弦 米ISM製造業	3 東京休場・文化の日 米製造業受注	4 米ADP雇用 米ISM非製造業 ユーロ圏CPI速報	5 **英MPC 決定・会見** 独製造業受注	6 **米雇用統計** 加雇用統計	7
8	9 ● 新月 米卸売在庫	10 **米CPI** 日景気ウォッチャー	11 日工作機械受注	12 米財政収支 米中古住宅販売 英GDP（第3四半期）	13 米生産者物価	14
15	16 日GDP速報 ユーロ圏鉱工業生産 米NY連銀製造業	17 ◐ 上弦 米小売売上高	18 英CPI FOMC議事録	19 米景気先行指数	20 日CPI（10月）	21 トレンド転換アノマリー
22	23 東京休場・勤労感謝の日 米PMI速報	24 ○ 満月 独イフォ景況感	25 米GDP改定値 米耐久財受注	26 NY休場・感謝祭 独消費者信頼感	27 ユーロ圏景況感 米短縮取引	28
29	30 日鉱工業生産 米シカゴPMI	1	2	3	4	5

今月の格言

"Sell the rumor, buy the fact."

「噂で売り、事実で買え。」

— Wall Street adage

感謝祭前は手仕舞いと年末リバランスが交錯し、思惑先行で動いた相場が事実確認とともに巻き戻されやすい。十一月後半は方向の固まりにくい転換月と心得たい。

十一月に起きたこと

1978.11　カーター政権がドル防衛策を発表。為替介入と公定歩合引き上げで急落したドルを支え、協調介入時代の転機となった。

2016.11　トランプ大統領選勝利。当初の急落から一転、財政拡張期待でドルが急騰、長期金利上昇とともにドル高が進行した。

2010.11　FRBがQE2を決定。六千億ドルの追加緩和でドル安圧力が強まり、新興国との通貨摩擦が表面化した。

今月の戦略メモ

感謝祭週の低流動性

十一月二十六日のNY休場前後は流動性が枯渇。短縮取引日のフラッシュ的な値飛びに注意し、ロットを抑える。

MPCと米雇用の連打

十一月五日の英MPC、翌六日の米雇用統計が連続。ポンドとドルの方向が一気に決まりやすく、跨ぎは慎重に。

月後半の転換アノマリー

十一月十八日〜二十七日はトレンド転換の傾向。過去二十年で勝率五十五%、逆張りの分割エントリーが有効。

SAIKIX

45 WEEK · XLV

11月2日 — 11月8日

霜月 第一週 · 雇用統計週

今週のテーマ

週後半にBOEと米雇用統計、霜月の方向を決める2連発

火は文化の日で東京休場。水の米ADP・ISM非製造業がNFPの前触れとなり、木はBOE（金融政策報告＋ベイリー会見）、金は米雇用統計と続く。木金で性質の違う材料が 連日出るため、ポンドとドルの両方を被るクロス円が振れやすい。前触れで決め打ち禁物。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金の米雇用統計が最大、ドル金利で方向確定

GBP / USD
木BOE（金融政策報告）でポンド単独、利下げ軌道

GBP / JPY
木BOE＋金NFPを連続で被りクロス円で増幅

今週のクセ · NFP前の指標のだまし

雇用統計の前に出るADP雇用やISMの雇用指数は、本番のNFPと方向が一致しないことが 多い。前触れで動いた分だけ本番で逆に振れて削られやすい。前触れの数字でポジションを 傾け過ぎず、NFP本番の初動を確認してから入るのが定石。

ADP・ISM雇用 NFPと不一致　*前触れ後* 巻き戻し　*推奨* 前触れで決め打ちしない

売買日誌

2 — 8 NOV

2 Mon 月
- 24:00 米 ISM製造業景況指数（10月）
- – 各国 製造業PMI確報（10月）
- – 米雇用統計週入り、前触れに注意

残高 / 損益

3 Tue 火
- 東京休場 · 文化の日
- 12:30 豪 RBA政策金利

残高 / 損益

4 Wed 水
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（10月）
- 22:15 米 ADP雇用統計（10月）
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（10月）
- 22:30 米 貿易収支（9月）
- – NFPの前触れ、結果に振らされ注意

残高 / 損益

5 Thu 木
- 21:00 英 BOE政策金利＋金融政策報告・ベイリー会見 — *利下げ軌道を見極め*
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- – 翌日の米雇用統計待ち

残高 / 損益

6 Fri 金
- 22:30 米 雇用統計（10月） — *霜月の方向を決める最大の山場*
- 22:30 加 雇用統計（10月）
- 24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（11月）
- – NFP後はドル金利の初動を確認

残高 / 損益

7 Sat 土
- – *振り返り · BOE・雇用統計の整理*

メモ

8 Sun 日
- – *来週準備 · 米CPI週（11/10）へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

46 WEEK · XLVI

11月9日 — 11月15日

霜月 第二週 · CPIウィーク

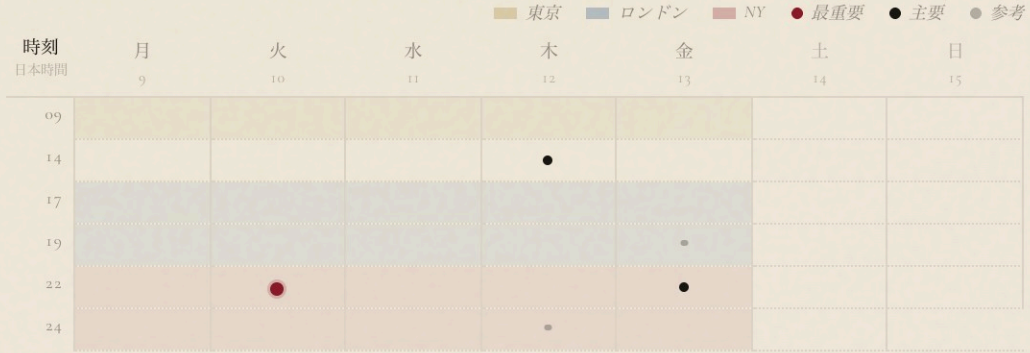
今週のテーマ

霜月の主役は火曜の米CPI、翌水は退役軍人の日で米債券休場

今週最大の山場は火11/10の米CPI。翌水11/11は退役軍人の日で米国債現物市場が休場。木の英GDP、金のPPIが補強材料。ロットを軽くし、初動の行き過ぎを警戒したい。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
火CPIで米金利、翌水は債券市場が休場

EUR / USD
CPI後の利下げ織り込み修正、ドル金利主導

GBP / USD
木の英GDP、ポンド単独の上下

今週のクセ · CPI翌日の債券休場で方向が定まりにくい

11日は退役軍人の日で米国債の現物市場が休場（株式・為替は通常取引）。前日のCPIを受けた金利の動きが薄商いになりやすく、ドルの方向が定まらないまま往復しやすい。初動に飛び乗らず、ロットを軽くして二次反応で入るのが安全。

CPI翌日 **米債休場**　*初動* **行き過ぎ**　*推奨* **軽ロット・二次反応**

売買日誌

9 — 15 NOV

9 Mon 月
- — 米CPI週入り、主要指標は少ない
- — 中銀ラッシュ後の持ち高整理

残高 / 損益

10 Tue 火
- 22:30 **米 消費者物価指数（10月）** — *翌日は米債券市場が休場*
- — 米 NFIB中小企業楽観指数（10月）

残高 / 損益

11 Wed 水
- 米債休場 · 退役軍人の日
- — 株式・為替は通常取引（低流動性）

残高 / 損益

12 Thu 木
- 16:00 **英 GDP速報（第3四半期・9月）**
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- 24:00 米 中古住宅販売件数（10月）

残高 / 損益

13 Fri 金
- 22:30 **米 生産者物価指数（10月）**
- 19:00 ユーロ圏 GDP改定（第3四半期）

残高 / 損益

14 Sat 土
- — *振り返り · CPI・PPIの整理*

メモ

15 Sun 日
- — *来週準備 · 月後半の調整局面へ*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

47 WEEK · XLVII

11月16日 — 11月22日

霜月 第三週 · 感謝祭前

今週のテーマ

感謝祭前の最後のフル稼働週、英CPIとFOMC議事要旨が軸

来週は感謝祭で米市場が細るため、今週が月末前の最後のフル稼働週。水の英CPIと10月FOMC議事要旨、金の日本CPIが手掛かり。大型の中銀・雇用統計はなく個別材料を拾う展開。来週の低流動性を見越し週後半は持ち高を整理したい。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21	日 22
09					●		
14		●					
17			●		●		
19	●		●				
22	●			●			
24			●				

USD / JPY
金の日本CPIと10月FOMC議事要旨、レンジ内の上下

EUR / USD
ユーロ圏CPI改定が中心、ドル材料薄でEUR主導

GBP / USD
水の英CPIが単独材料、利下げ織り込みを左右

今週のクセ · 議事要旨は古い記録で初動だまし

FOMC議事要旨は3週間前の会合の記録で新規情報が乏しく、声明やドットで既に消化済み。 発表直後に動いても材料出尽くしで戻されやすい。一文を過大解釈して飛び乗ると往復で 削られる。初動のだましを前提に、行き過ぎの戻しを取りに行くのが安全。

議事要旨 **新規情報乏しい**　*初動* **戻されやすい**　*推奨* **初動だまし警戒**

売買日誌

16 — 22 NOV

16 *Mon* 月
- 19:00 ユーロ圏 鉱工業生産（9月）
- 22:30 加 消費者物価（10月）
- – 感謝祭前のフル稼働週入り
- – 主要経済指標は少ない

残高 / 損益

17 *Tue* 火
- 16:00 **英 雇用統計（失業率・賃金）**
- – 英CPI・議事要旨待ちの調整

残高 / 損益

18 *Wed* 水
- 16:00 **英 消費者物価（10月）** — *ポンド単独の最大材料*
- 28:00 **米 FOMC議事要旨（10月会合）**
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価改定（10月）

残高 / 損益

19 *Thu* 木
- 22:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

20 *Fri* 金
- 08:30 **日本 全国消費者物価（10月）** — *円の物価トレンド確認*
- 16:00 英 小売売上高（10月）

残高 / 損益

21 *Sat* 土
- – *振り返り · 英CPI・議事要旨の整理*

メモ

22 *Sun* 日
- – *来週準備 · 感謝祭の低流動性週へ*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

48 WEEK · XLVIII

11月23日 — 11月29日

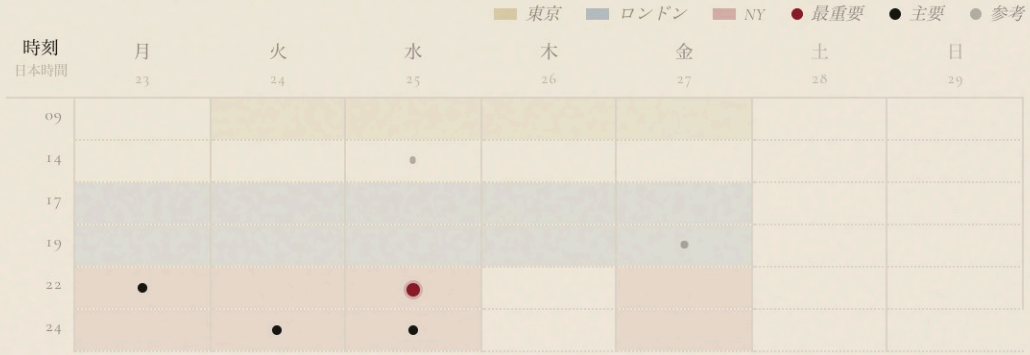
霜月末 第四週 · 感謝祭週

今週のテーマ

感謝祭で米市場が細る低流動性週、水曜にPCEへ指標集中

月は勤労感謝の日で東京休場、木は米感謝祭で米全市場休場、金は短縮取引と流動性が 大きく枯れる週。米指標は感謝祭前の水曜に集中し、PCE物価が最大の山場。低流動性で 値が飛びやすく、取引量を落とし軽めで臨むのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
水PCEに指標集中、感謝祭の低流動性で値飛び

EUR / USD
米休場で動意薄、ユーロ圏景況感が数少ない材料

GBP / JPY
流動性枯渇でスプレッド拡大、軽め・損切り徹底

今週のクセ · 感謝祭前後のドル軟化バイアス

11月下旬は米実需筋が休暇に入り、感謝祭をまたいでドル売り・リスク選好に傾きやすい 季節性が知られる。ただし低流動性ゆえ値幅は読みにくくだましも出やすい。順張りで 深追いせず、低流動性の値飛びに損切りを置いて臨むのが安全。

感謝祭前後 **ドル軟化傾向**　*低流動性* **だまし多い**　*推奨* **順張り限定・損切り徹底**

売買日誌

23 — 29 NOV

23 Mon 月
東京休場 · 勤労感謝の日
23:45 米 PMI速報（11月）
– 感謝祭週入り、流動性が細り始める
残高 / 損益

24 Tue 火
24:00 米 消費者信頼感指数（11月）
残高 / 損益

25 Wed 水
22:30 **米 PCE物価指数（10月）— 感謝祭前に集中、今週最大**
22:30 米 GDP改定（第3四半期）
16:00 独 GDP改定（第3四半期）
22:30 米 耐久財受注・新規失業保険（前倒し）
残高 / 損益

26 Thu 木
米全市場休場 · 感謝祭
– 取引ほぼなし、流動性枯渇に注意
残高 / 損益

27 Fri 金
米短縮取引 · ブラックフライデー
19:00 ユーロ圏 景況感指数（11月）
– 米株は早終い、低流動性で値飛び注意
残高 / 損益

28 Sat 土
– *振り返り · 低流動性相場の整理*
メモ

29 Sun 日
– *来週準備 · 月末＋米雇用統計週へ*
メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

師走・十二月

令和八年

12

大雪・冬至

テーマ　年末の乱高下とポジション調整

注目イベント　FOMC 12/9　ECB 12/17　日銀 12/18

アノマリー　12/9-20：乱高下→流動性枯渇

■ 中央銀行・最重要　■ 主要指標　■ 参考指標　■ 季節性

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 ◑ 下弦 米ISM製造業	2 米ADP雇用	3 米ISM非製造業 米製造業受注	4 **米雇用統計** ユーロ圏小売売上高	5
6	7 日景気動向指数	8 米貿易収支 FOMC 一日目 日GDP改定値	9 ● **FOMC 決定・会見** 新月	10 **米CPI** 米財政収支	11 英GDP（10月）	12 年末乱高下アノマリー
13	14 日銀短観	15 米NY連銀製造業 ユーロ圏鉱工業生産	16 米小売売上高 米PMI速報	17 ◐ **ECB・英MPC 決定** 上弦	18 **日銀 決定会合** 日CPI（11月）	19
20 流動性枯渇	21	22 米消費者信頼感	23 米PCEデフレータ 米GDP確定値	24 ○ 満月	25 NY＆LDN休場・クリスマス	26
27	28 LDN休場・ボクシングデー	29 米ケースシラー住宅価格	30	31 ◑ 東京休場・大納会 下弦	1 元日	2

今月の格言

"Markets are never wrong; opinions often are."

「市場は決して間違わない。間違うのは、たいてい人の意見だ。」

— Jesse Livermore

年末は低流動性ゆえに値が飛びやすく、自説への固執が致命傷となる。年内の損益確定とポジション調整が交錯する師走こそ、相場の声に従い柔軟に構える月。

十二月に起きたこと

2008.12　FRBがゼロ金利政策を導入。政策金利を0〜0.25%へ引き下げ、量的緩和時代の幕開け。ドルが全面安となり主要通貨が急騰。

2014.12　ロシア・ルーブル危機。原油急落と制裁でルーブルが暴落、中銀が緊急利上げ（17%）。新興国通貨全般に動揺が波及。

2015.12　FRBが約9年半ぶりの利上げ。リーマン後の超緩和からの転換点となり、ドル高基調が鮮明化した。

今月の戦略メモ

▸ **中銀ウィークの集中**

FOMC・ECB・MPC・日銀が中旬に集中。決定が連鎖し方向感が二転三転。週またぎのポジション量に注意。

▸ **クリスマス以降の低流動性**

十二月二十日以降は流動性が枯渇。小口の注文で値が飛び、ストップ狩りが起きやすい。建玉は軽めに。

▸ **年末リバランスのフロー**

機関投資家の年内損益確定と通貨ヘッジ調整が交錯。ロンドンフィキシングの歪みに警戒する。

SAIKIX

49 WEEK · XLIX

11月30日 — 12月6日

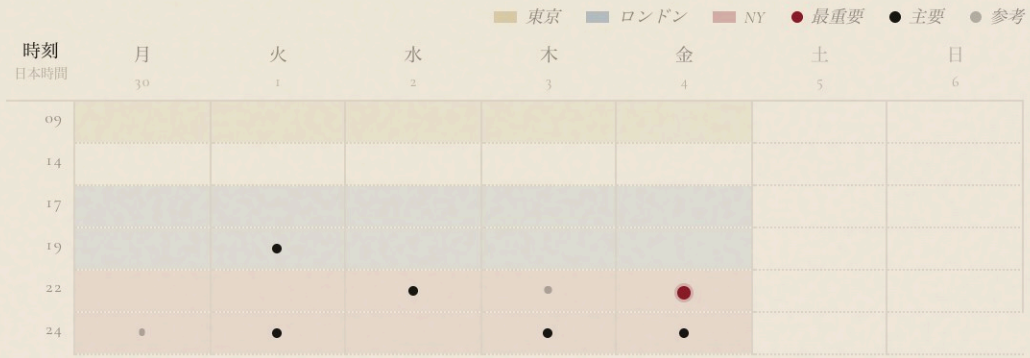
霜月末・師走初 第一週 · 雇用統計週

今週のテーマ

月替わりに米雇用統計、来週12月FOMC前の最後の雇用

火の米ISM製造業、水のADP・ユーロ圏CPI速報、木のISM非製造業を経て、金は米雇用 統計。12/8-9 FOMC前の最後の雇用データで、ドットプロット改定の織り込みを左右する。 月末リバランスも重なる週初。NFPは軽め・初動見送りが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金NFPが12月FOMCの織り込みを左右、振れ大

EUR / USD
水ユーロ圏CPI速報＋金NFP、日米欧の金利差

USD / CAD
金は米加雇用統計が同時刻、北米通貨で増幅

今週のクセ · FOMC直前NFPは反応が増幅

政策会合の直前に出る雇用統計は、結果がそのまま会合の織り込みに直結するため、 通常のNFPより初動が大きく出やすい。サプライズ時は一方向へ走りやすい一方、行き 過ぎの戻しも速い。軽めで初動を見送り、二次反応で方向を確認するのが安全。

FOMC直前NFP **反応増幅**　初動 **行き過ぎ→戻し**　推奨 **軽め・初動見送り**

売買日誌

30 NOV — 6 DEC

30 Mon 月
- 月末ロンドンフィックスのリバランス
- 中国・各国 製造業PMI（11月）

残高 / 損益

1 Tue 火
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（11月）
- 24:00 米 ISM製造業景況指数（11月）
- 各国 製造業PMI確報（11月）

残高 / 損益

2 Wed 水
- 22:15 米 ADP雇用統計（11月）— NFPの前触れ
- 前触れで決め打ちしない

残高 / 損益

3 Thu 木
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（11月）
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- 翌日の米雇用統計待ち

残高 / 損益

4 Fri 金
- 22:30 **米 雇用統計（11月）— 12月FOMC前の最後の雇用**
- 22:30 加 雇用統計（11月）
- 24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（12月）
- NFP後はドル金利の初動を確認

残高 / 損益

5 Sat 土
- 振り返り · 雇用統計の整理

メモ

6 Sun 日
- 来週準備 · 12月FOMC週（12/8-9）へ

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

50 WEEK · L

12月7日 — 12月13日

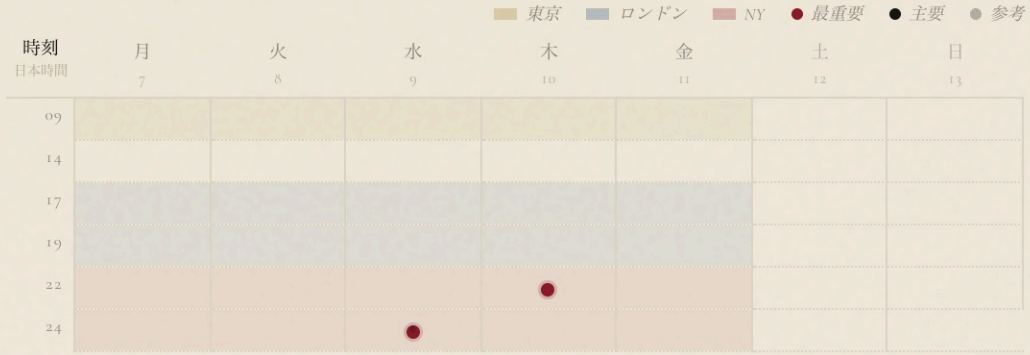
師走 第二週 · FOMCウィーク

今週のテーマ

水に12月FOMC（ドットプロット）、木に米CPIと最重要が連続

水は年内最終のFOMC。声明28:00・SEP・ドットプロット・パウエル会見28:30で来年の利下げ軌道が示される。木にはその直後の米CPIが控え、FOMCの織り込みを再調整する二段構え。いずれも軽め・初動見送りで二次反応に乗るのが安全。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
水FOMCドット＋木CPI、年内最終の二段構え

EUR / USD
FOMC後のドル金利再評価、来週ECB前の地合い

XAU / USD
実質金利に敏感、ドット見直しで大きく振れる

今週のクセ · ドットと会見の食い違いで往復

SEP・ドットプロットの初動とパウエル会見のトーンは食い違うことが多く、声明で 走った値が会見で逆回転する往復になりやすい。ドット単独で決め打ちすると会見で 踏まれやすい。会見の質疑が終わるまで方向を確定させないのが安全。

ドット↔会見 **食い違い**　*声明後* **逆回転**　*推奨* **会見終了まで待つ**

売買日誌

7 — 13 DEC

7 *Mon* 月
- – FOMC前ブラックアウト・様子見
- – 主要経済指標は少ない

残高 / 損益

8 *Tue* 火
- – FOMC 1日目（声明は翌9日）

残高 / 損益

9 *Wed* 水
- 28:00 **米 FOMC政策金利＋SEP・ドットプロット・会見28:30** — *年内最終、ドット改定が最大焦点*
- 23:45 加 BOC政策金利
- 24:00 米 卸売在庫（10月）

残高 / 損益

10 *Thu* 木
- 22:30 **米 消費者物価指数（11月）** — *FOMC直後、織り込みを再調整*
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- – FOMC通過後の調整、今夜CPI

残高 / 損益

11 *Fri* 金
- – CPI後、FOMCの解釈が上書きされやすい
- – メジャーSQ・株先物OP同時清算で需給増

残高 / 損益

12 *Sat* 土
- – *振り返り · FOMC・CPIの整理*

メモ

13 *Sun* 日
- – *来週準備 · ECB・日銀・BOE週（12/16-18）へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

51 WEEK · LI

12月14日 — 12月20日

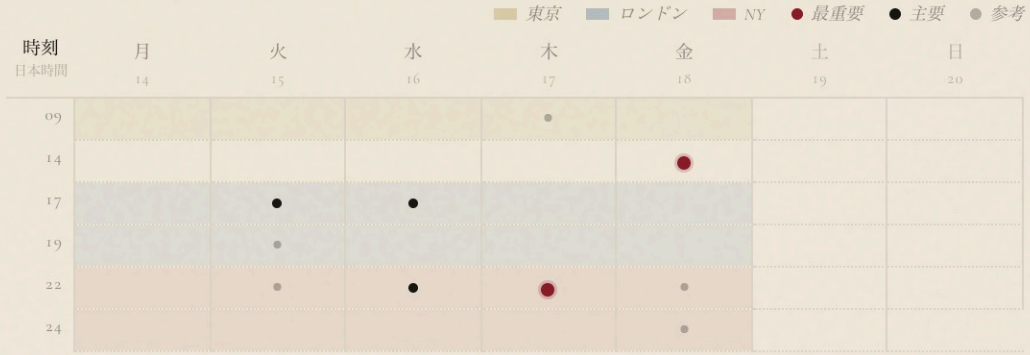
師走 第三週 · 年内最後の中銀ラッシュ

今週のテーマ

ECB・BOE・日銀が木金に集中、年内最後の中銀ラッシュ

木にECB（新スタッフ見通し）とBOEが同夜に連続、金に日銀と年内最後の主要中銀が 集中。FOMCを終えた市場が来年の各中銀の利下げ・正常化ペースを織り込み直す。木は 欧英2中銀が約1時間差で続きボラが二重。軽め・通過待ちが基本。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金の日銀（年内最終）で来年の正常化ペース、振れ大

EUR / USD
木ECB新見通し、来年の利下げ軌道を織り込み

GBP / USD
木BOE議事要旨、ECBと同夜で単独材料が見えにくい

今週のクセ · 同日2中銀でクロス通貨がねじれる

BOE（21:00）とECB（22:15）が同じ夜に約1時間差で続くと、ポンドとユーロが別方向へ 動き、EUR/GBPなどクロスは両者の差し引きで読みにくくなる。どちらの結果が効いて いるか判別しづらく往復しやすい。クロスは避け、対ドルの単独通貨で取引が安全。

同日2中銀 EUR/GBPねじれ　クロス 判別困難　推奨 対ドル単独通貨で

売買日誌

14 — 20 DEC

14 Mon 月
– 中銀ラッシュ週入り、様子見
残高 / 損益

15 Tue 火
16:00 英 雇用統計（失業率・賃金）— BOE前の下準備
19:05 独 ZEW景況感（12月）
22:30 米 NY連銀製造業景気指数（12月）
– FOMC通過後の持ち高調整
残高 / 損益

16 Wed 水
22:30 米 小売売上高（11月）
17:30 各国 PMI速報（12月）
23:15 米 鉱工業生産（11月）
– ECB理事会1日目（決定は翌17日）
残高 / 損益

17 Thu 木
21:00 英 BOE政策金利＋議事要旨
22:15 欧 ECB政策金利＋新見通し・会見22:45— 来年の利下げ軌道
09:30 豪 雇用統計（11月）
22:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

18 Fri 金
24:00 米 ミシガン大消費者信頼感確報（12月）
– 日銀 政策金利・植田会見（15:30）— 年内最終、来年の正常化ペース
残高 / 損益

19 Sat 土
– 振り返り · ECB・BOE・日銀の整理
メモ

20 Sun 日
– 来週準備 · クリスマス休場週へ
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

52 WEEK · LII

12月21日 — 12月27日

師走末 第四週 · クリスマス週

今週のテーマ

クリスマスで欧米が休場、低流動性の中で水曜PCEに注目

木24はイブで欧米が短縮取引、金25はクリスマスで欧米主要市場が休場。流動性が枯れる 中、米指標は休場前の水曜にPCE物価が集中する。低流動性ゆえわずかな注文で値が飛び やすく、取引量を大きく落として軽めで臨むのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
水PCE後はクリスマスラリーの円売りに傾きやすい

EUR / USD
欧州勢不在でレンジ、低流動性の値飛びに注意

GBP / JPY
流動性枯渇でスプレッド拡大、軽め・短期回転

今週のクセ · クリスマスラリーとポジション枯れ

クリスマス前後は株高・リスク選好が続きやすい季節性（クリスマスラリー）が知られ、円売り・リスク通貨高に傾きやすい。ただし参加者が少なく一方向に伸びても持続力は 弱く戻りも速い。利を欲張らず短期回転で、低流動性の逆行に損切りを置く。

クリスマスラリー **円売り傾向**　低流動性 **持続力弱い**　推奨 **短期回転・損切り徹底**

売買日誌

21 — 27 DEC

21 Mon 月
- クリスマス週入り、流動性が細り始める
- 主要経済指標は少ない

残高 / 損益

22 Tue 火
- 24:00 米 消費者信頼感指数（12月）

残高 / 損益

23 Wed 水
- 22:30 **米 PCE物価指数（11月）— *休場前に集中、低流動性で反応増幅***
- 22:30 米 耐久財受注（11月）
- 22:30 米 GDP確定値（第3四半期）

残高 / 損益

24 Thu 木
- 欧米短縮取引 · クリスマスイブ
- 早終い・流動性枯渇、値飛び注意

残高 / 損益

25 Fri 金
- 欧米休場 · クリスマス
- 取引ほぼなし、東京のみ低流動性

残高 / 損益

26 Sat 土
- *振り返り · 低流動性相場の整理*

メモ

27 Sun 日
- *来週準備 · 年末・越年週へ*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

53 WEEK · LIII

12月28日 — 1月3日

師走末・睦月初 第五週・越年の週

今週のテーマ

2026年の最終週、越年の超低流動性で値が飛びやすい

月28は英がバンクホリデー、水30は東証大納会、木31は大晦日で東京休場、金1/1は 全市場休場。週を通じ流動性が枯渇し、わずかな注文で値が飛ぶ。主要指標はなく 年末リバランスの最終フローのみ。新規は手控え、持ち越しは軽めで年を越すのが定石。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
年末最終フローと低流動性の値飛び、軽めで越年

EUR / USD
欧州勢不在の低流動性レンジ、新規は手控え

GBP / JPY
スプレッド拡大・スリッページ注意、持ち越し軽め

今週のクセ · 年末リバランスの最終フロー

機関投資家は年内最終営業日にかけて年間の資産配分の帳尻を合わせるため、ドル絡みの 最終リバランスフローが出やすい。買い・売りどちらに傾くかは年により異なり事前には 読めない。方向を当てに行かず、フローが出尽くした後の流れに乗るのが安全。

年末フロー **強**　方向の予測 **困難**　推奨 **通過後追随・軽め越年**

売買日誌

28 DEC — 3 JAN

28 Mon 月
英休場 · バンクホリデー（振替）
– 年末低流動性の週入り、東京・NYは取引
残高 / 損益

29 Tue 火
– 欧米は通常取引・低流動性
– 主要経済指標なし
残高 / 損益

30 Wed 水
– 東証 大納会（株式最終売買日）
– 年末リバランスの最終フロー
残高 / 損益

31 Thu 木
東京休場 · 大晦日
– 超低流動性、値飛び警戒
– 欧米一部市場 短縮取引
残高 / 損益

1 Fri 金
全市場休場 · 元日
– 取引なし、持ち越しポジション管理のみ
残高 / 損益

2 Sat 土
– 振り返り · 2026年の総括
メモ

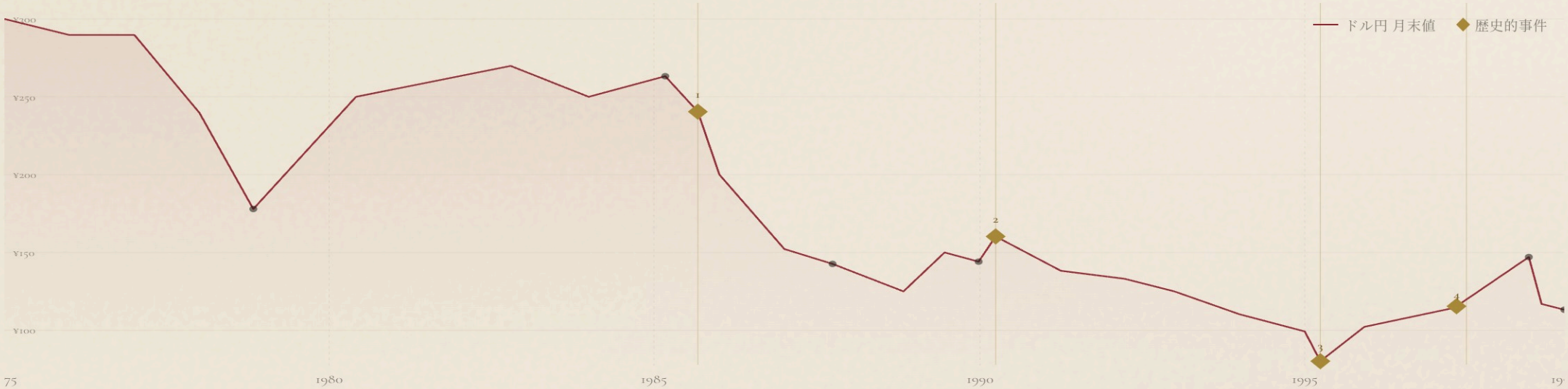
3 Sun 日
– 来週準備 · 2027年の初動・年初トレンド前
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

相場史絵巻

第一巻 ・ 変動相場の四半世紀

ドル高の時代 | プラザ合意とバブル経済 | 急速な円高 と バブル崩壊 | 通貨危機・ユーロ誕生



№ 1
1985 . 9 . 22
プラザ合意
¥240 → 1年で¥150台へ
G5財務相会議でドル高是正の協調介入が合意。ニューヨークのプラザホテルで成立した歴史的合意は、戦後最大の通貨秩序再編を引き起こした。
教訓 — 政治主導の為替は短期で大相場を生む。

№ 2
1990 . 4
バブル絶頂と急騰
¥124 → ¥160への戻り高値
日経平均は前年末38,915円の史上最高値を記録。バブル経済の絶頂で円安が一時的に進行するも、株式市場の崩壊と共に円高基調へ転換していく。
教訓 — 資産バブルと為替は連動する。

№ 3
1995 . 4 . 19
史上最高値 ¥79.75
戦後最高値 ¥79.75
プラザ合意から十年、円は戦後最高値を記録。バブル崩壊後の日本経済を直撃したドル安局面の終着点。直後にG7協調介入で反転、長い円安基調へ。
教訓 — 行き過ぎた相場は必ず巻き戻される。

№ 4
1997 . 7 . 2
アジア通貨危機
タイバーツ暴落から連鎖
タイがバーツの変動相場制へ移行、価値が一日で20%下落。インドネシア・韓国へ波及し、東アジア全域に金融危機が広がる。新興国通貨の脆弱性が露呈。
教訓 — 固定相場は投機筋の格好の標的になる。

№ 5
1978 . 11 . 1
カーター・ドル防衛策
¥178 ドル全面安の終焉
カーター米大統領がドル防衛のため公定歩合1%引き上げ、300億ドル規模の市場介入を発表。70年代のドル安局面に区切りをつけた歴史的転換。
教訓 — 通貨防衛は政治の最終手段である。

№ 6
1987 . 10 . 19
ブラックマンデー
NYダウ 22.6% 暴落
ニューヨーク株式市場が史上最大の下落率を記録。プラザ合意以降のドル安進行に拍車をかけ、ルーブル合意による協調介入も効果薄。
教訓 — 株式の暴落は為替の大変動を伴う。

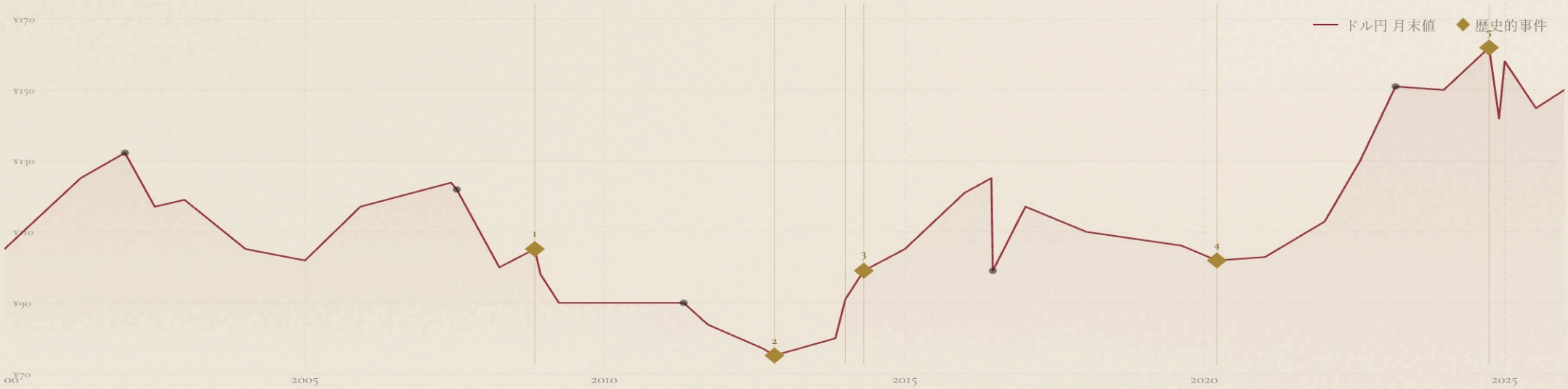
№ 7
1998 . 9 . 23
LTCM 破綻
ヘッジファンド初の大型破綻
ノーベル賞学者を擁したヘッジファンドLTCMが、ロシア危機の波及で破綻。FRB主導の大手金融14行による救済で連鎖を回避、システミックリスクの存在が顕在化。
教訓 — 金融工学に過信は禁物である。

№ 8
1999 . 1 . 1
ユーロ 誕生
EUR/USD 1.1747 で発進
欧州11カ国の単一通貨ユーロが導入。マーク・フラン・リラなど各国通貨は固定レートで統合され、ドルに次ぐ世界第二の基軸通貨が誕生した。
教訓 — 通貨は国家主権の象徴である。

相場史絵巻

第二巻 ・ 危機と緩和の時代

小泉構造改革と円キャリー | リーマンと超円高 | アベノミクスと黒田緩和 | コロナ・ショック | 金利差相場・史上最安値



№ 1
2008 . 9 . 15
リーマン・ショック
¥110 → 3ヶ月で¥90台

投資銀行リーマン・ブラザーズ破綻が世界金融危機を引き起こす。安全通貨としての円が買われ急騰、円キャリー取引の巻き戻しでドル円は急落。

教訓 — 有事の円買いは王道のリスクオフ。

№ 2
2011 . 10 . 31
戦後最高値 ¥75.32
単独介入 八兆円超で反転

東日本大震災後の保険金支払い予想で円買い加速。財務省が単独介入を実施、史上最大規模の八兆円超を投じて市場の流れを反転させた。

教訓 — 中央銀行の意志は最後の砦になり得る。

№ 3
2013 . 4 . 4
黒田バズーカ
¥93 → 2年で¥125へ

日銀総裁・黒田東彦による異次元緩和を発表。マネタリーベース二倍化と長期国債大量買い入れ。アベノミクスを支え、円安加速の起点に。

教訓 — 金融政策の方向性こそ為替の本質。

№ 4
2020 . 3
コロナ・ショック
FRB緊急利下げで¥101へ

新型コロナ感染拡大で世界市場が暴落。FRBは緊急ゼロ金利と無制限QEを発動。一時的な円高の後、史上空前の金融緩和でドル安基調に。

教訓 — パンデミックは金融政策を一夜で変える。

№ 5
2024 . 7 . 3
史上最安値 ¥161.95
介入九兆円超で反転

日米金利差の極大化により円は対ドル史上最安値。財務省が二度の介入を実施、計九兆円超を投じる。日銀の利上げも相次ぎ、円安一服へ。

教訓 — 金利差は最強のファンダメンタル。

№ 6
2002 . 1 . 1
ユーロ 現金流通開始
EUR/USD 0.89 で始動

1999年に決済通貨として導入されたユーロが、12カ国で現金として流通開始。マルクやフランなどの旧通貨は段階的に廃止された。

教訓 — 通貨統合は政治的意思の結晶。

№ 7
2015 . 1 . 15
スイスフラン・ショック
EUR/CHF 15分で30%急落

スイス国立銀行がユーロ／スイスフランの下限1.20撤廃を電撃発表。EUR/CHFが15分で30%急落、多くのFX業者が破綻寸前に追い込まれた。

教訓 — 中央銀行の約束は永遠ではない。

№ 8
2016 . 6 . 24
ブレグジット 国民投票
GBP/USD 1.50 → 1.32

英国EU離脱が国民投票で僅差可決。ポンドは31年ぶり安値まで急落、世界市場に動揺が広がる。安全通貨としての円も急騰。

教訓 — 政治イベントは事前予想を裏切る。

SAIKIX

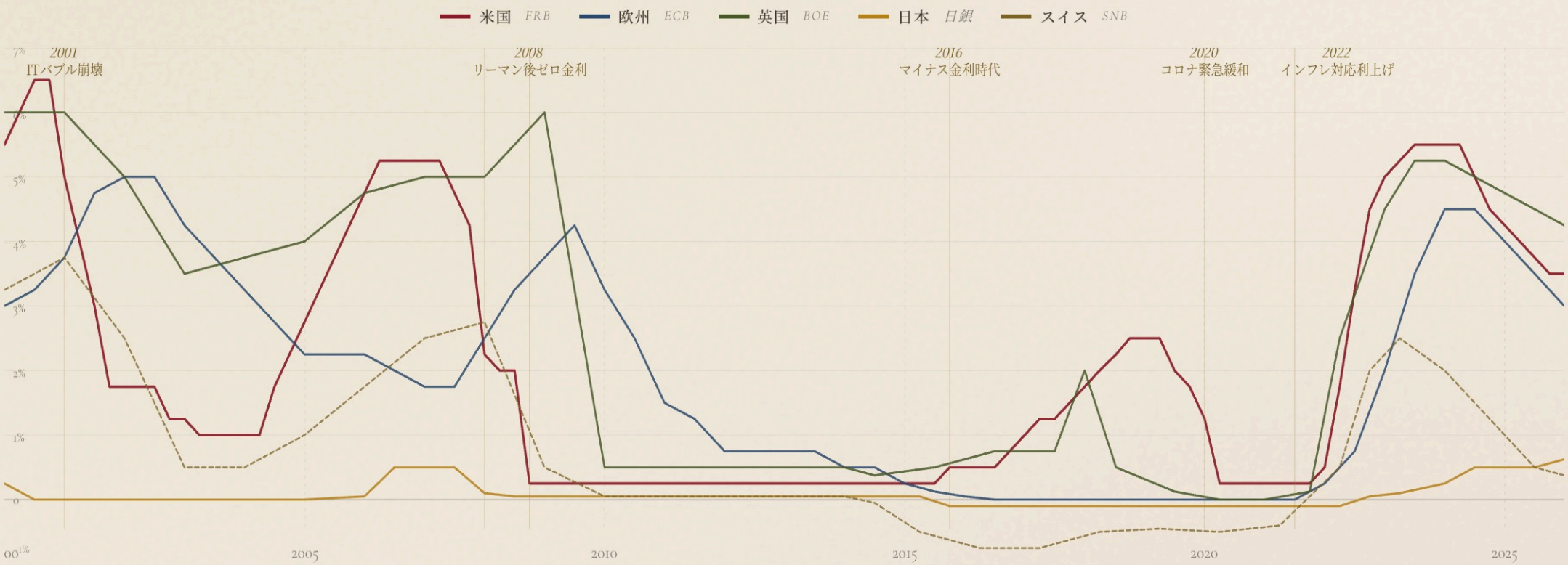
主要五カ国 政策金利の二十六年

政策金利推移

中央銀行が描いた 利上げ と 緩和 の軌跡

2000 — 2026

米 · 欧 · 英 · 日 · スイス





ヒートマップ 年末値

低 · マイナス — 高

主要転換点

2001.1 ITバブル崩壊。FRBが1年で6.5%→1.75%へ急速利下げ。

2008.10 リーマン後、FRBは2ヶ月で4.25%→0.25%へ。各国も同調。

2016.1 日銀がマイナス金利導入。欧州とスイスは既に先行突入。

2022.3 FRBがインフレ対応で利上げ開始。1年で0%→5%超へ。

2024.3 日銀がマイナス金利解除、17年ぶり利上げ。

金利差の物語

米国と日本の金利差は、ドル円相場の最大の説明変数。 2008年以降、米日金利差は**5%超**に拡大し、円安基調を生んだ。 2020年のコロナ緊急利下げで差は一時消滅するも、 2022年以降の急速な利上げ局面で再び5.4%まで拡大、 ドル円は**161円台の史上最安値**に至る。

読み取り方

波形の**傾き**は金融政策の方向性を示す。 上昇局面では通貨高、下降局面では通貨安に振れやすい。 ヒートマップの**色の濃淡**は金利水準を表し、 深い朱は引き締めの極み、薄い藍はマイナス金利を示す。 中央銀行ごとの**同調と乖離**に注目すれば、 通貨ペアの方向性が読みやすくなる。

アノマリー大全

第一頁 ・ 月 ・ 時 ・ 曜の癖

アノマリーとは、**合理的な説明が困難でありながら、統計的に観察される相場の癖**のこと。為替市場には人間の心理、機関投資家の資金フロー、季節要因が織りなす、無数の規則的な歪みが存在する。本頁では、**時間軸**に紐づくアノマリーを月別・時間帯別・曜日別の三層で整理する。確実性ではなく、**傾向**として読み解くこと。

一 月のアノマリー

十二ヶ月の癖 ・ 過去二十年の統計傾向に基づく

01 睦月
一月効果

勝率 65% ・ 後半

月後半は米機関の年初リバランスでドル売り傾向。年初の流れが年間トレンドを示す説も。

02 如月
節分天井

月末 円高傾向

節分前後で株式は天井を打ちやすく、円買い圧力。米プレジデント・デー前後は低流動性。

03 弥生
レパトリ

勝率 58% ・ 前半

日本年度末の国内勢のレパトリ需要。月初に円買い、月末は配当落ち後で再び円安に傾きやすい。

04 卯月
投機筋の仕掛け

勝率 55% ・ 前半

日本新年度入りで国内勢のフロー一巡。投機筋が新規ポジション形成、ボラ拡大しやすい。

05 皐月
セルインメイ

勝率 62% ・ 全期間

「五月に売って、聖レジャー祭日まで戻ってくるな」。株売りに連動してドル売りが優勢に。

06 水無月
半期末フロー

月末 ロンドンFix集中

半期決算を控え、機関投資家のロンドンフィキシング絡みのフロー集中。月末は値動きが荒れやすい。

07 文月
夏枯れ序章

下旬から流動性低下

月下旬の米独立記念日明けから欧米勢のバカンス入り。徐々に流動性が低下し、夏枯れ相場の入口へ。

08 葉月
夏枯れ本番

勝率 50% ・ 突発的

流動性が枯渇し、普段なら吸収されるフローが大相場を生む「フラッシュクラッシュ」の温床。

09 長月
米新年度フロー

勝率 60% ・ 前半

米国会計年度開始で機関投資家の新規ポジション流入。流動性回復、トレンドが鮮明になりやすい。

10 神無月
ハロウィン効果

月末買い 翌年4月まで

十月末から翌年四月までの「冬の半年」が、株式・通貨ともに歴史的に高リターン。十月末は仕込み時。

11 霜月
感謝祭の転換

勝率 55% ・ 反転傾向

米感謝祭前後でトレンドが切り替わりやすい。年末モード入り、ヘッジファンドの利益確定フローも。

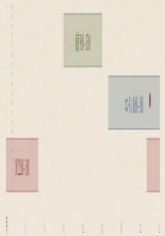
12 師走
年末乱高下

中旬 ボラ拡大・下旬 枯渇

中旬まで持ち高調整で乱高下、下旬クリスマス前後は流動性枯渇。非トレード推奨期間に入る。

二 時間帯のアノマリー

二十四時間のリズム ・ JST 表記



仲値 9時55分
銀行の対顧客為替レートが決定。国内輸入企業のドル需要で、ゴトー日（5・10）は特にドル円が上昇しやすい。

ロンドンFix 0時（24時）
世界最大の為替決済時刻。月末・四半期末は特にフロー大、急変動の温床。

NY 22時30分
米雇用統計・CPIなど最重要指標の発表時刻。発表直後5分は飛び乗らないこと。

NY引け 5時
日本時間早朝の流動性枯渇帯。スプレッド拡大、低流動性で急変動が起きやすい。

三 曜日のアノマリー

一週間のリズム ・ 主要五日

月 *Mon*
窓開けと様子見

週末ニュースで窓が開きやすい。早朝は流動性低、東京時間にレンジ形成。重要指標は少なく方向感は薄い。

火 *Tue*
本格始動

機関投資家が動き始め、トレンドが鮮明に。米要人発言、欧州指標の発表が多く、ボラ拡大しやすい。

水 *Wed*
中央銀行の日

FOMC・ECB・BOEの政策発表が集中。NY引け前の声明、議事録、要人会見で大相場が生まれやすい。

木 *Thu*
日銀と要人

日銀会合の日。米失業保険申請件数も発表。NY時間は週後半の利益確定フローでトレンド継続しやすい。

金 *Fri*
雇用統計と週末

第一金曜は米雇用統計。22時30分発表で年間最大級の値動き。週末を控えポジション調整のフローも重なる。

アノマリー大全

第二頁 ・ 中銀 ・ 指標 ・ 心理

四 中央銀行のアノマリー

政策決定をめぐる 値動きの癖

FOMC前の凪 *Pre-FOMC drift*

会合前 ・ 様子見でレンジ

FOMC開催前の三日間はポジション整理のためレンジ相場になりやすい。ボラ縮小、ブレイクアウト失敗が頻発。

読み方 — 前日からエントリーを控え、声明後の初動を待つ。

声明後の往復 *Post-FOMC swing*

声明 〜 会見 ・ 二度の振れ

声明発表で一度動き、議長記者会見で逆方向に振れる二段階パターン。初動は罠になりやすく、確定方向は会見後。

読み方 — 声明直後の値動きには飛び乗らず、会見終了後の流れを見る。

日銀サプライズ *BOJ surprise*

予告なき政策変更 ・ 急変動

日銀は事前情報を漏らさない伝統。決定会合で予想外の政策変更が出ると、ドル円が瞬時に二〜三円動く。

読み方 — 会合日の正午前後はポジションを軽くし、流動性に注意。

ECB会見の二相 *ECB two-phase*

声明 21:15 ・ 会見 21:45

ECBは声明と会見が三十分差。声明で利上げ織り込み済みでも、会見でラガルド氏のトーン次第で大きく反転。

読み方 — 21:15〜22:30は段階的に動く想定で、ロットを抑える。

五 経済指標のアノマリー

主要指標の前後で 起きる 癖

雇用統計の罠 *NFP whipsaw*

第一金曜 22:30 ・ 5分間

発表直後の五分間は初動と巻き戻しが激しい。スプレッド拡大、約定スリッページ多発。年間最大のボラを生む。

読み方 — 発表前にポジション閉じ、5分後から段階的にエントリー。

CPI後の継続 *Post-CPI trend*

予想差 ・ 翌日まで継続

米CPIが予想を上回ると、発表後の方向性が翌日まで継続しやすい。インフレ動向は金融政策の根幹のため。

読み方 — 発表後の方向性が確定したら、押し目で順張りを狙う。

ADP予想の精度 *ADP forecast*

水曜発表 ・ NFPの先行指標

ADP雇用統計はNFPの先行指標とされるが、近年は乖離が激しい。ADPで反応してもNFPで反転することが多々。

読み方 — ADPの結果に過信せず、NFPまでポジションを温存。

先物オプション期日 *Triple witching*

3 ・ 6 ・ 9 ・ 12月 第3金曜

先物・オプションの満期が重なる「トリプルウィッチング」では、ヘッジ需要で月末ロンドンFixに大きなフロー。

読み方 — 該当日の23時〜0時はボラ拡大想定で待ち構える。

六 資金フローのアノマリー

機関投資家と国内勢の 行動パターン

ゴトー日 *Go-to-bi*

5 ・ 10 日 ・ 9時55分

5と10のつく日は国内輸入企業の決済日。仲値の9時55分に向けてドル円が上昇しやすい。月末・月初は特に顕著。

読み方 — 8時台に押し目を拾い、仲値前の上昇で利確を狙う。

月末ロンドンFix *Month-end Fix*

月末営業日 ・ 24時前後

機関投資家のリバランス需要が集中。月末は通常時の数倍のフローが流れ、急変動と急反転が同時に発生する。

読み方 — 月末の23時〜1時はロットを通常の半分以下に。

45日ルール *45-day rule*

四半期末 ・ 45日前の解約申請

ヘッジファンドの解約は四半期末の45日前までに申請。2月15日・5月15日・8月15日・11月15日前後でポジション解消。

読み方 — 該当日前後の二週間は、既存トレンドの巻き戻しに警戒。

国内投信フロー *JP fund flow*

第二月曜 ・ 設定 解約日

国内投資信託の主要設定・解約日。海外資産買いでのドル買い、または解約での売却で、月初の数日にトレンドを生む。

読み方 — 月の第一営業週は国内勢のフロー方向を観察してから動く。

七 市場心理のアノマリー

人間の認知バイアスから生まれる 癖

キリ番反応 *Round number*

100 ・ 110 ・ 150 円台

ドル円150円や100円などの節目には大量の指値が集中。一度突破すると勢いがつき、停滞すると反転しやすい。

読み方 — 節目手前で利確、突破確認後にトレンド方向へ。

前日高安帯 *PDH / PDL magnet*

Previous Day High Low

前日の高値・安値は重要なサポレジ。多くのトレーダーが意識し、近づくと反応、抜けると追随注文で加速。

読み方 — 前日高安付近では順張り回避、抜けた場合は順張りに転換。

日足RSI 70/30 *Overbought zone*

買われ過ぎ ・ 売られ過ぎ

日足RSI 70超は買われ過ぎ。FXでは続伸が多いが、80超では反転確率が約60%に上昇。逆張りの目安に。

読み方 — RSI 80超で逆張り、ただし損切りは浅く設定する。

恐怖と欲望指数 *Fear & Greed*

VIX急騰 ・ 円買い加速

VIXが30超で恐怖局面入り。リスクオフで円が買われやすく、特にクロス円で急落が発生。普段の二〜三倍の値動き。

読み方 — VIXを毎朝チェック、30超なら円買い優位の構えに。

"Anomalies are observed patterns that contradict efficient markets, yet repeat through the decades."

アノマリーは効率的市場仮説に反しながらも、何十年と繰り返される観察パターン。確実な法則ではなく、**確率の偏り**として向き合うこと。統計に頼りすぎず、目の前の相場に従う柔軟さを持ち続けたい。

— SAIKIX 為替の心得

通貨ペア相関表

主要十一銘柄 ・ 相関の地図

相関係数マトリクス ・ Correlation Matrix

	USD/JPY	EUR/USD	GBP/USD	AUD/USD	USD/CHF	USD/CAD	EUR/JPY	GBP/JPY	AUD/JPY	EUR/GBP	XAU/USD
USD/JPY	1.00										
EUR/USD	-0.30	1.00									
GBP/USD	-0.25	+0.85	1.00								
AUD/USD	-0.20	+0.75	+0.70	1.00							
USD/CHF	+0.55	-0.95	-0.80	-0.70	1.00						
USD/CAD	+0.40	-0.70	-0.60	-0.65	+0.65	1.00					
EUR/JPY	+0.65	+0.55	+0.45	+0.50	-0.30	-0.25	1.00				
GBP/JPY	+0.70	+0.40	+0.60	+0.45	-0.25	-0.20	+0.85	1.00			
AUD/JPY	+0.60	+0.45	+0.40	+0.80	-0.35	-0.40	+0.80	+0.75	1.00		
EUR/GBP	-0.10	+0.30	-0.40	+0.10	-0.20	-0.15	+0.25	-0.20	+0.15	1.00	
XAU/USD	-0.35	+0.60	+0.50	+0.65	-0.65	-0.55	+0.30	+0.25	+0.40	+0.20	1.00

逆相関 −1.0 ——— +1.0 正相関

相関とは

二つの通貨ペアが **どれだけ似た動きをするか** を示す指標。**+1.0** に近いほど同じ方向に、**−1.0** に近いほど反対方向に動く。零は無関係を意味する。

強い正の相関

+0.85　EUR/USD & GBP/USD

欧州通貨同士。ほぼ一心同体で動く。同時保有は実質二倍のリスク。

+0.85　EUR/JPY & GBP/JPY

クロス円同士。円の動きを共有し、連動性が極めて高い。

強い逆の相関

−0.95　EUR/USD & USD/CHF

ほぼ鏡像。ドルを挟んで正反対に動く代表例。両建ては相殺に近い。

−0.80　GBP/USD & USD/CHF

ドルストレートと対スイス。逆相関が強く、片方が指針になる。

活かし方

分散の確認 — 高相関のペアを同方向に複数持つと、リスクが集中する。
方向の裏取り — 逆相関ペアの動きで、自分の見立てを検証できる。
ゴールドの目印 — **XAU/USD** はリスクオフで買われ、ドル安と連動しやすい。

用語集

第一頁 ・ 金融政策 ・ 経済指標 ・ 相場史

一 中央銀行 と 金融政策

FOMC *Fed Open Market Cttee*
米連邦公開市場委員会。年八回開催され、米国の政策金利を決定する。為替市場最大の注目イベント。

日銀 ・ MPM *BOJ Policy Meeting*
日本銀行の金融政策決定会合。年八回、二日間の会合で円の金融政策を決める。

ECB理事会 *ECB Governing Council*
欧州中央銀行の政策決定会合。ユーロ圏二十カ国の金融政策を一手に担う。

政策金利 *Policy Rate*
中央銀行が設定する基準金利。通貨価値を左右する最重要のファンダメンタル要因。

ハト派 ・ タカ派 *Dovish / Hawkish*
緩和的な姿勢をハト派、引き締め的な姿勢をタカ派と呼ぶ。要人発言の解釈に不可欠。

利上げ ・ 利下げ *Hike / Cut*
政策金利の引き上げと引き下げ。利上げは通貨高、利下げは通貨安に作用しやすい。

量的緩和 *QE*
中央銀行が国債等を大量購入し市場に資金を供給する政策。通貨安を促す。

異次元緩和 *QQE*
二〇一三年に黒田日銀が導入した大規模緩和。マネタリーベース二倍化を掲げ円安を加速させた。

マイナス金利 *Negative Rate*
政策金利を零以下に設定する異例の政策。日欧瑞が導入し、通貨安と低金利を長期化させた。

テーパリング *Tapering*
量的緩和の段階的縮小。引き締めの予兆として通貨高要因になりやすい。

展望レポート *Outlook Report*
日銀が年四回公表する経済・物価見通し。政策変更の方向性を読む手がかり。

ベージュブック *Beige Book*
FRBが年八回公表する地区連銀経済報告。FOMC前の地ならしとして注目される。

ドットチャート *Dot Plot*
FOMC参加者の将来の金利予想を点で示した図。利上げ経路の市場予想を形成する。

票割れ *Vote Split*
中央銀行の会合で委員の票が利上げ・据え置き等に分かれること。英中銀（BOE）で特に注目され、票の内訳が方向性を映す。

BOE ・ MPC *BoE / MPC*
英中銀（イングランド銀行）と、政策金利を決める金融政策委員会（MPC）。年八回会合し、票の割れ方が方向性を映す。

二 経済指標

米雇用統計 *NFP*
非農業部門雇用者数。毎月第一金曜に発表、年間最大級の値動きを生む最重要指標。

消費者物価指数 *CPI*
インフレ動向を示す代表指標。金融政策の根幹であり、結果次第で大相場となる。

生産者物価指数 *PPI*
企業間取引の物価指数。CPIの先行指標として、インフレの川上を映す。

PCEデフレータ *PCE Deflator*
個人消費支出物価指数。FRBが最重視するインフレ指標として知られる。

国内総生産 *GDP*
一国の経済規模を示す最大の指標。速報・改定・確定の三度発表される。

ISM景況指数 *ISM Index*
製造業・非製造業の景況感。五十が好不況の分かれ目とされる。

PMI *Purchasing Managers' Index*
購買担当者景気指数。速報性が高く、各国の景況感を素早く映す。

ADP雇用統計 *ADP Employment*
民間給与計算大手が集計する雇用指標。雇用統計の先行指標とされるが乖離も多い。

小売売上高 *Retail Sales*
個人消費の動向を示す指標。米経済の七割を占める消費の体温計。

ZEW ・ Ifo景況感 *ZEW / Ifo*
ドイツの代表的な景況感指数。ユーロ圏全体の先行きを占う材料となる。

失業保険申請件数 *Jobless Claims*
毎週木曜発表の米雇用指標。速報性が高く、雇用情勢の変化をいち早く映す。

消費者信頼感指数 *Consumer Confidence*
消費者の景況感を示す。将来の消費動向を占うソフトデータの代表格。

耐久財受注 *Durable Goods*
自動車・機械など耐久財の新規受注。設備投資の先行指標とされる。

三 相場史 の 記憶

変動相場制 *Floating Rate*
為替レートを市場に委ねる制度。一九七三年に主要国が移行し、現代FXの起点となった。

プラザ合意 *Plaza Accord*
一九八五年、G5がドル高是正で協調介入を合意。戦後最大の通貨秩序再編を招いた。

ルーブル合意 *Louvre Accord*
一九八七年、行き過ぎたドル安に歯止めをかけるべくG7が合意した協調介入。

ブラックマンデー *Black Monday*
一九八七年十月、NYダウが一日で二割超暴落。為替も大きく揺れた歴史的事件。

アジア通貨危機 *Asian Crisis*
一九九七年、タイバーツ暴落を端緒に東アジア全域へ波及した通貨危機。

LTCM破綻 *LTCM Collapse*
一九九八年、ノーベル賞学者擁する巨大ヘッジファンドが破綻。金融工学の過信を戒める教訓。

リーマンショック *Lehman Shock*
二〇〇八年、米投資銀行の破綻が世界金融危機へ。安全通貨の円が急騰した。

スイスフランショック *CHF Shock*
二〇一五年、瑞中銀が対ユーロ下限を撤廃。十五分で三割急変し多くの業者が破綻寸前に。

ブレグジット *Brexit*
二〇一六年、英国のEU離脱決定。ポンドが急落し政治イベントの破壊力を示した。

為替介入 *Intervention*
通貨当局が相場に直接介入し方向を変える行為。最後の砦として急変動を生む。

レパトリ *Repatriation*
海外資産の本国回収。年度末や決算期の円買い需要（円転＝外貨を円に戻す売買）として現れる。

円キャリートレード *Yen Carry Trade*
低金利の円を借り高金利通貨で運用する取引。巻き戻し時に急激な円高を招く。

リスクオン ・ オフ *Risk-on / off*
市場が積極/退避に傾く局面。リスクオフでは安全通貨の円が買われやすい。

用語集

第二頁 ・ 季節性 ・ 技術 ・ 心理

四 アノマリー と 季節性

アノマリー *Anomaly*
合理的説明が困難ながら統計的に観察される相場の癖。確実な法則ではなく確率の偏り。

セルインメイ *Sell in May*
「五月に売れ」。株売りに連動しドル売りが優勢になりやすい五月の季節性。

ハロウィン効果 *Halloween Effect*
十月末から翌年四月までが高リターンとされる季節性。冬の半年の優位。

一月効果 *January Effect*
一月の動きが年間トレンドを示唆するとの経験則。年初の方向感を軽視できぬ理由。

夏枯れ *Summer Doldrums*
欧米勢の休暇で流動性が枯渇する盛夏。低流動性が突発的な急変動を生む。

節分天井 *Setsubun Top*
節分前後で株価が天井を打つとの相場格言。円買い圧力の目安とされる。

ゴトー日 *Go-to-bi*
五と十のつく日。国内輸入企業の決済需要で仲値に向けドル円が上昇しやすい。

四十五日ルール *45-day Rule*
ヘッジファンドの解約申請期限。四半期末の四十五日前にポジション解消が起きやすい。

仲値 *Nakane / TTM*
銀行が定める対顧客レートの基準値。午前九時五十五分に決定され、需給が集中する。

ロンドンフィキシング *London Fixing*
世界最大の為替決済時刻。日本時間零時前後に大きなフローが流れる。本文では「FIX」とも記す。

トリプルウィッチング *Triple Witching*
先物・オプション等の満期が重なる日。三・六・九・十二月の第三金曜にフロー集中。

五 テクニカル と 取引

サポート ・ レジスタンス *Support / Resistance*
下支えとなる支持線と上値を抑える抵抗線。多くの市場参加者が意識する価格帯。

キリ番 *Round Number*
百五十円など節目の価格。大量の指値が集中し、反転や加速の起点となる。

前日高安 *PDH / PDL*
前日の高値と安値。重要なサポレジとして意識され、抜けると追随注文で加速する。

RSI *Relative Strength Index*
買われ過ぎ売られ過ぎを測る指標。七十超で過熱、三十割れで底値圏とされる。

レンジ *Range*
一定の値幅で上下する横ばい相場。明確な方向感を欠く局面を指す。

ブレイクアウト *Breakout*
レンジや節目を抜ける動き。新たなトレンドの起点となりやすい。

窓 ・ ギャップ *Gap*
週明けなどに生じる価格の飛び。埋めに向かう動きが意識されやすい。

値飛び *Price Jump*
価格が連続性なく跳ぶこと。低流動性や指標発表時に起き、逆指値が滑りやすい。

スプレッド *Spread*
売値と買値の差。実質的な取引コスト。低流動性のとき拡大しやすい。

ボラティリティ *Volatility*
価格変動の大きさ。高いほど好機も危険も増す、両刃の剣。

オーバーシュート *Overshoot*
価格が妥当な水準を超えて行き過ぎる動き。直後に巻き戻し（反転）を伴いやすく、流動性の低い相場ほど起きやすい。

流動性 ・ 低流動性 *Liquidity*
売買のしやすさ。流動性が低い状態（低流動性・いわゆる薄商い）では、わずかな注文で値が飛び、スプレッドも広がりやすい。

ピップス *pips*
為替レートの最小変動単位。損益を測る共通のものさし。

六 心理 と 記録

VIX ・ 恐怖指数 *Fear Index*
市場の不安心理を数値化した指標。三十超で恐怖局面、円買いが加速しやすい。

勝率 *Win Rate*
全取引に占める勝ち取引の割合。高さより損益比とのバランスが肝要。

ドローダウン *Drawdown*
資産の最大下落幅。生き残るために最も注視すべきリスク指標。

プロフィットファクター *Profit Factor*
総利益を総損失で割った値。一を超えれば収益的、手法の優位性を測る。

損益比 *Risk Reward*
一回の利益と損失の比率。勝率が低くとも比が良ければ生き残れる。

ポジション *Position*
保有中の建玉。買いを長期、売りを空売りと呼ぶこともある。

損切り *Stop Loss*
損失を確定させ撤退する行為。生き残るために最も重要な規律。

利確 *Take Profit*
利益を確定させる決済。欲を制し、計画通りに退く技術。

手仕舞い ・ ショートカバー *Squaring / Short Cover*
手仕舞いは保有を決済して相場から降りること。ショートカバーは売り建ての買い戻しで、急騰（踏み上げ）の一因。

リバランス *Rebalancing*
機関投資家の資産配分調整。月末・期末に大きなフローを生む。

実需 ・ 投機筋 *Real Demand / Speculators*
実需は輸出入企業や機関投資家の実需要に基づく売買、投機筋は値幅取りを狙う短期筋。為替フローの二大主体。

トレンド *Trend*
価格の方向性。順張りはこれに従い、逆張りはこれに抗う。

Know the words, read the market. | 言葉を知ることは、相場を読むことの第一歩。ここに記した用語は、この手帳のあらゆる頁に息づいている。迷ったときは、この二頁に立ち返ること。

編集後記

Afterword from the Editor

"

為替の世界は、生き残り続ける人より、いなくなる人の方が多い。

この為替手帳は、私が情報発信の活動を始めた二〇一九年から、ずっと心の中で構想を温めてきたものです。
ただ当時の私には、自分のノウハウを言葉に紡ぐ力も、ここまでの精度で一冊を編む力も、まだ備わっていませんでした。歳月を重ね、ようやく形にする準備が整ったのが今年です。

これまで数えきれないほどの為替の書籍に触れてきましたが、「本当に使って良かった」と心から思える一冊は、ほんの一握りでした。その中の一つが、私にとっての為替手帳です。それは内容そのものというより、**手帳を介して一年という時間を歩んだ実感**が、何にも代えがたかったから。

日々の小さな気付きが積み重なり、月をまたぎ、季節をまたぐうちに、自分が確かに育っていることに気付く。そして書き終えたとき、**「今年も一年、生き残ったのだ」**と静かに胸に落ちる瞬間がある。

◆ ◆ ◆

この世界では、生き残り続けるために、**日々学び続ける**ことが求められます。新しい知識を取り入れ、過去の自分を更新し続けること。それを怠った瞬間、市場は容赦なく退場を迫ってきます。

この一冊が、あなたの日々の相棒であり、一年を生きた証となることを願って。
来年、また新しい巻でお会いできることを、心から楽しみにしています。

令和八年 春

サイキックス

SAIKIX