SAIKIX

為替手帳

一年の相場を、読み・記し・学ぶ

A Trader's Companion through the Year

2027

令和九年

VOLUME
第二巻 ・ 2027年版

弐
SAIKIX

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

睦月・一月

令和九年

OI

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　日銀 1/21-22　FOMC 1/26-27

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
27	28	29	30	31	1 元日 全市場休場	2
3	4 東京・大発会 米ISM製造業	5 米JOLTS求人	6 米ISM非製造業 米ADP雇用	7 ユーロ圏CPI速報 米貿易収支	8 **米雇用統計** 加雇用統計	9
10	11 東京休場・成人の日 独鉱工業生産	12	13 **米CPI** 米ベージュブック	14 米生産者物価	15 米小売売上高 米鉱工業生産	16 上弦
17 ドル売りアノマリー	18 NY休場・MLK 加CPI	19 英雇用統計 独ZEW景況感	20 英CPI 米住宅着工	21 日銀 一日目 米中古住宅販売	22 **日銀 決定会合** 米PMI速報	23
24	25 独イフォ景況感	26 FOMC 一日目 米消費者信頼感	27 **FOMC 決定・会見** 加中銀 政策金利	28 米PCEデフレータ 米GDP速報	29 日東京都区部CPI 米シカゴPMI	30
31	1	2	3	4	5	6

今月の格言

未辛抱

辰巳天井、午尻下がり、未辛抱、申酉騒ぐ

— 干支の相場格言

二〇二七年は未年。干支の格言では、相場が伸び悩み辛抱を強いられやすい年とされる。年初の初動は一年の方向を示しやすいが、飛びつかず流れが固まるのを待ちたい。

一月に起きたこと

1999.1.1　ユーロ誕生。独仏など十一カ国が共通通貨ユーロを決済通貨として導入。最初の取引日（一月四日）は一ユーロ＝一・一七ドル台で始まった。

2016.1.29　日銀がマイナス金利の導入を決定。発表直後はドル円が急騰したが数日で上げ幅を失い、その後の円高局面につながった。

2019.1.3　正月のフラッシュクラッシュ。東京勢不在の早朝、ドル円が数分で約四円急落し、豪ドル円などクロス円も軒並み急落した。

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（一月八日）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 · 1

12月28日 — 1月3日

師走末・睦月初 第一週 · 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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 28	火 29	水 30	木 31	金 1	土 2	日 3
09	東京	東京	東京				
14							
17		ロンドン	ロンドン	ロンドン			
19		NY	NY	NY			
22							
24							

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
ロンドン休場 · ボクシングデー
– 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*

SAIKIX

02 WEEK · II

1月4日 — 1月10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、金曜の米雇用統計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。月1/4の大発会で年末年始の低流動性が明け、金1/8の米雇用統計（22:30）が年初最初の山場。日銀（1/22）・FOMC（1/27）を控え、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
1/8雇用統計で米金利、年初レンジ上下端を確認

EUR / USD
欧米金利差の年初再評価、NFPで一方向へ放れやすい

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、1/4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

4 — 10 JAN

4 Mon 月

東証 大発会
– ロンドン・NY市場 通常再開
24:00 米 ISM製造業景況指数（12月）
18:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（12月）

残高 / 損益

5 Tue 火

24:00 米 JOLTS求人件数（11月）

残高 / 損益

6 Wed 水

22:15 米 ADP雇用統計（12月）
24:00 米 ISM非製造業景況指数（12月）
18:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（12月）

残高 / 損益

7 Thu 木

19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（12月）
22:30 米 貿易収支（11月）
22:30 米 新規失業保険申請件数
– NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

8 Fri 金

22:30 **米 雇用統計（12月）**
22:30 加 雇用統計（12月）
24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（1月）

残高 / 損益

9 Sat 土

– *振り返り · NFPの整理*

メモ

10 Sun 日

– *来週準備 · CPI週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

03 WEEK · III

1月11日 — 1月17日

睦月 第三週 · CPIウィーク

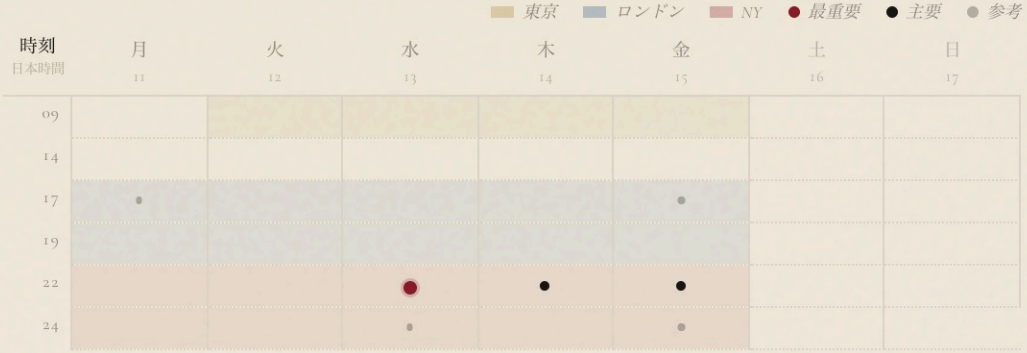
今週のテーマ

米CPIが日銀・FOMC織り込みを左右、週後半はドル売り入り

水1/13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



USD / JPY
1/13 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
金曜の英GDP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

11 — 17 JAN

11 Mon 月
東京休場 · 成人の日
16:00 独 鉱工業生産（11月）
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

12 Tue 火
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

13 Wed 水
22:30 **米 消費者物価指数（12月）**
28:00 米 ベージュブック
28:00 米 月次財政収支（12月）
残高 / 損益

14 Thu 木
22:30 米 生産者物価（12月）
22:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

15 Fri 金
22:30 米 小売売上高（12月）
16:00 英 月次GDP（11月）
23:15 米 鉱工業生産（12月）
– 米3連休前、米国勢の手仕舞い
残高 / 損益

16 Sat 土
– 振り返り · CPIの整理
メモ

17 Sun 日
– 来週準備 · 日銀週へ
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

04 WEEK · IV

1月18日 — 1月24日

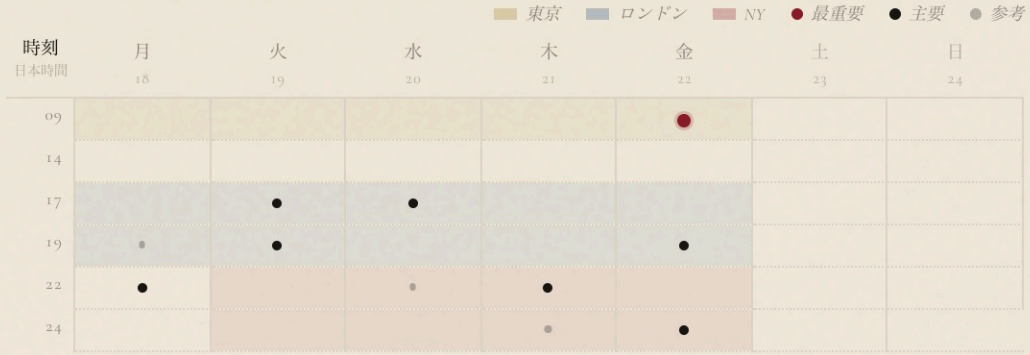
睦月 第四週 · 日銀ウィーク

今週のテーマ

日銀の意思決定を読む週、FOMC前週の様子見

1/21-22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
月曜カナダ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

18 — 24 JAN

18 Mon 月

NY休場 · MLK

22:30 加 消費者物価（12月） — *BOC判断材料*
19:00 ユーロ圏 消費者物価改定（12月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意

残高 / 損益

19 Tue 火

16:00 英 雇用統計
19:05 独 ZEW景況感（1月）

残高 / 損益

20 Wed 水

16:00 英 消費者物価（12月）
22:30 米 住宅着工件数（12月）

残高 / 損益

21 Thu 木

– **日銀 金融政策決定会合 1日目**
22:30 米 新規失業保険申請件数
24:00 米 中古住宅販売（12月）

残高 / 損益

22 Fri 金

12:00 **日銀 政策決定** — *展望レポート・総裁会見15:30*
18:00 ユーロ圏 PMI速報（1月）
23:45 米 PMI速報（1月）

残高 / 損益

23 Sat 土

– *振り返り · 日銀の整理*

メモ

24 Sun 日

– *来週準備 · FOMC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25日 — 1月31日

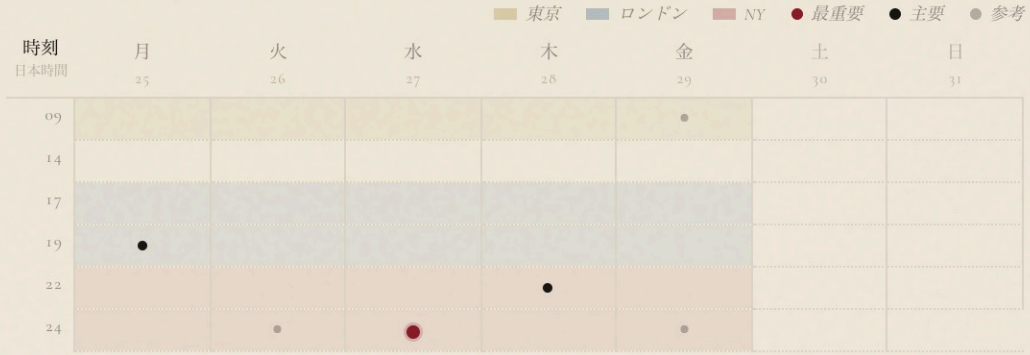
睦月末 第五週 · FOMCウィーク

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

1/26-27のFOMC、結果は日本時間28日早朝に判明。1月会合は経済見通し（SEP）非公表回のため、声明と議長会見の文言が全て。据え置き濃厚でも利下げ示唆の有無で振れる。木1/28は米PCE物価、金1/29は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



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
木曜の米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（1/29）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

25 — 31 JAN

25 *Mon* 月
- 18:30 独 Ifo企業景況感（1月）
- – FOMC待ち、週初は様子見

残高 / 損益

26 *Tue* 火
- – **FOMC 1日目**
- 24:00 米 消費者信頼感（1月・CB）

残高 / 損益

27 *Wed* 水
- 28:00 **FOMC 政策金利・声明** — *SEPなし回*
- 28:30 **FRB議長 記者会見**
- 23:45 加 BOC政策金利

残高 / 損益

28 *Thu* 木
- 22:00 独 消費者物価速報（1月）
- 22:30 米 PCEデフレーター（12月） — *FRB重視の物価*
- 22:30 米 GDP速報（10-12月期）

残高 / 損益

29 *Fri* 金
- 08:30 日 東京都区部CPI（1月）
- 23:45 米 シカゴ購買部協会景気指数（1月）
- – 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

30 *Sat* 土
- – *振り返り · FOMCの整理*

メモ

31 *Sun* 日
- – *来週準備 · ECB・英MPC・NFP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

令和九年

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 2/3-4　英MPC 2/4　米雇用統計 2/5

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
31	1 米ISM製造業	2 米JOLTS求人 ユーロ圏GDP速報	3 米ISM非製造業 米ADP雇用	4 **ECB・英MPC 決定** 米貿易収支	5 **米雇用統計** 加雇用統計	6
7 ● 新月	8	9 豪中銀 政策金利 独鉱工業生産	10 米財政収支	11 東京休場・建国記念の日 **米CPI**	12 米生産者物価 米ミシガン消費者信頼感	13
14 ◐ 上弦	15 NY休場・大統領の日 日GDP速報	16 英雇用統計 独ZEW景況感	17 米小売売上高 FOMC議事録	18 米住宅着工 米フィラデルフィア連銀	19 日全国CPI	20 円高アノマリー
21 ○ 満月	22 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 東京休場・天皇誕生日 米消費者信頼感	24 米新築住宅販売	25 米PCEデフレータ 米GDP改定値	26 独CPI速報 日東京都区部CPI	27
28 ◑ 下弦	1	2	3	4	5	6

今月の格言

節分天井、彼岸底

— 相場格言

二月の節分あたりで高値をつけ、三月の彼岸ごろに底を打ちやすいとする季節の格言。月後半の円高傾向とも重なるので、二月のドル円の買いは利を伸ばしすぎない。

二月に起きたこと

2007.2.27　上海ショック。中国株の急落が世界同時株安に広がり、円キャリー取引の巻き戻しで円が急騰した。

2016.2.11　東京休場の建国記念の日に円が急騰。マイナス金利の決定から二週間で、ドル円は一時百十円台まで下落した。

2022.2.24　ロシアがウクライナに侵攻。資源価格が急騰し、日本の貿易赤字拡大を通じて、その後の円安が進む要因の一つとなった。

今月の戦略メモ

▸ 米二大指標の反応観察

雇用統計（二月五日）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

二月十五日は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1日 — 2月7日

如月 第一週 · ECB・NFPウィーク

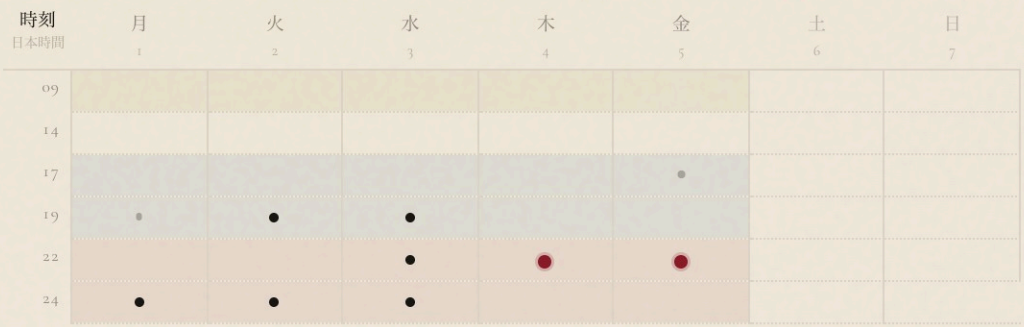
今週のテーマ

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2/4にBOE（21:00）とECB（22:15・総裁会見22:45）が連続、金2/5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



USD / JPY
金曜NFPで方向、米金利の振れに最も素直

EUR / USD
木曜ECB・総裁会見の含意、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

1 — 7 FEB

1 *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）
- – 中銀ウィーク、序盤は持ち高調整

残高 / 損益

2 *Tue* 火
- 19:00 ユーロ圏 GDP速報（10-12月期）
- 24:00 米 JOLTS求人件数（12月）

残高 / 損益

3 *Wed* 水
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（1月）
- 22:15 米 ADP雇用統計（1月）
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（1月）

残高 / 損益

4 *Thu* 木
- 21:00 **英 MPC 政策金利** — *金融政策報告*
- 22:15 **ECB 政策金利** — *総裁会見22:45*
- 22:30 米 貿易収支（12月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

5 *Fri* 金
- 22:30 **米 雇用統計（1月）**
- 22:30 加 雇用統計（1月）
- 16:00 独 製造業受注（12月）

残高 / 損益

6 *Sat* 土
- – *振り返り · ECB・英MPC・NFPの整理*

メモ

7 *Sun* 日
- – *来週準備 · CPI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8日 — 2月14日

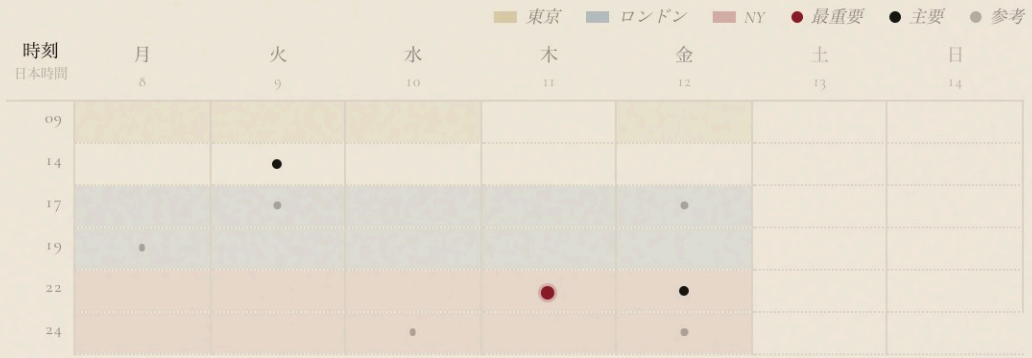
如月 第二週 · CPIウィーク

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

木2/11の米CPIが今週最大の山場。3/16-17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（2/15）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、欧州は材料薄

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2/12は米プレジデントデー（2/15）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

8 — 14 FEB

8 Mon 月
- 19:00 ユーロ圏 小売売上高（12月）
- – CPI週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

9 Tue 火
- 12:30 豪 RBA政策金利
- 16:00 独 鉱工業生産（12月）

残高 / 損益

10 Wed 水
- 28:00 米 月次財政収支（1月）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

11 Thu 木
- 東京休場 · 建国記念の日
- 22:30 **米 消費者物価指数（1月）**
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- – 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

12 Fri 金
- 22:30 米 生産者物価（1月）
- 16:00 英 月次GDP（12月）
- 24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（2月）
- – 米3連休前、米国勢の手仕舞い

残高 / 損益

13 Sat 土
- – *振り返り · CPIの整理*

メモ

14 Sun 日
- – *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

08 WEEK · VIII

2月15日 — 2月21日

如月 第三週 · 議事録ウィーク

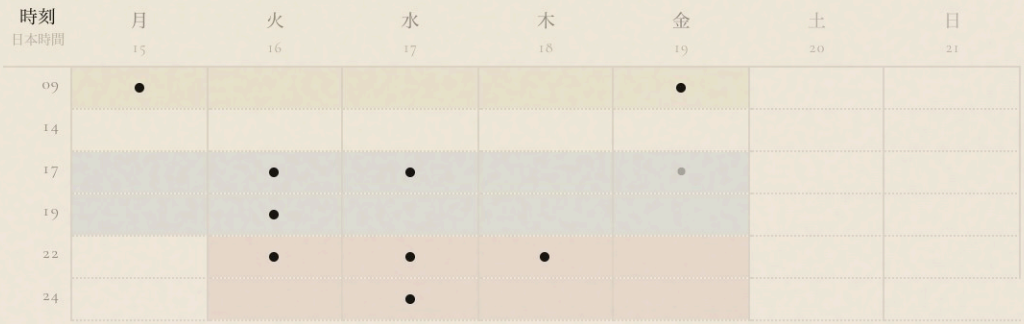
今週のテーマ

米休場明けの閑散、FOMC議事録と各国PMI速報で材料拾い

月2/15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2/17のFOMC議事録（1月会合）で、利下げ時期のヒントを探る。月2/15の日本GDP、金2/19の日本の全国CPIも手掛かり。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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
月曜の日本GDPと金曜の日本CPI、日銀3月会合の下準備

EUR / USD
火曜の独ZEW、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2/16）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

15 — 21 FEB

15 Mon 月
NY休場 · 大統領の日
08:50 日 GDP速報（10-12月期）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

16 Tue 火
16:00 英 雇用統計
19:05 独 ZEW景況感（2月）
22:30 加 消費者物価（1月） — *BOC判断材料*
残高 / 損益

17 Wed 水
16:00 英 消費者物価（1月）
22:30 米 小売売上高（1月）
28:00 FOMC議事録
残高 / 損益

18 Thu 木
22:30 米 新規失業保険申請件数
22:30 米 住宅着工件数（1月）
22:30 米 フィラデルフィア連銀製造業（2月）
残高 / 損益

19 Fri 金
08:30 日 全国CPI（1月）
16:00 英 小売売上高（1月）
残高 / 損益

20 Sat 土
– *振り返り · 今週の値動きの整理*
メモ

21 Sun 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

09 WEEK · IX

2月22日 — 2月28日

如月末 第四週 · 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

木2/25の米PCEデフレーター（1月）が今週の中心。3/16-17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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
木曜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（2/26）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

22 — 28 FEB

22 *Mon* 月
- 18:00 ユーロ圏 PMI速報（2月）
- 18:30 独 Ifo企業景況感（2月）
- 23:45 米 PMI速報（2月）

残高 / 損益

23 *Tue* 火
- 東京休場 · 天皇誕生日
- 24:00 米 消費者信頼感（2月・CB）
- – 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

24 *Wed* 水
- 24:00 米 新築住宅販売（1月）

残高 / 損益

25 *Thu* 木
- 22:30 米 PCEデフレーター（1月） — *FRB重視の物価*
- 22:30 米 GDP改定（10-12月期）
- 22:30 米 耐久財受注（1月）

残高 / 損益

26 *Fri* 金
- 22:00 独 消費者物価速報（2月）
- 08:30 日 東京都区部CPI（2月）
- 23:45 米 シカゴ購買部協会景気指数（2月）
- – 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

27 *Sat* 土
- – *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

28 *Sun* 日
- – *来週準備 · NFP週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

03 弥生・三月

令和九年

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　ECB 3/18　日銀 3/18

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
28	1 米ISM製造業	2 ユーロ圏CPI速報 米JOLTS求人	3 米ISM非製造業 加中銀 政策金利	4 米製造業受注	5 **米雇用統計** 独製造業受注	6 円買いアノマリー
7	8 ● 新月 独鉱工業生産	9 日GDP改定値 米貿易収支	10 **米CPI** 米財政収支	11 英GDP	12 米生産者物価 加雇用統計	13
14	15 加CPI 米鉱工業生産	16 ◐ 米小売売上高 英雇用統計	17 **FOMC 決定・会見** 日銀・ECB 一日目	18 **日銀・ECB・英MPC 決定** スイス中銀 政策金利	19 日全国CPI	20
21 春分の日	22 ○ 東京休場・振替休日 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 豪中銀 政策金利 米新築住宅販売	24 英CPI	25 米耐久財受注 米中古住宅販売仮契約	26 NY＆LDN休場・聖金曜日 日東京都区部CPI	27
28	29 LDN休場・イースターマンデー	30 ◑ 米JOLTS求人 米消費者信頼感	31 年度末 米PCEデフレータ 米GDP確定値	1	2	3

今月の格言

"Don't fight the Fed."

「FRBに逆らうな。」

— Martin Zweig, Winning on Wall Street, 1986

三月は日米欧の中銀会合が一週間に集中する。相場の大きな流れは、最後は金融政策の向きに従う。会合前の思惑より、決定と声明の方向に逆らわないこと。

三月に起きたこと

2009.3.18　FRBが米国債の買い入れを決定（QE1の拡大）。予想外の決定でドルが急落し、ユーロドルは一日で約四%と、ユーロ誕生以来最大の上昇を記録した。

2011.3.17　東日本大震災後の円急騰。ドル円は七十六円二十五銭まで下落し、翌十八日にG7が約十年半ぶりの協調介入に踏み切った。

2023.3.10　米シリコンバレーバンクが破綻。米金利の急低下でドルが売られ、ドル円は二週間ほどで百三十七円台から百三十円前後まで下げた。

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1日 — 3月7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3/5の米雇用統計が今週最大の山場。再来週3/16-18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

1 — 7 MAR

1 Mon 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）
- — NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

2 Tue 火
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（2月）
- 24:00 米 JOLTS求人件数（1月）

残高 / 損益

3 Wed 水
- 22:15 米 ADP雇用統計（2月）
- 23:45 加 BOC政策金利
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（2月）

残高 / 損益

4 Thu 木
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- 24:00 米 製造業受注（1月）
- — NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

5 Fri 金
- 22:30 **米 雇用統計（2月）**
- 16:00 独 製造業受注（1月）

残高 / 損益

6 Sat 土
- — 振り返り · NFPの整理

メモ

7 Sun 日
- — 来週準備 · CPI週へ

メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

II WEEK · XI

3月8日 — 3月14日

弥生 第二週 · CPIウィーク

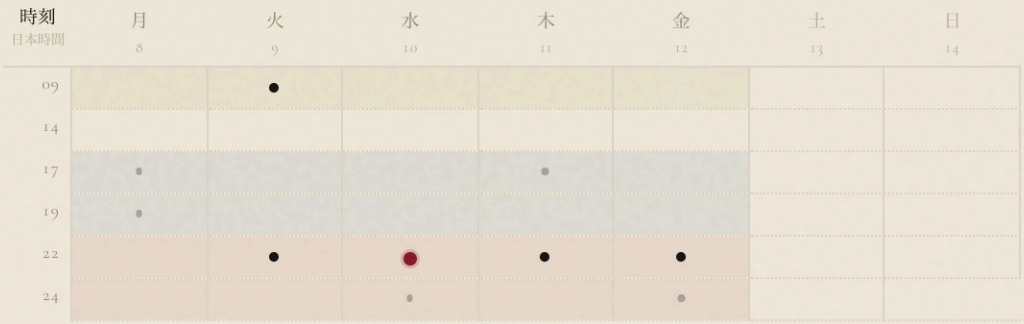
今週のテーマ

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3/10の米CPI（22:30）が来週3/16-17 FOMC前の最後の大材料。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。週末3/14から米サマータイムで、来週以降の米指標は1時間前倒し。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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
3/10 CPI（22:30）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
木曜の英GDP、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3/16-17 FOMCを控え、FRB高官は3/6からブラックアウトで発言が途絶える。今週の米CPI（3/10）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

8 — 14 MAR

8 Mon 月
16:00 独 鉱工業生産（1月）
19:00 ユーロ圏 小売売上高（1月）
– CPI週入り、序盤は様子見
残高 / 損益

9 Tue 火
08:50 日 GDP改定（10-12月期）
22:30 米 貿易収支（1月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

10 Wed 水
22:30 **米 消費者物価指数（2月）**
28:00 米 月次財政収支（2月）
残高 / 損益

11 Thu 木
22:30 米 新規失業保険申請件数
16:00 英 月次GDP（1月）
残高 / 損益

12 Fri 金
22:30 米 生産者物価（2月）
22:30 加 雇用統計（2月）
24:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（3月）
残高 / 損益

13 Sat 土
– *振り返り · CPIの整理*
メモ

14 Sun 日
– *来週準備 · 中銀ラッシュ週へ*
メモ

獲得PIPS	勝率	ベストトレード	学び・反省

SAIKIX

12 WEEK · XII

3月15日 — 3月21日

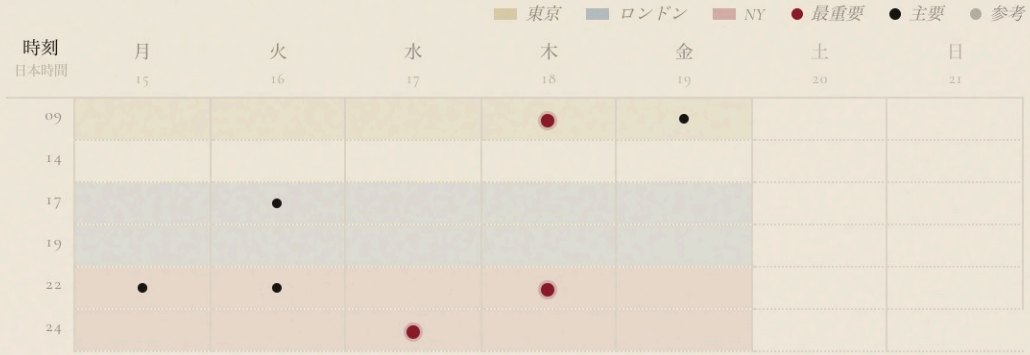
弥生 第三週 · 中銀トリプルウィーク

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3/17 FOMC（ドットプロット公表回）、木3/18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・総裁会見、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3/18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

15 — 21 MAR

15 Mon 月
- 21:30 加 消費者物価（2月） — BOC判断材料
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（3月）
- 22:15 米 鉱工業生産（2月）
- – 米サマータイム入り、指標は1時間前倒し

残高 / 損益

16 Tue 火
- – **FOMC 1日目**
- 16:00 英 雇用統計
- 21:30 米 小売売上高（2月）

残高 / 損益

17 Wed 水
- – **日銀 金融政策決定会合 1日目**
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明** — SEP・ドットプロット公表回
- 27:30 **FRB議長 記者会見**

残高 / 損益

18 Thu 木
- 12:00 **日銀 政策決定** — 総裁会見15:30
- 21:00 **英 MPC 政策金利**
- 22:15 **ECB 政策金利** — 総裁会見22:45・新見通し

残高 / 損益

19 Fri 金
- 08:30 日 全国CPI（2月）

残高 / 損益

20 Sat 土
- – 振り返り · 中銀ラッシュの整理

メモ

21 Sun 日
- – 来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

13 WEEK · XIII

3月22日 — 3月28日

弥生 第四週 · 聖金曜・期末ウィーク

今週のテーマ

聖金曜の低流動性、レパトリ円買いと夏時間移行

月3/22は振替休日で東京休場、金3/26は聖金曜日でNY・ロンドンが休場。中銀ウィーク通過後で大型の金融政策はなく、年度末（3/31）に向けたレパトリの円買いでドル円は上値が重い。米PCE（2月）は来週水3/31。週末3/28からEU夏時間。

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、聖金曜は薄商い

EUR / USD
月曜ユーロ圏PMI速報、聖金曜前の持ち高調整

USD / CAD
木曜の米耐久財受注、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

22 — 28 MAR

22 Mon 月
東京休場 · 振替休日
18:00 ユーロ圏 PMI速報（3月）
18:30 独 Ifo企業景況感（3月）
22:45 米 PMI速報（3月）
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

23 Tue 火
12:30 豪 RBA政策金利
23:00 米 新築住宅販売（2月）
残高 / 損益

24 Wed 水
16:00 英 消費者物価（2月）
残高 / 損益

25 Thu 木
21:30 米 耐久財受注（2月）
21:30 米 新規失業保険申請件数
16:00 英 小売売上高（2月）
残高 / 損益

26 Fri 金
NY＆LDN休場 · 聖金曜日
08:30 日 東京都区部CPI（3月）
– 主要市場休場、東京のみ・極低流動性
残高 / 損益

27 Sat 土
– 振り返り · 今週の値動きの整理
メモ

28 Sun 日
– 来週準備 · NFP週へ
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

04 卯月・四月

令和九年

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　日銀 4/28　ECB 4/29

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
28	29	30	31	1 新年度 米ISM製造業 日銀短観	2 **米雇用統計** 加雇用統計	3 投機筋仕掛けアノマリー
4	5 米ISM非製造業 独製造業受注	6 米貿易収支	7 ● FOMC議事録 独鉱工業生産	8	9 米ミシガン消費者信頼感	10
11	12 米財政収支	13 **米CPI** 独ZEW景況感	14 ◐ 米生産者物価 英GDP	15 米鉱工業生産 米NY連銀製造業	16 米小売売上高	17
18	19	20 英雇用統計 加CPI	21 ○ 英CPI 米中古住宅販売	22 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 日全国CPI 米新築住宅販売	24
25	26 独イフォ景況感	27 米耐久財受注 日銀・FOMC一日目	28 **日銀・FOMC 決定** 加中銀 政策金利	29 ◑ 東京休場・昭和の日 **ECB・英MPC 決定** 米PCEデフレータ	30 ユーロ圏CPI速報 ユーロ圏GDP速報	1

今月の格言

"Don't ever average losers."

「負けている建玉に、決してナンピンするな。」

— Paul Tudor Jones, Market Wizards, 1989

新年度の四月は、序盤に投機筋の仕掛けが入りやすい。逆行した建玉に買い増して平均値を下げるのは、損を大きくする典型。だましは小さく切り、本物の流れを待つ。

四月に起きたこと

2010.4.23　ギリシャがEUとIMFに金融支援を要請。ユーロ圏の債務危機が本格化し、ユーロ売りが加速した。

2024.4.29　昭和の日の東京休場中にドル円が百六十円台へ上昇。直後に急落し、のちに財務省が円買い介入の実施を公表した。

2025.4.2　米政権が「相互関税」を発表。世界的な株安とドル売りが進み、ドル円は同月中に百四十円を割り込んだ。

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29日 — 4月4日

弥生末・卯月初 第一週 · 新年度NFPウィーク

今週のテーマ

イースター明けに期末と新年度、金曜は米雇用統計

月3/29はロンドンがイースターマンデーで休場、欧州時間は閑散。水3/31は国内会計年度末に米PCE（2月）とGDP確定値が重なり、木4/1の新年度入り（日銀短観）でレパトリ巻き戻し・新規フローが交錯する。金4/2の米雇用統計が今週最大の山場。新年度の値幅は大きく、NFPはロットを落として臨む。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
新年度の国内フローと金曜NFP、往って来いに注意

EUR / USD
月曜ロンドン休場で週初薄い、NFP後のドル金利

GBP / USD
イースターマンデー明けのポンド、NFPで方向

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。金曜のNFP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

29 MAR — 4 APR

29 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
残高 / 損益

30 Tue 火
23:00 米 JOLTS求人件数（2月）
23:00 米 消費者信頼感（3月・CB）
残高 / 損益

31 Wed 水
21:15 米 ADP雇用統計（3月）
21:30 米 PCEデフレーター（2月） — *FRB重視の物価*
21:30 米 GDP確定（10-12月期）
– 四半期末ロンドンFIXに注意
残高 / 損益

1 Thu 木
08:50 日銀短観（3月調査）
21:30 米 新規失業保険申請件数
23:00 米 ISM製造業景況指数（3月）
– NFP前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

2 Fri 金
21:30 **米 雇用統計（3月）**
21:30 加 雇用統計（3月）
23:00 米 製造業受注（2月）
残高 / 損益

3 Sat 土
– *振り返り · NFPの整理*
メモ

4 Sun 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

15 WEEK · XV

4月5日 — 4月11日

卯月 第二週 · 議事録ウィーク

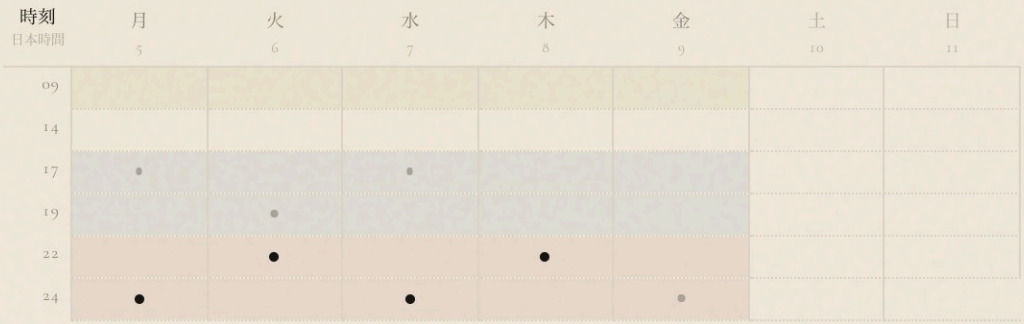
今週のテーマ

FOMC議事録と新年度フロー、来週の米CPIへの下準備

水4/7の3月FOMC（SEP公表回）議事録で利下げ観の手掛かりを探る週。来週火4/13の米CPIを前に、議事録のトーンがその解釈の軸になる。月のISM非製造業、金のミシガン速報も補強材料。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
議事録後の米金利、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

GBP / USD
英指標は来週に集中、今週はドル主導

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

5 — 11 APR

5 *Mon* 月
23:00 米 ISM非製造業景況指数（3月）
15:00 独 製造業受注（2月）
17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（3月）
残高 / 損益

6 *Tue* 火
21:30 米 貿易収支（2月）
18:00 ユーロ圏 小売売上高（2月）
残高 / 損益

7 *Wed* 水
27:00 FOMC議事録
15:00 独 鉱工業生産（2月）
残高 / 損益

8 *Thu* 木
21:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

9 *Fri* 金
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（4月）
残高 / 損益

10 *Sat* 土
– *振り返り · 今週の値動きの整理*
メモ

11 *Sun* 日
– *来週準備 · CPI週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

16 WEEK · XVI

4月12日 — 4月18日

卯月 第三週 · CPIウィーク

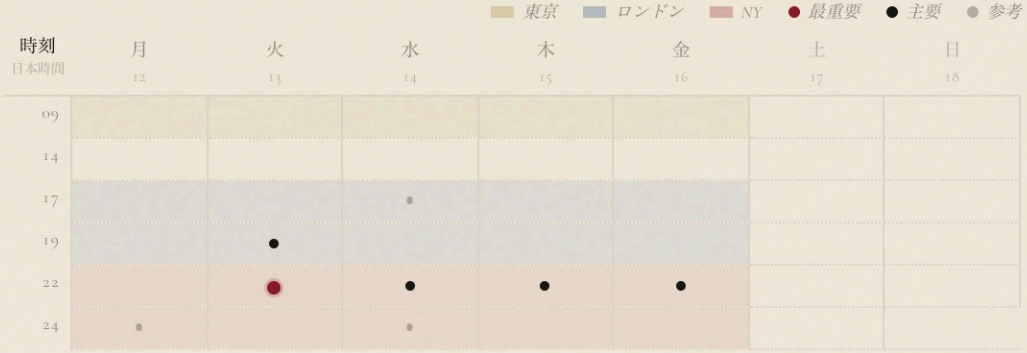
今週のテーマ

米CPIが今週の本命、小売と英指標で地合いを確認

火4/13の米CPIが今週最大の山場で、次回FOMC（4/27-28）の織り込みを左右する。水4/14の米PPI、金4/16の米小売も補強材料。水4/14の英GDPなどポンド材料も並ぶ。週末からFOMCブラックアウト入りで要人発言が途絶えるため、CPIで出た方向は今週のうちに整理しておく。

曜日別タイムテーブル

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
4/13 CPIで米金利、新年度フローで下値堅い

EUR / USD
CPI後のドル金利、ECB前の欧州景気観

GBP / USD
水曜の英GDP、ポンド単独材料

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

12 — 18 APR

12 *Mon* 月
27:00 米 月次財政収支（3月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

13 *Tue* 火
21:30 **米 消費者物価指数（3月）**
18:05 独 ZEW景況感（4月）
残高 / 損益

14 *Wed* 水
21:30 米 生産者物価（3月）
15:00 英 月次GDP（2月）
27:00 米 ベージュブック
残高 / 損益

15 *Thu* 木
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（4月）
22:15 米 鉱工業生産（3月）
残高 / 損益

16 *Fri* 金
21:30 米 小売売上高（3月）
残高 / 損益

17 *Sat* 土
– *振り返り · CPIの整理*
メモ

18 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

17 WEEK · XVII

4月19日 — 4月25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4/27-29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4/22の日米欧PMI速報が景気の方向を示す主材料。金4/23の全国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
金曜の全国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
火の英雇用・水の英CPI、木の英PMI速報

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

19 — 25 APR

19 Mon 月
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（3月）

残高 / 損益

20 Tue 火
- 15:00 英 雇用統計
- 21:30 加 消費者物価（3月） — BOC判断材料
- 21:30 米 住宅着工件数（3月）

残高 / 損益

21 Wed 水
- 15:00 英 消費者物価（3月）
- 23:00 米 中古住宅販売（3月）

残高 / 損益

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

残高 / 損益

23 Fri 金
- 08:30 日 全国CPI（3月）
- 15:00 英 小売売上高（3月）
- 23:00 米 新築住宅販売（3月）

残高 / 損益

24 Sat 土
- – 振り返り · 今週の値動きの整理

メモ

25 Sun 日
- – 来週準備 · 中銀ラッシュ週へ

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

18 WEEK · XVIII

4月26日 — 5月2日

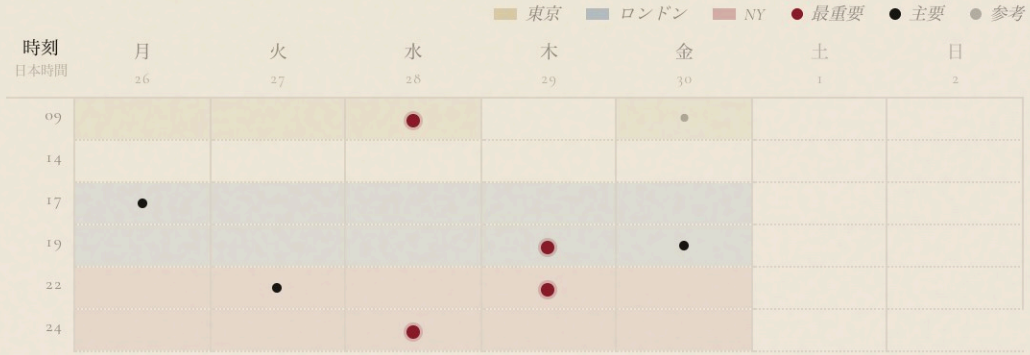
卯月末・皐月初 第五週 · 中銀4連発ウィーク

今週のテーマ

日銀・FOMC・ECB・BOEが集中、昭和の日に結果が重なる

水4/28 日銀（展望レポート回・植田会見）、同日のFOMCは日本時間木4/29の3:00に判明。木4/29はECB＋BOEも続き、年間最大級のイベント密度。その木曜は昭和の日で東京休場の上に米PCEも重なり、金4/30は月末。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、昭和の日の薄い東京で振れ

EUR / USD
木曜ECBと米PCE、月末フローも重なる

GBP / USD
木曜BOE（金融政策報告）、ポンド単独材料

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

26 APR — 2 MAY

26 Mon 月
- 17:30 独 Ifo企業景況感（4月）
- — FOMC待ち、週初は様子見

残高 / 損益

27 Tue 火
- — **FOMC 1日目**
- — **日銀 金融政策決定会合 1日目**
- 21:30 米 耐久財受注（3月）

残高 / 損益

28 Wed 水
- 12:00 **日銀 政策決定** — *展望レポート・総裁会見15:30*
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明** — *SEPなし回*
- 27:30 **FRB議長 記者会見**

残高 / 損益

29 Thu 木
- 東京休場 · 昭和の日
- 20:00 **英 MPC 政策金利** — *金融政策報告*
- 21:15 **ECB 政策金利** — *総裁会見21:45*
- 21:30 米 PCEデフレーター（3月） — *FRB重視の物価*
- — 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

30 Fri 金
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（4月）
- 18:00 ユーロ圏 GDP速報（1-3月期）
- 08:30 日 東京都区部CPI（4月）
- — 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

1 Sat 土
- — *振り返り · 中銀ラッシュの整理*

メモ

2 Sun 日
- — *来週準備 · NFP週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

05 皐月・五月

令和九年

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 5/7　米CPI 5/12

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
25	26	27	28	29	30	1 ドル売りアノマリー
2	3 東京＆LDN休場・憲法記念日 米ISM製造業	4 東京休場・みどりの日 豪中銀 政策金利	5 東京休場・こどもの日 米ISM非製造業	6 ● 新月	7 **米雇用統計** 加雇用統計	8
9	10	11 独ZEW景況感	12 **米CPI** 米財政収支	13 ◐ 米生産者物価 上弦	14 米小売売上高 英GDP	15
16	17 日GDP速報 米鉱工業生産	18 英雇用統計 加CPI	19 FOMC議事録 英CPI	20 ○ 満月 米フィラデルフィア連銀	21 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	22
23	24 独イフォ景況感	25 米消費者信頼感 米新築住宅販売	26 米ベージュブック	27 米PCEデフレータ 米GDP改定値	28 ◑ 日東京都区部CPI 米シカゴPMI	29
30	31 NY＆LDN休場・戦没将兵追悼記念日／バンクホリデー	1	2	3	4	5

今月の格言

休むも相場

— 相場格言

ゴールデンウィークは日本勢が不在で板が薄く、セルインメイの売りも重なりやすい。迷う局面では手を出さないのも立派な判断。資金を残して次の好機を待つ。

五月に起きたこと

2010.5.10　EUとIMFが総額七千五百億ユーロの安定化策で合意。前週のフラッシュクラッシュで急落したユーロが一時買い戻された。

2019.5.5　ゴールデンウィーク中に米大統領が対中関税の引き上げを表明。休み明けにかけて円が買われ、ドル円は百十円を割り込んだ。

2022.5.4　FRBが〇・五%の利上げを決定。二〇〇〇年以来の大幅な利上げで、日米金利差の拡大が強く意識された。

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（五月七日）**
連休明けで国内勢の戻りが鈍い中での発表。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3日 — 5月9日

皐月 第一週 · 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、連休明けに米雇用統計

月5/3〜水5/5は東京3連休（憲法記念日・みどりの日・こどもの日）、5/3はロンドンも英祝日で休場。国内勢不在で板が薄く、月のISM製造業、水のADPでも値が走りやすい。金5/7は米雇用統計。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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
GW中の低流動性で急変リスク、金曜NFPで方向

EUR / USD
月のISM、5/3ロンドン休で序盤薄い

AUD / JPY
火曜RBA、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

3 — 9 MAY

3 Mon 月
東京＆ロンドン休場 · 憲法記念日／英祝日
23:00 米 ISM製造業景況指数（4月）
17:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（4月）
– NY市場のみ稼働、流動性極薄
残高 / 損益

4 Tue 火
東京休場 · みどりの日
13:30 豪 RBA政策金利
23:00 米 JOLTS求人件数（3月）
23:00 米 製造業受注（3月）
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

5 Wed 水
東京休場 · こどもの日
21:15 米 ADP雇用統計（4月）
21:30 米 貿易収支（3月）
23:00 米 ISM非製造業景況指数（4月）
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

6 Thu 木
21:30 米 新規失業保険申請件数
18:00 ユーロ圏 小売売上高（3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（4月）**
21:30 加 雇用統計（4月）
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（5月）
残高 / 損益

8 Sat 土
– 振り返り · NFPの整理
メモ

9 Sun 日
– 来週準備 · CPI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10日 — 5月16日

皐月 第二週 · CPIウィーク

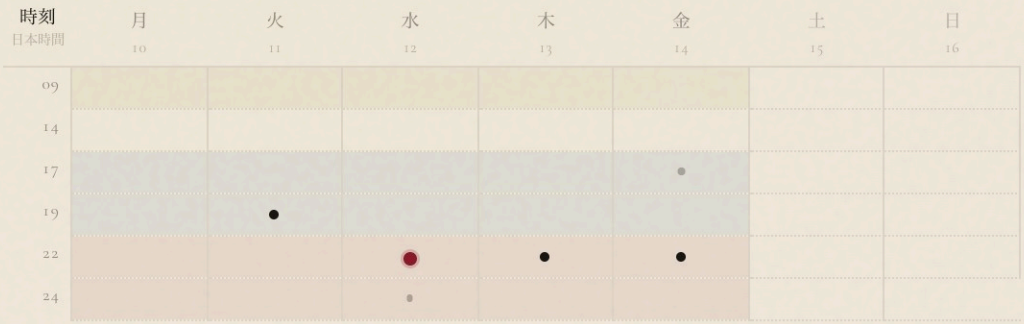
今週のテーマ

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5/12の米CPIが今週最大の山場で、6/8-9 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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



USD / JPY
5/12 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

10 — 16 MAY

10 *Mon* 月
– CPI週入り、序盤は様子見
残高 / 損益

11 *Tue* 火
18:05 独 ZEW景況感（5月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

12 *Wed* 水
21:30 **米 消費者物価指数（4月）**
27:00 米 月次財政収支（4月）
残高 / 損益

13 *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
残高 / 損益

14 *Fri* 金
21:30 米 小売売上高（4月）
15:00 英 月次GDP（3月）
残高 / 損益

15 *Sat* 土
– *振り返り · CPIの整理*
メモ

16 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

21 WEEK · XXI

5月17日 — 5月23日

皐月 第三週 · 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。月5/17の日本GDP（1-3月期）、水5/19の4月FOMC議事録が利下げ観の手掛かり。金5/21は日米欧のPMI速報と日本全国CPIが重なり、日銀6月会合の材料になる。セルインメイのリスクオフ基調が続くなか、地合いを確かめる週。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
月曜の日本GDPと金曜の日本CPI、日銀6月会合への思惑

EUR / USD
金曜ユーロ圏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

17 — 23 MAY

17 *Mon* 月
- 08:50 日 GDP速報（1-3月期）
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（5月）
- 22:15 米 鉱工業生産（4月）

残高 / 損益

18 *Tue* 火
- 15:00 英 雇用統計
- 21:30 加 消費者物価（4月） — *BOC判断材料*
- 21:30 米 住宅着工件数（4月）

残高 / 損益

19 *Wed* 水
- 15:00 英 消費者物価（4月）
- 27:00 FOMC議事録

残高 / 損益

20 *Thu* 木
- 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（5月）

残高 / 損益

21 *Fri* 金
- 08:30 日 全国CPI（4月）
- 17:00 ユーロ圏 PMI速報（5月）
- 22:45 米 PMI速報（5月）

残高 / 損益

22 *Sat* 土
- – *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

23 *Sun* 日
- – *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

22 WEEK · XXII

5月24日 — 5月30日

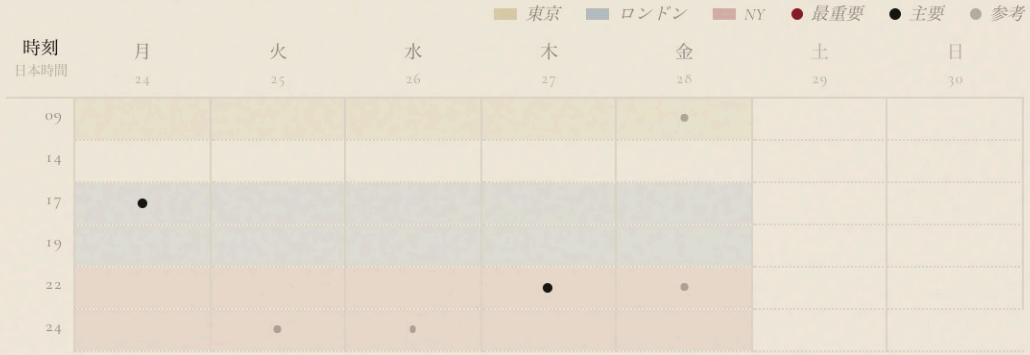
皐月 第四週 · 月末PCEウィーク

今週のテーマ

月末PCEがセルインメイの総括、週明けは米英が3連休

木5/27の米PCE（4月）が今週の中心で、6月FOMC（6/8-9）の織り込みを動かす。木の米GDP改定も補強材料。月末リバランスと利益確定が重なり、戻りに注意。来週月5/31は米メモリアルデー・英スプリングBHで休場のため、金曜は3連休前の手仕舞いも出やすい。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
木曜PCEと月末フロー、ショートカバーで戻り

EUR / USD
月曜の独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5/28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

24 — 30 MAY

24 Mon 月
17:30 独 Ifo企業景況感（5月）
残高 / 損益

25 Tue 火
23:00 米 消費者信頼感（5月・CB）
23:00 米 新築住宅販売（4月）
残高 / 損益

26 Wed 水
27:00 米 ベージュブック
残高 / 損益

27 Thu 木
21:30 米 PCEデフレーター（4月） — *FRB重視の物価*
21:30 米 GDP改定（1-3月期）
21:30 米 耐久財受注（4月）
残高 / 損益

28 Fri 金
08:30 日 東京都区部CPI（5月）
22:45 米 シカゴ購買部協会景気指数（5月）
– 米3連休前、米国勢の手仕舞い
残高 / 損益

29 Sat 土
– *振り返り · 今週の値動きの整理*
メモ

30 Sun 日
– *来週準備 · NFP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

令和九年

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 6/8-9　ECB 6/9-10　日銀 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
30	31	1 米ISM製造業 ユーロ圏CPI速報	2 加中銀 政策金利 米ADP雇用	3 米ISM非製造業 米製造業受注	4 **米雇用統計** 加雇用統計	5 ● 新月
6	7 独鉱工業生産 独製造業受注	8 日GDP改定値 FOMC 一日目	9 **FOMC 決定・会見** 米貿易収支	10 **ECB 決定・会見** **米CPI**	11 ◐ **日銀 決定会合** 米生産者物価	12
13	14	15 英雇用統計 独ZEW景況感	16 米小売売上高 英CPI	17 **英MPC 決定** 米住宅着工	18 NY休場・ジューンティーンス 日全国CPI	19 ○ 満月
20	21 米中古住宅販売	22 豪中銀 政策金利 米PMI速報	23	24 スイス中銀 政策金利 米新築住宅販売	25 米PCEデフレータ 米GDP確定値	26 半期末リバランス
27 ◑ 下弦	28 独イフォ景況感	29 米JOLTS求人 米消費者信頼感	30 FOMC議事録 米ADP雇用	1	2	3

今月の格言

"Bull markets are born on pessimism, grow on skepticism, mature on optimism, and die on euphoria."

「強気相場は悲観の中に生まれ、懐疑の中で育ち、楽観の中で成熟し、陶酔の中で消えていく。」

— Sir John Templeton

年の折り返しの六月は、上半期の流れを総括する月。半期末のリバランスで相場が屈曲しやすい。周りが楽観一色のときほど、転換の兆しを疑ってかかりたい。

六月に起きたこと

1998.6.17　日米が協調して円買い介入。前日に百四十六円台をつけていたドル円はこの日百三十六円台まで急落し、二日で十円近い円高となった。

2014.6.5　ECBが主要中銀で初めてマイナス金利を導入。中銀預金金利をマイナス〇・一%とし、ユーロ安の流れを強めた。

2015.6.10　黒田日銀総裁が国会で、さらなる円安は考えにくいとの趣旨の発言。ドル円は約二円急落し、五日につけた百二十五円台の高値はその後約七年間超えられなかった。

今月の戦略メモ

▸ **中銀ウィークの集中**
FOMC・ECB・日銀が六月九〜十一日に連続。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

5月31日 — 6月6日

皐月末・水無月初 第一週 · NFPウィーク

今週のテーマ

米英休場明けの米雇用統計、来週は日米欧の中銀が集中

月5/31は米メモリアルデー・英スプリングBHで主要市場が休場、東京のみで極薄。金6/4の米雇用統計が今週最大の山場で、来週のFOMC（6/8-9）・ECB（6/10）・日銀（6/11）の織り込みを左右する。火のISM、水の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



USD / JPY
金曜NFPで米金利、来週の日米中銀前の方向感

EUR / USD
火曜ユーロ圏CPI速報、来週ECB前の下準備

USD / CAD
水曜BOCと金曜の米加同時雇用統計

今週のクセ · NFPの前触れの織り込み

火のISM、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

31 MAY — 6 JUN

31 *Mon* 月

NY&LDN休場 · 戦没将兵追悼記念日／バンクホリデー

21:00 独 消費者物価速報（5月）
– 主要市場休場、東京のみ・極低流動性

残高 / 損益

1 *Tue* 火

18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（5月）
23:00 米 ISM製造業景況指数（5月）
23:00 米 JOLTS求人件数（4月）

残高 / 損益

2 *Wed* 水

21:15 米 ADP雇用統計（5月）
22:45 加 BOC政策金利

残高 / 損益

3 *Thu* 木

21:30 米 新規失業保険申請件数
23:00 米 ISM非製造業景況指数（5月）
23:00 米 製造業受注（4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（5月）**
21:30 加 雇用統計（5月）

残高 / 損益

5 *Sat* 土

– *振り返り · NFPの整理*

メモ

6 *Sun* 日

– *来週準備 · 中銀ラッシュとCPI週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

24 WEEK · XXIV

6月7日 — 6月13日

水無月 第二週 · 中銀トリプルウィーク

今週のテーマ

FOMC（ドット公表回）・ECB・日銀が集中、木曜は米CPIも重なる

水6/9 FOMC（ドットプロット公表回、結果は日本時間木3:00）、木6/10 ECB（新見通し）と米CPI、金6/11 日銀（植田会見）が連続。FOMCのSEPで年内利下げ回数の見通しが焦点。木曜はECB（21:15）の直後に米CPI（21:30）が出てボラが二重。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

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
FOMCドットと日銀会見の綱引き、週内で転換も

EUR / USD
木曜ECBの直後に米CPI、ユーロとドルの綱引き

EUR / JPY
クロス円、ECB×日銀の綱引き

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、その後議長会見の文脈で30分後に逆流する二段構えになりやすい。ECB・日銀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

7 — 13 JUN

7 *Mon* 月

15:00	独 鉱工業生産（4月）
15:00	独 製造業受注（4月）
18:00	ユーロ圏 小売売上高（4月）
–	FOMC待ち、週初は様子見

残高 / 損益

8 *Tue* 火

–	**FOMC 1日目**
08:50	日 GDP改定（1-3月期）

残高 / 損益

9 *Wed* 水

27:00	**FOMC 政策金利・声明 — *SEP・ドットプロット公表回***
27:30	**FRB議長 記者会見**
21:30	米 貿易収支（4月）
–	CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

10 *Thu* 木

–	**日銀 金融政策決定会合 1日目**
21:15	**ECB 政策金利 — *総裁会見21:45・新見通し***
21:30	**米 消費者物価指数（5月）**

残高 / 損益

11 *Fri* 金

12:00	**日銀 政策決定 — *総裁会見15:30***
21:30	米 生産者物価（5月）
23:00	米 ミシガン大消費者信頼感速報（6月）

残高 / 損益

12 *Sat* 土

–	*振り返り · 中銀ラッシュとCPIの整理*

メモ

13 *Sun* 日

–	*来週準備 · 英MPC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14日 — 6月20日

水無月 第三週 · BOEウィーク

今週のテーマ

中銀通過後の英国週、BOEと英CPIでポンドが主役

先週の日米欧中銀を通過し、今週は英国が主役。火の英雇用統計、水の英CPI、木6/17のBOEと材料が続く。米は水の小売が中心で、金6/18はジューンティーンスでNY休場、週末の流動性が薄い。ドル主導の動きは一服しやすく、ポンド絡みで方向を取る。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
中銀通過後の持ち高整理、金曜の日本CPI

GBP / USD
火の英雇用・水の英CPI・木BOE、ポンド単独材料

GBP / JPY
BOEの票割れでクロス円が振れる

今週のクセ · 米祝日前の低流動性

金6/18はNY休場（ジューンティーンス）。米国勢は木曜午後から連休モードに入り、流動性が一段と低下する。中銀通過後の持ち高整理と重なり、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。

木曜午後〜 **流動性低下**　*値飛び* **注意**　*推奨* **軽め・様子見**

売買日誌

14 — 20 JUN

14 *Mon* 月
– 主要経済指標は少ない
残高 / 損益

15 *Tue* 火
15:00 英 雇用統計
18:05 独 ZEW景況感（6月）
21:30 加 消費者物価（5月） — *BOC判断材料*
残高 / 損益

16 *Wed* 水
15:00 英 消費者物価（5月）
21:30 米 小売売上高（5月）
22:15 米 鉱工業生産（5月）
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（5月）
残高 / 損益

18 *Fri* 金
NY休場 · ジューンティーンス
08:30 日 全国CPI（5月）
15:00 英 小売売上高（5月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

19 *Sat* 土
– *振り返り · 英MPCの整理*
メモ

20 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

26 WEEK · XXVI

6月21日 — 6月27日

水無月 第四週 · 半期末PCEウィーク

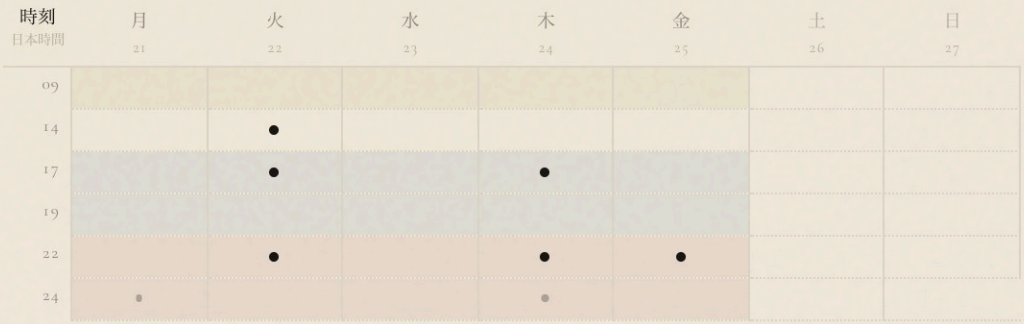
今週のテーマ

中銀通過後の半期末、PCEとPMI速報で6月を締める

中銀ウィーク通過後、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6/22の日米欧PMI速報、金6/25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
金曜の米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

21 — 27 JUN

21 *Mon* 月
23:00　米 中古住宅販売（5月）
残高 / 損益

22 *Tue* 火
13:30　豪 RBA政策金利
17:00　ユーロ圏 PMI速報（6月）
22:45　米 PMI速報（6月）
残高 / 損益

23 *Wed* 水
–　主要経済指標は少ない
残高 / 損益

24 *Thu* 木
16:30　スイス SNB政策金利
21:30　米 新規失業保険申請件数
23:00　米 新築住宅販売（5月）
残高 / 損益

25 *Fri* 金
21:30　米 PCEデフレーター（5月）— *FRB重視の物価*
21:30　米 GDP確定（1-3月期）
21:30　米 耐久財受注（5月）
残高 / 損益

26 *Sat* 土
–　*振り返り · 今週の値動きの整理*
メモ

27 *Sun* 日
–　*来週準備 · NFP週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

07 文月・七月

令和九年

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　ECB 7/22　日銀 7/22　FOMC 7/28

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
27	28	29	30	1 米ISM製造業 日銀短観	2 **米雇用統計** 加雇用統計	3
4 ● 新月	5 NY休場・独立記念日 独製造業受注	6 米ISM非製造業	7 米貿易収支 独鉱工業生産	8	9	10
11 ◐ 上弦	12	13 米財政収支	14 **米CPI** 英GDP	15 米生産者物価 米NY連銀製造業	16 米小売売上高 米ミシガン消費者信頼感	17
18	19 ○ 東京休場・海の日 満月	20 英雇用統計 独ZEW景況感	21 加中銀 政策金利 英CPI	22 **日銀・ECB 決定** 米PMI速報	23 日全国CPI	24 夏枯れ・流動性低下
25	26 独イフォ景況感 米新築住宅販売	27 ◑ FOMC 一日目 米消費者信頼感	28 **FOMC 決定・会見** 米耐久財受注	29 **英MPC 決定** 米PCEデフレータ	30 ユーロ圏CPI速報 ユーロ圏GDP速報	31

今月の格言

"It never was my thinking that made the big money for me. It always was my sitting."

「大金をもたらしたのは、私の考えではない。いつも、じっと座っていることだった。」

— Edwin Lefèvre, Reminiscences of a Stock Operator, 1923

七月後半から夏枯れが始まり、値動きは鈍る。動かない相場で売買を重ねるほど、損切りと手数料がかさむ。流れが出るまで待ち、出たら持ち続けることが利益を生む。

七月に起きたこと

1944.7.22　ブレトンウッズ協定が成立。ドルを金と結び、各国通貨をドルに固定する戦後の通貨体制が生まれた。円は一九四九年に一ドル＝三百六十円。

2005.7.21　中国が人民元を約二%切り上げ。ドルとの固定をやめ、通貨バスケットを参照する管理変動相場制へ移行した。

2024.7.31　日銀が政策金利を〇・二五%へ引き上げ。米利下げ観測と重なって円買いが加速し、翌週の世界的な株価急落の一因となった。

今月の戦略メモ

▸ **雇用統計と米国の連休**

米雇用統計は七月二日。翌週月曜の五日は独立記念日の振替でNY休場。薄い市場で週をまたぐため、発表後の持ち越しは軽く。

▸ **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28日 — 7月4日

水無月末・文月初 第一週 · 四半期末NFPウィーク

今週のテーマ

四半期末を越えて7月入り、3連休前の米雇用統計

水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。木7/1から7月相場入りで米ISM・日銀短観が手掛かり。金7/2は米雇用統計だが、翌週月7/5は独立記念日の振替でNY休場。米国勢は3連休を前に早仕舞いしやすく、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
四半期末フローと金曜NFP、3連休前で薄い

EUR / USD
水曜ユーロ圏CPI速報、金曜NFPのドル金利

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

月7/5はNY休場（独立記念日の振替）。米国勢は金7/2の雇用統計の後から連休モードに入り、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

28 JUN — 4 JUL

28 *Mon* 月
17:30 独 Ifo企業景況感（6月）
– NFP週入り、序盤は様子見
残高 / 損益

29 *Tue* 火
23:00 米 JOLTS求人件数（5月）
23:00 米 消費者信頼感（6月・CB）
残高 / 損益

30 *Wed* 水
18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（6月）
21:15 米 ADP雇用統計（6月）
27:00 FOMC議事録
– 半期末ロンドンFIX・ドレッシングに注意
残高 / 損益

1 *Thu* 木
08:50 日銀短観（6月調査）
21:30 米 新規失業保険申請件数
23:00 米 ISM製造業景況指数（6月）
– NFP前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

2 *Fri* 金
21:30 **米 雇用統計（6月）**
21:30 加 雇用統計（6月）
23:00 米 製造業受注（5月）
– 米3連休前、米国勢の手仕舞い
残高 / 損益

3 *Sat* 土
– *振り返り · NFPの整理*
メモ

4 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

28 WEEK · XXVIII

7月5日 — 7月11日

文月 第二週 · 指標の谷間

今週のテーマ

独立記念日明けの谷間、夏枯れ前の地合いとCPI前の下準備

月7/5は独立記念日の振替でNY休場、週明けは薄い。今週は大型の中銀・雇用統計がなく、火のISM非製造業が主な材料。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。来週火7/13の米CPI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

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
NY休場明けの地合い、来週CPI前の様子見

EUR / USD
ドル材料薄、欧州指標でレンジ内の方向探り

USD / CAD
原油と北米需給、薄商いの値動き

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。先週のNFPや来週のCPI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、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**　出た方向**伸びやすい**　推奨**押し戻り拾い**

売買日誌

5 — 11 JUL

5 Mon 月
NY休場 · 独立記念日
15:00 独 製造業受注（5月）
17:00 ユーロ圏 サービス業PMI改定（6月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

6 Tue 火
23:00 **米 ISM非製造業景況指数（6月）**
18:00 ユーロ圏 小売売上高（5月）
残高 / 損益

7 Wed 水
21:30 **米 貿易収支（5月）**
15:00 独 鉱工業生産（5月）
残高 / 損益

8 Thu 木
21:30 **米 新規失業保険申請件数**
残高 / 損益

9 Fri 金
– 主要経済指標は少ない
残高 / 損益

10 Sat 土
– 振り返り · 今週の値動きの整理
メモ

11 Sun 日
– 来週準備 · CPI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12日 — 7月18日

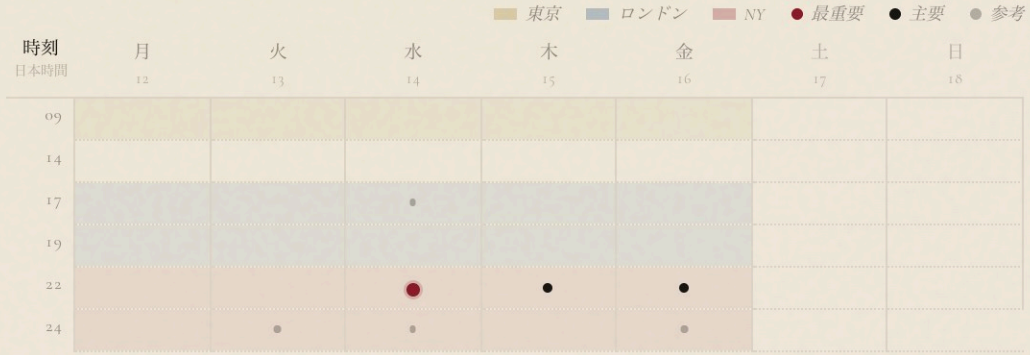
文月 第三週 · CPIウィーク

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7/14の米CPIが今週最大の山場で、7/27-28 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PPI、金の小売も補強材料。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
7/14 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
水曜の英GDP、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

12 — 18 JUL

12 *Mon* 月
– CPI週入り、序盤は様子見
残高 / 損益

13 *Tue* 火
27:00 米 月次財政収支（6月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

14 *Wed* 水
21:30 **米 消費者物価指数（6月）**
15:00 英 月次GDP（5月）
27:00 米 ベージュブック
残高 / 損益

15 *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 NY連銀製造業景気指数（7月）
残高 / 損益

16 *Fri* 金
21:30 米 小売売上高（6月）
22:15 米 鉱工業生産（6月）
23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（7月）
残高 / 損益

17 *Sat* 土
– *振り返り · CPIの整理*
メモ

18 *Sun* 日
– *来週準備 · 日銀・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19日 — 7月25日

文月 第四週 · 日銀・ECB＆夏枯れ入り

今週のテーマ

海の日明けに日銀（展望回）とECB、夏枯れ入りで低流動性へ

月7/19は海の日で東京休場、週入りは薄い。木7/22は日銀（展望レポート回・植田会見）とECB理事会が同日で、PMI速報も重なる。7/22から夏枯れに入り板が薄くなるなか、日欧の結果が続けて出る。来週はFOMC（7/27-28）を控え様子見も強い。結果方向に順張り、薄ロットで臨む。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
木曜日銀（展望）、海の日明けの低流動性

EUR / USD
木曜ECB・総裁会見、PMI速報と同日

EUR / JPY
クロス円、日銀×ECBが同日で値が飛ぶ

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

19 — 25 JUL

19 *Mon* 月
東京休場 · 海の日
18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（6月）
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

20 *Tue* 火
15:00 英 雇用統計
18:05 独 ZEW景況感（7月）
21:30 加 消費者物価（6月） — *BOC判断材料*
残高 / 損益

21 *Wed* 水
– **日銀 金融政策決定会合 1日目**
15:00 英 消費者物価（6月）
22:45 加 BOC政策金利
残高 / 損益

22 *Thu* 木
12:00 **日銀 政策決定** — *展望レポート・総裁会見15:30*
21:15 **ECB 政策金利** — *総裁会見21:45*
22:45 米 PMI速報（7月）
残高 / 損益

23 *Fri* 金
08:30 日 全国CPI（6月）
15:00 英 小売売上高（6月）
残高 / 損益

24 *Sat* 土
– *振り返り · 日銀・ECBの整理*
メモ

25 *Sun* 日
– *来週準備 · FOMC・英MPC週へ*
メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

31 WEEK · XXXI

7月26日 — 8月1日

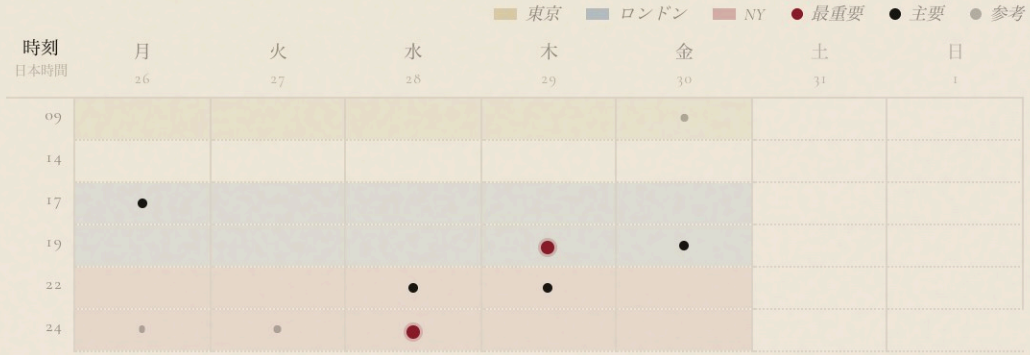
文月末・葉月初 第五週 · FOMCウィーク

今週のテーマ

夏枯れ下にFOMCとBOE、木曜は米PCEも

水7/28 FOMC（SEPなし回、結果は日本時間木3:00）、木7/29 BOE（金融政策報告）が連続。先週の日銀・ECBに続く中銀ラッシュの後半戦。夏枯れで板が薄いぶん結果方向に行き過ぎやすい。木7/29は米PCE（6月）もBOEと重なり、金7/30は月末フロー。初動で深追いせず、行き過ぎの戻りを取る。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
FOMCと先週の日銀の織り込み、夏枯れで行き過ぎ

EUR / USD
FOMC後のドル金利、木曜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、先週の日銀・ECBに続いてFOMC・BOEが続く。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

26 JUL — 1 AUG

26 *Mon* 月

17:30	独 Ifo企業景況感（7月）	
23:00	米 新築住宅販売（6月）	
–	FOMC待ち、週初は様子見	

残高 / 損益

27 *Tue* 火

–	**FOMC 1日目**	
23:00	米 消費者信頼感（7月・CB）	

残高 / 損益

28 *Wed* 水

27:00	**FOMC 政策金利・声明** — *SEPなし回*	
27:30	**FRB議長 記者会見**	
21:30	米 耐久財受注（6月）	

残高 / 損益

29 *Thu* 木

20:00	**英 MPC 政策金利** — *金融政策報告*	
21:30	米 PCEデフレーター（6月）	*— FRB重視の物価*
21:30	米 GDP速報（4-6月期）	

残高 / 損益

30 *Fri* 金

18:00	ユーロ圏 消費者物価速報（7月）	
18:00	ユーロ圏 GDP速報（4-6月期）	
08:30	日 東京都区部CPI（7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・英MPCの整理*

メモ

1 *Sun* 日

– *来週準備 · NFP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

令和九年

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 8/6　米CPI 8/11

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
1 夏枯れアノマリー	2 ● 米ISM製造業 新月	3 米JOLTS求人 米製造業受注	4 米ISM非製造業 米ADP雇用	5 米貿易収支 独製造業受注	6 **米雇用統計** 加雇用統計	7
8	9 ◐ 上弦 独鉱工業生産	10 豪中銀 政策金利 米生産者物価	11 東京休場・山の日 **米CPI** 米財政収支	12	13 米ミシガン消費者信頼感 英GDP	14
15	16 米小売売上高 日GDP速報	17 ○ 英雇用統計 独ZEW景況感	18 FOMC議事録 英CPI	19 米フィラデルフィア連銀	20 日全国CPI	21
22	23 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	24 米新築住宅販売	25 ◑ 米PCEデフレータ 米GDP改定値	26 米中古住宅販売仮契約	27 **ジャクソンホール** 日東京都区部CPI	28
29	30 LDN休場・サマーバンクホリデー	31 ユーロ圏CPI速報 米JOLTS求人	1	2	3	4

今月の格言

"If you don't bet, you can't win. If you lose all your chips, you can't bet."

「賭けなければ勝てない。だが、チップを失えば賭けることもできない。」

— Larry Hite, Market Wizards, 1989

八月は夏季休暇で参加者が減り、小さな注文で値が飛ぶ。大きく勝つより、資金を守って九月の本番に備える月。ロットを落とし、退場だけは避けたい。

八月に起きたこと

1971.8.15　ニクソン・ショック。米国が金とドルの交換を停止し、固定相場制が崩れ始めた。同年十二月、円は一ドル＝三百八円へ切り上げられた。

1998.8.17　ロシア危機。ロシアがルーブルの切り下げと対外債務の支払い停止を発表し、翌月のヘッジファンドLTCMの経営危機へとつながった。

2024.8.5　日経平均が四千四百五十一円安と過去最大の下げ幅を記録。円キャリー取引の巻き戻しで、ドル円は一時百四十一円台まで急落した。

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2日 — 8月8日

葉月 第一週 · 夏枯れNFPウィーク

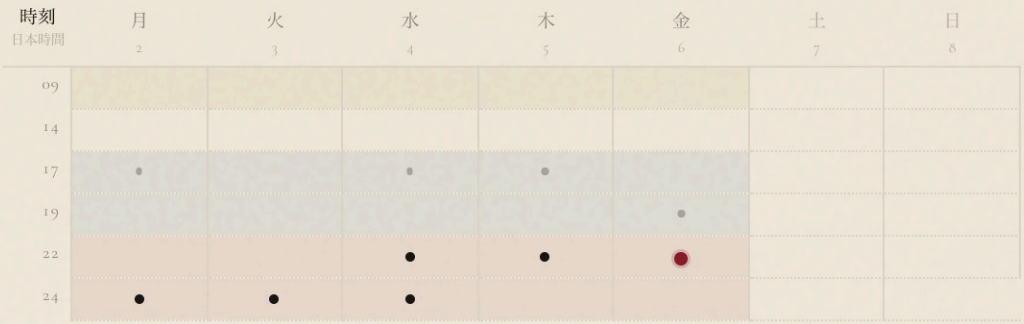
今週のテーマ

夏枯れ下の米雇用統計、低流動性で初動が増幅される

金8/6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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



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

2 — 8 AUG

2 *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）
- – NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

3 *Tue* 火
- 23:00 米 JOLTS求人件数（6月）
- 23:00 米 製造業受注（6月）

残高 / 損益

4 *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）

残高 / 損益

5 *Thu* 木
- 21:30 米 貿易収支（6月）
- 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

6 *Fri* 金
- 21:30 **米 雇用統計（7月）**
- 21:30 加 雇用統計（7月）
- 18:00 ユーロ圏 小売売上高（6月）

残高 / 損益

7 *Sat* 土
- – *振り返り · NFPの整理*

メモ

8 *Sun* 日
- – *来週準備 · 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9日 — 8月15日

葉月 第二週 · CPIウィーク

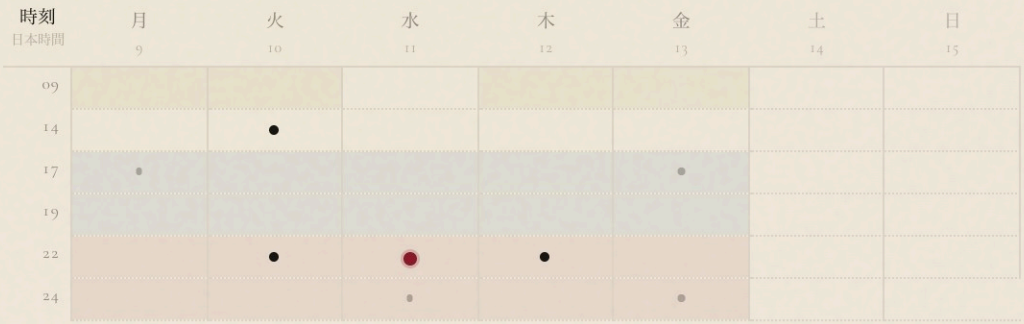
今週のテーマ

お盆・夏枯れ終盤の米CPI、夏明けで反転含み

水8/11の米CPIが今週最大の山場で、9/14-15 FOMCの織り込みを動かす。同日は山の日で東京休場。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。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
8/11 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
金曜の英GDP、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

9 — 15 AUG

9 *Mon* 月
- 15:00 独 鉱工業生産（6月）
- – CPI週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

10 *Tue* 火
- 13:30 豪 RBA政策金利
- 21:30 米 生産者物価（7月）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

11 *Wed* 水
- 東京休場 · 山の日
- 21:30 **米 消費者物価指数（7月）**
- 27:00 米 月次財政収支（7月）
- – 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

12 *Thu* 木
- 21:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

13 *Fri* 金
- 15:00 英 月次GDP（6月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（8月）

残高 / 損益

14 *Sat* 土
- – *振り返り · CPIの整理*

メモ

15 *Sun* 日
- – *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

34 WEEK · XXXIV

8月16日 — 8月22日

葉月 第三週 · 議事録ウィーク

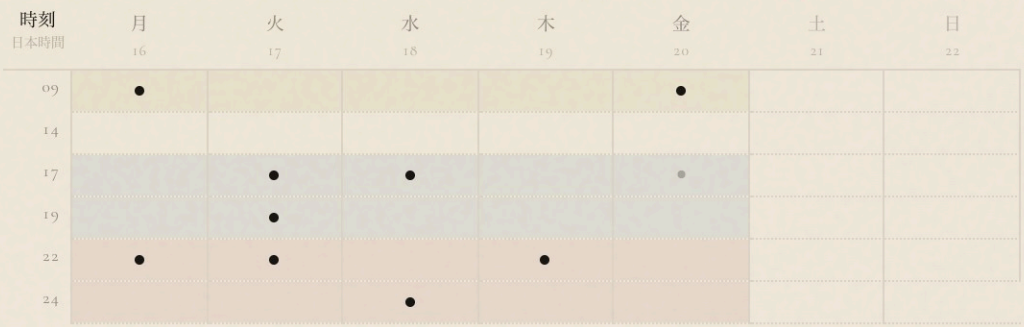
今週のテーマ

夏枯れ明け、7月FOMC議事録でジャクソンホール前の下準備

お盆明けで夏枯れが一巡し、新規資金が戻り始める週。水8/18の7月FOMC議事録が年後半の利下げ観の手掛かり。月の日本GDP（4-6月期）と米小売、水の英CPIと材料が続く。来週のジャクソンホール（8/26〜28予定）を前に、議事録の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



USD / JPY
月曜の日本GDPと議事録、夏明けの地合い

EUR / USD
議事録後のドル金利、夏明けの新規フロー

GBP / USD
火の英雇用・水の英CPI、ポンド単独材料

今週のクセ · 夏枯れ明けの新規資金

8/16前後で夏枯れが一巡し、新規資金が戻り始める。夏場に積み上がった方向が再評価され、レンジを抜けた方向に動き出しやすい。ただ本格的な方向決めは来週のジャクソンホール。今週は小さく回し、講演に備える。

夏枯れ明け **新規資金**　本格始動 **講演後**　推奨 **小さく回す**

売買日誌

16 — 22 AUG

16 Mon 月
- 08:50 日 GDP速報（4-6月期）
- 21:30 米 小売売上高（7月）
- 21:30 米 NY連銀製造業景気指数（8月）

残高 / 損益

17 Tue 火
- 15:00 英 雇用統計
- 18:05 独 ZEW景況感（8月）
- 21:30 加 消費者物価（7月） — BOC判断材料

残高 / 損益

18 Wed 水
- 15:00 英 消費者物価（7月）
- 27:00 FOMC議事録

残高 / 損益

19 Thu 木
- 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（8月）

残高 / 損益

20 Fri 金
- 08:30 日 全国CPI（7月）
- 15:00 英 小売売上高（7月）

残高 / 損益

21 Sat 土
- – 振り返り · 今週の値動きの整理

メモ

22 Sun 日
- – 来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

35 WEEK · XXXV

8月23日 — 8月29日

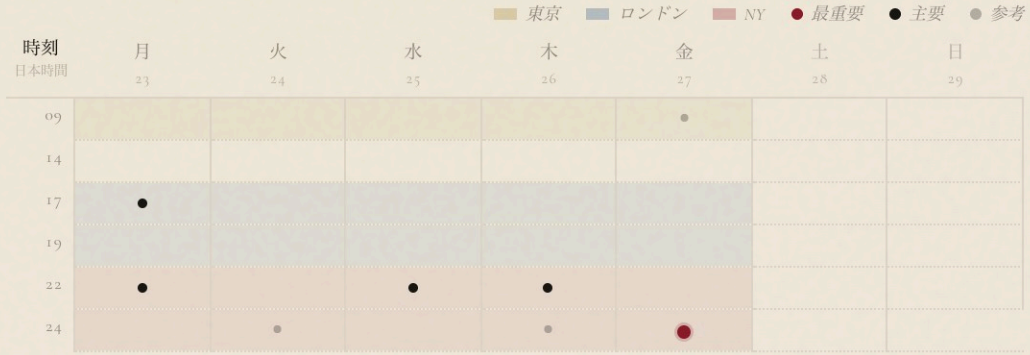
葉月 第四週 · ジャクソンホールウィーク

今週のテーマ

ジャクソンホールのFRB議長講演と米PCE、夏明けの号砲

金8/27前後に予定されるFRB議長のジャクソンホール講演が、年後半の金融政策スタンスを示す節目。水8/25には米PCE（7月）とGDP改定も出る。夏枯れ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。来週月8/30はロンドン休場。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



USD / JPY
議長講演とPCEで年後半の利下げ観、ドル金利連動

EUR / USD
月曜PMI速報、講演後の夏明けフロー

USD / CAD
水曜の米GDP改定、原油と月末需給

今週のクセ · ジャクソンホールの号砲

金8/27前後のFRB議長講演は、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、講演直後に夏枯れ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

23 — 29 AUG

23 *Mon* 月
- 17:00 ユーロ圏 PMI速報（8月）
- 17:30 独 Ifo企業景況感（8月）
- 22:45 米 PMI速報（8月）

残高 / 損益

24 *Tue* 火
- 23:00 米 新築住宅販売（7月）

残高 / 損益

25 *Wed* 水
- 21:30 米 PCEデフレーター（7月） — *FRB重視の物価*
- 21:30 米 GDP改定（4-6月期）
- 21:30 米 耐久財受注（7月）

残高 / 損益

26 *Thu* 木
- 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

27 *Fri* 金
- 23:00 **FRB議長 講演（ジャクソンホール）**
- 08:30 日 東京都区部CPI（8月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感確報（8月）

残高 / 損益

28 *Sat* 土
- — *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

29 *Sun* 日
- — *来週準備 · NFP週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

09 長月・九月

令和九年

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　ECB 9/9　FOMC 9/15　日銀 9/22

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
29	30	31	1 ● 米ISM製造業 米ADP雇用	2 米製造業受注	3 **米雇用統計** 米ISM非製造業	4 米新年度フロー
5	6 NY休場・レイバーデー 独製造業受注	7 独鉱工業生産	8 ◐ 加中銀 政策金利 日GDP改定値	9 **ECB 決定・会見**	10 米生産者物価 米ミシガン消費者信頼感	11
12	13 米財政収支	14 **米CPI** 英雇用統計	15 **FOMC 決定・会見** 英CPI	16 ○ **英MPC 決定** 米小売売上高	17	18
19	20 東京休場・敬老の日	21 加CPI 日銀 一日目	22 **日銀 決定会合** 米PMI速報	23 ◑ 東京休場・秋分の日 スイス中銀 政策金利 下弦	24 日全国CPI 日東京都区部CPI	25
26	27 米耐久財受注 独イフォ景況感	28 豪中銀 政策金利 米消費者信頼感	29	30 ● 米PCEデフレータ 米GDP確定値	1	2

今月の格言

"You only find out who is swimming naked when the tide goes out."

「潮が引いたとき、初めて誰が裸で泳いでいたかがわかる。」

— Warren Buffett, 2001

九月は夏休み明けで海外勢が戻り、日本勢の中間期末も重なる。歴史的にも危機や協調介入が集中してきた。流れが変わったとき、無理な建玉や過大なレバレッジは隠せない。平時から余力を残しておきたい。

九月に起きたこと

2001.9.11　米同時多発テロ。NY株式市場は四営業日にわたり休場し、ドルが急落。日本は円高を抑えるため円売り介入を行った。

2011.9.6　スイス国立銀行がユーロ／スイスフランに一・二〇の下限を設定。フラン高の歯止めとして、発表直後にフランは約八%急落した。

2022.9.22　政府・日銀が約二十四年ぶりの円買い介入。ドル円は百四十五円台から百四十円台へ急落した。

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**

九月九日のECBから二十二日の日銀まで、FOMC・英MPCを挟んで会合が続く。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30日 — 9月5日

葉月末・長月初 第一週 · 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9/3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8/30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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻（日本時間）	月 30	火 31	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
09							
14							
17							
19		●					
22		●	●	●	●		
24		●	●	●	●		

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、夏枯れ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

30 AUG — 5 SEP

30 *Mon* 月
- ロンドン休場 · サマーバンクホリデー
- – 欧州勢不在、欧州時間は閑散

残高 / 損益

31 *Tue* 火
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（8月）
- 21:00 独 消費者物価速報（8月）
- 23:00 米 JOLTS求人件数（7月）
- – 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

1 *Wed* 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（8月）
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（8月）
- 27:00 米 ベージュブック

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（7月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

3 *Fri* 金
- 21:30 **米 雇用統計（8月）**
- 21:30 加 雇用統計（8月）
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（8月）
- – 米3連休前、米国勢の手仕舞い

残高 / 損益

4 *Sat* 土
- – *振り返り · NFPの整理*

メモ

5 *Sun* 日
- – *来週準備 · ECB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6日 — 9月12日

長月 第二週 · ECBウィーク

今週のテーマ

レイバーデー明けにECB、来週のCPI・FOMC前の下準備

月9/6はレイバーデーでNY休場、週明けは薄い。木9/9のECB理事会（新見通し・総裁会見）が今週の中心。来週は火9/14の米CPI、水9/15のFOMC（ドット公表回）と大型が続くため、ECBで作ったユーロ方向は来週の米材料で上書きされやすい。木の結果を週明けまで引っ張らない。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
レイバーデー明け、来週CPI・FOMC前で動意薄

EUR / USD
木曜ECB新見通し、来週の米材料で上書き注意

EUR / JPY
クロス円、ECB×新年度フローの綱引き

今週のクセ · 翌週の米材料による上書き

ECBで出たユーロ方向は、来週の米CPI・FOMC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）。木の結果を週末まで引っ張らず、米材料の後にあらためて方向を取り直すのが安全。

ECB→米材料 **上書き**　*木の方向* **持ち越し注意**　*推奨* **米材料後に取り直し**

売買日誌

6 — 12 SEP

6 Mon 月
NY休場 · レイバーデー
15:00 独 製造業受注（7月）
18:00 ユーロ圏 小売売上高（7月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

7 Tue 火
15:00 独 鉱工業生産（7月）
残高 / 損益

8 Wed 水
08:50 日 GDP改定（4-6月期）
21:30 米 貿易収支（7月）
22:45 加 BOC政策金利
残高 / 損益

9 Thu 木
21:15 **ECB 政策金利 — *総裁会見21:45・新見通し***
21:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

10 Fri 金
21:30 米 生産者物価（8月）
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）
残高 / 損益

11 Sat 土
– *振り返り · ECBの整理*
メモ

12 Sun 日
– *来週準備 · CPI・FOMC・英MPC週へ*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

38 WEEK · XXXVIII

9月13日 — 9月19日

長月 第三週 · CPI＆FOMCウィーク

今週のテーマ

火の米CPIから水のFOMC（ドット公表回）、木はBOEと連続

火9/14の米CPI、水9/15のFOMC（ドットプロット公表回、結果は日本時間木3:00）、木9/16のBOEが連続。FOMCのSEPで年内利下げ回数が焦点で、CPIがその直前の判断材料になる。来週は日銀（9/22）。米要因で振れた後に円側の材料が続くため、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
火CPI→水FOMCドットのドル発、来週日銀で円発

EUR / USD
FOMCドット中央値、ドル金利の振れに連動

GBP / USD
火の英雇用・水の英CPI・木BOE、ポンド単独材料

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、翌週水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、2週通算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。

今週 **ドル発で振れ**　*来週* **円発で逆回転**　*推奨* **各中銀で完結**

売買日誌

13 — 19 SEP

13 *Mon* 月
- 27:00 米 月次財政収支（8月）
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

14 *Tue* 火
- – **FOMC 1日目**
- 21:30 **米 消費者物価指数（8月）**
- 15:00 英 雇用統計

残高 / 損益

15 *Wed* 水
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明 — *SEP・ドットプロット公表回***
- 27:30 **FRB議長 記者会見**
- 15:00 英 消費者物価（8月）

残高 / 損益

16 *Thu* 木
- 20:00 **英 MPC 政策金利**
- 21:30 米 小売売上高（8月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数

残高 / 損益

17 *Fri* 金
- 15:00 英 小売売上高（8月）
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価改定（8月）

残高 / 損益

18 *Sat* 土
- – *振り返り · CPI・FOMC・英MPCの整理*

メモ

19 *Sun* 日
- – *来週準備 · 日銀週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

39 WEEK · XXXIX

9月20日 — 9月26日

長月 第四週 · 飛び石連休の日銀ウィーク

今週のテーマ

敬老の日と秋分の日の飛び石連休、間に日銀会合

月9/20は敬老の日、木9/23は秋分の日で東京休場。その間の水9/22に日銀会合（植田会見）があり、国内勢が出たり入ったりする中で結果が出る。水のPMI速報、金の日本CPIも手掛かり。休場日は海外主導で動き、東京再開で修正されやすい。日銀の方向を確かめてから乗る。

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
水曜日銀、休場の谷間で国内勢が薄い

EUR / USD
水曜PMI速報、ドル金利を観察

AUD / JPY
クロス円、休場日の海外リスク選好を映す

今週のクセ · 飛び石連休の往って来い

敬老の日（9/20）と秋分の日（9/23）で東京が飛び石の休場。休場日に海外主導で動いた方向が、東京再開とともに国内勢の参加で修正（往って来い）しやすい。休場日のブレイクは深追いせず、行き過ぎは翌営業日の戻りを取りに行くのが分が良い。

休場日 **海外主導**　*再開で* **修正**　*推奨* **深追い回避**

売買日誌

20 — 26 SEP

20 *Mon* 月
東京休場 · 敬老の日
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

21 *Tue* 火
– **日銀 金融政策決定会合 1日目**
21:30 加 消費者物価（8月） — *BOC判断材料*
21:30 米 住宅着工件数（8月）
残高 / 損益

22 *Wed* 水
12:00 **日銀 政策決定 — *総裁会見15:30***
17:00 ユーロ圏 PMI速報（9月）
22:45 米 PMI速報（9月）
残高 / 損益

23 *Thu* 木
東京休場 · 秋分の日
16:30 スイス SNB政策金利
21:30 米 新規失業保険申請件数
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

24 *Fri* 金
08:30 日 全国CPI（8月）
08:30 日 東京都区部CPI（9月）
23:00 米 新築住宅販売（8月）
残高 / 損益

25 *Sat* 土
– *振り返り · 日銀の整理*
メモ

26 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

40 WEEK · XL

9月27日 — 10月3日

長月末・神無月初 第五週 · 四半期末PCEウィーク

今週のテーマ

四半期末（9/30）と米PCE、10月相場入り

木9/30は第3四半期・米年度末で、月末・四半期末のリバランスフローに米PCE（8月）が重なる。金10/1はISM製造業と日銀短観で10月相場入り。来週金10/8の米雇用統計を前に、PCE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

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 1	土 2	日 3
09					●		
14		●					
17	●						
19					●		
22	●			●			
24		●			●		

USD / JPY
四半期末フローと木曜PCE・金曜短観

EUR / USD
PCE後のドル金利、四半期末の需給

USD / CAD
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×PCEの綱引き

四半期末（9/30）の機関リバランスと米PCEが同じ日に重なる。PCE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×PCE **増幅/吸収**　*方向* **不定**　*推奨* **FIX通過待ち**

売買日誌

27 SEP — 3 OCT

27 *Mon* 月
- 17:30 独 Ifo企業景況感（9月）
- 21:30 米 耐久財受注（8月）

残高 / 損益

28 *Tue* 火
- 13:30 豪 RBA政策金利
- 23:00 米 消費者信頼感（9月・CB）

残高 / 損益

29 *Wed* 水
- – 主要経済指標は少ない

残高 / 損益

30 *Thu* 木
- 21:00 独 消費者物価速報（9月）
- 21:30 米 PCEデフレーター（8月） — *FRB重視の物価*
- 21:30 米 GDP確定（4-6月期）
- – 四半期末ロンドンFIXに注意

残高 / 損益

1 *Fri* 金
- 08:50 日銀短観（9月調査）
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（9月）
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（9月）

残高 / 損益

2 *Sat* 土
- – *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

3 *Sun* 日
- – *来週準備 · NFP週へ*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

10

神無月・十月

令和九年

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 10/27　ECB 10/28　日銀 10/29

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
26	27	28	29	30	1 米ISM製造業 ユーロ圏CPI速報	2
3	4 米製造業受注	5 米ISM非製造業 米JOLTS求人	6 FOMC議事録 米ADP雇用	7 ◐ 上弦 独鉱工業生産	8 **米雇用統計** 加雇用統計	9
10	11 東京休場・スポーツの日	12	13 米ベージュブック 米財政収支	14 **米CPI** 英GDP	15 ○ 米小売売上高 米生産者物価	16
17	18 米鉱工業生産	19 英雇用統計 独ZEW景況感	20 英CPI	21 米中古住宅販売 米フィラデルフィア連銀	22 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 ◑ 下弦
24	25 独イフォ景況感	26 FOMC 一日目 米消費者信頼感	27 **FOMC 決定・会見** 加中銀 政策金利	28 **ECB 決定・会見** 米PCEデフレータ	29 ● **日銀 決定会合** ユーロ圏CPI速報	30 月末買いアノマリー
31	1	2	3	4	5	6

今月の格言

もうはまだなり、まだはもうなり

— 相場格言

十月は暴落が集中してきた月。「もう底だ」と思ったところでさらに下げ、「まだ下がる」と身構えたところで反転しやすい。先入観を捨て、月末からの切り返しに備える。

十月に起きたこと

2014.10.31　日銀が追加緩和を決定（黒田バズーカ第二弾）。ハロウィンの不意打ちで、ドル円は一日で約三円上昇した。

2016.10.7　ポンドのフラッシュクラッシュ。アジア時間の早朝、ポンドドルが数分で約六%急落し、三十一年ぶりの安値をつけた。

2022.10.21　ドル円が百五十一円九十銭台まで上昇したあと、政府・日銀が再び円買い介入。一時百四十六円台まで下落した。

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

41 WEEK · XLI

10月4日 — 10月10日

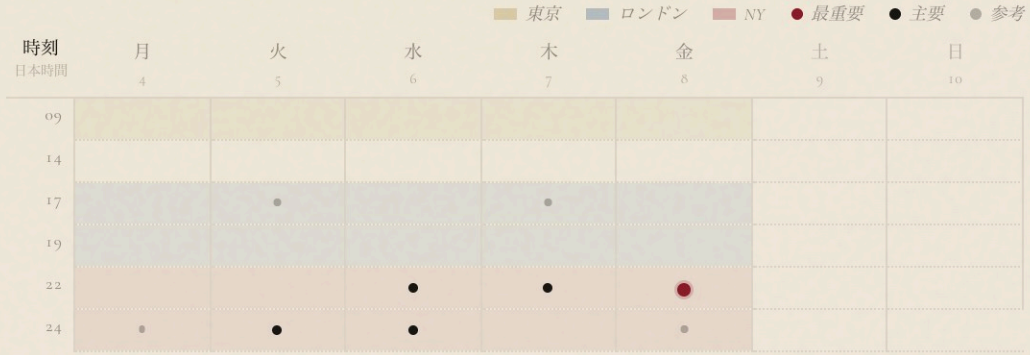
神無月 第一週 · 議事録＆NFPウィーク

今週のテーマ

9月FOMC議事録と米雇用統計、CPI前週の下準備

水10/6の9月FOMC（ドット公表回）議事録が利下げ観の手掛かりで、金10/8の米雇用統計が今週最大の山場。来週水10/13の米CPIを前にした下準備の週で、議事録のトーンとNFPの結果が翌週CPIの解釈基準になる。火のISM非製造業で地合いを確認し、NFPは結果方向に素直に。

曜日別タイムテーブル



USD / JPY
金曜NFPと議事録、来週CPIの解釈軸を作る

EUR / USD
議事録後のドル金利、NFPで方向

GBP / USD
英指標は来週に集中、今週はドル主導

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

4 — 10 OCT

4 Mon 月
- 23:00 米 製造業受注（8月）
- – NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

5 Tue 火
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（9月）
- 23:00 米 JOLTS求人件数（8月）
- 15:00 独 製造業受注（8月）

残高 / 損益

6 Wed 水
- 21:15 米 ADP雇用統計（9月）
- 21:30 米 貿易収支（8月）
- 27:00 FOMC議事録

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（8月）
- – NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

8 Fri 金
- 21:30 **米 雇用統計（9月）**
- 21:30 加 雇用統計（9月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（10月）

残高 / 損益

9 Sat 土
- – *振り返り · NFPの整理*

メモ

10 Sun 日
- – *来週準備 · 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11日 — 10月17日

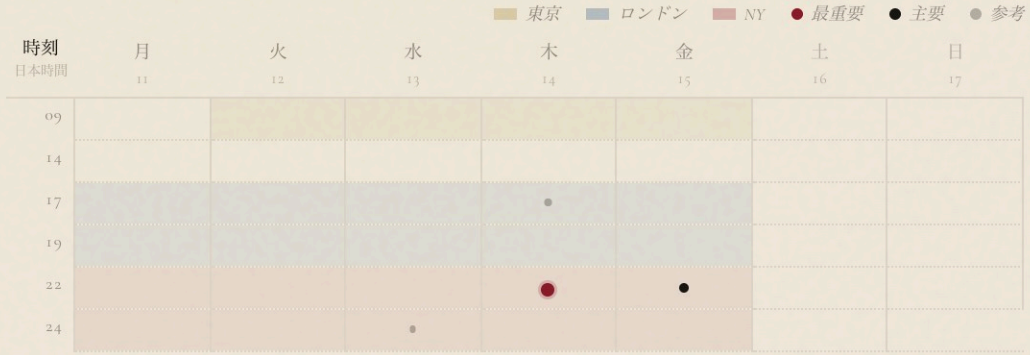
神無月 第二週 · CPIウィーク

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10/11はスポーツの日で東京休場（米債もコロンバスデー休）。木10/14の米CPIが今週最大の山場で、10/26-27 FOMCの織り込みを左右する。金の小売も補強材料。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



USD / JPY
木曜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
木曜の英GDP、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、木の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

11 — 17 OCT

11 Mon 月
東京休場 · スポーツの日
– 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性
残高 / 損益

12 Tue 火
– 主要経済指標は少ない
残高 / 損益

13 Wed 水
27:00 米 ベージュブック
27:00 米 月次財政収支（9月）
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

14 Thu 木
21:30 **米 消費者物価指数（9月）**
21:30 米 新規失業保険申請件数
15:00 英 月次GDP（8月）
残高 / 損益

15 Fri 金
21:30 米 小売売上高（9月）
21:30 米 生産者物価（9月）
21:30 米 NY連銀製造業景気指数（10月）
残高 / 損益

16 Sat 土
– 振り返り · CPIの整理
メモ

17 Sun 日
– 来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認
メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

43 WEEK · XLIII

10月18日 — 10月24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10/26-29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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23	日 24
09					●		
14							
17		●	●		●		
19	·	●					
22	·	●		●	●		
24				·			

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
火の英雇用・水の英CPIでポンド単独材料

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

18 — 24 OCT

18 Mon 月
- 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）

残高 / 損益

19 Tue 火
- 15:00 英 雇用統計
- 18:05 独 ZEW景況感（10月）
- 21:30 加 消費者物価（9月） — BOC判断材料

残高 / 損益

20 Wed 水
- 15:00 英 消費者物価（9月）

残高 / 損益

21 Thu 木
- 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（10月）
- 23:00 米 中古住宅販売（9月）

残高 / 損益

22 Fri 金
- 08:30 日 全国CPI（9月）
- 17:00 ユーロ圏 PMI速報（10月）
- 22:45 米 PMI速報（10月）

残高 / 損益

23 Sat 土
- – 振り返り · 今週の値動きの整理

メモ

24 Sun 日
- – 来週準備 · 中銀ラッシュ週へ

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

44 WEEK · XLIV

10月25日 — 10月31日

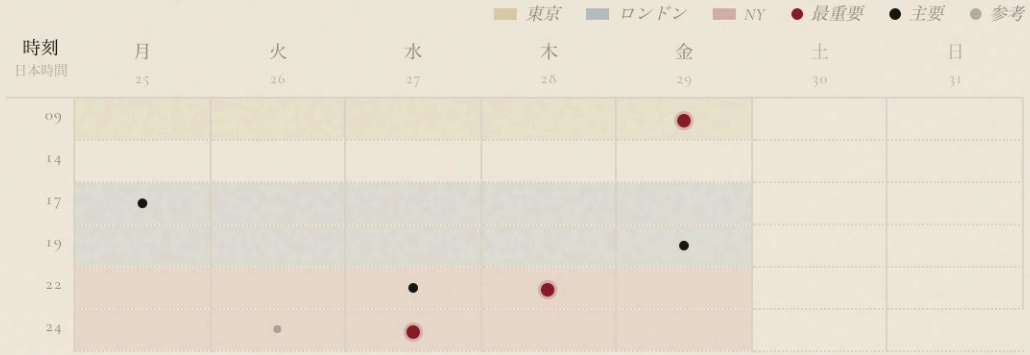
神無月末 第四週 · 中銀ラッシュ週

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・議長会見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PCE、金はユーロ圏CPI速報と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＋金ユーロ圏CPI速報、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。加えて金29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

25 — 31 OCT

25 Mon 月
- 17:30 独 Ifo企業景況感（10月）
- – FOMC待ち、週初は様子見

残高 / 損益

26 Tue 火
- – **FOMC 1日目**
- 23:00 米 消費者信頼感（10月・CB）
- 23:00 米 新築住宅販売（9月）

残高 / 損益

27 Wed 水
- 27:00 **FOMC 政策金利・声明** — *SEPなし回*
- 27:30 **FRB議長 記者会見**
- 22:45 加 BOC政策金利

残高 / 損益

28 Thu 木
- – **日銀 金融政策決定会合 1日目**
- 21:15 **ECB 政策金利** — *総裁会見21:45*
- 21:30 米 PCEデフレーター（9月） — *FRB重視の物価*

残高 / 損益

29 Fri 金
- 12:00 **日銀 政策決定** — *展望レポート・総裁会見15:30*
- 18:00 ユーロ圏 消費者物価速報（10月）
- 18:00 ユーロ圏 GDP速報（7-9月期）
- – 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

30 Sat 土
- – *振り返り · 中銀ラッシュの整理*

メモ

31 Sun 日
- – *来週準備 · 英MPC・NFP週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

II

霜月・十一月

令和九年

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 11/4　米雇用統計 11/5　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
31	1 米ISM製造業	2 豪中銀 政策金利 米JOLTS求人	3 東京休場・文化の日 米ISM非製造業 米ADP雇用	4 **英MPC 決定** 米貿易収支	5 **米雇用統計** 加雇用統計	6 ◐ 上弦
7	8 独鉱工業生産	9	10 **米CPI** 米財政収支	11	12 米生産者物価 英GDP	13
14 ○ 満月	15 日GDP速報 米NY連銀製造業	16 米小売売上高 英雇用統計	17 FOMC議事録 英CPI	18 米フィラデルフィア連銀	19 日全国CPI	20 トレンド転換アノマリー
21 ◑ 下弦	22 米PMI速報 ユーロ圏PMI速報	23 東京休場・勤労感謝の日	24 米PCEデフレータ 米GDP改定値	25 NY休場・感謝祭	26 日東京都区部CPI	27
28 ● 新月	29	30 ユーロ圏CPI速報 米JOLTS求人	1	2	3	4

今月の格言

人の行く裏に道あり花の山

— 相場格言

十一月後半はトレンドが転換しやすい時期。皆が同じ方向に傾いた相場ほど、逆側に妙味が残る。感謝祭前の手仕舞いで群衆の偏りがほどける局面を狙いたい。

十一月に起きたこと

1997.11.24　山一證券が自主廃業を発表。日本の金融システム不安が強まり、円が売られた。

2012.11.14　野田首相が衆院解散を表明。大胆な金融緩和を掲げる自民党の政権復帰が意識され、いわゆるアベノミクス相場の円安が始まった。

2022.11.10　米CPIが予想を下回り、ドル円は一日で約六円急落。百四十六円台から百四十円台へ下げ、円安局面の転機となった。

今月の戦略メモ

感謝祭週の低流動性

十一月二十五日の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

十一月四日の英MPC、翌五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1日 — 11月7日

霜月 第一週 · 雇用統計週

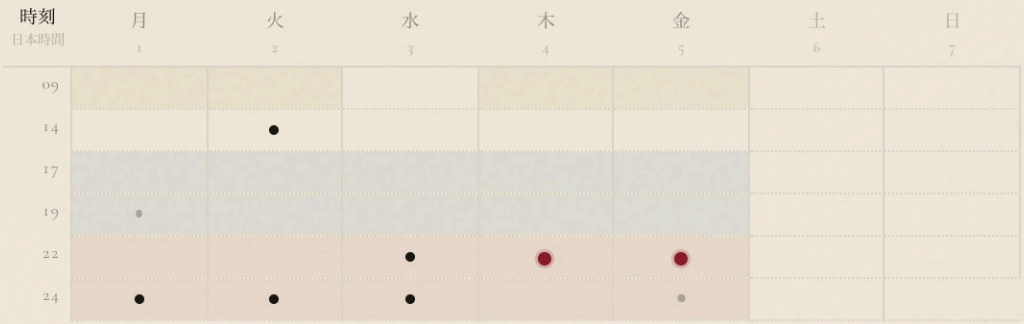
今週のテーマ

週後半にBOEと米雇用統計、霜月の方向を決める2連発

水は文化の日で東京休場。同じ水の米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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



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

1 — 7 NOV

1 Mon 月
- 23:00 米 ISM製造業景況指数（10月）
- 18:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（10月）
- – NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

2 Tue 火
- 12:30 豪 RBA政策金利
- 23:00 米 JOLTS求人件数（9月）

残高 / 損益

3 Wed 水
- 東京休場 · 文化の日
- 21:15 米 ADP雇用統計（10月）
- 23:00 米 ISM非製造業景況指数（10月）
- 23:00 米 製造業受注（9月）
- – 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

4 Thu 木
- 21:00 **英 MPC 政策金利 — *金融政策報告***
- 21:30 米 貿易収支（9月）
- 21:30 米 新規失業保険申請件数
- – 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（10月）**
- 21:30 加 雇用統計（10月）
- 23:00 米 ミシガン大消費者信頼感速報（11月）

残高 / 損益

6 Sat 土
- – *振り返り · 英MPC・NFPの整理*

メモ

7 Sun 日
- – *来週準備 · 米冬時間入り、指標は1時間後ろ倒し*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

46 WEEK · XLVI

11月8日 — 11月14日

霜月 第二週 · CPIウィーク

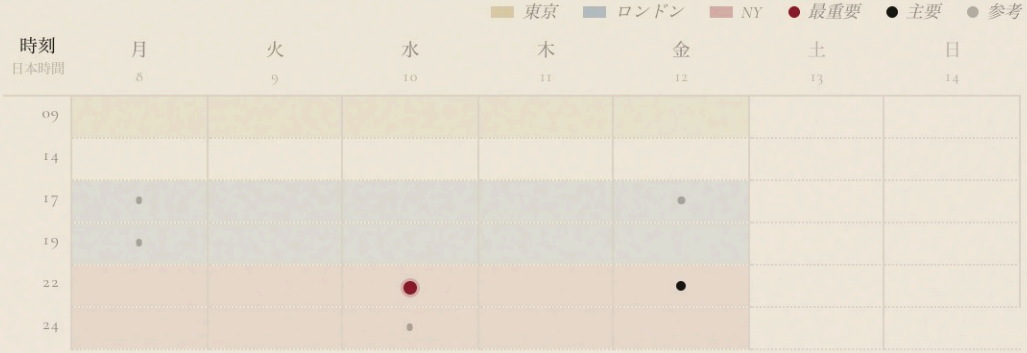
今週のテーマ

霜月の主役は水曜の米CPI、翌木は退役軍人の日の低流動性に注意

今週最大の山場は水11/10の米CPI。今週から米は冬時間で、CPIは22:30。翌木11/11は退役軍人の日で米国債現物市場が休場のため流動性が薄く、CPIで出た金利の方向が増幅されやすい。金の英GDP・ミシガン速報が補強材料。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
水CPIで米金利、翌日の債券休場で振れ幅が拡大

EUR / USD
CPI後の利下げ織り込み修正、ドル金利主導

GBP / USD
金の英GDP、ポンド単独の上下

今週のクセ · 債券休場日は金利の値付けが薄い

米国債現物市場が休場の日（木11/11）は金利の値付けが薄く、前日のCPIで出たドルの方向が過大に伝わりやすい。初動が行き過ぎてから戻すパターンが出やすく、飛び乗ると往復で損切りになりがち。ロットを軽くし、行き過ぎを待って二次反応で入るのが安全。

米債休場 **値付け薄い**　*初動* **行き過ぎ**　*推奨* **軽ロット・二次反応**

売買日誌

8 — 14 NOV

8 *Mon* 月
16:00 独 鉱工業生産（9月）
19:00 ユーロ圏 小売売上高（9月）
– CPI週入り、序盤は様子見
残高 / 損益

9 *Tue* 火
– CPI前日、ポジションを軽く
残高 / 損益

10 *Wed* 水
22:30 **米 消費者物価指数（10月）**
22:30 米 新規失業保険申請件数
28:00 米 月次財政収支（10月）
残高 / 損益

11 *Thu* 木
米債休場 · 退役軍人の日
– 主要経済指標は少ない
残高 / 損益

12 *Fri* 金
22:30 米 生産者物価（10月）
16:00 英 月次GDP（9月）
残高 / 損益

13 *Sat* 土
– *振り返り · CPIの整理*
メモ

14 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

47 WEEK · XLVII

11月15日 — 11月21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、月の日本GDP、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 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21
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、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

15 — 21 NOV

15 *Mon* 月
- 08:50 日 GDP速報（7-9月期）
- 22:30 米 NY連銀製造業景気指数（11月）

残高 / 損益

16 *Tue* 火
- 16:00 英 雇用統計
- 19:05 独 ZEW景況感（11月）
- 22:30 米 小売売上高（10月）

残高 / 損益

17 *Wed* 水
- 16:00 英 消費者物価（10月）
- 28:00 FOMC議事録
- 23:15 米 鉱工業生産（10月）

残高 / 損益

18 *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（11月）

残高 / 損益

19 *Fri* 金
- 08:30 日 全国CPI（10月）
- 16:00 英 小売売上高（10月）
- 24:00 米 ミシガン大消費者信頼感確報（11月）

残高 / 損益

20 *Sat* 土
- – *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

21 *Sun* 日
- – *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*

メモ

獲得PIPS	*勝率*	*ベストトレード*	*学び・反省*

SAIKIX

48 WEEK · XLVIII

11月22日 — 11月28日

霜月 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

火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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考



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

22 — 28 NOV

22 *Mon* 月
- 18:00 ユーロ圏 PMI速報（11月）
- 18:30 独 Ifo企業景況感（11月）
- 23:45 米 PMI速報（11月）

残高 / 損益

23 *Tue* 火
- 東京休場 · 勤労感謝の日
- – 東京勢不在、欧米時間中心の低流動性

残高 / 損益

24 *Wed* 水
- 22:30 米 PCEデフレーター（10月） — *FRB重視の物価*
- 22:30 米 GDP改定（7-9月期）
- 22:30 米 耐久財受注（10月）

残高 / 損益

25 *Thu* 木
- NY休場 · 感謝祭
- – 米国勢不在、流動性低下に注意

残高 / 損益

26 *Fri* 金
- 米短縮取引 · ブラックフライデー
- 08:30 日 東京都区部CPI（11月）

残高 / 損益

27 *Sat* 土
- – *振り返り · 今週の値動きの整理*

メモ

28 *Sun* 日
- – *来週準備 · NFP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

令和九年

I2

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 12/8　ECB 12/16　日銀 12/17

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
28	29	30	1 米ISM製造業 米ADP雇用	2 米製造業受注	3 **米雇用統計** 米ISM非製造業	4
5	6 ◐ 上弦 独製造業受注	7 米貿易収支 FOMC 一日目	8 **FOMC 決定・会見** 加中銀 政策金利	9 年末乱高下アノマリー	10 **米CPI** 英GDP	11
12	13 日銀短観	14 ○ 豪中銀 政策金利 英雇用統計	15 米小売売上高 米生産者物価	16 **ECB・英MPC 決定** スイス中銀 政策金利	17 **日銀 決定会合** 独イフォ景況感	18
19	20 ◑ 下弦	21 加CPI 米中古住宅販売	22 米PCEデフレータ 米GDP確定値	23 流動性枯渇	24 NY休場・クリスマス 日全国CPI 日東京都区部CPI	25
26	27 LDN休場・クリスマス振替	28 ● LDN休場・ボクシングデー 新月 米消費者信頼感	29 FOMC議事録	30 東京・大納会 独CPI速報 米シカゴPMI	31 東京休場・大晦日	1

今月の格言

"Win or lose, everybody gets what they want out of the market."

「勝っても負けても、誰もが相場から自分の望むものを手に入れている。」

— Ed Seykota, Market Wizards, 1989

年末は一年の損益が確定する月。結果は、自分がどんな売買を続けてきたかの写し鏡でもある。低流動性の師走に取り返しを急がず、来年の課題を書き出したい。

十二月に起きたこと

1989.12.29　大納会で日経平均が三万八千九百十五円の最高値（当時）をつける。翌年からバブル崩壊が始まった。

1994.12.20　メキシコがペソを切り下げ（テキーラ危機）。新興国通貨が連鎖的に売られ、米国とIMFによる大規模支援につながった。

2022.12.20　日銀が長期金利の許容変動幅を〇・五％程度へ拡大。事実上の利上げと受け止められ、ドル円は百三十七円台から一時百三十円台へ急落した。

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29日 — 12月5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

火のユーロ圏CPI速報、水の米ISM製造業・ADPを経て、金は米雇用統計とISM非製造業。12/7-8 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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 29	火 30	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
09							
14							
17							
19		●	●				
22		●	●	●	●		
24		●	●	●	●		

USD / JPY
金NFPが12月FOMCの織り込みを左右、振れ大

EUR / USD
火ユーロ圏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

29 NOV — 5 DEC

29 Mon 月
- — NFP週入り、序盤は様子見

残高 / 損益

30 Tue 火
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価速報（11月）
- 22:00 独 消費者物価速報（11月）
- 24:00 米 JOLTS求人件数（10月）
- — 月末ロンドンFIX、値飛びに注意

残高 / 損益

1 Wed 水
- 22:15 米 ADP雇用統計（11月）
- 24:00 米 ISM製造業景況指数（11月）
- 18:00 ユーロ圏 製造業PMI改定（11月）

残高 / 損益

2 Thu 木
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- 24:00 米 製造業受注（10月）
- — NFP前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

3 Fri 金
- 22:30 **米 雇用統計（11月）**
- 22:30 加 雇用統計（11月）
- 24:00 米 ISM非製造業景況指数（11月）

残高 / 損益

4 Sat 土
- — 振り返り · NFPの整理

メモ

5 Sun 日
- — 来週準備 · FOMC・CPI週へ

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

50 WEEK · L

12月6日 — 12月12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）、金に米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・議長会見28:30で来年の利下げ軌道が示される。金にはその直後の米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

東京　ロンドン　NY　● 最重要　● 主要　● 参考

時刻 日本時間	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12
09							
14							
17	●	●			●		
19	●						
22		●		●	●		
24			●		●		

USD / JPY
水FOMCドット＋金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議長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

6 — 12 DEC

6 Mon 月
- 16:00 独 製造業受注（10月）
- 19:00 ユーロ圏 小売売上高（10月）
- – FOMC待ち、週初は様子見

残高 / 損益

7 Tue 火
- – **FOMC 1日目**
- 22:30 米 貿易収支（10月）
- 16:00 独 鉱工業生産（10月）

残高 / 損益

8 Wed 水
- 28:00 **FOMC 政策金利・声明 — SEP・ドットプロット公表回**
- 28:30 **FRB議長 記者会見**
- 23:45 加 BOC政策金利

残高 / 損益

9 Thu 木
- 22:30 米 新規失業保険申請件数
- – CPI前日、ポジションを軽く

残高 / 損益

10 Fri 金
- 22:30 **米 消費者物価指数（11月）**
- 16:00 英 月次GDP（10月）
- 28:00 米 月次財政収支（11月）

残高 / 損益

11 Sat 土
- – *振り返り · FOMC・CPIの整理*

メモ

12 Sun 日
- – *来週準備 · 中銀ラッシュ週へ*

メモ

獲得PIPS　勝率　ベストトレード　学び・反省

SAIKIX

51 WEEK · LI

12月13日 — 12月19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

13 — 19 DEC

13 *Mon* 月
- 08:50 日銀短観（12月調査）
- – 中銀ウィーク、序盤は持ち高調整

残高 / 損益

14 *Tue* 火
- 12:30 豪 RBA政策金利
- 16:00 英 雇用統計
- 19:05 独 ZEW景況感（12月）

残高 / 損益

15 *Wed* 水
- 16:00 英 消費者物価（11月）
- 22:30 米 小売売上高（11月）
- 22:30 米 生産者物価（11月）

残高 / 損益

16 *Thu* 木
- – **日銀 金融政策決定会合 1日目**
- 21:00 **英 MPC 政策金利**
- 22:15 **ECB 政策金利** — *総裁会見22:45・新見通し*

残高 / 損益

17 *Fri* 金
- 12:00 **日銀 政策決定** — *総裁会見15:30*
- 18:30 独 Ifo企業景況感（12月）
- 19:00 ユーロ圏 消費者物価改定（11月）

残高 / 損益

18 *Sat* 土
- – *振り返り · 中銀ラッシュの整理*

メモ

19 *Sun* 日
- – *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*

メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

52 WEEK · LII

12月20日 — 12月26日

師走 第四週 · クリスマス週

今週のテーマ

クリスマス週の低流動性、休場前の水曜PCEに注目

金24は米国がクリスマスの振替で休場、独市場も休み。流動性が枯れる中、米指標は休場前の水曜に集中し、水のPCE物価が山場になる。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

20 — 26 DEC

20 *Mon* 月
– 主要経済指標は少ない
残高 / 損益

21 *Tue* 火
22:30 加 消費者物価（11月） — *BOC判断材料*
24:00 米 中古住宅販売（11月）
残高 / 損益

22 *Wed* 水
22:30 米 PCEデフレーター（11月） — *FRB重視の物価*
22:30 米 GDP確定（7-9月期）
22:30 米 耐久財受注（11月）
残高 / 損益

23 *Thu* 木
22:30 米 新規失業保険申請件数
残高 / 損益

24 *Fri* 金
NY休場 · クリスマス
08:30 日 全国CPI（11月）
08:30 日 東京都区部CPI（12月）
– 米国勢不在、流動性低下に注意
残高 / 損益

25 *Sat* 土
– *振り返り · 今週の値動きの整理*
メモ

26 *Sun* 日
– *来週準備 · 指標の谷間、地合いを確認*
メモ

獲得PIPS　*勝率*　*ベストトレード*　*学び・反省*

SAIKIX

53 WEEK · LIII

12月27日 — 1月2日

師走末・睦月初 第五週 · 越年の週

今週のテーマ

2027年の最終週、越年の超低流動性で値が飛びやすい

月27・火28は英がクリスマスとボクシングデーの振替で休場、木30は東証大納会、金31は大晦日で東京休場。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

27 DEC — 2 JAN

27 Mon 月
- ロンドン休場 · クリスマス振替
- – 欧州勢不在、欧州時間は閑散

残高 / 損益

28 Tue 火
- ロンドン休場 · ボクシングデー
- 24:00 米 消費者信頼感（12月・CB）
- – 欧州勢不在、欧州時間は閑散

残高 / 損益

29 Wed 水
- 28:00 **FOMC議事録**
- – 欧米は通常取引・低流動性

残高 / 損益

30 Thu 木
- 22:00 **独 消費者物価速報（12月）**
- 22:30 **米 新規失業保険申請件数**
- 23:45 米 シカゴ購買部協会景気指数（12月）
- – 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 Fri 金
- 東京休場 · 大晦日
- – 超低流動性、値飛び警戒

残高 / 損益

1 Sat 土
- – *振り返り · 2027年の総括*

メモ

2 Sun 日
- – *来週準備 · 2028年の初動・年初トレンド前*

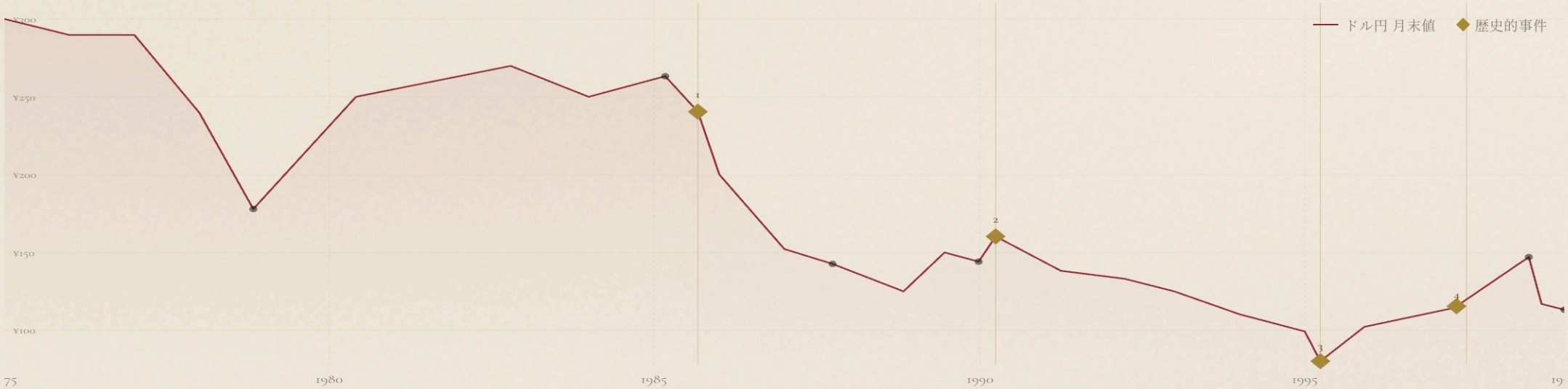
メモ

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。

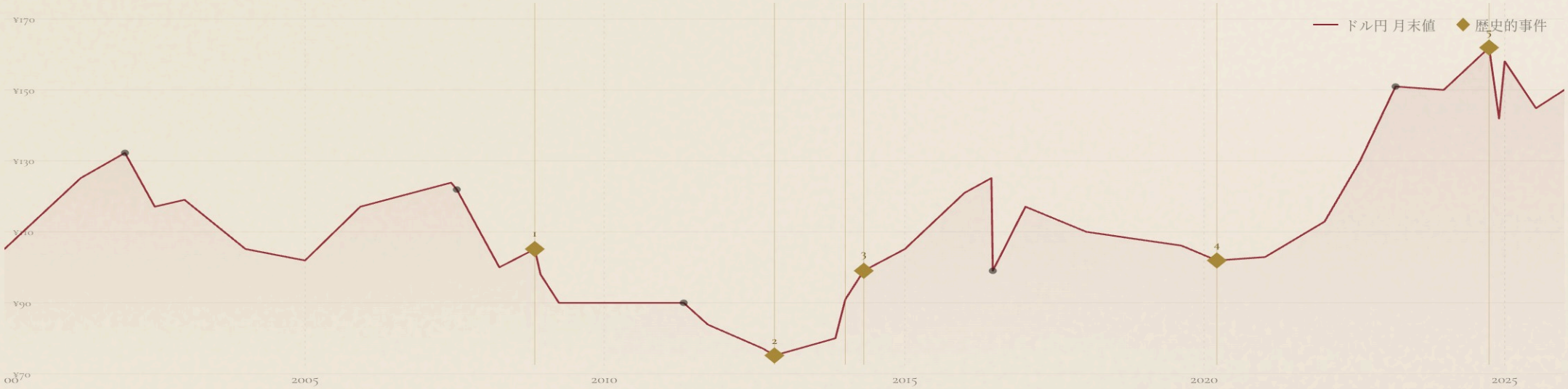
№ 7
1998 . 9 . 23
LTCM 破綻
ヘッジファンド初の大型破綻
ノーベル賞学者を擁したヘッジファンドLTCMが、ロシア危機の波及で破綻。FRB主導の大手金融14行による救済で連鎖を回避、システミックリスクの存在が顕在化。
教訓 — 金融工学に過信は禁物である。

№ 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

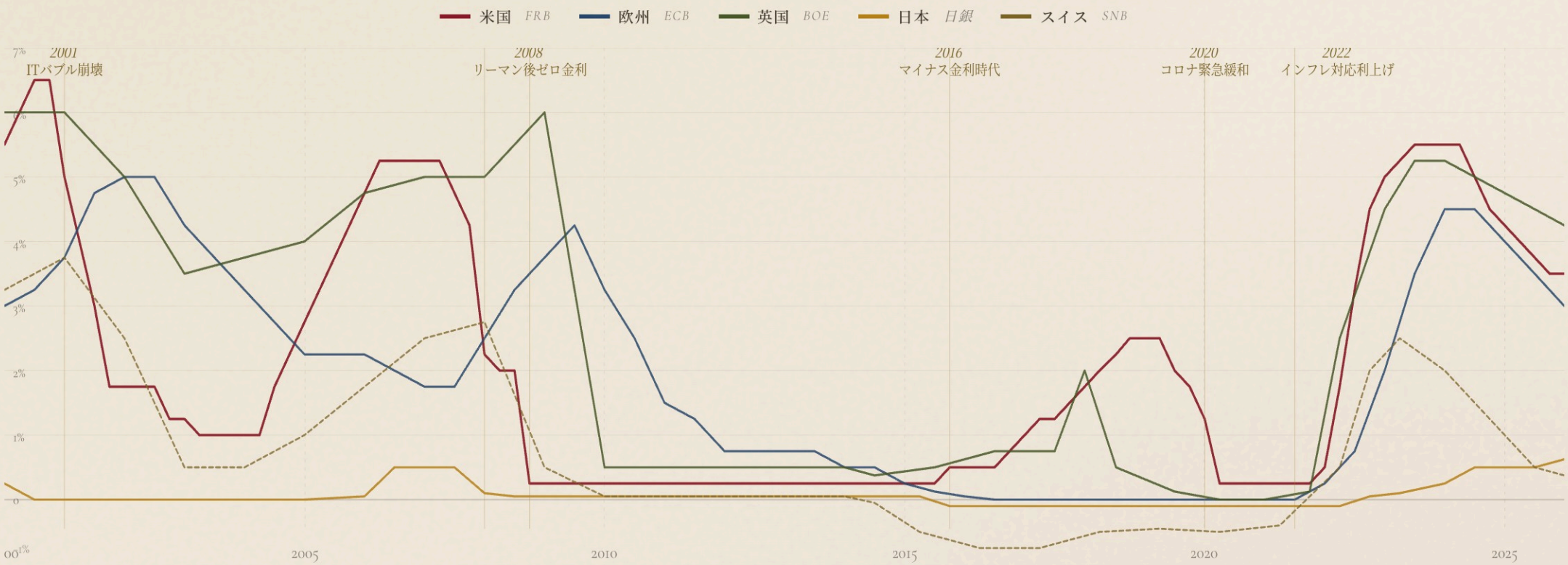
主要五カ国 政策金利の二十六年

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。

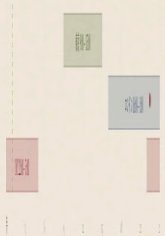
10 神無月
ハロウィン効果
月末買い 翌年4月まで
十月末から翌年四月までの「冬の半年」が、株式・通貨ともに歴史的に高リターン。十月末は仕込み時。

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 秋

サイキックス

SAIKIX