每天外匯速遞

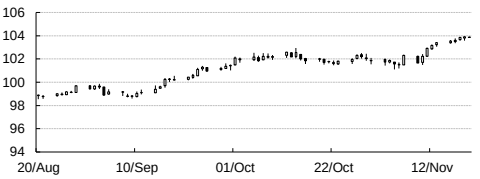
2026年11月20日

美元

本週預期方向 ➡

本週支持: 101.00　本週阻力: 104.50

- **市場焦點：**美國11月製造業採購經理人指數
- **走勢：**芝加哥聯儲行長Goolsbee表示，下月會議將考慮所有選項。美聯儲理事Barr表示，可能需要進一步調整利率，以應對高通脹。美元指數昨日曾升0.47%至103.97，為逾一年半以來最高，收市升幅收窄至0.06%，報103.90。



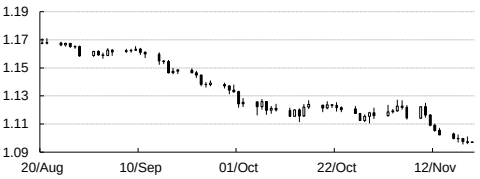
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

歐元

本週預期方向 ⬆

本週支持:1.0950　本週阻力:1.1300

- **市場焦點：**歐元區11月製造業採購經理人指數
- **走勢：**歐央行9月經常帳盈餘由116億歐元升至125億歐元。德國央行行長Nagel表示，12月再次加息將釋放一個強烈信號，表明決策者控制通脹的決心。法國央行行長Moulin稱，通脹仍然過高。歐元兌美元昨日下跌0.07%，報1.0967。



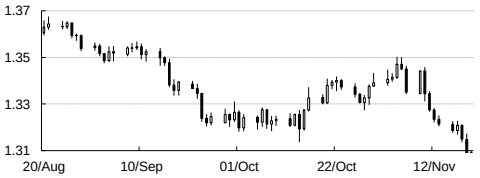
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

英鎊

本週預期方向 ⬆

本週支持:1.3000　本週阻力:1.3500

- **市場焦點：**英國10月零售銷售
- **走勢：**英國11月GfK消費者信心指數由負24升至負22，符合市場預期。英倫銀行官員Greene表示，近年來的利率措施不足以抑制通脹。英鎊兌美元昨日曾下跌0.52%至1.3081，為近一年以來最低，收市跌幅收窄至0.46%，報1.3088。



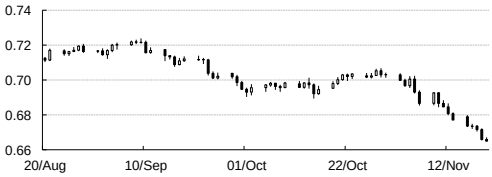
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

澳元

本週預期方向 ➡

本週支持:0.6600　本週阻力:0.6900

- **市場焦點：**澳洲11月製造業採購經理人指數
- **走勢：**澳洲10月就業職位減少4.35萬份，為逾一年半以來最大跌幅，同期失業率亦由4.7%升至4.9%，為2021年以來最高，兩者均遜於市場預期。澳元兌美元昨日曾跌0.92%至0.6654，為近11個月以來最低，收市跌0.85%，報0.6659。



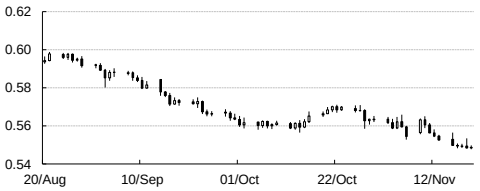
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

紐元

本週預期方向 ➡

本週支持: 0.5450　本週阻力:0.5650

- **市場焦點：**紐西蘭第三季扣除通脹的零售銷售
- **走勢：**紐西蘭10月貿易逆差擴大至27.72億紐元。紐儲行行長表示，已看到一些跡象表明，燃油成本上漲或正在推高整體通脹。紐元兌美元昨日曾跌0.24%至0.5480，為2020年來最低，收市跌幅收窄至0.16%，報0.5484，連跌八日。



資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

⬆正面，代表預期本週該貨幣兌美元有上升機會　➡中性，代表預期本週該貨幣兌美元橫行走勢　⬇負面，代表預期本週該貨幣兌美元有下行壓力

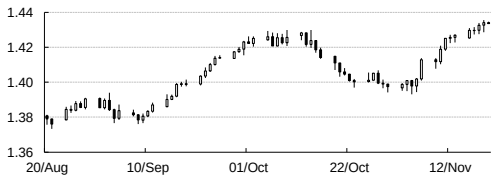
每天外匯速遞

加元

本週預期方向 ➡

本週支持:1.4050　本週阻力:1.4400

- **市場焦點：**加拿大9月零售銷售
- **走勢：**加拿大11月CFIB企業信心指標升至57.3。10月工業產品價格指數按月升幅收窄至0.3%，低於市場預期。同期原料價格指數按月亦由升轉跌1%。美元兌加元昨日曾上升0.21%至1.4357，為逾一年半來最高，收市升0.1%，報1.4341。



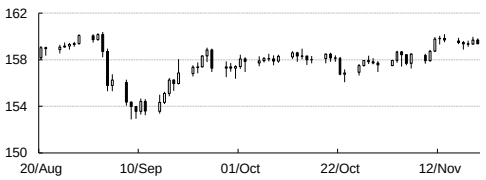
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

日圓

本週預期方向 ⬆

本週支持:155.00　本週阻力:160.50

- **市場焦點：**日本11月製造業採購經理人指數
- **走勢：**日本10月全國消費者物價指數CPI按年升幅由2.1%擴大至2.3%，為近一年來最高，不含生鮮食品的全國CPI年升幅亦由2.1%擴大至2.2%，為今年來最高，惟均低於市場預期。美元兌日圓昨日升0.21%，報159.69，結束四日連跌。



資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

瑞郎

本週預期方向 ➡

本週支持:0.8100　本週阻力:0.8500

- **市場焦點：**瑞士10月M3貨幣供應
- **走勢：**瑞士10月實質出口按年升幅由0.4%擴大至2.4%，實質進口按年升幅則由6.3%收窄至0.7%。第三季工業生產按年升幅由5.5%回落至0.8%。美元兌瑞郎昨日曾升0.12%至0.8444，為逾一年半來最高，收市升0.07%，報0.8440。



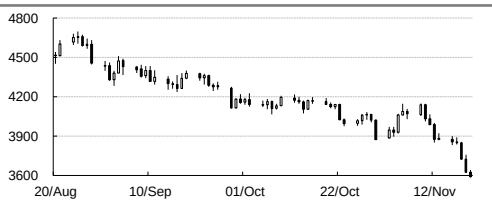
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

黃金

本週預期方向 ➡

本週支持:3,500　本週阻力:4,000

- **市場焦點：**主要央行貨幣政策方向
- **走勢：**美元指數續創19個月新高，限制金價表現。現貨黃金昨日曾下跌2.83%至每盎司3,620.11美元，為14個月以來最低，收市跌幅收窄至2.68%，報每盎司3,625.47美元。



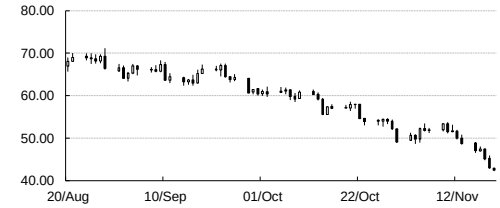
資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

白銀

本週預期方向 ➡

本週支持:40.00　本週阻力:55.00

- **市場焦點：**美聯儲未來貨幣政策走向
- **走勢：**基本金屬昨日普遍上升，倫敦銅價、鋁價及鋅價昨日分別上升0.4%、1.7%及2.4%。現貨白銀昨日則下跌4.71%，報每盎司42.9485美元，為14個月以來最低。



資料來源：彭博，中銀香港；資料更新至：20-11-2026

⬆正面，代表預期本週該貨幣兌美元有上升機會　➡中性，代表預期本週該貨幣兌美元橫行走勢　⬇負面，代表預期本週該貨幣兌美元有下行壓力

風險披露

- 投資涉及風險。買賣證券、商品、外匯、相關衍生工具或其他投資未必一定能夠賺取利潤，並有機會招致損失。投資者須注意證券及投資價格可升可跌，甚至會變成毫無價值，過往的表現不一定可預示日後的表現。海外投資附帶一般與本港市場投資並不相關的其他風險，包括（但不限於）匯率、外國法例及規例(如外匯管制)出現不利變動。本文件並非，亦無意總覽本文件所述證券或投資牽涉的任何或所有風險。客戶在作出任何投資決定前，應參閱及明白有關該等證券或投資的所有銷售文件，尤其是其中的風險披露聲明及風險警告。
- 外匯買賣的風險聲明：外幣/人民幣投資受匯率波動的影響而可能產生獲利機會及虧損風險。客戶如將外幣/人民幣兌換為港幣或其他外幣時，可能受外幣/人民幣匯率的變動而蒙受虧損。
- 人民幣兌換限制風險的風險聲明：人民幣投資受匯率波動的影響而可能產生獲利機會及虧損風險。客戶如將人民幣兌換為港幣或其他外幣時，可能受人民幣匯率的變動而蒙受虧損。
- (只適用於個人客戶)目前人民幣並非完全可自由兌換，個人客戶可以通過銀行帳戶進行人民幣兌換的匯率是人民幣(離岸)匯率，是否可以全部或即時辦理，須視乎當時銀行的人民幣頭寸情況及其商業考慮。客戶應事先考慮及瞭解因此在人民幣資金方面可能受到的影響。
- (只適用於企業客戶)目前人民幣並非完全可自由兌換，企業客戶通過銀行進行人民幣兌換是否可以全部或即時辦理，須視乎當時銀行的人民幣頭寸情況及其商業考慮。客戶應事先考慮及瞭解因此在人民幣資金方面可能受到的影響。

免責聲明及重要注意事項

- 本文件由中國銀行(香港)有限公司(「中銀香港」)刊發，只供參考。
- 本文件的內容並未經香港證券及期貨事務監察委員會審閱。
- 本文件無意向派發本文件即觸犯法例或規例的司法權區或國家的任何人士或實體派發，亦無意供該等人士或實體使用。
- 本文件僅供參考，並不構成，亦無意作為，也不應被詮釋為投資建議、專業意見，或對任何人作出買賣、認購或交易在此所載的任何投資產品或服務的要約、招攬、建議、意見或任何保證。客戶不應依靠本文件之內容作出任何投資決定。
- 本文件所載資料乃根據中銀香港認為可靠的資料來源而編制，惟該等資料來源未經獨立核證，故中銀香港不會就本文件及其所提供意見的準確性或完整性作出任何保證、陳述或擔保。在本文件表達的預測及意見只作為一般的市場評論，並非獨立研究報告及不構成投資意見或保證回報。所有意見、預測及估計乃中銀香港於本文件刊發日期前之判斷，任何修改將不作另行通知。中銀香港及有關資料提供者亦不會就使用及/或依賴本文件所載任何資料、預測及/或意見而負責或承擔任何法律責任。投資者須自行評估本文件所載資料、預測及/或意見的相關性、準確性及充足性，並作出彼等為該等評估而認為必要或恰當的獨立調查。

免責聲明及重要注意事項

本文件所述的證券、商品、外匯、相關衍生工具或其他投資可能並不適合所有投資者，且並未考慮本文件各讀者的特定投資目標或經驗、財政狀況或其他需要。因此，本文件並無就其中所述任何投資是否適合或切合任何個別人士的情況作出任何聲明或推薦，亦不會就此承擔任何責任。投資者須瞭解有關投資產品的性質及風險，並基於本身的財務狀況、投資目標及經驗、承受風險的意願及能力和特定需要而作出投資決定。如有疑問或在有需要情況下，應於作出任何投資前徵詢獨立專業顧問的意見。本文件無意提供任何專業意見，故投資者在任何情況下都不應依賴本文件作為專業意見之用。

中銀香港為中國銀行股份有限公司的附屬公司。中國銀行股份有限公司及其子公司及/或其高級職員、董事及僱員可能會持有本文件所述全部或任何證券、商品、外匯、相關衍生工具或其他投資的倉盤，亦可能會為本身買賣全部或任何該等證券、商品、外匯、相關衍生工具或其他投資項目。中國銀行股份有限公司及其子公司可能會就該等證券、商品、外匯、相關衍生工具和其他投資提供投資服務（無論為有關投資銀行服務或非投資銀行服務）、或承銷該等證券或作為該等證券的莊家。中國銀行股份有限公司及其子公司可能會就因應該等證券、商品、外匯、相關衍生工具或其他投資專案而提供的服務賺得傭金或其他費用。

除非獲中銀香港書面允許，否則不可把本文件作任何編輯、複製、摘錄或以任何方式或途徑（包括電子、機械、複印、攝錄或其他形式）轉發或傳送本文件任何部份予公眾或其他未經核准的人士或將本文件任何部份儲存於可予檢索的系統。

©中國銀行(香港)有限公司。版權所有，翻印必究。