

整体企稳，但结构优化仍需时间

-东源嘉盈周策略（2026 年第三十周）

本周回顾

市场回顾：

在上证指数下跌到心里点位后，本周监管层呵护市场的动作开始出现。不论是和股民的座谈会还是“国家队”和保险公司维护市场稳定的声明都接踵而至，市场总体随之企稳。全周上证综指涨 1.33%，深证成指涨 0.49%，创业板指涨 1.52%，北证 50 跌 4.15%。全周市场日均成交 25031.92 亿元，前一周为 26466.36 亿元，市场整体活跃度继续下降。尤其是周五，全市场成交不足 2 万亿元。行业方面有色金属、石油化工、煤炭涨幅居前，超过 3%，综合、建筑材料、传媒跌幅居前，超过 5%。概念股方面黄金、保险、锂电池电解液概念涨幅居前，超过 4%；航天装备、人形机器人、卫星互联网概念跌幅居前，超过 5%。

财经事件回顾

2026 年 7 月 LPR 出炉，1 年期 LPR 为 3%，5 年期以上 LPR 为 3.5%，均与 6 月持平，符合市场预期。自 2025 年 5 月下降 10 个基点以来，LPR 已连续 14 个月未作调整。尽管 7 月 LPR 按兵不动，但央行近期多次强调将实施适度宽松政策。业内普遍认为下半年存在 5 至 10 个基点的下行可能。

市场展望

尽管上证指数在市场表现较好的时候一直被说成失真严重，并不能代表国内股市的整体走势，但其在监管层心目中的作用却无可替代。尤其是在决定什么时间出来呵护市场方面。上周五上证指数跌破 3800 后，本周监管层的动作就接踵而至：先是和股民的座谈会，后是“国家队”和保险公司维护市场稳定的声明。现在市场已整体企稳，投资者担心的恐慌踩踏并没有发生。

尽管市场整体企稳，但结构上仍然有很大问题。根据最新的公募基金 2026 年二季报，电子（半导体）和通信的仓位占比分别是 43.31%和 16.93%，严重超配。美容护理、服装服饰、商贸零售三和行业加总 0.3%，没有煤炭一个行业多（0.36%）。尽管公募基金并不能代表全市场投资者的仓位占比，但也能反映出二季度蒙眼狂奔后市场的疯狂程度。下周一长鑫科技上市，其能达到什么样的市值高度可能会成为 AI 产业链股票后续走势的重要指示。如果投资者较为理性，未来的产业链股票的波动幅度会进一步变小；而如果投资者在周一当天就将其市值打到一个前所未有的高度，那么整个产业链股票的走势可能会变得更加凶险。

重要数据概览

1. 市场回顾

1.1 主要指数涨跌幅

指数	周涨跌幅	年初至今涨跌幅
上证综指	1.33%	-3.90%
深证成指	0.49%	1.85%
创业板指	1.52%	8.67%
北证 50	-4.15%	-28.37%
上证 50	4.55%	-2.47%
沪深 300	2.65%	0.42%
中证 500	0.25%	0.90%
恒生指数	1.63%	-2.60%
恒生国企指数	1.65%	-7.21%

涨幅前五名行业（2021 版申万一级行业）

排序	行业	周涨幅	行业	年初至今涨幅
1	有色金属(申万)	4.89%	电子(申万)	33.31%
2	石油石化(申万)	4.84%	通信(申万)	31.92%
3	煤炭(申万)	3.27%	煤炭(申万)	14.40%
4	电力设备(申万)	2.71%	建筑材料(申万)	2.56%
5	公用事业(申万)	2.15%	公用事业(申万)	2.04%

涨幅后五名行业（2021 版申万一级行业）

排序	行业	周涨幅	行业	年初至今涨幅
1	综合(申万)	-8.09%	商贸零售(申万)	-31.20%
2	建筑材料(申万)	-7.12%	社会服务(申万)	-26.23%
3	传媒(申万)	-5.37%	传媒(申万)	-25.75%
4	纺织服饰(申万)	-4.20%	美容护理(申万)	-24.68%
5	房地产(申万)	-3.31%	汽车(申万)	-22.74%

1.2 市场成交数据

市场	金额（亿元 RMB/HKD）
沪深市场日均成交	25031.92
陆股通日均成交（周）	
陆股通日均净买入（周）	
陆股通累计净买入	
融资融券余额	27018.98
香港大市日均成交	2704.95
港股通日均成交（周）	592.16
港股通日均净买入（周）	5.96
港股通累计净买入	54852.57

1.3 资金面数据（截止周末）

品种	利率(%)	周涨跌（bps）
十年期国债	1.7279	-1.22
Shibor 隔夜	1.3812	-1.59
Shibor 一周	1.4000	-3.50
R001	1.3979	-4.42
R007	1.4090	-3.38
DR001	1.3826	-1.85
DR007	1.4023	-3.39

本周公开市场操作(亿元)

投放			回笼			净投放
逆回购	MLF	其他	逆回购	MLF	其他	
10205	5000	2500	19635		1000	-2930

2. 财经日历

2.1 国内方面

07.27 6月工业企业利润：累计同比；

07.31 7月官方制造业 PMI；

2.2 海外方面

07.29 EIA 公布周度能源报告；

07.30 7月美联储议息会议决议；