

FXの時間足、結局どれを使えばいいの？

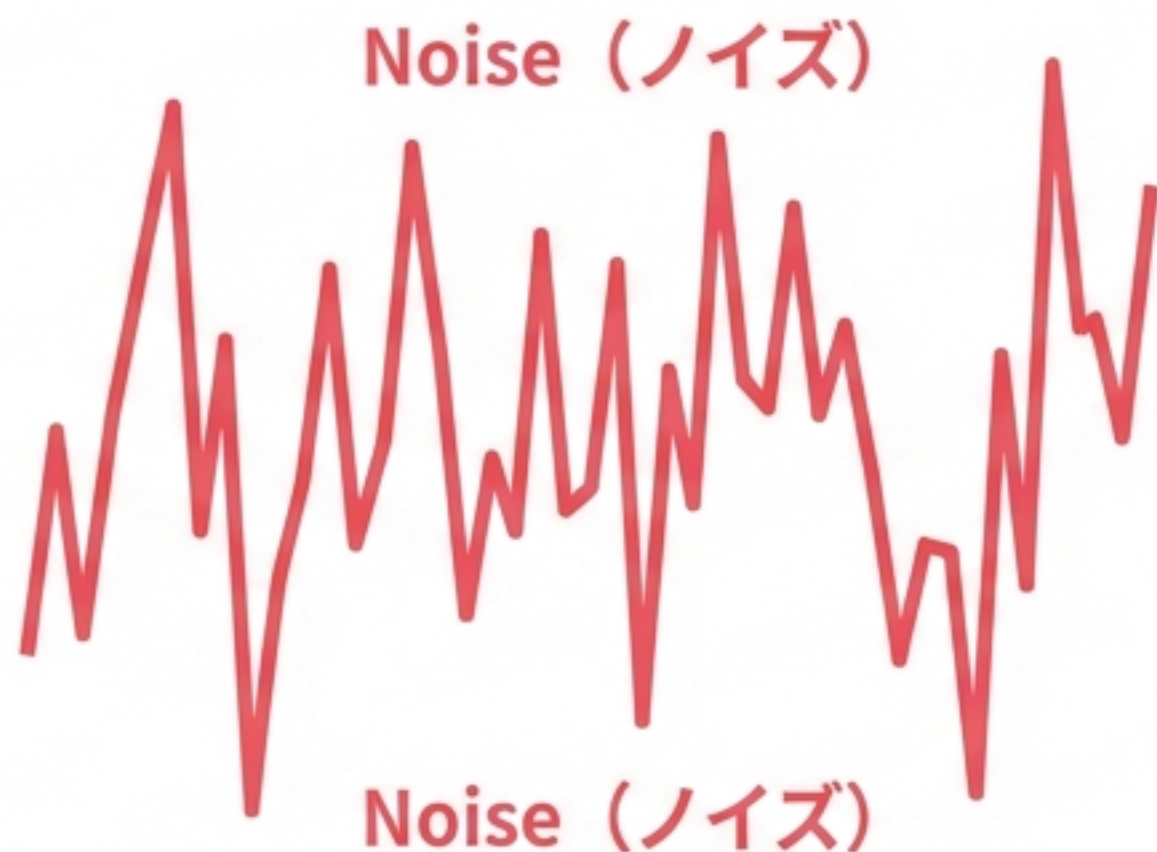
日足環境認識 × 4時間足執行が「最強」である理由



1時間足がいいのか、4時間足がいいのか、それとも日足？ みんな色々言うから迷っちゃうよね。
本日は、なぜ「日足」を地図にし、「4時間足」を車両に選ぶのか、その明確な理由を解説します。

まずは「日足」をベースにする理由：圧倒的なノイズの少なさ

短期足 (Short Term)



日足 (Daily)



Market Consensus
(市場の合意)



- 市場参加者の評価が安定して反映される
- 一時的なボラティリティに惑わされない
- エントリーの前に、確実な環境認識を確保する

金利差は「スワップ狙い」ではなく「方向バイアス」の羅針盤

誤解 (Misconception):

- 金利差 = 長期保有のスワップ狙い



Central Bank
(中央銀行)

1H Noise

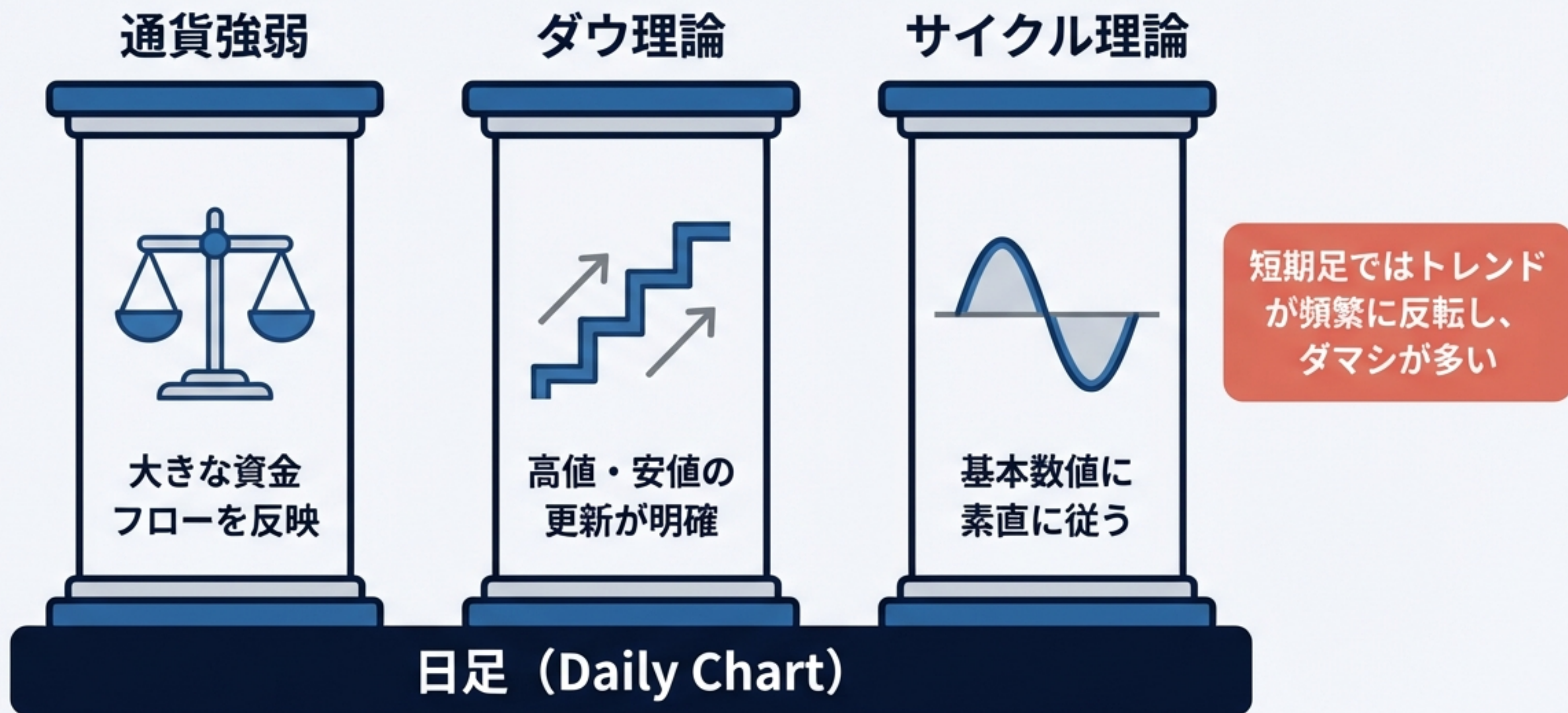
Days / Weeks (数日・数週間)

真実 (Reality):

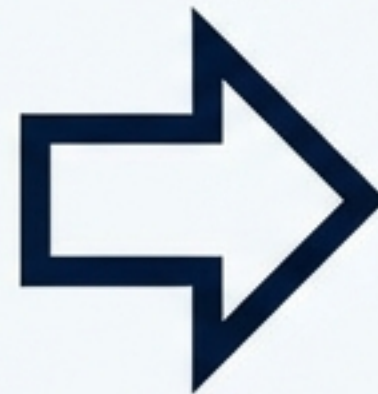
- 金利差 = 中長期的な資金の流れ
(方向バイアス)

政策金利の影響は、数時間ではなく数日かけて価格に織り込まれる。だから日足が必要。

テクニカル分析の信頼性：通貨強弱・ダウ理論・サイクル理論



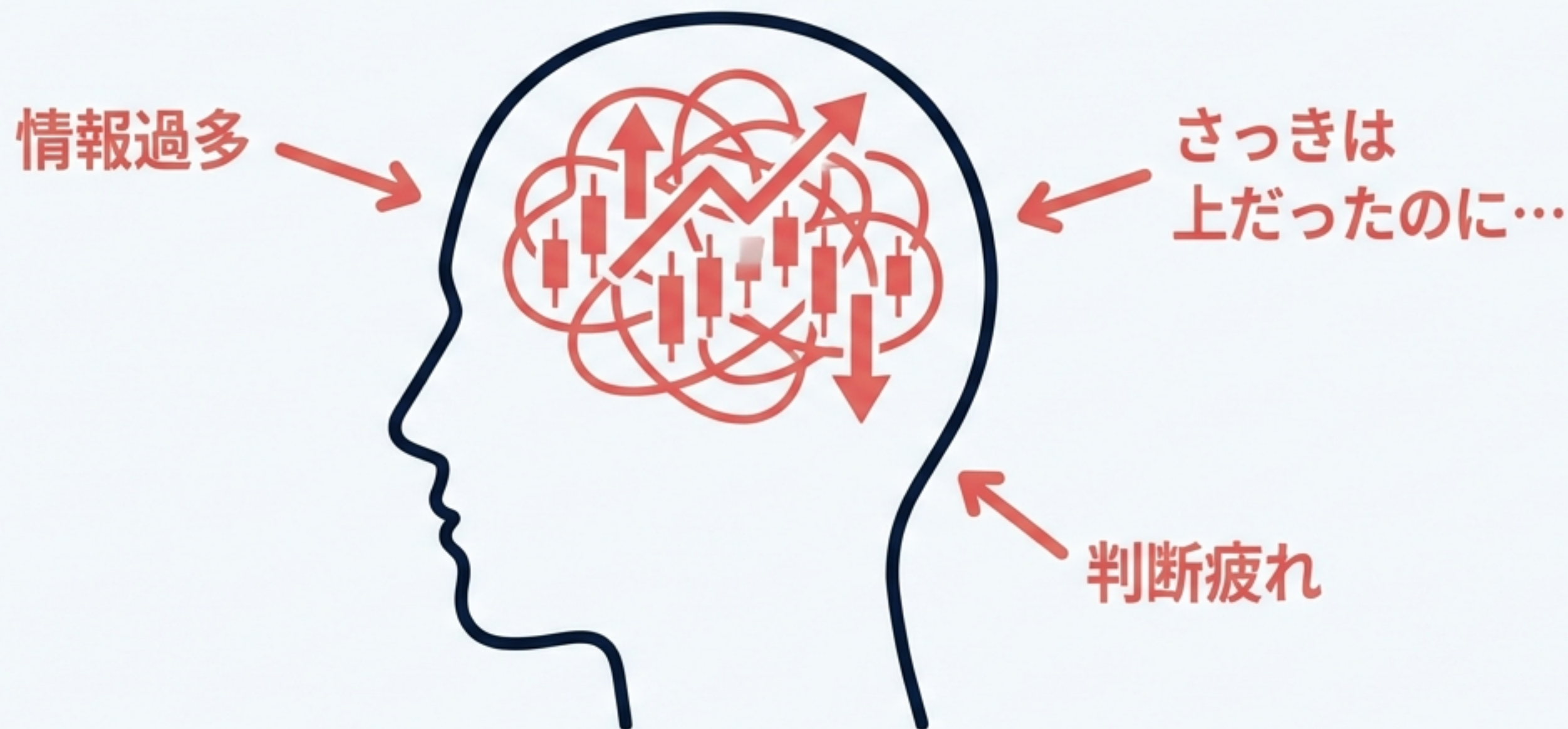
日足だけでトレード完結？ それは「待つだけ」の苦行になる



現実 (Reality):

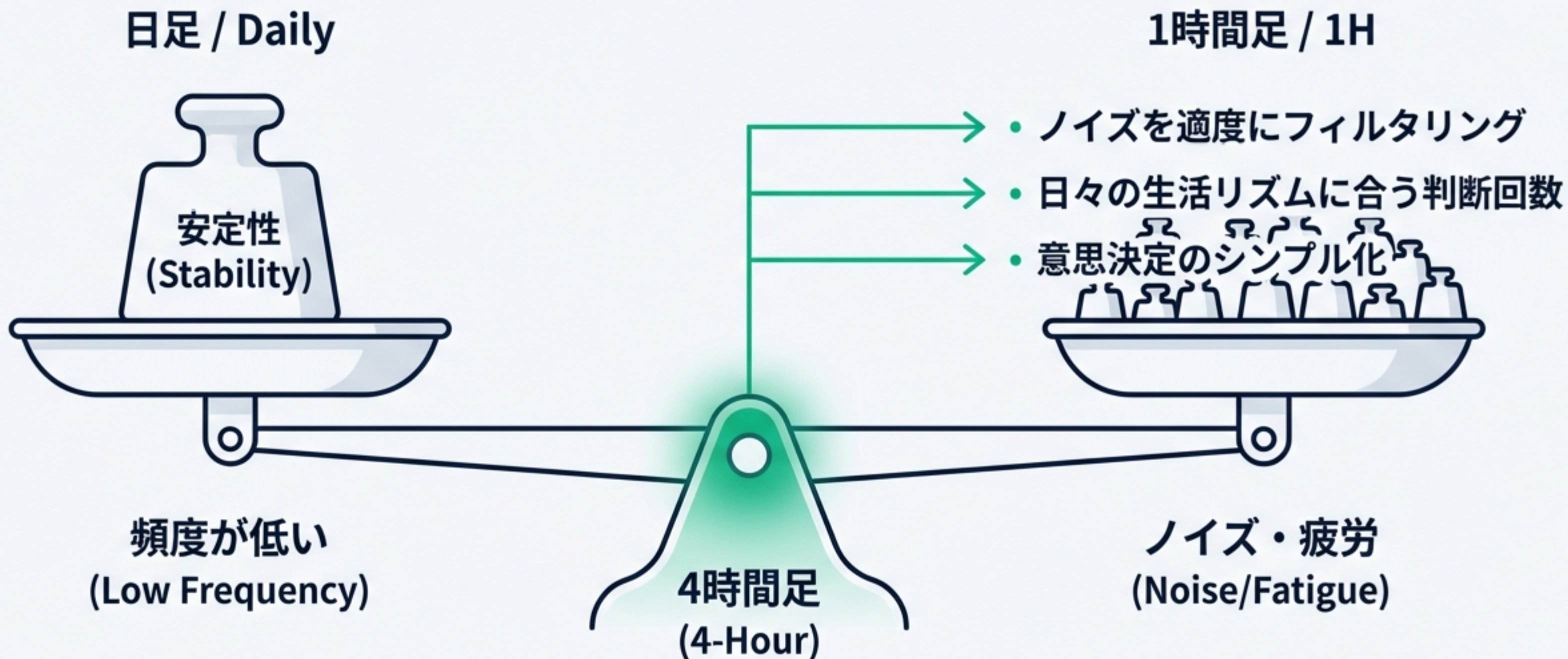
- 損切り幅が広すぎるため、ロットが張れない
- エントリーチャンスは月に2~3回のみ
- 資金効率が悪く、ただ待つだけの時間が増える

1時間足の罠：「相場の難しさ」より「脳の処理限界」が壁になる



相場が難しいのではない。仕事や生活をしながら、1時間足のスピードで処理し続ける脳のスタミナが足りないのだ。

解決策：4時間足という「ちょうどいい」バランス



会社員でも無理なく継続：4時間足のライフスタイル



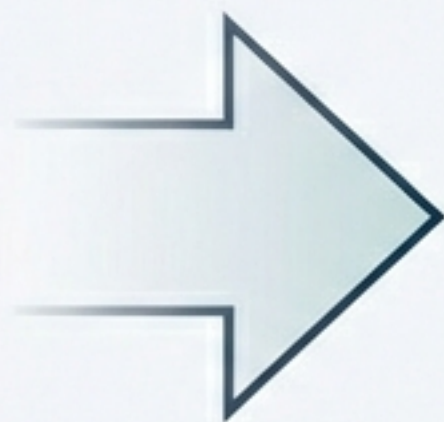
常に画面を見る必要はない。
実質、1日2～3回の能動的なチェックで完結する。

精度の高さではない。「運用性」こそが4時間足の本質

理論上の最適



24時間監視可能なら短期足もあり



人間としての最適



睡眠・仕事・メンタル保護が必要

4時間足 = 人間が無理なく続けられるペース
(Sustainable Pace for Humans)

予測精度ではなく、続けられるシステムかどうかが重要。

1時間足は捨てない。あくまで「補助」として使う



- 役割: エントリータイミングの微調整 (Fine-tuning)
- ルール: メインの方向感 (バイアス) には使わない (Never for Direction)
- 使用時: 4時間足でセットアップが完了した後のみ (Only after 4H setup)

役割分担の全体像：時間足に「仕事」を割り振る



「人間が無理なく続けられる仕組み」を作ろう



最強の時間足とは、
未来を当てるものではなく、
あなたの生活にフィットする
もののこと。

日足で方向を決め、4時間足で動く。

焦らずコツコツ、一緒に成長していこう！