Market Talks
교육 센터

외환 · 초급 · 15강 중 13강

금(XAU/USD): 통화와 함께 거래되는 방식

플랫폼에서 금이 통화쌍 옆에 있는 이유, 금의 가격과 계약 크기가 작동하는 방식, 금을 움직이는 요인, 금 거래의 크기를 안전하게 정하는 방법

읽는 시간 12분 퀴즈 8문항, 정답 포함

외환 · 초급 · 15강 중 13강

금(XAU/USD): 통화와 함께 거래되는 방식

한 문장 요약

금은 수천 년 동안 돈으로 쓰였고, 외환 시장은 지금도 금을 거의 통화처럼 다룹니다. 거래 플랫폼에서 금은 XAU/USD로 표시되며, 이는 금 1트로이온스의 미국 달러 가격입니다. 금은 금리, 달러, 불안 심리, 중앙은행 매입에 반응하고 하루에 메이저 통화쌍보다 훨씬 크게 움직일 수 있어서, 포지션 크기를 따로 정해야 합니다.

외환 플랫폼의 금

거의 모든 외환 플랫폼에서 시장 목록을 열면 EUR/USD, USD/JPY 옆에 **XAU/USD**가 있습니다. 2강에서 본 것처럼 XAU는 금의 국제 코드로, 금의 화학 기호 Au에서 왔습니다. 금이 통화들 사이에 있는 데에는 그럴 만한 이유가 있습니다. 역사의 대부분 동안 금은 *실제로* 돈이었고, 중앙은행은 지금도 금을 준비자산의 일부로 보유하며, 통화를 거래하는 바로 그 은행들이 금도 24시간 거래합니다.

XAU/USD는 통화쌍과 똑같이 읽습니다. 기준 통화 자리의 XAU는 언제나 금 **1트로이온스**(troy ounce), 즉 약 31.1그램입니다. 상대 통화는 미국 달러입니다. 따라서 가격 **4,100.45**는 금 1온스가 4,100.45미국 달러라는 뜻입니다. XAU/USD를 매수한다는 것은 금을 사고 달러를 판다는 뜻이며, 가격이 오르면 이익이 납니다.

대부분의 개인 트레이더는 브로커를 통해 실물 골드바를 사지 않습니다. 금 가격을 따라가는 **차액결제거래(CFD)**나 비슷한 상품을 거래합니다. 통화쌍과 마찬가지로 가격 변화만큼 이익이나 손실이 납니다. 이 강의 가격은 날짜가 없는 한 예시입니다.



그림 1. XAU/USD는 다른 통화쌍과 똑같이 읽습니다. 금 1트로이온스의 미국 달러 가격입니다. 가격은 예시입니다.

랏, 포인트, 그리고 움직임의 가치

금은 통화쌍과 단위가 다르며, 이를 혼동하는 것은 초보자가 저지르는 가장 값비싼 실수 중 하나입니다. 대부분의 플랫폼에서는 다음과 같습니다.

- **금 1랏은 100트로이온스입니다.** 따라서 0.10랏은 10온스, 0.01랏은 1온스입니다.
- 가격은 **소수점 둘째 자리**까지 표시되므로 최소 단위는 0.01달러입니다.
- 금 가격이 **1달러** 움직이면 **1랏당 100달러**, 0.10랏당 10달러, 0.01랏당 1달러의 가치가 있습니다.

4강에서 설명했듯이, 금에서 "핍"이 무엇인지는 트레이더와 브로커마다 다릅니다. 0.01달러를 핍이라고 부르기도 하고 0.10달러를 핍이라고 부르기도 합니다. 혼동을 피하려고 많은 금 트레이더는 그냥 **달러**로 말합니다. "오늘 금이 25달러 올랐다"처럼 말입니다. 브로커에 따라 랏 크기가 다를 수 있으므로 플랫폼의 계약 명세를 꼭 확인해야 합니다.

금은 하루에 30~60달러씩 쉽게 움직이고, 큰 뉴스가 있으면 훨씬 더 움직입니다. 1랏이라면 50달러 움직임은 5,000달러의 이익이나 손실입니다. 그래서 EUR/USD에서는 작게 느껴지는 같은 랏 크기가 금에서는 매우 클 수 있습니다.



보통의 계약 크기: 1랏 = 100트로이온스. 브로커의 계약 명세를 확인하세요.

그림 2. 흔히 쓰는 세 가지 랏 크기에서 금 1달러 움직임의 가치.

무엇이 금을 움직이는가

금은 이자를 주지 않고 수익도 내지 않으므로, 금 가격은 다른 자산과 비교해 금이 얼마나 매력적인지에 달려 있습니다. 주요 요인은 다음과 같습니다.

- **실질 금리(real interest rates).** 금리에서 물가 상승률을 뺀 값입니다. 실질 금리가 오르면 아무것도 벌지 못하는 금을 보유하는 매력이 줄어 금은 내리는 경향이 있습니다. 실질 금리가 내리면 금은 오르는 경향이 있습니다. 그래서 금은 중앙은행 결정에 크게 반응하는 경우가 많습니다(8강).
- **미국 달러.** 금은 달러로 가격이 매겨지므로, 달러가 약해지면 보통 금 가격이 오르고 달러가 강해지면 금 가격이 내립니다.

- **불안 심리와 안전자산(safe haven) 수요.** 전쟁, 금융 위기, 정치적 불확실성이 큰 시기에는 투자자들이 보호 수단으로 금을 사는 경우가 많습니다(7강).
- **중앙은행 매입(central bank buying).** 세계금협회(World Gold Council)에 따르면 중앙은행들은 2022년, 2023년, 2024년에 해마다 1,000톤 넘는 금을 사들였으며, 이는 이전 평균을 크게 웃도는 양입니다. 이런 꾸준한 매입은 가격을 떠받칩니다.
- **투자와 장신구 수요.** 금 펀드, 골드바와 금화, 그리고 특히 중국과 인도의 장신구 구매도 중요합니다.
- **인플레이션 우려.** 많은 투자자는 돈의 구매력이 떨어질 것을 걱정할 때 금을 가치 저장 수단으로 봅니다.

이 요인들이 늘 같은 방향을 가리키는 것은 아닙니다. 예를 들어 불안 심리가 투자자들을 금과 달러 양쪽으로 몰아가면 금이 달러와 함께 오르기도 합니다. 통화와 마찬가지로 단기적으로 가장 중요한 것은 뉴스가 예상과 비교해 어떠한지입니다.

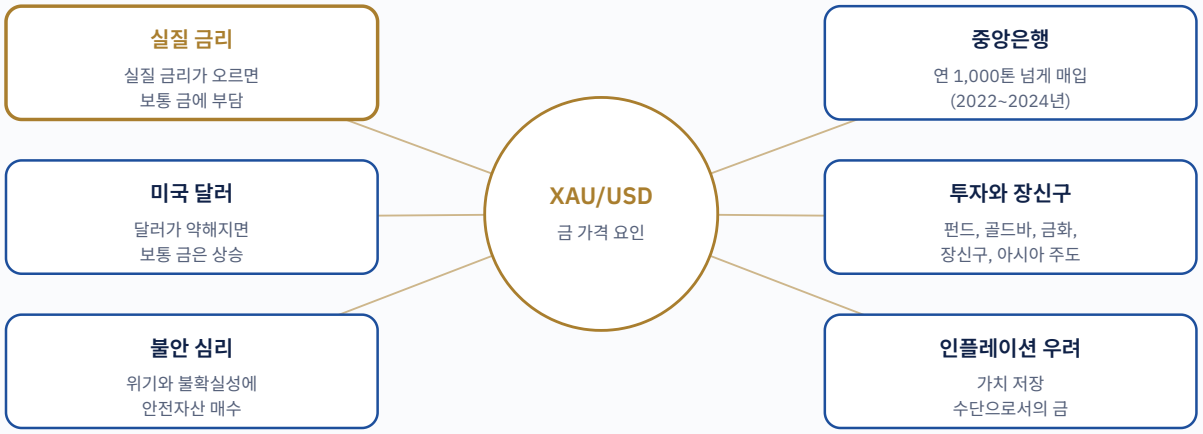


그림 3. 금 가격을 움직이는 주요 요인. 이 요인들이 늘 같은 방향을 가리키지는 않습니다.

크게 움직일 수 있는 시장

금은 몇 년 동안 강한 추세를 이어 갈 수도 있고 급락할 수도 있습니다. 최근 역사가 둘 다 보여 줍니다. 금은 2024년을 온스당 약 2,060달러에서 시작해 약 2,625달러로 마쳤습니다. 2025년 10월 처음으로 4,000달러를 넘었고, 2026년 1월 28일 약 **5,590달러**로 사상 최고치를 기록했습니다. 2026년 10월 말에는 고점보다 약 30% 낮은 약 **3,870달러**까지 내렸다가, 11월 초 약 4,100달러로 회복했습니다.

메이저 통화쌍이 30% 떨어진다면 매우 이례적인 일입니다. 금에서는 양방향의 큰 변동이 그 성격의 일부입니다. 고점 근처에서 스톱로스 없이 큰 포지션으로 매수한 트레이더는 같은 기간 통화 트레이더보다 훨씬 큰 손실을 보았을 것입니다.

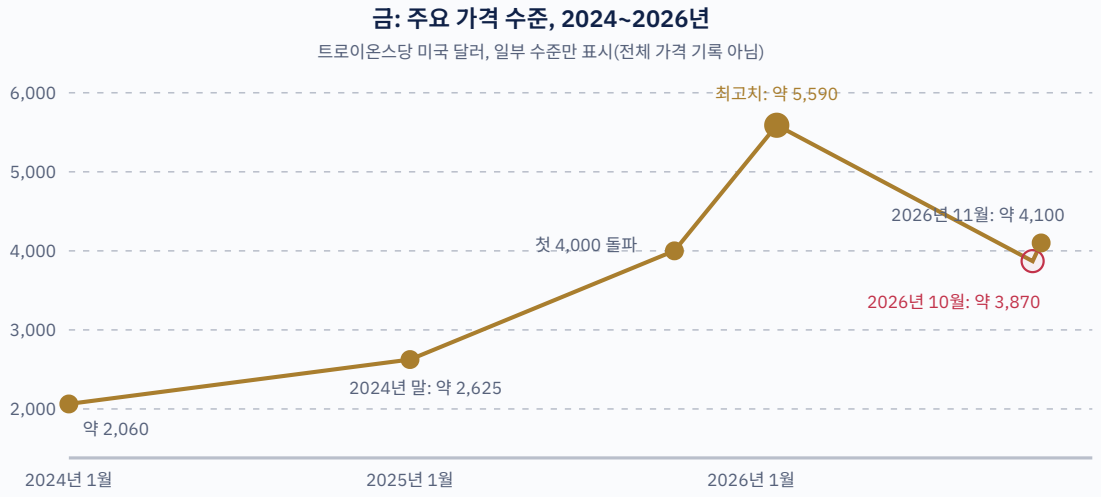


그림 4. 2024년 1월부터 2026년 11월까지 금의 주요 가격 수준. 사상 최고치까지 크게 오른 뒤 급락한 모습을 보여 줍니다.

거래 시간, 기준 가격, 뉴스

금은 월요일부터 금요일까지 거의 24시간 거래되며, 통화와 같은 세션을 따릅니다(6강). 대부분의 브로커는 매일 뉴욕 시간 오후 5시 롤오버 무렵에 금 거래를 잠시 멈춥니다.

- **런던**은 실물 금 시장의 중심입니다. 전 세계에서 기준 가격으로 쓰는 **LBMA Gold Price**는 런던 시간 10:30과 15:00, 하루 두 번 경매로 정해집니다.
- **뉴욕**에는 최대 금 선물 시장인 COMEX가 있고, 고용, 물가, 연준 결정처럼 금을 가장 크게 움직이는 미국 지표도 이곳에서 나옵니다.
- **아시아**, 특히 중국과 인도는 실물 수요의 가장 큰 원천이며, 금은 아시아 시간대에도 움직일 수 있습니다.

금은 뉴욕 시간 오전 8시 30분의 미국 지표 발표에 크게 반응하는 경우가 많고, 통화쌍과 마찬가지로 롤오버와 뉴스 무렵에는 스프레드가 보통 넓어집니다(3강, 9강).

금 거래의 크기 정하기

12강의 포지션 크기 규칙은 금에도 그대로 통합니다. 가격 단위당 가치만 달라집니다.

랏 = 리스크 금액 ÷ (달러 기준 손절 거리 × 1랏당 100달러)

Anna는 거래마다 50달러의 리스크를 감수합니다. EUR/USD에서 손절이 25핍이면 0.20랏입니다. 금에서는 차트에 따라 진입가보다 10달러 아래에 손절을 두는데, 금으로서는 보통의 거리입니다. 크기는 $50 ÷ ($10 × $100) = **0.05랏**입니다. 손절에 걸리면 손실은 $10 × 1달러당 $5 = $50로, 계획한 그대로입니다.

금 포지션이 얼마나 작은지 눈여겨볼 만합니다. "EUR/USD에서 통했으니까" 금을 0.20랏으로 거래하는 초보자는 같은 10달러 손절에서 200달러를 잃습니다. 계획의 네 배입니다.

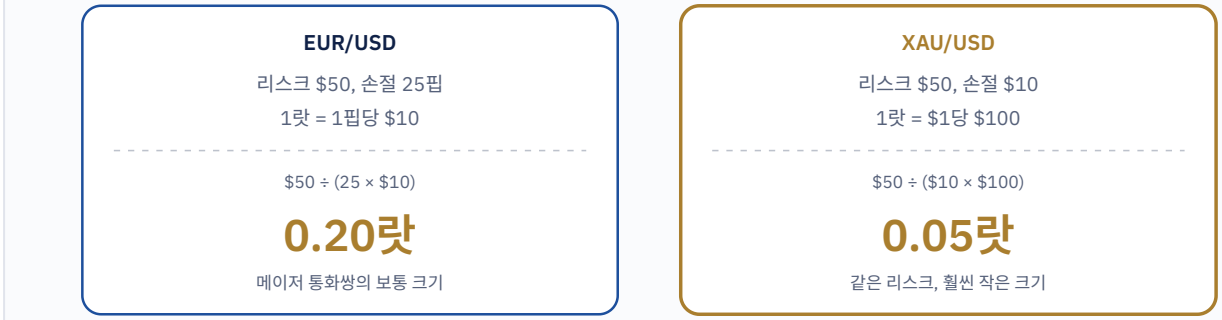


그림 5. EUR/USD와 금에서 같은 50달러의 리스크. 금은 더 큰 단위로 움직이므로 알맞은 포지션은 훨씬 작습니다.

중요: 금의 비용과 레버리지

금은 보통 메이저 통화쌍보다 스프레드가 넓고, 롱 포지션을 밤새 보유하면 보통 스왑 비용이 듭니다(5강). 규제 기관도 금을 더 위험하게 봅니다. EU, 영국, 호주 규정에서 개인 고객의 금 최대 레버리지는 20:1이며, 메이저 통화쌍은 30:1입니다(10강). 금을 거래하기 전에 플랫폼에서 이런 비용을 확인해야 합니다.

트레이더에게 왜 중요한가

- **금의 단위는 거래 전에 알아 두어야 합니다.** 1랏은 보통 100온스이고, 1달러 움직임은 1랏당 100달러입니다.
- **실질 금리와 달러가 핵심입니다.** 연준 결정, 미국 물가, 미국 고용 지표는 금이 크게 움직이는 가장 흔한 계기입니다.
- **금 거래의 크기는 달러 기준 손절 거리로 정합니다.** 통화쌍의 랏 크기를 그대로 가져와서는 안 됩니다.
- **변동이 더 큽니다.** 금은 하루에 몇 퍼센트씩 움직일 수 있습니다. 보통은 넓은 손절과 작은 포지션이 좁은 손절과 큰 포지션보다 잘 맞습니다.

핵심 용어

XAU/USD	거래 플랫폼에 표시되는, 금 1트로이온스의 미국 달러 가격입니다.
트로이온스(troy ounce)	귀금속의 표준 단위로, 약 31.1그램입니다.
차액결제거래(CFD)	자산을 소유하지 않고 가격 변화만 거래할 수 있게 하는 상품입니다.

실질 금리	금리에서 물가 상승률을 뺀 값입니다. 실질 금리가 오르면 보통 금에 부담이 됩니다.
안전자산(safe haven)	불안한 시기에 투자자들이 사는 자산으로, 금이 가장 잘 알려진 예 중 하나입니다.
LBMA Gold Price	런던에서 하루 두 번, 10:30과 15:00에 정해지는 세계 금 기준 가격입니다.
COMEX	가장 많이 거래되는 금 선물이 상장된 뉴욕의 거래소입니다.
계약 명세	랏 크기와 가격 단위별 가치처럼, 브로커가 시장마다 공개하는 세부 정보입니다.
중앙은행 준비자산	외화와 금을 포함해 중앙은행이 보유한 자산입니다.
세계금협회(World Gold Council)	금 산업의 시장 개발 기구로, 널리 쓰이는 금 수요 자료를 발표합니다.

핵심 정리

1. XAU/USD는 금 1트로이온스의 미국 달러 가격이며, 다른 통화쌍과 똑같이 읽습니다.
2. 대부분의 플랫폼에서 금 1랏은 100온스이므로, 1달러 움직임은 1랏당 100달러입니다.
3. 금은 실질 금리, 달러, 불안 심리, 중앙은행 매입, 투자 수요에 따라 움직입니다.
4. 금은 메이저 통화쌍보다 훨씬 크게 움직일 수 있습니다. 2026년 1월 약 5,590달러까지 오른 뒤 2026년 10월 말까지 그 수준에서 약 30% 내렸습니다.
5. 금 거래의 크기는 달러 기준 손절 거리로 정하며, 메이저 통화쌍보다 넓은 스프레드, 오버나이트 비용, 낮은 최대 레버리지를 감안해야 합니다.

실력 점검

각 문제에 답을 하나씩 표시하세요. 해설이 포함된 정답은 다음 페이지에 있습니다. markettalks.info에서 온라인으로 퀴즈를 풀고 바로 점수를 확인할 수도 있습니다.

1. XAU/USD 4,100.45는 무슨 뜻인가요?

- A 금 1그램이 4,100.45달러
- B 금 1트로이온스가 4,100.45달러
- C 금 1킬로그램이 4,100.45달러
- D 1달러로 금 4,100.45온스를 산다

2. 대부분의 플랫폼에서 금 1랏은 몇 온스인가요?

A 1
B 10
C 100
D 100,000

3. 금이 20달러 오르고, 0.10랏을 보유하고 있습니다. 이익은 얼마인가요?

A 2달러
B 20달러
C 200달러
D 2,000달러

4. 실질 금리가 크게 오릅니다. 금은 보통 어떻게 되나요?

A 오르는 경향이 있다
B 내리는 경향이 있다
C 영향을 받지 않는다
D 거래가 멈춘다

5. 미국 달러가 전반적으로 약해집니다. XAU/USD는 보통 어떻게 되나요?

A 오르는 경향이 있다
B 내리는 경향이 있다
C 언제나 그대로다
D 다른 통화쌍이 된다

6. 세계금협회에 따르면 중앙은행들은 2022년, 2023년, 2024년에 각각 금을 얼마나 샀나요?

A 약 10톤
B 약 100톤
C 1,000톤 이상
D 전혀 사지 않았다

7. Anna는 금에서 손절 10달러로 50달러의 리스크를 감수합니다. 포지션 크기는 얼마인가요?

A 0.05랏
B 0.20랏
C 0.50랏
D 5랏

8. EU, 영국, 호주 규정에서 개인 고객의 금 최대 레버리지는 얼마인가요?

A 2:1
B 20:1
C 30:1
D 500:1

정답 및 해설

1 B

금 1트로이온스가 4,100.45달러

기준 통화 자리의 XAU는 금 1트로이온스이고, 가격은 미국 달러로 표시됩니다.

2 C

100

금 1랏은 보통 100트로이온스이므로 0.01랏은 1온스입니다.

3 C

200달러

0.10랏은 10온스이므로 1달러 움직일 때마다 10달러입니다. 20달러 움직이면 200달러입니다.

4 B

내리는 경향이 있다

금은 이자를 주지 않으므로, 실질 금리가 오르면 이자가 붙는 자산에 비해 매력이 줄어듭니다.

5 A

오르는 경향이 있다

금은 달러로 가격이 매겨지므로, 달러가 약해지면 보통 1온스에 더 많은 달러가 필요합니다.

6 C

1,000톤 이상

중앙은행들은 3년 연속 해마다 1,000톤 넘게 사들였으며, 이는 강력한 수요원입니다.

7 A

0.05랏

랏 = $50 ÷ ($10 × $100) = $50 ÷ $1,000 = 0.05랏입니다.

8 B

20:1

개인 고객의 금 레버리지는 20:1로 제한되며, 메이저 통화쌍은 30:1입니다.

출처

- World Gold Council(Kitco 보도), 중앙은행들 2024년에도 1,000톤 넘는 금 매입, 3년 연속: https://www.kitco.com/news/article/2025-02-05/central-banks-buy-more-1000-tonnes-gold-2024-third-year-row-world-gold
- CBS News, 역사상 최고 금 가격(2026년 1월 28일 약 $5,589 기록): https://www.cbsnews.com/news/highest-gold-price-in-history-how-its-changed-from-2025-to-2026
- Nation Thailand, 11월 5일 금 가격 2주여 만의 최고치 US$4,146.63/oz 기록(2026년): https://www.nationthailand.com/business/trading-investment/40073160
- LBMA, LBMA Gold Price: https://www.lbma.org.uk/prices-and-data/lbma-gold-price/lbma-gold-price
- ESMA, 개인 투자자 보호를 위한 바이너리 옵션 금지와 CFD 제한 합의: https://www.esma.europa.eu/node/84933

Market Talks

계속 학습하기

다음: 14강
안전하게 외환 브로커 고르기

이 강의는 MARKET TALKS 교육 센터의 외환 과정에 속합니다. 초급 강의는 무료이며 강의마다 퀴즈와 다운로드 가능한 PDF가 제공됩니다. 중급과 고급 강의는 회원 전용입니다.

교육 센터
기초 원리부터 고급 주제까지 다루는 강의

시장 분석
주요 시장에 대한 기술적 분석과 기본적 분석

리포트
비트코인, 금, 은, SPX 등

markettalks.info

텔레그램 @MARKET_TALKS

교육 목적으로만 제공됩니다. 이 문서의 어떤 내용도 투자 조언이 아닙니다. © 2026 MARKET TALKS. 이 PDF는 수정 없이 자유롭게 공유하실 수 있습니다.