



什么是夏令时？

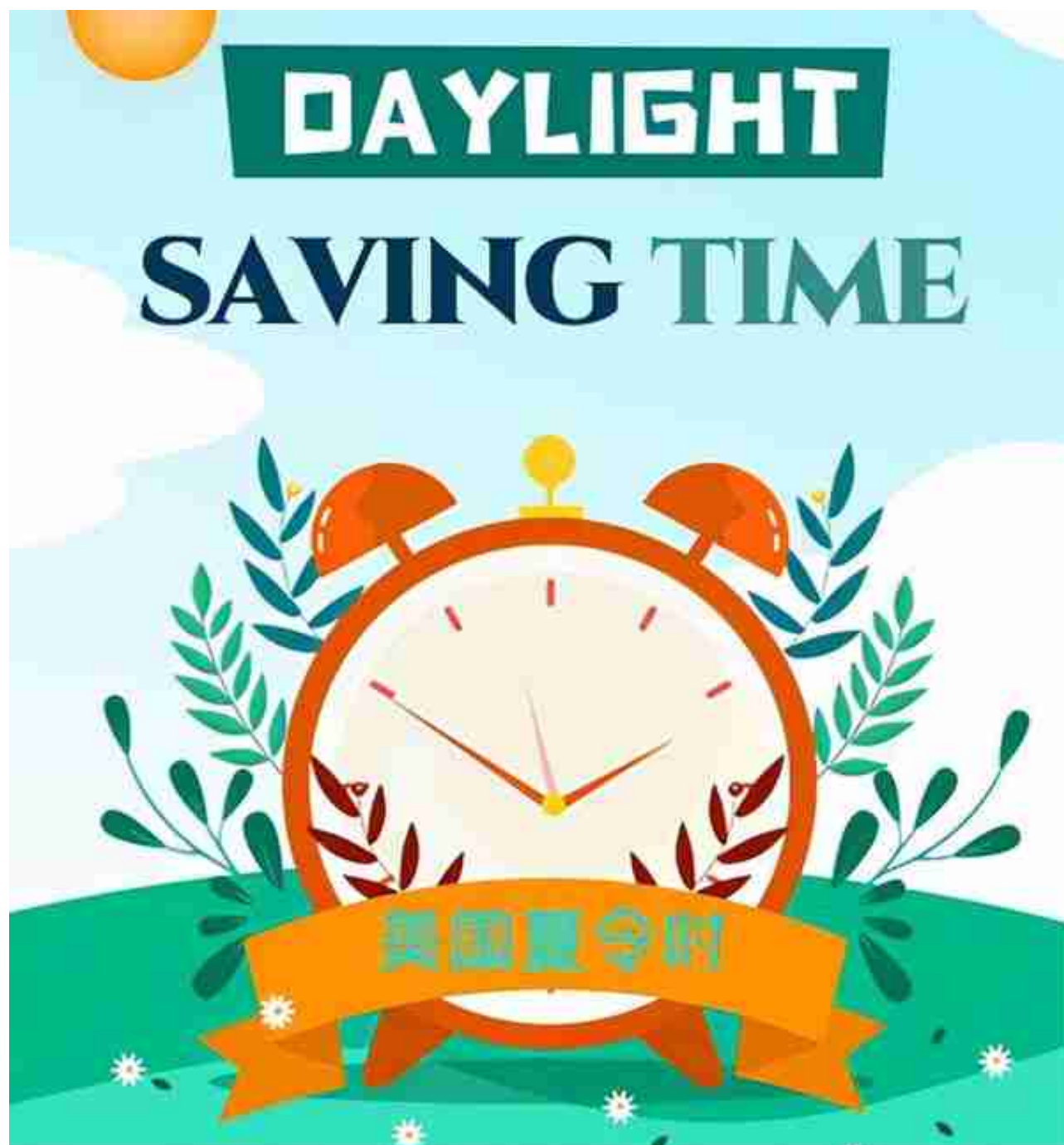
夏令时英文叫Daylight Saving Time，简称DST，也叫daylight time或summer time。是一种为节约照明用电而人为规定地方时间的制度。

美国《能源政策法案》规定：

美国的夏令时从每年3月的第2个周日开始实施，到当年11月的第一个周日转变为冬令时。

由于夏季太阳升起的时间比冬季更早，很多国家为了充分利用夏季的太阳光照，会在夏季人为地将时间调快一小时，实行夏时制。这可以让人们早睡早起，充分利用早上的阳光，有效节约照明用电。而当冬季来临时，这些国家又会将时针往回拨一个小时变为原来的标准时间（Standard Time），而冬令时（Winter Time）其实就是标准时间。

美国夏令时期间美国地区 and 中国的时差



第一次世界大战期间，德国率先开始实施夏令时，并将其作为在战争时期节省能源的重要方式。这种模式很快便在欧洲各国流行起来，美国也紧随其后开始推行夏令时。但这种模式却没能在战争结束后保留下来，直到二战时期美国才开始重新实施。

1966年，为了解决美国各州因夏令时不统一而造成的混乱局面，美国国会颁布了《统一时间法案》。任何使用夏令时的州都必须遵循统一规定，即夏令时从4月的第一个星期天开始，到10月的最后一个星期天结束。

根据美国国会最新通过的能源法案，自2007年起将延长夏令时间，将开始时间从每年4月的第一个星期日，提前到3月的第二个星期日，结束日期从每年10月的最后一个星期日，延后到11月的第一个星期日。这种调整让冬令时间缩短约一个月，进一步节省了能源。之所以安排在周日，也是便于人们的生活不至于受到较大的影响。