



日本YMCA同盟特別企画

YMCA   
みつかる。つながる。よくなっていく。

戦禍を逃れて三年

Через три роки після порятунку від руйнівної війни

ウクライナ避難者が自ら語る  
「いま」、「これから」

Українські евакуйовані розповідають власні  
історії про "теперішнє" та "майбутнє".

2/22(土) 13:30-17:00

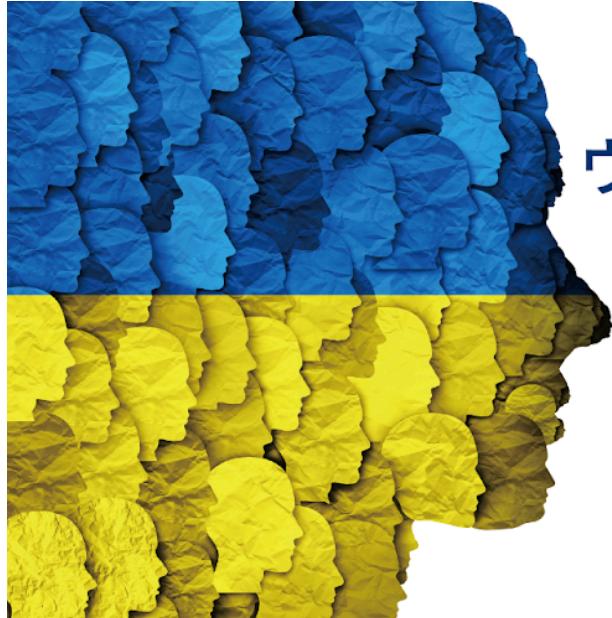


帰国か定住か、自立を迫られる中で。  
Повернутись додому чи залишитись тут:  
у пошуках самостійності

## 実施報告書

実施日：2025年2月22日

【主催】日本YMCA同盟



特別企画 戦禍を逃れて三年  
ウクライナ避難者が自ら語る  
「いま」、「これから」

帰国か定住か、  
自立を迫られる中で。

2/22(土) 13:30-17:00

(第2部終了後、交流・情報交換会あり)

対象者：ウクライナ避難者、支援団体・協力者、行政、メディア関連

場所：コモレ四谷タワーコンファレンス

(四ツ谷駅徒歩1分)

【主催】公益財団法人 日本YMCA同盟

ロシアによる軍事侵攻から3年。世界を巻き込み混迷の様相となり、終結の気配はありません。日本では現在1974名のウクライナ避難者が生活しています(2024年12月末日現在)。これまでに危険を顧みず帰国した人たちが700名程度いる一方で、いまなお新たな来日も絶えません。生活基盤である日本財團を始めとする財政支援が3年を区切りに来春から順次終了、縮小が決定しています。就労、日本語、メンタルなど課題を抱えるなか自立を迫られ、避難者たちは「日本での定住か、帰国か」、心は不安のうちに大きく揺れ動いています。

YMCAは世界各地で避難者支援を行い、日本ではこれまで1700名の支援、渡航から生活開始・自立に向けた伴走まで行っています。

今回は、独自のウクライナ避難者の大規模な調査結果と、あらゆる世代の当事者の声をわかち合い、私たちがこれから向かうべき道を共に探りたいと願います。



第1部 13:30-15:00

ウクライナ避難者が自ら語る「いま」、「これから」

オープニングアクト

避難者による劇団マーフキ (MAVKY)

1. ウクライナ避難者をめぐる全体概況報告

YMCAウクライナ避難者調査結果を踏まえて  
(日本YMCA同盟)

2. ウクライナ避難者による意見提示

〈登壇者〉  
ベルナツカ・ユリヤ ウリバチョバ・イリーナ

3. フロアセッション

各世代が自ら語る「いま」「これから」

第2部 15:30-16:30

応答：私たち日本社会が問われていること

パネリスト(予定)

横山由利亞

(公益財団法人日本YMCA同盟ウクライナ避難者支援プロジェクト責任者)

中尾真理子

(東京都生活文化スポーツ局 都民生活部 多文化共生担当課長)

小野一馬

(NPO法人ビューティフル・ワールド理事／大分府にて避難者受入れ)

榎原アレクセイツェヴァ ナターリヤ

(NPO法人日本ウクライナ文化協会／名古屋にて避難者受入れ)

山田拓路

(NPO法人メタノイア代表理事)

大森佐和

(国際基督教大学教員)

日本YMCA同盟

公益財団法人 日本YMCA同盟

〒160-0003 東京都新宿区四谷本塩町2-11 Tel 03-5367-6640





## 【第一部】

### 『ウクライナ避難者が自ら語る 「いま」「これから」』

#### 1. ウクライナ避難者をめぐる全体概況報告：

YMCAウクライナ避難者聴き取り調査結果を踏まえて

日本YMCA同盟ウクライナ避難者支援  
プロジェクト責任者：横山由利亞



#### ◆オープニング

劇団マーフキの皆さん、オープニング・アクトをありがとうございました。改めまして、みなさん、こんにちは。「特別企画 戦禍を逃れて3年ウクライナ避難者が自ら語る“いま”“これから”」を始めます。日本YMCA同盟の横山由利亞です。

本日は2部構成になっています。第一部は、いまから3時まで、最初に私から「ウクライナ避難者をめぐる全体概況報告」を行います。続いて、お二人から発題をいただきます。ユリア・ベルナツカさんと、イリーナ・ウリバチョバさんです。本日、ウクライナ避難者の方、子どもも含めて32名がご参加くださっています。その中から4名に、実体験に基づくコメントをお願いしています。

休憩をはさみ、第二部では、ウクライナ避難者

支援の分野で、行政や団体など、第一線でご活躍の皆様、5名をお迎えします。「私たち日本社会が問われていること」をテーマとしたパネルディスカッションです。フロアからもご意見や質問を募ります。最後に全体で記念撮影をし、自由な交流の時間とします。

本日、通訳を務めてくださるのが、オクサーナ・ピスクノーワさん、オレーナ・ソボルさんです。よろしくお願ひします。なお、本日は政治について議論することはいたしませんので、ご了承ください。

#### ◆はじめに

では、始めてまいります。このフォーラムは今年で3回目になりますが、当事者の方々の前での発表はとても緊張します。まさか避難生活が3年間にも及ぶとは、避難者も支援者も、誰も想像していました。今年も寒い中、かけつけてくださいり、ありがとうございます。戦争に抵抗する私たちの「小さくても搖るぎのない力」だと信じます。

1月末日現在、ウクライナ避難者の総来日者は2,747名、1,982名の避難者が生活しています。4人に一人、800名近い方が危険を顧みず帰国か第三国に出国しています。YMCAが支援活動を始めたきっかけは戦争直後の日本で暮らすウクライナ人からの家族呼び寄せの相談でした。自主財源とYMCAのグローバルネットワークで166名の来日避難を実現し、それをスタートに現在まで1,746名の方々の生活に、伴走支援をしてきました。

具体的には、YMCAはいち早く東京都と協定を結び、都営住宅を1軒ずつお訪ねし、最近はSNSも駆使しながら、心の内を聞き、困りごとや不安などに対応してきました。これまでマッチングにつながった相談件数がこちら1,893件です。ウクライナ大使館とも協働し、特に子どもたちがウクライナの文化を忘れないよう、その教育、継承に力を入れてきました。

来日は最初の半年に集中していますが、実はいまでも毎月20名程度が来日しています。ほとんどが、東京、横浜、大阪、名古屋など都市部に集中。右側は都営住宅に限ってのグラフですが、単身者がついに6割を超える、年代と性別で言えば、女性が75%、ただし男性が10~20代で増加しています。

#### ◆支援活動の変化

フェイズで少し振り返ってみます。最初の、「命の危険回避」の段階から、異国での生活がスタートし、住民登録はじめ様々な日本語での手続き、ゴミ問題から蒸し暑い気候への対処などがありました。YMCAは訪問支援と並行して、リラックスできる居場所を用意し、手続きのサポートや生活講座、物資支援、ウクライナ図書館の開設、続いて、ハローワークでの仕事探しや病院への同行、子どもの学校転入のサポートを行いました。

来日1年過ぎた頃から、中長期化を覚悟せざるを得なくなりました。離れている本国の家族との関係に、変化も出てきました。ウクライナの女性は医師、弁護士、会計士、エンジニアなど専門性を身に着けた人が多いです。なので、「日本語

や、資格の壁でキャリアはもうあきらめないといけないのか」、「パートタイムでの、体力勝負の仕事をこのまま続けられるか」といった悩みが寄せられました。「子どもは将来、ウクライナか日本のどちらで進学するが良いか」といった簡単には答えの出ない、人生設計に関わる相談が増えたのもこの頃からです。来日3年目の昨年2024年からは、定住を視野に入れた相談がぐっと増えてきています。日本政府は、2023年12月、ウクライナ避難者を準難民と位置づけ、希望する人には最大5年間の定住資格を与え、多くの避難者が申請をしました。

#### ◆最近の傾向

ごく最近の避難者の傾向はこの通りです。侵攻当初は「母子・高齢者」が中心でしたが、徴兵を目前に控えた16-17歳の男性、若い独り身の女性、避難民による家族の呼び寄せ、重い障がいのある方、日本国内で言えば地方都市から都心への移動も多くなっています。

#### ◆2024年度の最大のテーマ

2024年度、私たち支援団体の最大のテーマは、「どのように自立に向けて、道筋を計画し、それを実現できるか」がありました。なぜなら避難者の生活基盤である各種財政支援が順次終了を迎えていくからです。国の受け入れた「身寄りのない避難者」の財政支援は2年間のため、多くがすでに終了しています。数で一番多いのは侵攻直後2022年の3月~5月に来日した母子や高齢者たち、全体の約半数になります。この方がたの日本財団による支援は今年2025年の春、一斉に終了します。

しかし、一方で「自立への道筋、計画づくり」は一律的に考えられないことは明白でした。というのもこの都営住宅在住者の世帯の構成から見て、実に、2/3の世帯が、さまざまな理由で持続的な就労がかなり厳しく、経済的な自立に困難を抱えていると言わざるを得ないからです。「そもそも働く資格のない16歳までの子ども」と「17歳から22歳までの学齢期の子ども」が合わせて172名、次に「60歳以上の高齢者」が69名、続いて「幼児から中学生までの子どもを抱える世帯主（母親）」が61名、障がい者が15名となり、合わせて64%にも上ります。

「働きたい、自立したい」という気持ちはあっても現実的に厳しい方々の置かれた状況に対して、いまどういった支援が重要なのか。私たちは3つのカテゴリーに分け、聴き取りと分析を行い、2024年度の支援策に反映してきました。

#### ◆「中学生までの子どもを持つ母親」

まず、幼児から中学生までの子どもを持つ母子世帯です。母親はたくさん心配事を抱えており、どう寄り添えるか、です。

- （1）子どもの日本語が上達する一方、母親の日本語習得が後回しになっています。
- （2）子どもは日本の学校へシフトしつつありますが、それでも7割の家庭がオンラインや家庭学習でウクライナの教育もフォローしています。
- （3）高等教育進学にかかる費用の貯えがないことが心配です。加えて、子どものPTSDや、発達に課題があるケース、学校でのいじめなど、不安は尽きません。
- （4）地域密着の生活スタイルなので住宅、居住地の継続について強い希望をもっています。

私たちは日本語教育機関へのつなぎ、地域内で子育てと両立可能、できれば将来的に見てキャリアを活かせる仕事探し、学校の三者面談への付き添い同行などに注力してきました。

#### ◆「高齢者世帯」

次に、60歳以上の高齢の避難者についてです。日本では60歳は高齢者ではありませんが、ウクライナの平均寿命は世界100位で73歳です。なので、私たちの感覚で年齢を見ない方が良いかなとも思います。

- （1）当然ですが、健康状態への不安が増しています。
- （2）地域の福祉サービス等の情報を把握できておりません、
- （3）日本語ができないため、孤立の恐れがあります。

高齢避難者の受け入れ家族は、その多くが日本で暮らす娘です。彼女たちの多くは日本語ができるので、高齢避難者だけでなく双方へアプローチして情報を提供することがキーとなります。定期健診や介護予防などはもちろんですが、多少なりとも収入や生きがいにつながる趣味づくり、居場所があることが、日々の楽しみ、ひいては生きる意欲につながるのではないかと考えます。都営住宅の住民同士の文化交流イベントや、N P Oと協働して「楽しく覚える日本語サロン」の紹介等にも努めています。

#### ◆「単身の若年層」

では、現在、増えている「単身の若い世代、若年層」の自立への道筋はどうでしょうか。話を聞くと、彼らの原動力は、アニメを始めと

する日本文化への強いあこがれです。若いので日本語能力の向上は目覚ましく、その多くが声を大にして「日本に定住したい」と話してくれます。

(1) ただ、社会経験、ロールモデル、相談相手が不足し、断片的な情報で自己判断になりがち、危なっかしいのも事実です。

(2) 経済的な自立に向けた将来設計が適切に行えるよう、就学や就労支援に関する相談窓口につなげること

(3) あと、一人で暮らしているため孤立感を深めてメンタル面でサポートの必要な人も少なからずいます。ですので、日本での友人づくり、スポーツや体を動かす機会など心身の形成期としても重要になるのではないでしょうか。

ここまで、2024年度の私たちの活動の注力点についてお話しきました。

### ◆独自アンケートから

では、いよいよ2025年度に向けてですが、今回1月に私たちが行った独自アンケートの結果を紹介してまいります。アンケートは、東京を中心に全国423名に対して送られ、176名から結果が得られました。調査結果を見てまいります。

### ◆調査1：生活費終了時期と計画

①まず、「生活費の支援がいつ終了するか」です。回答者の77%が日本財団から3年間の生活費支援を受けていますが、2025年前半でそのうちの60%、後半で35%が支援終了、打ち切りとなります。右側はいわゆる「日本政府から支援を受ける身寄りのない避難民」で、来月3月には全員が終了します。

②「生活費の支援が終了したら、どのような生活状態になるか」を尋ねました。「直ちに生活が困窮する」が30%、「引き続き住宅支援があれば生活可能」と答えたのが60%、合わせて90%になり、見通しは大変に厳しいです。住宅支援の重要性の高さが伺えます。

③次に、「支援終了にあたっての計画」について尋ねました。最も多い回答は「就労先を増やすか、労働時間を増やす」で、次に「補完的保護申請と定住支援プログラムの利用」、合わせて62.7%です。「特に計画がない」も18%おられ、「帰国を検討する」はわずか9%にとどまっています。

### ◆調査2：就労

①経済的基盤をつくるための就労についてですが、昨年と状況を比較してみました。昨年と今年の回答者は皆同じではないので正確な比較ではありませんが、就労状況は残念ながら、ほとんど改善が見られません。フルタイムでの就労者は17.6%と2割に満たず、パートタイムが4割です。パートタイムの職種も聞いており、販売・フード・アミューズメントが断トツで多い結果。違いは、昨年と比べて、「現在は働いていないが、仕事を探している」という回答が急増しています。実際、私も最近では、6-70代や障がいのある方々から「私も仕事を探したい」という切迫した声を聞くようになりました。

②給与は、収入ゼロが45%、次に「1-5万円」、「5-10万円」と続き、パートタイムと言っても、独り立ちをするには収入が十分に得られていません。私に寄せられる相談に、「パートの時間を増

やしてほしいと言っても上司に断られた」や、「肉体労働で時間数を増やして体力がもつだらうか」というのもあります。

### ◆調査3：日本語

①では、就労に求められる日本語のレベルと学習状況はどうでしょうか。まず昨年との比較ですが、「日常会話はできる」、「読み書きができる」が着実に増えています。全体的なレベルアップ、底上げが見て取れます。

②「日本語学習をしたことがない」と答えた35名を除いた141名が、何らか日本語を習っていると思われます。延べの数のグラフですが、オンライン、対面と、様々な方法と機会を活用して日本語学習をしていることがわかります。

③学習期間も、1ヶ月から3ヶ月、半年、1年、2年以上と比較的に右肩上がりで多くなり、継続して学んでいることが伺えます。ウクライナ避難者の方が日本での生活、自立や定住に向けて日本語学習の重要性をきちんと認識しておられ、皆さん不斷の努力をされている、涙ぐましい様子が伺えます。（会場内、拍手）

### ◆調査4：不安事項

YMCAの支援活動の特徴は、人間的な交わりです。困りごとを点ではなく、その人や家族全体を捉えて一緒に課題解決に向かう、伴走の姿勢になります。今回、「いま、日本での生活について、本音のところで困っていること、不安な点があればそれはどういったことですか」を複数回答可で聞いてみました。その結果がこれです。断ト

ツ多く、128人が「将来の戦争の展開について不安がある」と回答しました。次に「経済的に不安がある」、続いて「ウクライナの家族の安全について不安がある」となりました。

財政的な支援終了を目前に経済的な不安を抱え、定住か帰国か揺れ動き、パートタイムで働いて日本語を懸命に勉強し続ける避難者たち。その心の内をいつも大きく占める不安、それはやはり将来の戦争の展開であり、家族のことなのです。ストレスなどと軽い言葉では言い表せない、重い重い現実を私たち支援者は忘れてはなりません。

### ◆調査5：支援の縮小にあたり具体的な不安事項

①それを大前提とし、では「経済的な支援が縮小、終了したら特に不安なことはなんですか」を尋ねました。昨年との比較ですが、今年は更に顕著に、「（住宅支援がなくなった場合、）民間住宅に移って家賃を払えるか」と、「仕事に就いて安定した収入が得られるか」が2トップとなりました。「日本語学習の継続とその費用の捻出ができるか」が続きます。

②ちなみに、都営住宅は先月1月下旬に無償提供の1年延長が決定しました。居住する約510名は胸をなでおろし本当に感謝をされておられます。全国市区町村によっては新規受け入れ中止、一部家賃自己負担など、状況はまちまちです。避難者にとって、日本での住宅は、いまや「第二の故郷」、ハウスではなくホーム、くらしの場であり、人生を切り開く拠点となっています。全国の避難者の8割近くが都市部に集中しています。都会の貧困は「ハウジングプア」であると指摘がある

くらいに住宅費の負担の重さが都市生活者の貧困に直結している現実からすると、住まいに関する不安が強いのも最もなことかも知れません。

#### ◆調査6：戦争が終了した場合

次に、「戦争が終了（停戦・休戦）した場合、あなたはどのような選択を希望しますか」という質問です。昨年との比較ですが、「速やかに帰国をする」と答えた割合が減少し、「日本で定住を試みる」と答えた方の割合が増えて、日本への定住を積極的に指向している割合が51.7%と過半数を超えていました。その理由には、「帰国しても元通りの生活は送れない」といったネガティブなものもありますが、「勉強中の日本語を活かして、日本の会社に就職したい」「日本社会に恩返しがしたい」「日本の歴史や文化、そして平和についてもっと理解を深めたい」といったポジティブなものがより一層増えています。

#### ◆調査7：補完的保護制度

①2023年12月から補完的保護制度が始まりました。難民条約上の難民には該当しないものの、保護を必要とする人を守るための仕組みです。帰国の見通しが立たないウクライナ避難民が実質的に対象の第一号となり、申請が進みました。実際、申請割合ですが、「すでに申請し認定された」が78.2%、「認定待ち」を入れると83.5%と非常に高い割合で、最長5年の安定した定住VISAに切り換えていることが分かります。なお正式な認定数は政府から公表されていません。

②一方で、補完的保護制度に付随する定住支援プログラムの受講についてはほとんど利用されて

いない状況であることが分かります。定住支援プログラムとは、原則6ヶ月の日本語教育（572時間）と生活ガイダンス（120時間）が受けられ、その期間中は宿泊施設や生活費も一部提供されるというものです。

③では、なぜ定住支援プログラムの受講が進まないのか。その理由ですが、一番多いのは「日本財団の支援が終了してから受ける」が多く、生活費支給を目的とする回答です。しかしそれ以外にも理由は「申し込み方法がわからない」といった依然として情報へのアクセスが難しい様子や、「日本語のレベルが合わない」「すでに仕事をしていて時間が取れない」「生活に必要な情報はすでに持っている」など多岐に渡っています。ぜひ、定住支援プログラムがより避難者の実質的なニーズにあうものになるよう、今後の運営の参考にしてほしいと願います。

#### ◆調査8：日本人の友人や知り合い

①視点を変えましょう。「日本人の友人や知り合いがいるかどうか」を見て行きたいと思います。「いない」と回答した人の割合が昨年より減り、「いる」という方が8割を越えました。うれしい結果です。

②では、どういうところで日本人の友人や知り合いを作っているかですが、実はウクライナ避難者の約半数が、日本でなんらかの「文化交流や趣味、スポーツのコミュニティ」に入っていることが分かりました。

③そして、それは、ウクライナ避難者やウクライナ人向けのコミュニティに限らず、むしろ一般向けのコミュニティが多いのも驚きです。

④参加しているコミュニティの種類ですが、「趣味やスポーツ」が一番多く、次に「自治体や支援団体・NGO関連」、「学校や子供の関係」と続きます。コミュニティのテーマも、ネットワークが広がる場も非常に多様であることが見てとれます。

参考までにですが、日本社会の特徴に、団体や組織などコミュニティへの加入率が低いことがあります。スポーツ、レクリエーション団体への加入率などは1%未満と聞いています。実際にウクライナ避難者は、日本の文化に興味を持って書道や生け花に参加したり、「近くにクラブチームはないのか」と私に聞いて、ないと知ると公営のジムに通ったり、ラジオ体操で仲間を作ったり、得意の手芸を活かして地域のグループに参加しています。東京都はQOLの向上に力を入れ、毎年、FC東京のサッカーの試合観戦に招待していますが、こちらも会を追うごとに人数が大規模となり、とても好評です。

#### ◆調査9：健康度

今回、避難生活の長期化にあたって「健康状態」の変化について、「来日時と比べてあなたの健康はどうですか」と聞きました。「悪くなつた」と「変わらない」がそれぞれちょうど30%であり、39%は「良くなつた」との回答です。なぜそう思うかの理由を聞いた自由記述では、戦争がないことの日本の生活の安心をのべる回答がたく

さんある一方、戦争に関しての不安、慣れない肉体労働で体を壊した、医療サービスが受けにくい、気候の違い、免疫の低下、ワンオペでの育児などから悪化したとの回答です。

健康状態は心身のwell beingの観点からも幸福度の指標の一つであり、悪化している人が約3分の1弱いる現状は、今後、注視していかないとなりません。

#### ◆調査10：戦争の終わり方

参考までにウクライナ本国で行われている意識調査を模して、ロシアとの和平を達成するための妥協案として、どの意見に最も同意しますか、という質問を加えました。

「いかなる状況下でも領土を放棄してはならない」は2番目に多い29%（59名）となり、「領土の一部を放棄しても良い」は10.8%（19名）に留まりました。その一方で、「どちらとも言えない」という回答が40%（79名）で最も多く、回答拒否も19%（34名）おられました。国を離れて立場がとりにくい、判断が難しいという状況にあることはもちろんですが、同じウクライナ避難者であっても出身地や背景、帰る家の有無などによっても異なり、一枚岩になれない、だからこそ自分の意見を口に出さない、出せない現実も垣間見えます。

#### ◆調査11：最後に－幸福度

①最後に、幸福度について尋ねました。来日時よりも、現在の方が「非常に幸せ」と答えた人は減った一方、「少し幸せ」と答えた人の数が増えました。

②幸福度の変化です。幸福度について「よくなつた」と考える人は68.4%と圧倒的に多い結果です。何に幸せを感じるかの質問もしたのですが、健康であること、仕事があり収入があること、趣味や余暇を楽しむ時間、良好な友人関係など理由は多様です。

### ◆まとめ

かけあしでお話をさせていただきました。就労、日本語学習、心身の健康の課題を抱えつつも、地道に努力を続け、コミュニティにも参加し、日本社会に少しずつ根を張って定着されています。生活スタイルも多様化してきています。しかし同時に、戦争の行方が読めない重いストレスと財政支援の打ち切りという不安にさらされています。この2025年、ここまで積み重ねてきたものがこの先につながっていくのか、それとも望まぬ人生、予期せぬ生活に再び転落してしまうのか、その瀬戸際にあるのではないでしょうか。

私はぜひ、ウクライナ避難者の戦争から逃れ来たという状況に心を寄せ、たゆまない努力に敬意を表し、一人一人の希望の実現のために力になれるよう、このフォーラムで共に考えてまいりたいと願っています。