

# 在日チベット人ケアワーカーに見る異文化間ケアの可能性と 制度的・社会的課題

野田 潤

## 1. 問題設定

### 1.1. 本稿の目的と意義

本稿の目的は、日本でケアワークに従事する在日チベット人の方々の歴史と現状を明らかにすると共に、在日外国人ケアワーカーが抱える困難や問題・可能性を、従来とは異なる視角で考察することである。

塚田[2010]の整理によると、日本で最初に外国人労働者問題が大きく議論されたのは1980年代である。そのきっかけは1970年代後半のインドシナ難民の流入や、風俗関連産業に従事する東南アジア女性の移民の増加、また1980年代バブル景気による労働力不足解消のための外国人労働者拡大をめぐる議論であった。その後の長期不況下で外国人労働者についての議論は減少したが、1990年代後半以降は少子高齢化に伴う労働力不足への対応として再び活発化してきている。特に近年は経済連携協定(EPA)による看護師・介護福祉士候補者の受け入れが注目されつつある。塚田[2010]によると、これらの受け入れは提携相手国からの強力な要請による政治的な動きであったとはいえ、やはり日本側の少子高齢化と要介護者の増加、介護労働者不足の現実と切り離して考えることもできない。

その中で、今あえて在日チベット人ケアワーカーに着目する意義は2点ある。

1つ目は、本稿で紹介する在日チベット人ケアワーカーの歴史は、日本で外国人労働者に関する議論が巻き起こるより20年ほど前に始まったものだという点である。先行事例のなかった

当時に、たとえ少数ではあれ実際に行われていた現場の実践は、今の問題を考える上でも示唆に富んでいる。また外国人ケアワーカー招聘の事例としてこれらチベット人のケースが注目されたことはなく、事例の紹介自体にも大きな意義があると言えよう。

2つ目は、本稿で扱う在日チベット人ケアワーカーは難民という立場で来日しており<sup>1)</sup>、国家の枠組を前提とした諸制度からは完全な外部にある／あった人々だという点である。そういった立場から見た時に、日本の外国人ケアワーカー受け入れ体制について、内部から見てはわからないような視点が出てくることも予測できる。本稿ではこうした事例に注目することで、日本が外国人労働者を受け入れることの意味や課題、可能性を、既存研究とは異なる視角から考えていきたい。

なお、本稿ではチベット人ケアワーカーを考える際に、労働力不足という観点のみではなく、その異文化ゆえのケアの意味や可能性をも視野に入れておきたい。とりわけ、日本でケア労働を行うということとチベット人であるということの関連性がどのように語られていくのかは、紙幅の都合上本稿では論じつくせないが、重要な論点として今後に開いておきたい。

### 1.2. 亡命チベット人の概要

1949年より中国人民解放軍の侵入を受けたチベットは、1959年3月10日、ラサにおける大規模民衆蜂起の武力鎮圧により、ダライ・ラマ14

世が国外へと亡命するに至った。前後して約8万人の難民がヒマラヤを越えてインド、ネパール、ブータンなどに逃れ(Deshayes [1997])、爾来、毎年数千人のチベット人が世界各地へと亡命している(ダライ・ラマ法王日本代表部事務所[2002])<sup>(2)</sup>。

2009年現在、世界各国に散らばる亡命チベット人の数は12万7935人である(The official website of Central Tibetan Administration [2009])。ダライ・ラマ法王日本代表部事務所によると、このうち日本に「入植」しているのは2002年12月時点で約60人だが、それ以外に留学や研修などで日本に滞在するチベット人も60人ほどいるという<sup>(3)</sup>。

## II. 調査概要と方法

量的には少ないが質的には非常に注目すべき体験を持つ在日チベット人ケアワーカーの調査には、質的調査が適している。今回の調査では半構造面接により、西藏ツワン氏(50代)、Bさん(50代)、Cさん(50代)、Dさん(20代)、Eさん(30代)の5名に、各々30分～2時間半程度のインタビュー調査を行った<sup>(4)</sup>。内訳は医師免許保持者1名、正看護師免許保持者3名、介護福祉士免許保持者1名である。調査期間は2011年1～2月。会話内容は予め了解を頂いた上でICレコーダーに録音し、電子データは逐語で起こした。

## III. 分析

### III. 1. 来日とケアワーク志望のきっかけ

語り手は主に1960年代に来日した難民1世と、2000年代に来日した難民2世に分けられる。難民1世の来日は亡命直後の混乱期であり、子供たちの教育目的で、かなり積極的に海外留学の試みが進められていた頃だった。その際に欧米では政府やNPOレベルの支援も多くあったが、日本では完全に個人レベルの支援に留まっ

たという。在日チベット人ケアワーカーの歴史は、当初から完全に国家という枠組みの外部で始まったと言える。

具体的には、戦時中に特務機関員としてチベットに潜入した経験をもつ木村肥佐生氏が、留学生受け入れのスポンサーを探して日本中を奔走し、それに応えたのが医師の丸木清美氏であった。爾来、第四次ほどまで続いた丸木氏の招聘活動は、完全に個人によるボランティアなものだった。受け入れた留学生は総勢21名。第一次は西藏氏ほか5名の男子で、彼らは全員が日本の中・高・大学を卒業した。第二次以降は看護師育成を目標として女子のみの招聘となった。彼女らは来日直後から研修を受けて働きながら勉強し(年齢が若い場合はまず地元の学校に通った)、大半がストレートで資格試験に合格した。子供たちの留学希望はインドの亡命チベット人学校(TCV)<sup>(5)</sup>で募集された。当初は全員がインドに戻って亡命政府のために働く予定だったが、結果的に仕事の都合や結婚などで定住や帰化の道を選んだ者も多い。

一方2000年代に来日した難民2世も、知人や親戚などの伝手による個人的な来日だった。具体的には、看護師志望の方がまず先にあり、その支援者がたまたま日本と繋がっていたため来日が決まったDさんの例や、インドの名門大学を卒業したがなかなか良い仕事が見つからず、自分の可能性を広げるため来日したEさんの例である。両者とも日本で語学や資格試験の勉強に励み、Dさんは看護師、Eさんは介護福祉士の資格を、各々ストレートで取得した。

ケアワークを目指したきっかけについては、極度の混乱の中で来日した難民1世たちは環境による偶然の結果であったと語る一方、2世たちは明確な理由を口にした。Dさんの場合は「人に優しくする」という仏教的な実践を行える看護職に憧れがあった。Eさんの場合は少子高齢化が進む日本の介護ニーズをふまえた上で、

社会的な自らの性格と、「人のために捧げる」  
仏教徒としての信念を考え合わせ、ケアしか  
ないという結論に至った。このように、Dさん  
とEさんの語るケアワークの志望動機には、チ  
ベットの仏教文化が非常に密接に結びついて  
いる。

### III. 2. 資格取得に至るまで

来日直後の細かい文化ギャップにはすぐ慣れ  
た一方で、最も苦労したのは日本語だった。こ  
れは語り手全員が強調していたことである。元  
来チベットは漢字文化圏ではなく、亡命者であ  
る語り手たちは皆、漢字の知識が皆無であつた。  
一通り話せるようになった後も読み書きや漢字  
には苦労が残り、今でも苦手意識を持つ人も  
いる。

こうした中で受け入れ側の濃密かつ細やかな  
サポート体制の意義と効果を幾度も強調したの  
が、西蔵氏、Bさん、Dさんである。西蔵氏や  
Bさんには受け入れ側の病院長がほぼ24時間  
体制で職員を1人つけてくれた上、時間外も含  
めて病院のスタッフが一丸となって、勉強や語  
学、日本の風習など、様々な細かい指導を行っ  
てくれた。国家試験の際にも先輩の看護師や  
看護師長が側に付くなどして、地道に勉強を  
見てくれたという。またDさんのケースでも、  
院長を初めとした病院ぐるみの手厚いサポー  
ト体制が機能していた。勤務中にはわからない  
ことや日本語などを同僚が教えてくれたし、  
勤務後も病棟の主任が交替で残って、毎日夜  
まで2時間ほど勉強や語学を指導してくれた。  
サポート内容は文字の書き順の指導や日記の  
添削、准看の教科書に読み仮名をつける作  
業など、多岐に渡る。「みんなから支えら  
れてた」と語るDさんには、かなり細やかで  
手厚いサポートを受けたという感覚がある。

西蔵氏やBさんは当事者としての自らの体  
験から、こうした細かい配慮や綿密なサポー  
トの

有無こそが、ケアワークを志す外国人が日  
本で成功できるかどうかの分かれ目になる、と  
語る。しかしながら亡命チベット人である彼  
／彼女らのケースでは、こういった病院ぐる  
みのサポート体制はいずれも、受け入れ側の  
スタッフの特別な配慮によって、ボランティア  
に作り上げられたものだった。チベット亡  
命政府は予算不足のため一切の援助はなく、  
日本の行政や自治体からも全く補助はなかつ  
た。つまりこうした綿密なサポート体制を作  
れるかどうかは全て、受け入れ側の病院ス  
タッフ(とりわけ病院長)の個人的な善意や  
理解にかかっていたと言える。

### III. 3. 国籍とビザをめぐる問題

語り手の来日時の属性は、無国籍が4名(う  
ち3名は後に日本国籍取得)、ネパール国籍  
保有が1名である。このうち無国籍であるこ  
の問題は、何よりも日常生活における実務  
的な細かい不便さとして語られた。

例えば西蔵氏には国際学会での発表時に手  
続きを止められ発表できないという問題が  
幾度も起こった。またCさんは、日本での  
無国籍の余りの不便さから帰化を決意した  
という経緯を持つが、日本人の伴侶との婚  
姻届を受理してもらえなかったという体験  
がある。この他にも亡命チベット人が日本  
の高看学校に入る際は「国家試験を受けら  
れるのか」「合格しても本当に資格を貰え  
るのか」を全て自己責任で確認しなければ  
ならないなど、手続きが非常に煩雑である。  
多くのチベット人に組織的・制度的にチャ  
ンスが与えられない現状は、こうした法的  
・政治的問題が原因である。個人の力だけ  
では限界があるのだ。

さらにCさんは「外国人」への社会的偏見  
も指摘する。今でもローンやカードでの支  
払いを断られる、車の買い替えを渋られ  
るなど、良くない思いをすることは多い。  
とりわけ子供に関して「母親が向こうの  
人だから」と言われるこ

とは、「すごいやだな」と感じる点である。

一方で、ビザについて複雑な思いを語ったのはDさんである。これは一般の在留外国人(定住・永住権を持たない)にも共通する問題だろうが、あれだけ大変な努力を重ねて日本の正看護師免許を取った以上、ビザの期限も少しは長くなるのではないかと期待していたDさんは、正看になって期限が1年だったことに大きく失望したという。さらに更新手続き自体の煩雑さのほか、更新回数にも制限があるため「あとどれくらいここにいられるのか」がわからない現状も、大きな心配事の一つである。またDさんは、看護師不足なのに外国人ケアワーカーのビザを制限する日本の制度にも純粋な疑問を感じている。EPAの候補生についても、せっかく日本で技能を修得したのになぜもっと長く採用しないのかと思っている。

そして、外国人労働者をめぐる日本の制度に最も翻弄されたのがEさんである。介護福祉士の資格を取得したEさんはネパール国籍を持っていたが、就職内定の際に就労ビザが下りないという問題にぶつかってしまう。在留外国人労働者の就労条件に「介護」の項目がなかったためだ。こうした事情をEさんも内定先の法人も全く知らず、かつて専門学校の奨学金を東京都から貰った際も、問題は指摘されていなかった。Eさんの相談に都は「入管の問題なんでお金は返して国に帰って下さい」と答え、フォローは皆無であったという。結局、「EPA候補生受け入れのため通訳として就労」という2度目の申請内容が通り、Eさんは介護職ではなく事務職として老人保健施設に就職した。

こうした経歴を持つEさんは、日本の制度は「冷たい」と感じている。また、介護問題の深刻化が叫ばれ続けているのに、なぜ介護市場から在留外国人が排除されるのか、大きな疑問を感じている。Eさんは、「何百人も受験して3人4人しか受かってない」「大失敗」のEPA

よりも、在留外国人を活用した方が、日本の介護問題にはずっと効果的ではないのかと考えている。例えばEさんの働く法人でも去年EPA候補生を4～5人受け入れたが、うち3人が途中で断念して帰国した。候補生の悩みを直接聞いたEさんは、その一番の問題が日本語と漢字であったと述べる。また言葉ほどではないが、食への不適應も候補生の悩みであった。しかし最初から自分の希望で日本に住んでいる在留外国人は元々日本人の習慣・文化・言葉に親しみがあるため、介護さえ希望すればEPA候補生よりも適性が高いはずだとEさんは語る。

なお、Eさんの直接・間接の知り合いのチベット人も、志望者全員が日本の介護福祉士の試験に合格していたが、やはりEさん同様に介護での就労ビザが下りず、中には既に帰国させられてしまった人もいる。現在日本に留学中の60人ほどのチベット人学生の間でも、ケアワークの潜在的な希望者は非常に多いが、就労ビザの問題のために諦めているのが現状だという。

### III. 4. 文化・エスニシティをめぐる語り

なお幾人かの語り手は、チベットの仏教文化や精神哲学が、日本でケアワークを行う上でも非常に役に立ったと語った。ケアワークに必要とされるいくつかの側面が、彼／彼女らの重視しているチベットの価値観と、実に幸運な一致を見ていたのである。そしてその一致は彼／彼女らにとって、ケアワークへの積極的な動機付けとしても機能していた。

具体的には、チベットの仏教文化において非常に重視される「利他性」や「共感」といった価値観が、彼／彼女らの中でケアワークとチベットのエスニシティを結びつけていた。元々チベット人の社会においては、ダライ・ラマ14世がその説法や講演・著作の中で繰り返し強調していることも手伝って、「思いやり」や「共感」「他人のため」といった考えが様々な場面

で極めて重要視されている<sup>6)</sup>。こうした背景が、例えばDさんやEさんにおいてはケアワークを志す動機そのものとなって現れていた(III.1.参照)。また重度心身障害者施設で長年働くCさんは、施設でのケアにおいてとりわけ重要となる「自分より人のことを考える」態度のことを「チベット気質」と名付けており、「施設の職員は日本人でもチベット気質を持っている」とすら語る。Cさんの中で、弱者へのケアという行為が、チベット人社会で重視されている特定の価値観と、極めて強く結びつけられていることがわかる。

その一方で、近年緩和ケアに携わるようになった西藏氏は、チベットと日本の両方を知る自分にこそ見えてくる問題として、両者の死生観の違いを挙げた。従来「治すこと」ばかりを習ってきた日本人医師らが末期患者のメンタルケアの場面で「何やっっているのかわからず困っている」姿をしばしば目にした西藏氏は、日本の近代医療の現場には「これから悪くなっていくばかりの人」についてかけるべき言葉が存在していないと感じている。一方で確固とした仏教思想のバックボーンのもと、「常に死ぬことに対する心の準備をしている」チベット人社会においては、死はあまり恐ろしいものと考えられてはいない。そうした立場から日本を見ると、「衰えていくこと」に対する言葉の足りなさが浮かび上がってくるし、もしチベットの文化背景を持つ自分だからこそ日本に提言できることがあるのだとすれば、その部分だろうと西藏氏は考えている。

ただし同時に注意すべきなのは、語りの中に現れてきた「チベット」の意味内容は、あくまでも当事者たちのライフヒストリーの中でパフォーマンス的に意味づけられ、築き上げられてきたものであったという点である。1人1人が語る「チベット」の意味内容は、多くは重なりつつも少しずつずれており、語り手のそれぞ

れの人生の中で、それぞれの人生の数だけ「チベット」の意味があったことがわかるのだ。しかしその具体例を含む詳しい分析と考察は紙幅の都合上、別稿に譲りたい。

## IV. 結論

### IV.1. 現場レベルにおける細かな支援の重要性

細かい配慮にもとづくサポートの重要性が示された。西藏氏やBさん、Dさんの例からは、外国人ケアワーカー受け入れの理念を現場が等しく共有すること、そしてその上できめ細やかな支援が重要となることが見えてくる。

このことは、EPA候補者を含む現在の日本の外国人ケアワーカー育成問題全般にも多くの示唆を与えている。例えば西藏氏とBさんは、Eさん同様にEPAの結果を「失敗」と語った人々だが、彼らがEPAの最も基本的な問題として挙げたのは、「細かな配慮」と「手厚い支援」の有無である。国家や制度の外部にあって個人で努力するしかなかった在日チベット人の立場としては、EPAの試みを外から見ていて、歯がゆい思いも非常に大きい。せつかくの制度と予算なのだから、何百人もの候補生を受け入れる際には、運用面においてもっと効果的な支援を行ってあげてほしいとの思いが強い。

このように先行者の実体験から語られる「細かいサポート」の必要性には、今でこそ注目すべき深い意味があるように思われる。EPAの支援体制に西藏氏らのような当事者の声を反映させることも、あるいは考慮されてもいいのではなかろうか。

### IV.2. 制度的・社会的レベルでの課題

本稿で見えてきた在日チベット人ケアワーカーは、いずれも日本のケアの現場で実際に働いている人々だが、現在の日本の制度からうまくすくい上げられているとは到底言えない。いずれの語り手も個人による招聘／来日であり、制度

的な支援からは零れ落ちている。また、国民国家の枠組を前提とした「経済連携」の可能性からも初めから排除されている。さらには「労働力不足」という理由も、彼／彼女らの体験には当てはまらない。

例えばEさんについては制度的には一般の在留外国人の問題とも共通するが、日本で合法的に奨学金を獲得して社会福祉士の資格を獲得したにもかかわらず、「介護ではビザが下りない」という結果になった。また、せっかく日本の言語や文化に習熟して日本の正看護師資格を取得してもビザ更新の回数制限によって短期間で帰国しなければならない現状に対して、Dさんは「外国人看護師のみならず技術を授ける日本人側から見ても非効率的不是ではないか」という疑問を抱いている。

こういったDさんやEさんの事例からまず指摘できるのは、そもそも日本のケアワークは一般の在留外国人には開かれていない、という重要な事実である。近年の外国人ケアワーカーの受け入れに関して巷間でも専門家言説においても良く語られるのは、「労働力不足だから外国人が必要」というロジックだ。しかしながら、「労働力不足」という受け入れ側のこの論理は、実際の制度的現状とは矛盾しているのである。

もっとも「労働力不足」という論理に対しては、これまでも「実際に求められているのはあくまでも『安くて管理しやすい』外国人労働者に過ぎないのではないか」という批判がなされている。この考えを推し進めるならば、「労働力不足」という建前上の論理の陰で実際に需要されるのはあくまでもコストの安い外国人労働者であり、コストの高い外国人労働者は忌避されることが予測される。しかし本稿で見てきた事例は、このコストの論理にも当てはまらない。というのは、まず介護労働は定住・永住権を持っていたり日本人の配偶者を持っていたりする外国人には開かれているが、より雇用コ

ストが安いと思われる一般の在留外国人には閉ざされているためである(Eさんの例)。さらに、同じ在留外国人でも看護の分野であれば、ビザ更新回数の制限はあっても日本での就労自体は可能であるが(Dさんの例)、看護師よりも雇用コストが安いと思われる介護福祉士ではビザそのものすら下りず、就労自体が不可能であるという点も指摘できる(Eさんの例)。

塚田[2010]によれば、日本経済団体連合会が外国人受け入れに積極的な一方で、日本看護協会は日本人看護師の賃金低下や労働条件悪化の懸念から、外国人受け入れには慎重である。このように、コストの安さがむしろ外国人ケアワーカーの受け入れを抑制しうる側面もあるのである。無論それは、日本におけるケアの分野そのものの労働条件の悪さや低賃金、および外国人労働者に対する福祉や権利保護の乏しさといった、日本側に内在する諸問題を反映したものである。こうした日本の問題と、その中で生じている諸立場の対立・揺れこそが、外国人ケアワーカー受け入れに対する現在の日本の制度上のねじれを生んでいるとも言えるのかもしれない。しかしそのねじれによって実際に不利益を被っているのは、Eさんのような人々であることも確かである。

IV.1.1では外国人ケアワーカー受け入れの理念を現場が等しく共有することが、受け入れの成功を左右することが示唆された。しかしながら現在の日本では、その理念自体が制度や社会のレベルで揺れていると言える。そもそも外国人ケアワーカーは何のために必要なかを、日本の中でもっと突き詰めなければならないだろう。これは現場の実践のみならず、もっと広い制度的・社会的レベルでも早急に考えるべき課題である。

さらにIV.1.1では、外国人が日本で看護師試験に合格するためには受け入れ側の多大なる労力と綿密なサポート体制が必要不可欠であったこ

とも述べた。しかし看護師資格を取得した在留外国人が短期間で帰国せざるを得ない現状においては、それはあまりにもコストパフォーマンスの悪すぎる事態である。いわば外国人候補生へのサポートに関して、受け入れ側の動機が構造的に成立しにくい状態なのである。ケアワークを志す外国人と支援する側の日本人、双方の労力がもっと報われるシステムにならなければ、いくら候補生の受け入れを進めても、「せつかくの制度が無駄になってしまう」恐れがある。

このほか、在日チベット人の事例においては無国籍ゆえの実務的な煩雑さもまた重大な問題である。日本に滞在する亡命チベット人は、法的には「難民」認定からさえも零れ落ちており、国民国家の枠組みからは完全な外部にある。このように制度的な支援を全く受けられない立場の亡命チベット人にとって、1980年代以降のビザ更新条件の厳格化は、日常の実務におけるより一層の障害として機能している。制度の外部にこうした外国人ケアワーカーへの対応について、日本には大きな課題があると言えるだろう。

またCさんの語りからは上記以外にも、名前からくる「外国人」への偏見や、子育ての場面における周囲の日本人からの否定的な目線といった、多様な問題も浮かび上がってくる。受入国の社会意識のレベルにおいても、課題はあ

ると言えるだろう。制度的な側面以外に、社会的な側面からも考えていく必要がある。

#### IV.3. 語りの中に見られる「チベット」の意味

最後に、ケアワークとチベットのエスニシティの関連についても付記しておきたい。「人を助けること」を極めて重視するチベットの仏教文化から、幾人かの語り手たちは日本でのケアワークの実践の中にチベット人としての積極的な意味を見出していた。さらに、独自のバックボーンや死生観を持つチベット人ケアワーカーは外からの視点で日本のケアの現場に足りないものを提言できる、という利点も語られた。

その一方で、語りの中に現れる「チベット」の意味には、語り手個人々のライフヒストリーが深く関わっているという側面もあった。紙幅の都合上、詳細は別稿に譲らざるを得ないが、こうした「チベット」の多義性や多様性、非均一性は、同時に「日本」の中にも存在している多義性や多様性、非均一性を照らし出す可能性を有している。そして恐らくはその向こう側にこそ、異文化としての「チベット」が「ケア」という場面にもたらしうる、また「日本」というもうひとつの異文化に対してもたらしうる、より深い意味が見えてくるのだろう。そのことの意義は今後改めて考察したい。

#### 註

1. ただし正確には、日本に滞在するチベット人は法的・制度的には難民認定を受けていない。亡命チベット人の来日は1965年から始まったが(西藏氏)、日本が難民条約に加入したのは1981年で、きっかけは1975年からのインドシナ難民の受け入れだった。法務省の統計には今も「チベット」の項目は存在しない(法務省入国管理局[2010])。日本で外国人登録を行う亡命チベット人は①「無国籍」として登録されるか②亡命先の国籍を持っている場合は亡命先の国籍で登録されるかの二択であり、正確な人数の把握も難しい。
2. ただし2008年のチベット各地におけるデモ鎮圧以降は、国境の監視強化や、中国政府と連携した周辺国による強制送還によって亡命は非常に困難になり、亡命者数は激減している(AFP [2010])。
3. Eさんインタビューより。

4. 西藏ツワン氏ご本人の希望により、西藏氏および丸木清美氏(故人)の名前は実名とした。他の調査協力者の中で西藏氏または丸木氏と関係のある方には、予め実名の件について了解をとった。
5. 正式名称はTibetan Children's Village。亡命チベット人社会の学校であり、多くの孤児の保護も兼ねる。
6. 例えば有名なTCVの学校訓は「Others Before Self(自分よりも他人)」である。

## 文献

AFP (2010) “Fewer Tibetans fleeing to the Dalai Lama”, <http://www.phayul.com/news/article.aspx?id=27818&t=0>  
2011年9月8日DL.

ダライ・ラマ法王日本代表部事務所 (2002) 「亡命チベット人社会の概要」 <http://www.tibethouse.jp/exile/about.html>  
2011年3月22日DL.

Deshayes, Laurent (1997) *Histoire du Tibet*, Paris: Fayard. =(2005) 今枝由郎(訳)『チベット史』春秋社.

法務省入国管理局 (2010) 「国籍(出身地)別在留資格(在留目的)別外国人登録者」 <http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/Xlsdl.do?sinfid=000007731486>  
2011年3月22日DL.

The official website of Central Tibetan Administration (2009) “Tibetan in Exile” <http://www.tibet.net/en/index.php?id=9>  
2011年9月8日DL.

Tibetan Children's Villages, Official Homepage, <http://www.tcv.org.in/> 2011年3月22日DL.

塚田典子(編著) (2010) 『介護現場の外国人労働者：日本のケア現場はどう変わるのか』明石書店.