

代下厨、代陪诊、代取快递……

年轻人开始给生活找“替身”

做饭嫌麻烦，排队没时间，垃圾懒得下楼扔……怎么办？

近日，社交媒体上一项“代丢垃圾”业务引起了不少网友关注。发帖人来自全国各地，收费方式通常有单次和包月两种，单次在3元至6元，包月则从69元至169元不等。

除了代丢垃圾，也有人提供代取快递等跑腿业务。还有部分从业者已经形成了完整的业务体系，有专属小程序，首页显示有上千条用户评价。

如今，社交平台上的“代服务”越分越细。从几十元的简单跑腿，到几百元甚至上千元的私人代办，年轻人开始花钱找“替身”，把自己从一些琐事里“摘”出来。



现象 越来越多年轻人选择花钱解决“麻烦”

“有没有浙江杭州的小伙伴帮忙代喝，想要冰箱贴。”不久前，一名广东网友在社交平台发帖求助。他看中了某奶茶店推出的一款城市限定冰箱贴，可偏偏广东不在发售范围。于是他想到了一个有点特别的办法——找人“代喝”。奶茶由他下单，直接送到杭州网友手里；对方负责把奶茶喝掉，再把随杯附赠的冰箱贴寄回广东，邮费也由他承担。这样的“代喝”，他已经试过多次，平均一次花费约30元。

有人花钱，是为了拿到一块限定冰箱贴；也有人，是为了把自己挤不出来的时间买回来。

杭州白领花花玩一款RPG手游近10年。工作以后，留给游戏的时间越来越少，碰上限时任务或者关卡，她索性找人代练。这些年，连找“替身”的方式也变了。过去靠游戏好友介

绍，再加微信私聊；如今，她直接在购物平台搜索代练店，比完价格后下单。

95后朱先生是一名代下厨服务的忠实客户。他说，自己平时下班时间晚，到家以后实在不想做饭，只想躺着休息，上门代厨成了最优解，“平时一个人也不用做很多，两三个菜就够了，价格也才五六十元，和点外卖差不多，但是吃得放心啊。”

老人和小孩在陕西西安生活，远在榆林上班的王丽娜曾为家人就医伤透脑筋。“有力使不上，好在有了陪诊师，能够替我照顾家人。”王丽娜说，现在家人需要去医院，都是第一时间找陪诊师。

……………

这些需求烦琐，却有一个共同点：事情未

必很难，只是需要有人花时间、在现场。

实际上，“代服务”走红并非偶然，本质是社会分工持续细化的必然结果。“生活里的体力摩擦、时间摩擦、情绪摩擦，都可以通过付费外包来解决。”有业内人士分析，代丢垃圾、代取快递同时击中了三个痛点：省了下楼跑腿的体力，省了排队取件的时间，全程零接触也满足了部分社恐年轻人的需求。

浙江工业大学经济学院教授、博士生导师、现代化产业体系研究院副院长叶瑞克分析，“代经济”的出现，一方面源于数字技术让需求和服务者更容易匹配；另一方面源于社会分工不断细化、生活节奏加快后产生的新需求。相比传统的代购、代驾，如今的需求甚至延伸到了情感陪伴、精神体验等更细分的领域。

困境 看起来什么都能接，其实“替身”的活并不好干

社交平台上，一些私人代办把自己的“服务菜单”列得密密麻麻：代取、代送、代买、代陪、代排队、代做饭……颇有几分“只要谈得拢，什么都能安排”的意思。但真正做起来，远没有帖子里那么轻松。

40多岁的金女士本职工作是做墙布生意，两个月前开始利用空闲时间接私人代办。跑手续、查监控、送东西……只要合法、价格谈得拢，她都会考虑。有人通过法院拍下一辆二手车，人在外地，便请她代办车辆手续。真正跑起来她才发现，这辆车成交价约1.7万元的车留下60条交通违法行为记录，罚款接近8900元。原本只是跑趟车管所的小事，一下变得复杂起来。

让“替身”的活变复杂的，还有边界问题。替人取个快递，问题不大。但如果要进家门、保

管钥匙、接触证件，事情立刻变得复杂起来。

金女士曾遇到一笔1000元的订单。对方请她连续几次到一家公司盯着装货、签字，却要求提前提供身份证照片和个人证件照。尽管这单价格比普通跑腿高不少，她最后还是拒绝了。“我不知道到底合不合法，万一身份证被拿去做别的事情呢？”

网上，“私人代办月入过万”的帖子并不少见。但真正算起来，就没有那么容易。客单价低的跑腿业务，需要靠不断接单；代陪诊、上门代厨单价高一些，一单却可能占掉半天时间。

来自浙江宁波的小陈第一次做“替身”，是想攒钱买一只8000元的柴犬。当时手里没有太多积蓄，却有一样自己很擅长的事情——打游戏。于是，他开始通过某二手平台接游戏代

练单。为了尽快接到单子，他主动降低代练价格，付出的时间却一点没少。

“一天十几个小时。”小陈说，更累的是不能输。一场失败意味着排名下降，前面几小时攒下来的进度，又得重新赢几局才能追回来。每一局都关乎进度、排名和交付时间。

看起来什么都能接，归

根结底卖的是自己的

时间。客户花钱买

回时间，从业者则

把时间卖出去。

一天只有24小时，这就决定了

这门生意很难无

限放大。



隐患 多数交易基于信任，存在责任边界模糊等问题

小谢是一名上门代厨的个人从业者。和很多同行一样，她的主要获客渠道是社交平台，靠发布日常做饭、上门代厨的实拍照片吸引客源。服务对象以年轻上班族为主，核心卖点是性价比与灵活性。“文案写清楚服务范围、收费标准，有人感兴趣就私信聊细节。”

28岁的姚女士已经叫过好几次上门厨师，她对这种服务的感受颇为复杂。“选择上门做菜肯定是图方便，但也有很多潜在的问题让人不踏实。比如健康问题，有没有传染病？收取定金会不会拉黑跑路？这些都得不到保证。”

大量通过社交平台私下接单的个人代厨，处于“无资质、无合同、无监管”的灰色地带，服务质量全靠从业者个人自觉。责任边界模糊是

普遍痛点。多数个人接单仅靠口头约定，一旦出现食物中毒、厨具损坏、意外烫伤等问题，在责任划分上极易引发纠纷。

对于代丢垃圾这项服务，也有人提出几个问题：陌生服务人员频繁进出小区楼栋是否会带来安全隐患？上门收运过程中垃圾是否会滴漏、产生异味？如果发生物品丢失、污染环境等问题，该由谁负责？

浙江浙联律师事务所权益合伙人朱觉明介绍，个人之间形成的代理、代办服务，一般属于民法典中的委托合同关系，但判断责任的第一步，是看“代什么”和“怎么代”是否合法合规。

如果服务本身违法或违背公序良俗，比如代考试、代打架等，相关约定本身就没有法律

效力；即使服务内容合法，如果服务者采取违法、违规方式，也要承担相应责任。比如游戏代练使用外挂导致账号被封，代练方可能承担违约责任。

一些看起来普通的服务，同样藏着责任。如代陪诊，代办人员不仅要妥善保管病理切片等特殊物品，还负有保护患者病情隐私的义务。

尽管市场需求旺盛，但大多数“代服务”行业仍处于发展初期。资质参差不齐、责任边界模糊、监管存在空白等问题，始终是悬在行业头顶的隐患。

“什么都能代”，并不意味着什么都适合交给陌生人。

探索 补齐短板让“代服务”走向专业化

这些零散的代办，会不会真的发展成一门稳定的好生意？答案可能要分开来看。有些需求本身就很稳定，代陪诊、上门代厨、社区跑腿……只要独居、异地工作、老龄化等趋势存在，这些需求就不会消失，也更有可能慢慢走向专业化。

一项服务能不能真正走向成熟，更重要的是服务标准、信用机制和责任边界能不能建立起来。

有些地方开始把这种零散需求整合起来。今年，浙江绍兴在越城区书圣故里社区等18个社区试点“好邻居”邻里互助计划，把上门烹饪、代办代购、日常维修等纳入六大类15项服务清单，通过低价有偿、邻里互助等方式满足居民需求。

一些“代服务”正从“野生服务”走向标准化。

以陪诊为例，近期，市场监管总局批准发布《社会化陪同就医服务 基本要求》国家标准，明确陪诊人员可以提供诊疗向导、代替排队、领取药品、陪伴交流等服务，也划出了不能替患者作医疗决策等边界。

但一些极度个性化、偶然发生的请求，可能始终停留在个人兼职和零散撮合层面。

一个能走得长远的行业，不能只靠从业者的自觉和消费者的信任。当越来越多的年轻人把自己的事情交给陌生人，如何补上资质审核、安全监管、权益保障的短板，让这门生意既有温度也有底线，将是接下来行业与监管部门共同面对的命题。

朱觉明建议，消费者应尽量选择经过平台认证的服务者；如果私下交易，要核实身份、约定服务范围和责任，并保存聊天记录、转账凭证等证据。身份证号、健康信息等敏感信息尤

其需要谨慎提供。

“政府相关部门应着力完善法律法规，界定‘代经济’的合法合规边界，明确委托人和受托人的责任与义务。”叶瑞克建议，未来应完善相关监管制度，加大对网络平台的监管力度，保障委托人和受托人的合法权益。同时，网络平台及行业组织也需建立规范的服务流程与质量标准，包括预约、服务、反馈等，同步构建严格的质量监控机制，实现全流程记录、追溯。

当越来越多生活琐事能够用钱解决，我们究竟是获得了更多自由，还是在悄悄放弃一部分生活体验？“生活替身”可以帮忙碌的人腾出时间，也可以为真正有困难的人补上“缺口”。但好的“生活替身”，应该是替人解决困难，而不是替人生活。

（综合潮新闻、《经济晚报》、九派新闻等）

声音

“代服务”走红 便利之外更要守住边界

◎ 刘少华

当下的都市青年，通勤、加班、业绩压力占据了大部分精力，对他们而言，时间就是稀缺的生活资源。于是，花钱找“替身”解决麻烦成为了不少年轻人的选择。

有需求，就有供给。“代服务”的走红，是市场经济精细化发展的必然结果。随着服务行业不断发展，社会化分工愈发细致，原本由个人承担的生活杂务，逐步走向市场化、专业化。从提供方便的跑腿服务，到针对性强的代陪诊、代办、代打理生活，服务品类的细化，精准击中了当下都市青年的生活痛点。

尤其是独居青年、异地打拼的年轻人，身处陌生城市，缺乏亲友帮扶，面对繁琐的生活事务常常分身乏术。专业的“代服务”既能解决生活难题，也能减少生活焦虑，让忙碌的都市生活多了一份缓冲与兜底。

但生意越做越细，“代服务”的边界也容易随之模糊。此前就有一家跑腿公司推出过“代行磕头礼”的拜年服务，明码标价999元两小时，把本该承载亲情敬意的传统礼仪，直接变成了陌生人上门走个过场的交易。

还有不少人在社交平台上发帖求代值班、代相亲、代开家长会，这些事关联的是个人责任、诚信问题，一旦随便找个“替身”顶替，轻则引发误会、闹出笑话，重则违反单位规章制度，甚至引发法律纠纷。

这种“什么单都敢接”的心态，给整个行业埋下了隐患。这些游走在监管空白地带的私人服务，大多没有明确的资质门槛，也没有统一的服务标准，一旦出了问题，消费者维权难的渠道都很难找。你以为花钱买的是省心，最后说不定反而买回来一堆新的麻烦。

“代服务”需守住法律与情理的边界，告别“野蛮生长”。平台要建立准入机制和信用体系，监管部门需要明确服务边界和责任划分，从业者也需要职业化、标准化的培训。

年轻人花钱找“替身”，既是一种精明的时间管理，也是一种无奈的生活策略。但我们也要清醒地认识到，有些事情是无法外包的。比如，亲情的温度、友情的真诚、爱情的郑重，别让看似便捷的“代服务”，替换掉我们的真心。

延伸阅读 >>>>>>

看病找陪诊 首个国家标准来了

近期，市场监管总局批准发布《社会化陪同就医服务 基本要求》国家标准，自今年11月1日起实施。这是陪同就医服务领域首项国家标准。

谁可以提供社会化陪同就医服务？

标准明确将服务提供者限定为机构，区别于志愿服务。服务提供者：通过提供社会化陪同就医服务获取收益的机构。

服务对象：因行动、认知、地域差异等原因导致的就医不便者，或追求更好就医体验的个人。

陪同就医服务人员：直接为服务对象提供社会化陪同就医服务的人员。

陪同就医可以提供哪些服务？不能提供哪些服务？

陪同人员应在服务对象或其法定监护人同意的前提下，协助服务对象开展以下活动：领取预约号；代买或代取基础医疗用品（轮椅、陪护床、一次性口罩等）；引导服务对象至指定科室、检查室或治疗区域；预约检查、做检查准备；样本送检；领取药物和检查结果，必要时代发快递；记录医嘱；代取、复印病历、诊断证明等医疗文书；办理出院手续；办理缴费；生活辅助（预订交通工具、餐饮，临时保管物品等）；情感支持。

陪同人员不应开展以下服务：检查结果判读；参与医疗操作；提供医疗建议；代替服务对象或家属选择或同意治疗方案；调整用药方案；关键医疗信息的隐瞒、篡改和选择性传递；签署具有法律效力的医疗文书。（据中国政府网）



本版制图 刘英卉