

環境学習 参加者募集



市・生活環境課  
☎42・1806(直通)  
市役所がコーディネーターとして、活動を支援します。

「こどもエコクラブ」で楽しく環境活動をしよう  
こどもエコクラブ➡(http://www.env.go.jp/kids/ecoclub/)

仲間を集めて、「こどもエコクラブ」に参加しませんか。  
■「こどもエコクラブ」って何？  
「こどもエコクラブ」は、小・中学生なら誰でも参加できる環境活動のクラブです。  
■どんな活動をするの？  
子ども達自身の興味や関心に基づいて、生き物の調査や保護、環境保全活動など、地域の中で身近にできる環境活動に自由に取組みます。  
■入会するには？  
入会は、小・中学生2、3人から20人程度のグループにサポート(直接子供たちを応援したり、市役所と連絡調整などをする大人)を加えて市役所生活環境課にお申し込みください。申し込みは、いつでも可能です。  
■入会すると？  
全国のエコクラブ事務局から、スターキットと呼ばれる会員手帳やバッジが送られてきます。また、活動のヒントになる情報や環境情報などを掲載した「JFCニュース」が年5回送られます。(入会費、会費は無料です。)

税務職員 募集

国税専門官採用試験

申請用紙の請求など詳しいお問い合わせは  
留萌税務署総務課  
☎42・0661

札幌国税局では、税務職員(国税専門官)を募集します。  
■受験資格  
昭和54年4月2日から昭和60年4月1日生まれの者  
昭和60年4月2日以降に生まれた方で次に掲げる者  
イ 大学を卒業した者及び平成19年3月までに大学を卒業する見込みの者  
ロ 人事院が に掲げた者と同等の資格があると認める者  
■受験申込期間  
4月3日(月)～4月14日(金)(郵送分は4月14日の消印有効)  
■受験申込先  
①060 0042  
札幌市中央区大通西10丁目  
札幌国税局  
☎011・231・5011  
■第1次試験 6月11日(日)  
■第2次試験 7月24日(月)～  
7月27日(休)のうち指定する1日  
■最終合格発表 8月29日(火)

コラム 病院の見える風景

留萌市立病院は、地域にねざした信頼される病院をめざします  
HPアドレスはこちら➡www.8.ocn.ne.jp/rmh/

「NST」を知っていますか？  
医療の基本としての栄養管理の重要性、そして当院でのこれからの取り組みを簡単に紹介したいと思います。  
近年の医学の歴史上、大きな成果の一つとして臨床栄養法(点滴、経腸栄養など)の確立があります。  
栄養管理の目的は栄養状態を良好に保つことですが、栄養不良がなぜ不利か一言で表しますと、体の抵抗力を著しく落とすからです。  
抵抗力とは医学用語では免疫能と言っていますが、これは漠然としたものではなく抗体とかリンパ球、白血球の一つ(など)、抵抗力の原動力となっている具体的な物質や細胞が解明されています。これらは病原体や癌細胞を排除したり、障害された体の組織を修復したりします。抵抗力と言うより、治癒力(病気を治す力)と言った方が正確でしょう。  
つまり、栄養不良は治癒力を低下させ、本来治る病気が治らないという事態を引き起こします。これは予想ではなく多くの研究により確認された事実なのです。例えば栄養不良を起こすと病気が闘う兵隊であるリンパ球の数が減少します。下切



留萌市立病院  
☎49・1011

今月のコラムニスト



NST(栄養サポートチーム) 診療部長  
上野 芳經

断の治癒状況を比較した調査では、栄養不良により順調な回復率が86%から20%に低下したとの結果があります。一般的な手術後の合併症(感染症など)の発生率が、栄養不良により4倍に増加したとの報告もあります。実は最近の調査によると、入院時、半数近くの患者が栄養不良状態であることが判明しています。我々医療従事者も驚くような深刻な事態が明確になり、栄養管理の重要性が再認識されてきました。この医療の基本である栄養管理をまず担うのは医師と言ったことになりませんが、近年ますます医療内容が高度化、専門分化し、一医師だけで対応することが困難な状況です。  
そこで、薬剤師、栄養士、看護師などの医師以外のスタッフも結集し、それぞれの専門性を発揮するチーム医療による栄養管理の実践がここ数年、国内で普及してきました。このチームが栄養サポートチーム(NST)と言われています。当院でもNSTによる栄養管理を目指し現在準備しています。活動の場は当面、病棟ですが将来的には予防医学も視野に入れた地域医療への展開が望まれます。

献血 提供者募集

愛の献血助け合い運動  
移動献血車「ひまわり号」

3月「愛の献血助け合い運動」を実施しています。献血のご協力をお願いします。移動献血車「ひまわり号」の運行予定は次のとおりです。

日	時	実施場所
3月28日(火)	10:30-12:30	留萌開発建設部前 寿町1
	13:30-14:40	ラルズプラザ留萌店前 錦町2
	15:00-16:00	留萌信用金庫本店前 花園町2
3月29日(水)	10:30-11:30	留萌開発事務所前 堀川町2
	12:30-14:00	留萌市立病院職員通用口前 東雲町2
	14:30-16:00	ホーマック・マックスパリュ・前 南町4
3月30日(木)	10:30-11:30	留萌地方合同庁舎前 大町2
	12:30-14:30	留萌市役所前 幸町1
	15:00-16:00	はーとふる前 五十嵐町1
3月31日(金)	10:30-16:00	北海道留萌合同庁舎前 住之江町2

献血された方には健康チェックがあります。  
留萌市・げんき課 ☎49・2558

選挙 3月26日

3月26日(日)は、道議補選です

北海道議会議員補欠選挙が3月17日告示、3月26日投票日で執行されます。  
■投票日 3月26日(日)  
午前7時～午後8時  
(樽真布、峠下投票所は午後4時まで)  
■期日前投票の期間  
3月18日(土)～3月25日(日)  
選挙できる方  
昭和61年3月27日までに生まれた方  
平成17年12月16日までに留萌市に住居登録され、引き続き3カ月以上住んでいる方  
留萌市・選挙管理委員会  
☎42・1908(直通)

教育 相談窓口

悩んでないで相談しよう



留萌市立病院 生涯学習課  
☎42・0435

教育委員会では、教育相談専用電話を開設しています。  
学校のこと、友達や家族のことなど、一人で悩まないで思い切った相談してみませんか。相談内容がもれることはありませんので、安心して、お気軽にご相談ください。

■受付時間  
月曜日～金曜日  
午前9時～午後4時  
(祝日、年末、年始を除く)  
■場所 見晴町2丁目  
中央公民館1階教育委員会 生涯学習課内

イベント 演奏会



3月19日(日)  
開場13:30～、開演14:00～  
留萌市文化センター  
料500円(当日券あり)  
留萌市立留萌高等学校  
横地 ☎42・0730

第28回留萌高等学校  
吹奏楽部定期演奏会

全体の統一テーマは『未来』そして希望へ。  
今回は、ゲスト奏者として、ホルン奏者の松村 恵さんをお迎えし、日頃より、吹奏楽部の活動に心をもち、くたさるすべての方々への感謝を込めて演奏いたします。  
■内容 3部構成  
第1部クラシカル  
第2部ポップス  
第3部マーチング  
■ゲスト 松村恵さんは現在旭川市の島田音楽院で講師を務める傍ら、ホルン奏者として、活躍されています。

病院 自動精算機設置

医療費の支払いが自動精算機でできるようになります

留萌市立病院 総務課調整係  
☎49・1011(内)1005



診察券を入れて精算してください。ちょうど銀行のATMのような感じです。



精算の準備ができると番号が表示されます



診察券を入れて番号札を取ります

自動精算機のご利用時間は  
平日午前8時45分から午後4時まで

3月13日(月)から、医療費の支払いは、自動精算機で行っていただくこととなります。支払い方法は、左記のとおりになります。手順がわからない場合は、気軽にお尋ねください。

教えて！市役所 あなたのギモンにお答えします

「4月から市外に引っ越すことになったのですが？」  
留萌市外へ転出される時は、市役所市民課へ

◆市外へ引越しをする場合(「転出」といいます)について

Q 3月、4月ごろ、転勤・就職・進学などで留萌市から他の市区町村へ引越しますが、その場合、どのような手続きが必要になりますか？

A 手続きの方法は、まず市役所市民課の4番の窓口(1F)で転出届に記入し、「転出証明書」を受け取ってください。そして、この証明書をお持ちになって引越し先の市区町村役場で転入の届出を行ってください。

転出証明書を持っていないと転入の届出はできませんので大切に保管してください。

Q 「転出証明書」を受け取る時に必要な物は？

A まず、届出人の印鑑が必要になります。次に届出人のお名前を確認できる書類・身分証明書(運転免許証、健康保険証、パスポートなど)が必要となります。また、第三者の方が届出をする場合は、委任状が必要になります。

留萌市ではプライバシーの保護のため、平成17年10月1日より届出人の本人確認を行っています。



届出人のお名前を確認できる書類等 次のいずれか( ~ )の方法で受け付けいたします。
顔写真のついた身分証明書
運転免許証、パスポート、留萌市民証、外国人登録証明書、住民基本台帳カード(写真付)、身体障害者手帳、各種免許証・認定証、官公署が発行した身分証明書など
下記のうち、いずれか2つ(本人名義のもの)
健康保険証、年金手帳、年金証書、官公署発行の各種受給者証(老人医療費・ひとり親医療費・生活保護)、学生証、通帳、キャッシュカード、クレジットカード、診察券など
本人確認票の記入
届出人のお名前や生年月日、住所、本籍、ご家族の関係などをご記入していただき、ご本人を確認します。
~ の方法で確認できなかった方
書類・身分証明書等をお持ちでない場合でも届出できます。後日、届出があったことをご本人宛に郵便でお知らせします。

Q いつまでに転出の届出をすればいいのですか？

A 移動する前(引越しをする約1カ月前から)に届出をお願いします。届出は、月曜日から金曜日(祝日除く)までの午前8時50分から午後5時20分まで、市役所市民課の4番の窓口(1F)でできます。

Q 新しく引っ越した先で転入の届出をしないとどうなりますか？

A どこにも住所のない、いわゆる「住所不定」の扱いになってしまいますので、必ず届出をしてください。

Q 「転出証明書」を受け取る以外に市役所で手続きすることはありますか？

A 「国民健康保険の脱退の手続き」「老人医療・乳幼児医療等助成の喪失の手続き」「児童手当の消滅の手続き」「印鑑登録証・市民証・住民基本台帳カードの返却」など様々な重要な手続きがあります。

引越しされる方によって必要な手続きが異なりますので、転出証明書と一緒に渡す「留萌市から転出されるみなさまへ」という手続き一覧を必ずご覧ください。お帰りになる前に一読していただき、担当係の窓口にて手続きをお願いします。

◆留萌市内で引越しをした場合(「転居」といいます)について

Q 留萌市内で引越しをした場合も届出は必要なのですか？

A 届出は必要です。引っ越した日から14日以内に届出をお願いします。届出に必要なものは、「届出人の印鑑」「届出人のお名前を確認できる書類・身分証明書」「委任状(第三者の方が届出をする場合)」です。

税 確定申告



留萌税務署  
個人課税部門  
☎42・0663

個人事業者の方は、税務署や金融機関に行かなくても納税できる安全・便利な振替納税をご利用ください。(ご利用に当たっては、預貯金口座振替依頼書の提出が必要です。)

詳しくは、国税庁HPまで

「申告書は、自分で書いて、お早めに！」  
国税庁HP▶www.nta.go.jp

所得税の確定申告書の受付及び納付は3月15日(※)、消費税の確定申告書の受付及び納付は3月31日(※)までです。

国税庁ホームページの確定申告書作成コーナーを利用すると、簡単に所得税及び消費税の確定申告書や青色申告決算書が作成できます。

e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用すると、自宅やオフィスから所得税・消費税などの申告や納税ができます。(e-Taxのご利用に当たっては、事前に利用開始のための手続きが必要です。)

留萌川 募集

「河川愛護モニター」を1名募集します。

■内容 河川に関する情報の提供及び留萌開発建設部主催の行事に参加していただくこと。

■対象 満20歳以上で、留萌川に接する機会が多く、河川愛護に関心のある方

■委嘱期間 5月1日(月)～10月31日(火)

■募集締切 4月7日(金)

■応募方法 官製はがきに、住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を明記のうえ、問い合わせ先まで。

留萌開発建設部・管理課企画係  
留萌市寿町一の六八  
☎42・2311(内線)344

留萌川河川愛護モニター

「河川愛護モニター」を1名募集します。

■内容 河川に関する情報の提供及び留萌開発建設部主催の行事に参加していただくこと。

■対象 満20歳以上で、留萌川に接する機会が多く、河川愛護に関心のある方

■委嘱期間 5月1日(月)～10月31日(火)

■募集締切 4月7日(金)

■応募方法 官製はがきに、住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号を明記のうえ、問い合わせ先まで。

留萌開発建設部・管理課企画係  
留萌市寿町一の六八  
☎42・2311(内線)344

イベント リサイクル



留萌リサイクル運動の会  
杉山  
☎42・4987

フリーマーケット  
「ピクニック気分でリサイクル」

フリーマーケットを開催します。「ピクニック気分でリサイクル」を合言葉に、楽しみながら、リサイクルの輪を広げていきましょう。あなたの欲しかった品物が見つかるかもしれませんよ。気軽にお越しください。

■日時 3月26日(日)  
正午～午後3時

■場所 総合福祉センター

変更 登記手続

旭川地方支局留萌支局  
旭川地方支局留萌支局  
☎42・0492

旭川地方支局総務課  
旭川市東1条1丁目1番1号  
☎0166・53・2311

商業・法人登記事務

商業・法人登記事務がコンピュータ処理になります。旭川地方支局留萌支局では、平成18年2月13日から順次商業・法人登記の手続きが変わります。なお、全ての会社・法人がコンピュータ化になるのは、平成18年4月17日の予定です。ご協力をお願いします。

登記簿謄本、妙本に替えて登記事項証明書と登記簿の閲覧に替えて、登記事項要約書としてそれぞれ発行します。詳しくは左記まで。

施行 制度

旭川地方支局登記部門  
表示登記専門官  
☎0166・53・2311(内線)335

法務局において筆界特定制度が施行されました

全国の法務局において、平成18年1月20日から筆界特定制度が施行されました。筆界特定とは、一筆の土地及び隣接する他の土地について、登記上の筆界を現地において特定することをいいます。筆界特定の申請ができるのは、筆界の位置が不明である。あるいは筆界について隣接地の所有者との間で争いがある場合などで、申請人となるのは、その土地を所有する登記上の所有者となります。詳しくは左記まで。

J R北海道 ダイヤ改正



J R北海道は、平成18年3月18日(ダイヤ改正)を実施します。また、道内の全ての列車が禁煙となります。

東幌糠駅の営業を終了します。現行1日上下各2本の列車が停車していた東幌糠駅は、平成18年3月17日(金)で営業を終了します。J Rをご利用の際は幌糠駅又は峠下駅をご利用ください。

留萌駅の上り列車全9本が1番ホーム乗車になります。現行6時48分発深川行きが2番ホームから、1番ホームに変更します。7時5分発増毛行きは、1番ホームから2番ホームに変更します。

深川駅での札幌方面接続時間を改善します。留萌発午前9時33分及び午後4時14分の深川駅での乗り換え札幌方面(時間)の間隔が4分から5分になります。

時刻変更(留萌・増毛駅)

駅名	改正	行き先	現行	備考
上り	留萌発	9:33 深川行き	9:34	1分早くなります。
	増毛発	15:48 深川行き	15:49	1分早くなります。
	留萌発	16:14 深川行き	16:15	1分早くなります。
下り	増毛発	17:52 深川行き	17:46	6分遅くなります。
	留萌発	18:18 深川行き	18:12	6分遅くなります。
	留萌発	14:21 増毛行き	14:23	2分早くなります。
増毛着	14:46 増毛行き	14:48	2分早くなります。	
留萌発	19:09 増毛行き	19:05	4分遅くなります。	
増毛着	19:34 増毛行き	19:30	4分遅くなります。	
留萌発	21:07 増毛行き	21:08	1分早くなります。	

時刻変更となる列車 一部の列車の発着時刻に1分から6分の変更がありますので、詳しくは、留萌駅にお問い合わせのうえ、乗り遅れの無いようご注意ください。

### ダイヤル交換

留萌地域消費生活センター ☎42・0651

あなたの身近に、「現在使ってない」「一度も使ったことがない」そういった品物はないでしょうか？  
ダイヤル交換は、家庭や職場の不要品などの交換情報です。  
「譲ってほしいもの」「譲りたいもの」は、ココで情報発信、情報収集を！  
「譲ってほしいもの」「譲りたいもの」は、3カ月で、リストから削除しますので、よろしくお願ひします。  
多くの方々のご利用をお待ちしております。

◆これ、譲ります

- ◆スキーぐつ(18cm) ◆ジュニアシート(6才まで)
- ◆幼児用玩具(電池) ◆チャイルドシート(0才児~)
- ◆スキーウェア男・女Mサイズ ◆カセットテープ入れ3段
- ◆おまる ◆長靴(14cm) ◆冬タイヤ(13インチホイール付)
- ◆乾燥機 ◆2ドア冷蔵庫(300ℓ)
- ◆学習机 ◆手押車

◆これ、譲ってください

- ◆レコード ◆うすときね ◆ステレオ一式
- ◆セミダブルベッド(パイプ製がよい)
- ◆ストーブガード

広報誌がお手元に届く前に交換が成立している場合があります。

### ボランティア

28000人のボランティア  
「るもい市民ボランティア制度」

ボランティアをしたいけど、どうしたらいいかわからない方。ボランティアに手伝って欲しいけど、どうしたらいいかわからない方。ボランティアをしたい人と求める人を結びつける「るもい市民ボランティア制度」をご利用ください。今まで、43件成立し、15団体・個人19人の方々がボランティアで活躍しております。

◆こんなボランティアします！

- ◆掃除・洗濯・家事 ◆介護 ◆写真撮影 ◆司会 ◆草取り
- ◆障害者・高齢者へのお手伝い ◆そば打ち指導 ◆車の運転
- ◆読み聞かせ・代読 ◆イベント協力 ◆高齢者の話し相手
- ◆スポーツ指導(バレーボール、テニス、バドミントン、カヌー、空手、剣道、パウンドテニス、卓球) ◆教育相談・生活相談
- ◆自然、アウトドア指導(自然観察、釣り、山菜取りなど)
- ◆囲碁・将棋の相手 ◆外国人ホームステイ ◆森林環境教育(ヤマを中心とした遊び) ◆確定申告手続手伝(年金取得者等)
- ◆税務、経理、会計、労務、社会保険、医療等の事務、除雪
- ◆タイヤ交換、パンク修理 ◆犬の散歩

◆こんなボランティア探しています！

- ◆通園センターへの送迎

◆ボランティアの登録&依頼申

留萌市ボランティアセンター ☎43・0423  
留萌市役所市民サポートグループ ☎42・1902

たくさんのお問合せをお待ちしています！

### 案内 本 大好き

児童向けテーマ、知育えほん  
『あいうえおのえほん』  
『ももこ』  
『えほん』

著者が過去の不良体験を通して感じた「だからもも」とは。

3月のおすすすめ本

一般向けテーマ、激励  
『ヤンキー先生のたからもの』  
義家 弘介著

3月の休館日は、6日、13日、20日、27日、31日です。  
もっと本を読みましよう。自分が探している本が見つからない場合は、気軽に尋ねてください。また、予約やリクエストも受け付けています。

3月のおはなし会

土曜おはなし会

- 対象 幼児・小学生
- とき 4日、11日、25日(出) 午後1時
- 場所 おはなしのへや
- ちいさいのおはなしかい
- 対象 0歳~2歳児と保護者
- とき 17日(金) 午前11時
- 場所 図書館視聴覚室

郷土資料展「学校の歴史」  
学校記念誌や大正時代の進級証書、学校の思い出について書かれた資料を展示します。

日時 3月1日(水)~4月16日(日)

場所 図書館ロビー

ボランティアサークル会員募集

ひよこの会

月2回、図書館で、図書館用の布の絵本やタペストリーなどを製作しています。

おはなしの会「ももこ」  
図書館のおはなし会で絵本の読み聞かせをしています。  
ご希望の方は、図書館へどうぞ！

3月の映画会

日程対象	映画名	時間
12日(日) 児童向けアニメ	親子ねずみの不思議な旅	85分
19日(日) 一般向け邦画	松本清張シリーズ 眼の壁	95分
26日(日) 青少年向けアニメ	ハッピーバースデー 命かがやく瞬間	80分

視聴覚室 午後1時30分~(無料)

### 市立留萌図書館ニュース

Library News  
本 大好き

市立留萌図書館 ☎42・2300 ☎42・3577

### 市営住宅 入居者募集

募集する団地

住所	住宅の種類	団地名
入居者及び入居補欠者を公募する団地(空家の有る団地)	市営住宅	3階建以上 錦町【3LDK】1室、平和台【3LDK】1室
		旭町【3LDK】1室、野本町【3LDK】2室
	平家 藤山町【1LDK】1室	
改良住宅	3階建以上	大町【3LDK】2室【1LDK】1室

注1 上記の団地は、変更になることがあります。  
注2 上記に記載のない団地は、一部の団地を除き入居補欠者を募集します。  
注3 入居者が手続き完了後、入居開始は4月中旬頃を予定しております。  
注4 家賃のほかに、団地によっては、共益費・駐車場料金がかります。  
注5 入居の際には、一定の条件を満たす保証人が1名必要となります。  
その他、わからない点がございましたら、お気軽にご相談ください。

市・建築指導課住宅係 ☎42・2025(直通)

### 市営住宅入居者の募集について

次の日程により、市営住宅の入居者等を募集いたします。

■受付日時 3月7日(火)~9日(水) 午前9時~午後3時

■受付場所 留萌市役所1階ロビー

■申込み条件(一部抜粋)

- ・住宅に困っている理由があり、市税などの滞納がないこと。
- ・公営住宅法に定める収入基準内であること。
- ・高齢者向け住宅、身体障害者向け住宅については別途入居資格があります。

入居者及び入居補欠者は、市営住宅運営委員会にて選考し、通知します。  
3月1日(水)から、建築指導課住宅係にて入居申込書を配布しております。

### 国勢調査 留萌市の人口・世帯数(速報値)

留萌市の人口総数及び世帯数

区分	平成17年	平成12年	増減数	増減率
人口総数	26,819人	28,325人	1,506人	5.3%
男	12,957人	13,679人	722人	5.3%
女	13,862人	14,646人	784人	5.4%
世帯数	11,661世帯	11,767世帯	106世帯	0.9%

留萌市の人口及び世帯の推移

平成17年国勢調査の結果は速報値です。平成18年10月末頃に、公表される確定値と必ずしも一致しない場合があります。

市・企画調整グループ ☎42・1809(直通)

ご協力いただき、ありがとうございました  
~平成17年国勢調査~

平成17年国勢調査の結果は？  
平成17年国勢調査へのご協力ありがとうございました。調査結果(速報値)による留萌市の人口と世帯数をお知らせします。  
今後大切な統計データが順次公表され、少子高齢化社会への取り組みや皆さんのまちづくりにいかされます。

### 生活 めざせ快適環境

◆家の灯油タンクは大丈夫？  
道路側溝や川に油が流れると環境に大きな影響を及ぼすだけでなく、家の中で油の臭いがするなど近所に迷惑をかけてしまいます。  
原因としては冬期間雪に埋もれていた灯油タンク等の配管が雪の重みで破損し、灯油が漏れ出しているケースが多くなっています。  
「今年は給油の量や回数が多いな」と思ったら黄色信号。一度灯油タンクを点検し、配管の破損やタンクの漏れがないか点検しましょう。

市・生活環境課 ☎42・1806(直通)

### みんなで考えよう！ エコ・ライフ！

◆スパイクタイヤの使用規制について  
スパイクタイヤ粉じんの発生を防止し、健康の保護と生活環境の保全を目的として、道内では116市町村がスパイクタイヤ粉じんの発生の防止に関する法律に基づいた指定地域になっており、留萌市も指定地域になっていました。  
平成16年度からタイヤの溝に装着した金属類(ピン等)もスパイクタイヤに該当することになりました。  
スパイクタイヤの使用は積雪・凍結路面に限られていますので、融雪時期をむかえるに当たり路面状況を把握し、適切に履き替えましょう。  
◆犬のフンや尿で道路や公園を汚さないで散歩時における犬のフンや尿について苦情が相次いでいます。道路や公園などはみんなのもので、犬のフンは、放置せず、飼い主の方が責任を持って処理してください。また、尿についても他の人に迷惑や不快感を与えないよう、マナーを守って楽しく散歩をしましょう。

みんなで止めよう温暖化  
チーム・マイナスイオン