

カンタンご使用ガイド

詳しくは「取扱説明書」をご覧ください。

➡ P.00 このマークは「取扱説明書」の記載ページです。

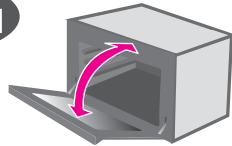
初めてお使いになるときには必ず取扱説明書の「初めて使うときの確認と準備」に従って準備してください ➡ P.16~19

電源を入れる ➡ P.17

コンセントにプラグを差し込み、ドアを開閉する

待機時消費電力オフ機能を搭載しているため、**電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。**

ドア開閉 ➡ 電源「入」

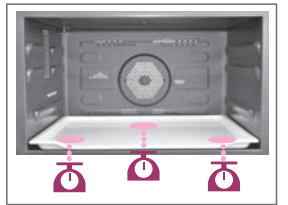


重量センサーの「0点調節」をする ➡ P.18

加熱室底面にテーブルプレートをセットし、**お手入れ・設定** ▶ **0点調節** をタッチし、

あたためスタート を押す

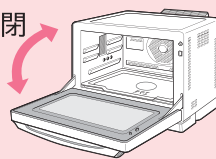
入れた食品の重さを計って加熱を制御するトリプル重量センサー (GPS※1) を内蔵しています。上手に仕上げるために、初めに調節が必要です。また、1ヶ月に1回程度重量センサーの「0点調節」をすることで、良い仕上がりを保つことができます。



※1:GPSとはGram (重さ) Position (位置) Systemの略

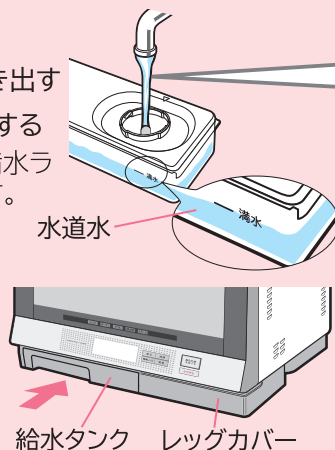
オートメニューの使いかた (例: **010天ぷらのあたため** の場合)

1 ドアを開けて、メニューに **開閉** 合った付属品と食品を入れ、ドアを閉める



2 水道水を給水する

- 1 給水タンクを本体から引き出す
- 2 給水口ふたを開いて給水する
給水タンクを水平にして満水ラインまで水道水を入れます。
- 3 給水口ふたを閉める
- 4 給水タンクを本体にセットする
周囲のレッグカバーと同じ位置まで押し込みます。



お願い

- 使用する水は塩素消毒された水道水をご使用ください。
なお硬度の高い水 (海外のミネラルウォーターなど) を使用した場合は、カルキ (白い粉) が噴出したり、長期間使用するとスチーム噴出口が詰まる場合があります。
噴出口の白い付着物が目立つようであれば、硬度の低いミネラルウォーターをご使用ください。また下記の水を使うときは、カビや雑菌が発生しやすくなるため、毎回給水タンクを洗ってください。
- ・浄水器の水 ・アルカリイオン水
- ・ミネラルウォーター ・井戸水など

3 **あたため・解凍**、**あたため**、**天ぷらのあたため** の順にタッチする

あたため・解凍、**1人・2人メニュー** 以外のレンジ・オーブン機能のメニューは**料理集**からよりオートメニューを選択してください。

4 **あたためスタート** を押してスタートする
終了音が鳴ったら 食品を取り出す

5 使用後はお手入れをする ➡ P.74、75

- 調理終了後は給水タンクの残水を捨て、パイプの水抜きを行ってください。➡ P.75
- 加熱室の温度が冷えてから、加熱室内に付着した水滴をふき取ってください。

初期画面とメニューの分類

〈初期画面〉

オート	あたため・解凍	料理集から	スピード 簡単・便利
	使ったメニュー	1人・2人メニュー	ヘルシー
手動	レンジ	スチーム/オーブン グリル・発酵	お手入れ 設定

オートメニュー

あたため・解凍 → P.33~47

ごはん、冷凍ごはん、お総菜などよく使うあたためのメニューです。

料理集から → P.48~51

「調理分類」「材料別」「メニュー番号」から、料理集記載のメニューを選択できます。

スピード・簡単・便利 → P.51

10分以内に加熱できるオートメニューや2品同時など複数の料理を同時に作れるオートメニューを選ぶことができます。

ヘルシー → P.51

ノンフライや余分な脂・塩分を落とすメニューなど、ヘルシーなメニューを選択できます。

1人・2人メニュー → P.52, 53

少量の材料を使用して少人数の調理をするメニューです。(1人分/2人分)

使ったメニュー → P.54

オートメニュー(レンジ・オーブン機能)の最新の使用履歴20メニューから選択できます。

手動メニュー

レンジ → P.55~59, 64, 66

手動レンジ、スチームレンジ発酵、途中で出力を切りかえるリレー加熱を行う手動メニューです。

スチーム/オーブン・グリル・発酵 → P.60~63, 65, 67

手動オーブン(オーブン予熱あり/なしやスチーム、過熱水蒸気との組み合わせ)、手動グリル(グリルやスチーム、過熱水蒸気との組み合わせ)を行う手動メニューです。

あたためのポイント

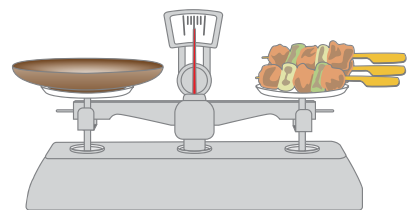
① 食品を置く位置

食品はテーブルプレートやグリル皿の中央に置く



③ 食品と容器の重量

食品を容器に入れてあたためるメニューでは食品と容器の重量は同じくらい
容器の七~八分目が目安



② 食品を入れる容器の有無

容器を使う

001 あたため
003 飲み物・牛乳
004 酒 かん
005 解凍あたため
006 スチームあたため
007 冷凍(左)と冷蔵(右)

容器を使わない

002 冷凍ごはん
008 中華まんのあたため(冷蔵)
009 中華まんのあたため(冷凍)
010 天ぷらのあたため

④ オートメニューの選択

食品の種類や状態に合わせてオートメニューを使い分ける

あたためる食品	使用するオートメニュー
常温や冷蔵保存したごはん・お総菜	001 あたため
冷凍保存したごはん	002 冷凍ごはん
冷凍保存したお総菜	005 解凍あたため
冷蔵保存した牛乳	003 飲み物・牛乳

その他の食品は取扱説明書を確認してください

→ P.33

知っておいていただきたいこと

下記の内容に十分ご注意ください、ご使用ください。

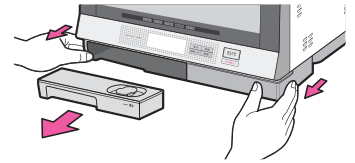
パイプの水抜き → P.75

- 1 テーブルプレートを設定して、ドアを閉める
- 2 表示部の「初期画面」を確認し、給水タンクを本体から引き抜く
- 3 **お手入れ・設定** をタッチし、**パイプ水抜き** をタッチする
- 4 **あたためスタート** を押してスタートする
終了音が鳴ったら水抜き完了

レッグカバーのお手入れ → P.74

■レッグカバーはスチーム調理など、水蒸気が結露したときの露受けです。こまめにお手入れしてください。給水タンクを外してから、左右前方のくぼみに指をかけて、上方にかかると持ち上げながら手前に引いて外します。

セットするときは、確実に奥まで押し込んでください。(確実にセットしないと、水もれやスチーム不足の原因となります。)



給水タンクを外してから

肉や魚の解凍はトレーのままで

- 包装を外し、トレーのままテーブルプレート中央にのせてください。
- 半解凍（七～八分解凍）状態に仕上げます。
- 1回に解凍できる量は、**011しゃぶしゃぶ用肉の解凍**は100～500g、それ以外は100～1000gです。（**021肉の解凍（時間）**は除く）
- グリル調理・オーブン調理の後は加熱室が熱くなっているため、ドアを開けて冷ましてから使ってください。

少量(100g未満)の食品のあたためは

- オートメニューではあたためられません
手動メニューの**レンジ500W**以下で加熱時間を20～50秒に設定し、様子を見ながらあたためてください。→ P.56～58
- 少量(100g未満)の食品はすぐに加熱されるため、あたため過ぎや乾燥に注意してください

注意



食品以外は加熱しない

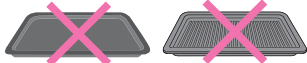
やけど・けが・火災の原因になります
市販のレンジ加熱用の湯たんぽ、哺乳びん(消毒バック)、玩具などは加熱しないでください



オートメニューのあたためや手動メニューのレンジ加熱では金属製の次の物は使用しない

火花(スパーク)で故障・発火・ドアファインダー破損の原因になります

- 付属品の黒皿・波黒皿
(オートメニューの一部は除く)



- 金ぐしや金属の調理用具
- アルミホイール
- 金属・ホーローの鍋、ふた
- アルミなどで表面加工されたプラスチック容器



接触禁止

調理中や調理終了後は高温になっているので、キャビネット・排気口・ドア・加熱室・テーブルプレート・黒皿・波黒皿などに直接触れない

やけど・けがの原因になります



飲み物などを加熱し過ぎしない

加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります

- 飲み物(水・牛乳・お酒・コーヒー・豆乳など)
- とろみのある物(カレー・シチューなど)
- 油脂分の多い物(生クリーム・バターなど)



001あたためで飲み物や汁物などを加熱しない

- 牛乳・コーヒー・お茶・水などは**003飲み物・牛乳**で加熱する
- お酒は**004酒かん**で加熱する
- みそ汁・スープなどは手動メニュー(レンジ加熱)で加熱する
- 飲み物をあたためるときは、背の低い広口の容器を使用する



加熱直後は上からのぞき込まない

インスタントコーヒーなどの粉末やミルクなどの液体を入れない



加熱前によくかき混ぜる

加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります



加熱前

こんなときは

こんなときは故障ではありません、次のことをもう一度確認してください。

修理を依頼される前に次の点および取扱説明書をもう一度お調べください。→ P.80~83

現象	原因
電源が入らない ときどき電源が入らない	●ドアを開閉し、液晶表示部に初期画面が表示されボタンやタッチ操作を受け付けるか確認してください。 (待機時消費電力オフ機能が働くと液晶表示部のバックライトが消灯し、ボタンを受け付けません)
食品がまったく あたたまらない	● トリケル を押し表示部に「 ア 」と「初期画面」だけが表示されていません。 店頭用の「モード」に設定されています。 「 トリケル 」を3回押し、「 あたためスタート 」を1回押しこの操作を3回繰り返すと表示部の「 ア 」表示が消え加熱できます。
オープン予熱中に庫内灯が 消灯している	●節電のため庫内灯を消灯しています。加熱室内の様子を見たいときは あたためスタート を押しと庫内灯が点灯します。消灯したいときは、再度 あたためスタート を押ししてください。
冷凍したごはんなどが うまくあたたまらない	● 002 冷凍ごはん で耐熱プラスチックの容器またはラップに包んで加熱してください。 ● 005 解凍あたため で加熱するときは必ず容器(平皿)にのせて加熱してください。 容器(平皿)を使わないでラップに包んだままの状態加熱すると、あたたまりません。 容器の大きさは、食品を入れたとき、八分目くらいになる大きさが適当です。
レンジのとき 火花(スパーク)がでる	●黒皿や波黒皿を入れ、 レンジ で加熱していませんか。 ●テーブルプレートや加熱室壁面などに食品くずがついていませんか。
スチームが見えない	●オープン運転時は高温になっているためスチームが見えない場合があります。 また、オートメニューは、メニューによってスチーム量が異なります。スチーム発生時は「スチーム」「過熱水蒸気」が点灯します。
加熱中、表示部やドアが くもったり、水滴が落ちる	●メニューによって食品から出た水分が水蒸気となり、表示部やドアの内側がくもることがあります。 ドアの内側などに露がつき、床に落ちたときは、ふきんでふき取ってください。
加熱室内に白い粉が 付着する	●白い付着物の成分は水道水に含まれるミネラル分(カルシウム、マグネシウム)が、水道水が蒸発した後に残った物です。ミネラル分は有害ではありません。かたく絞ったぬれがきんでふき取ります。
調理が終了してもファンの 風切り音がする	●繰り返して調理した後(合計調理時間8分以上の場合)や、 トリケル を押したとき、電気部品を冷却するためファンが約3分間回転する場合がありますが故障ではありません。冷却が終了するとファンは自動的に停止します。
設定した温度が途中で かわることがある	● オープン (予熱あり) のとき、250℃の運転時間は約5分です。その後は自動的に230℃に切りかわります。
250℃に設定できない ことがある	● オープン (予熱なし) または加熱室が熱い場合、最大設定温度は230℃になります。
ドアから蒸気がもれる	●少量の蒸気が出る場合がありますが異常ではありません。