

# HITACHI

## 取扱説明書

保証書付(保証書は裏表紙についています)  
設置説明書別添付

日立 **IH** クッキングヒーター  
家庭用

M7Tシリーズ 3口 **IH** 鉄・ステンレス対応

型式 <sup>イチ</sup> <sup>ティ</sup> <sup>エム</sup> <sup>エス</sup> <sup>ティ</sup> <sup>エフ</sup> HT-M7STF



天ぷら

このたびは日立 **IH** クッキングヒーターをお買い上げいただき、まことにありがとうございました。

**この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。**

お読みになったあとは、設置説明書とともに大切に保管してください。

「安全上のご注意」→(P.6～9) をお読みいただき、正しくお使いください。

設置説明書を受け取り、ご使用前に設置完了後の確認項目をご確認ください。

### 日立家電メンバーズクラブの My家電への製品登録をおすすめします。

さまざまなサービスをご利用いただけます。

- 家電品の登録・管理
- お役立ち情報
- 安全点検サービス割引
- パーツショップ送料特典
- お知らせ



ご登録は  
こちら

詳しくは→(P.47) をご覧ください。

「おすすめレシピ」は以下のコードからもご利用いただけます。



「おすすめレシピ」

詳しくは  
→(P.44)



HT-M7STF シルバー(S)

# はじめにお読みください →(P.00)は主な説明のあるページです。

「安全上のご注意」→(P.6～9)をお読みいただき、正しくお使いください。

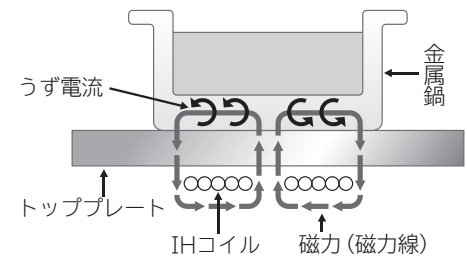
## 大火力 左・右IHヒーター

- 鉄やステンレス鍋、3.0kW大火力のIH加熱で、おいしく調理できます。

使える鍋の種類・材質・形状  
→(P.10)

好みの火力で調理する  
ゆでる、煮る、蒸す、焼く、いためる、  
温める  
→(P.14)

IH加熱の原理(イメージ図)



IHとは電磁誘導加熱(Induction Heating)のこと。IHコイルから発生した磁力(磁力線)が、金属製の鍋を通るとき、うず電流が発生し鍋自体を発熱させます。

## 適温調理「揚げ物」

- 光センサーと温度センサーで予熱も加熱も鍋底の温度変化に合わせて火力を制御。  
設定した目安温度をキープして調理できます。→(P.16)



## 調理モード「卵焼き」「焼き物」

- 光センサーと温度センサーでメニューに合わせて設定火力を自動でキープ。  
レシピに合わせて「弱」「中」「強」の3段階の火力で調理できます。  
→(P.18)



## 「ラク旨<sup>うま</sup>グリル」

- ハンバーグや魚なども水なしで両面を自動で焼き上げるグリルメニュー →(P.24)
- 切り身や干物、つけ焼きは冷凍のままでも調理できます →(P.24)
- 揚げ物をサクッと温め直し →(P.24)
- ラク旨グリルで庫内が汚れにくい

食材の温度、大きさ、置く位置によって、焦げ目がつきにくい場合があります。  
焼き色が薄いときは追加焼きをしてください。→(P.28)



## 上面操作

- 操作パネルを、すべて上面に配置。調理の具合を確認しながら、ラクな姿勢で火加減調節。

# もくじ

## ご使用の前に

各部のなまえ・付属品・操作パネル・別売品	4
安全上のご注意	6～9
使える鍋の種類・材質・形状	10
消費電力と安全機能について	12

## 使いかた

### IHヒーターで調理する

IHヒーターの使いかたのポイント	13
お好みの火力で調理する	14
ゆでる、煮る、蒸す、焼く、いためる、温める	14
メニューを選んで調理する	16～20
適温調理 揚げ物	16
調理モード 卵焼き、焼き物	18
煮込み	20

### グリルで調理する

グリルの使いかたのポイント	21～23
メニューを選んで調理する	24～27
切身・干物、丸焼き、肉・野菜、 揚げ物温め	24
手動	26
追加焼きをする(手動)	28

### いろいろな機能を使う

いろいろな機能を使う	29～31
タイマー	29
チャイルドロックの設定・解除	30
メロディーとブザーの切り替え	30
レンジフードファン連動	31
レンジフードファン連動の切り替えについて	31

## お手入れ

お手入れをする	32～36
トッププレート	32
排気カバー	33
排気口	33
上面操作パネル	33
前面パネル・前面	33
ラク旨グリル、グリル受け	34
グリルドア、パッキン	34
グリルドア、ラク旨グリル、グリル受けの 取り外し/取り付け	35
グリル庫内	36
庫内クリーニング(においを軽減するには)	36

## お困りのときは

お困りのときは	37～41
電源・動作	37
火力	38
「揚げ物」	38
油温のずれが気になる	39
調理モード「卵焼き」「焼き物」	40
グリル	40
レンジフードファン連動	40
その他	40
音が気になる	41
お知らせ表示が出たとき	42・43

## 料理集

ホームページからおすすめレシピを見る	44
火力設定、調理時間設定の目安、調理のこつ	44・45

## 仕様・その他

仕様	45
保証とアフターサービス	46
「ご相談窓口」	47
保証書	裏表紙

ご使用の前に

使いかた  
(IHヒーターで調理する)

使いかた  
(グリルで調理する)

使いかた  
(いろいろな機能を使う)

お手入れ

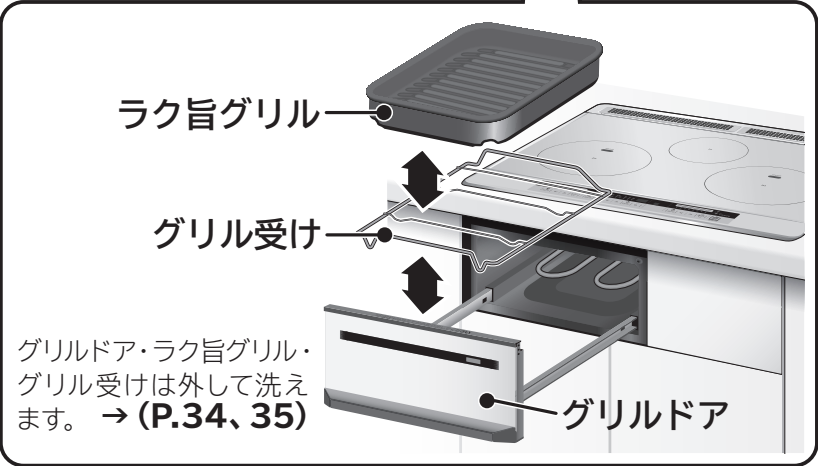
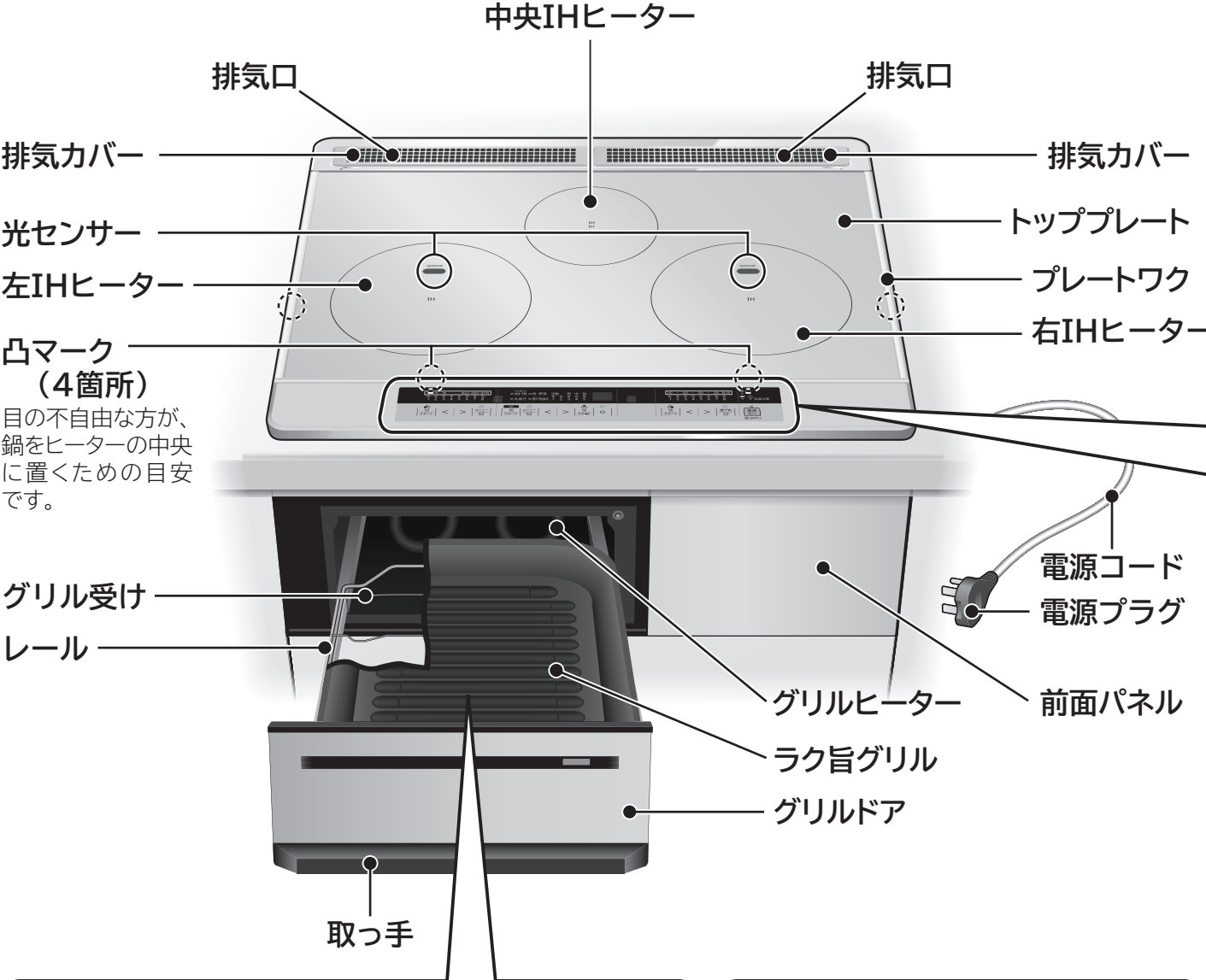
お困りのときは

料理集

仕様・その他

各部のなまえ・付属品・操作パネル・別売品

→ (P.00) は主な説明のあるページです。



**型式・製造番号の確認**

製造番号は、排気カバーを外し排気口の中を確認してください。

型式	製造番号
上面操作パネル	排気口

付属品	
ラク旨グリル(消耗部品) 1個	グリル受け(消耗部品) 1個

上面操作パネル

中央IHヒーターとグリルは同時に使用できません。

・中央IHヒーターとグリルは、高温の場合「高温注意」と中央の火力表示ランプが点滅してお知らせします。調理後は高温になるため、ランプが消えるまで触らないように注意してください。→ (P.12)

**火力/メニュー表示**

火力の強さやメニュー調理の設定温度、選択したメニューのランプが点滅または点灯して表示されます。

→ (P.14~20)

**グリルメニュー表示**

選択したメニューのランプが点滅または点灯して表示されます。

→ (P.24~28)

**表示部**

設定時間やお知らせコードなどが表示されます。

**ロック表示**

操作がロックされているときは、ランプが点灯して表示されます。

→ (P.30)

**高温注意表示**

調理をスタートすると「高温注意」のランプが点灯します。また、トッププレートやグリル庫内温度が高温のとき、ランプが点灯または点滅して表示されます。

・高温になっているヒーターの火力表示ランプが点滅します。

→ (P.12)

**切/スタートボタン**

調理のスタートや終了したときに使います。

**設定ボタン**

火力の調整やタイマー時間の設定に使います。

→ (P.14~29、39)

**メニュー/タイマーボタン**

メニューやタイマーの設定に使います。

→ (P.14~29、39)

**電源スイッチ**

電源の入/切を行います。

・電源を入れると「ピッ」と鳴ってランプが光ってお知らせします。

・電源を入れたままスタートさせずに約10分間放置すると、自動的に電源が切れます。

●ボタンを長押し(3秒以上)していると、「ビビッ」と鳴って、チャイルドロックが設定されますので注意してください。

**チャイルドロックボタン**

ボタンを3秒以上押しと、すべての操作のロックと解除ができます。

→ (P.30)

**送信部**

IHヒーターやグリルの操作に連動して、レンジフードファン連動対応ファンが運転・停止します。

→ (P.31)

別売品

推奨天ぷら鍋 品名：天ぷら鍋 型式：HT-N50 希望小売価格：2,860円(税込) (部品番号：HT-C20TWS 010)		推奨天ぷら鍋 品名：天ぷら鍋 型式：FJ-21T 希望小売価格：10,120円(税込)	
---	--	--	--

部品の交換・追加購入	
部 品 名	部 品 番 号
グリルドア (グレー)	HT-M7STF 009
パッキン (上) (グリルドア) (消耗部品)	HT-M7STF 015
グリルパン (ラク旨グリル) (消耗部品)	HT-J300XTF 019
グリル受け (消耗部品)	HT-J7STF 015

部品のご購入は、商品お買い上げの販売店、お近くの日立の家電品取扱店(お取り寄せ)または「パーツショップ」へご依頼ください。→ (P.47)

「」使用の前に  
各部のなまえ・別売品／操作パネル









# 安全上のご注意

この機器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

お使いになる人や、ほかの人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただくことを、次のように説明しています。また、本文中の注意事項についてもよくお読みのうえ、正しくお使いください。

## ■ここに示した注意事項は


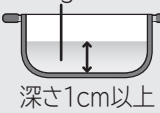
誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。


 <b>危険</b> 「死亡または重傷を負う危険が差し迫る」内容です。	 <b>警告</b> 「死亡または重傷を負うことが想定される」内容です。	 <b>注意</b> 「傷害を負うことが想定されるか、または物的損害の発生が想定される」内容です。
<b>表示の例</b>  「警告や注意を促す」内容です。	 してはいけない「禁止」内容です。	 実行しなければならない「指示」内容です。

## 警告


### 揚げ物を調理するときは

- 油は炎がなくても温度が上がると発火するおそれがあります

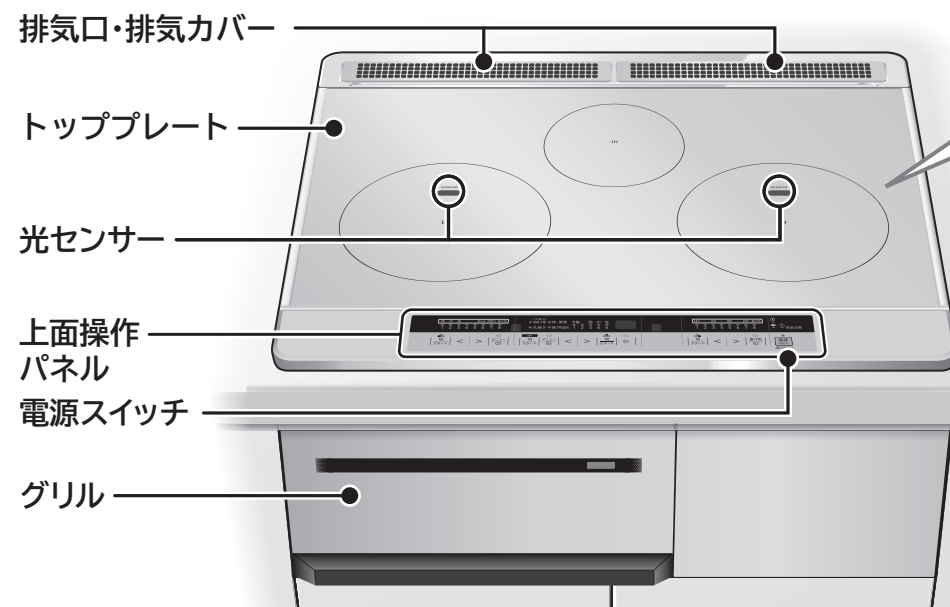
-  ●揚げ物調理中はそばを離れない
  - 指定の鍋以外は絶対に使わない → (P.10)
  - 油は「200g(220mL)未満」、「深さ 1cm 未満」のいずれの場合も調理しない
- 油は200g(220mL)～800g(880mL)の範囲で、油量200g(220mL)～800g(880mL)の鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また、油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
- 
- 深さ1cm以上
- 鍋底が変形したものは使わない

-  ●鍋はIHヒーターの中央に置く
  - 必ず「揚げ物」メニューを使用する → (P.16)
  - 油煙が多く出たら電源を切る
- 温度調整機能が正しく働かないことがあり、火災の原因となります。
- お好みの火力(手動)では揚げ物調理をしないでください。温度コントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあります。


### 使用中(調理中)・使用後は

-  ●市販の汚れ防止シート(電磁調理器カバー)※を使わない
  - 使用中や使用後しばらくはトッププレートやグリルドアおよびグリル庫内などの高温部に触れない
- 鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。

※トッププレートの上のせて、その上で調理をする。ことでトッププレートの汚れを防ぐものです。



### 使用後は

-  ●使用後は電源を切る
- 長期不在のときは専用ブレーカーを切る

## 危険

### ●火災・感電・けがの原因になります。

#### 本体は



改造はしない  
修理技術者以外の人は分解したり、修理を行わない  
修理はお買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.47)にご相談ください。



### ●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

- 鍋底がはがれかけた鍋は使用しない
- 鍋底がはがれかけた状態で加熱すると、はがれた部分が異常過熱し、赤熱するおそれがあります。トッププレートが局所過熱し、破損(ひび割れ)・変色する原因となります。
- 炒め物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後に油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない
- 使用する油の量が少ないと油温が急激に上がり、発火するおそれがあります。加熱し過ぎないよう「中火」以下に調節してください。



- 鍋はIHヒーターの中央に置く
  - トッププレートの光センサーや鍋底の汚れ、水などもきれいにふき取る
- 鍋の温度が正しく検知できない場合があり、発火のおそれがあります。

### トッププレートは



- 上に乗ったり、物を落としたり、衝撃を加えない
  - 鍋やフライパンなどの調理器具以外のものは置かない
  - 無水調理用の鍋のフタなど、気密性の高い鍋のフタを温まった状態のままトッププレートに置かない
- ひびが入ったり、割れたまま使用すると煮汁などが入り、火災・感電、けがの原因になります。
- 誤って加熱した場合、火災や破裂、赤熱してやけど・けがの原因になります。
- カセットコンロ、ボンベ、缶詰など
  - アルミ製容器やバック(うどん等が入った簡易容器)、レトルトバック(アルミ箔を使用しているバック)、紙バックやプラスチック製調理器(容器の内側にアルミ箔を貼ったもの)、アルミ箔など
  - スプーンなどの金属製小物
  - 金属のフタやバーベキュー用の鉄板など
  - スマートフォンなどの機器
  - その他可燃物や引火物(まな板、ふきん、紙、油など)
- フタが密着して取れなくなったり、トッププレートが割れるおそれがあります。



### 本体は



- カーテンなどの可燃物を近づけたりしない
- 排気口のすき間などに、異物(ピンや針金など)や指を入れない
- 本体や排気口、電源プラグに水などをかけない
- 子どもなど取り扱いに不慣れな方だけで使用させたり、幼いお子様を近づけさせない、触れさせない

### 異常・故障時は



- 直ちに使用を中止し、電源スイッチと専用ブレーカーを切る
- 電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
  - トッププレートにひび割れがある。
  - グリルドアのガラス面に傷がついたり、ひび割れがある。
  - 焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がある。
  - ビリビリと電気を感ずる。
  - 上面操作パネルにはがれがある。
  - その他の異常や故障がある。
- 以上のような症状がある場合は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.47)へ点検・修理を依頼する。



# 安全上のご注意 (つづき)



## 注意

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

### 使用中(調理中)・使用後は

- 鍋は不安定な状態で使用しない
- 鍋の下に紙やシートを敷かない
- あらかじめ加熱した油で「揚げ物」を使わない  
油の温度を適正にコントロールできないため、発火するおそれがあります。
- 本体前方に物を置かない
- 空だきや必要以上に加熱をしない
  - 鍋底の薄いもの、反っているフライパンや鍋は「中火」以上で予熱すると赤熱したり変形するおそれがあります。空だきなど異常に高温になった場合、トッププレートが変色することがあります。
  - ホーロー鍋は、空だきしたり、こげつかせたりすると鍋底が過熱され、底面のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレートが破損、損傷の原因になります。
- 排気カバー付近に手、顔、鍋の取っ手などを近づけない
- 排気口・排気カバーの上にふきんや鍋、アルミ箔などを置いてふさがらない  
本体周辺の異常過熱や破損の原因になります。また、グリルドアから煙が漏れたり周囲や下側に露が付く場合があります。
- トッププレートの上面操作パネルの上や、排気口・排気カバーの上に、熱い鍋などを置かない
- 火気を近づけない
- 使用中は、本体から離れない

- 片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意する  
取っ手が手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。
- 飛び散る油に注意する
- 油煙が多く出たら電源を切る
- 使用中や使用後、庫内クリーニング中はレンジフードファンを使用する  
煙や臭いなどに敏感な小鳥などの小動物は別の部屋に移してください。

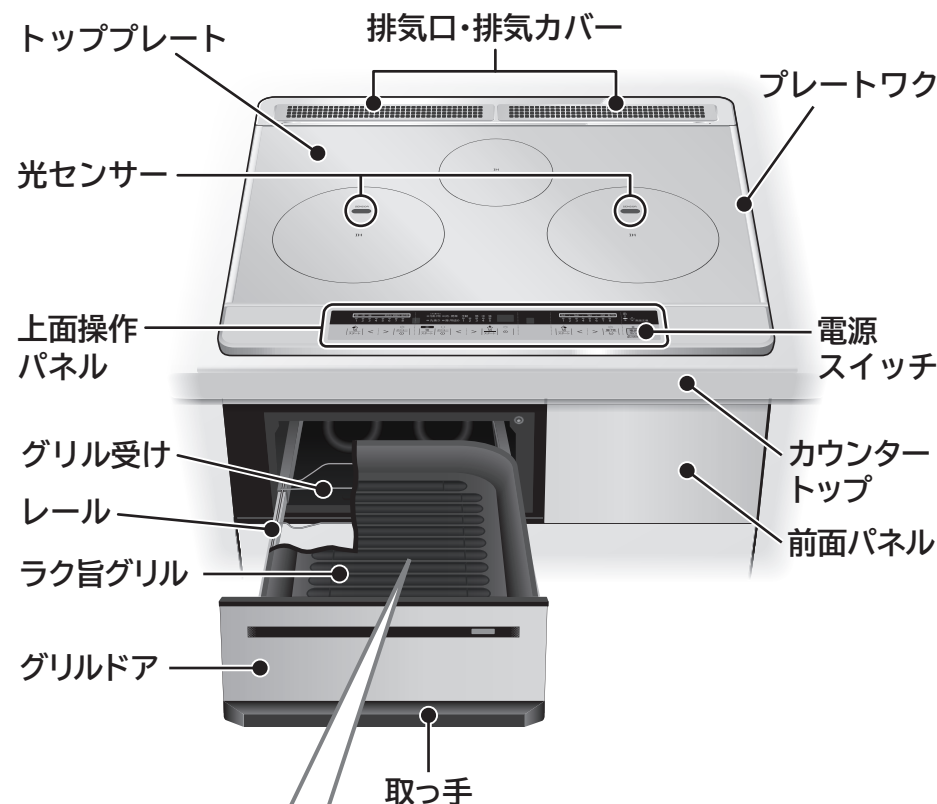
### 使用する方は

- 医療用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する  
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

- 調理以外の用途に使用しない  
湯たんぽなどを加熱しないでください。

### お手入れは

- 電源を切り、本体が冷えてから行う

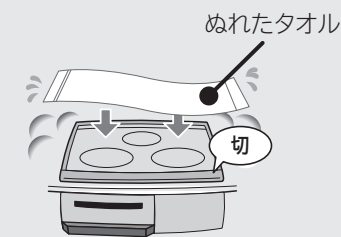


### グリルで調理中に

- グリル庫内で調理物が発煙・発火した場合は、次の手順で消火する

#### 消火手順

- ①電源を切る
- ②排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ  
※このときグリルドアの周囲から煙が出ます。
- ③専用ブレーカーを切る  
※グリルドア(強化ガラス)に水をかけない。(強化ガラスが割れます)
- ④炎が消えグリル庫内の温度が下がるまで、グリルドアを開けない  
(空気が入り、炎が大きくなります)



### グリルで調理するときは

- 使用中や使用後はグリルドア(強化ガラス)に水をかけない  
高温になっているところに水をかけると割れるおそれがあります。
- グリルドアを持って勢いよく引き出したり、持ち上げながら引き出さない  
グリルドアやグリル庫内の付属品などが落下して、やけどやけがをしたり、破損の原因になります。
- グリルドアやレールに強い力を加えたりぶらさがらない
- ラク旨グリルが破損した場合は使わない  
キャビネット内に水などが落ちる原因になります。

- 空だきや必要以上に長時間調理しない  
発煙・発火するおそれがあります。
- 市販のグリルパンは使用しない。また、ラク旨グリルにグリル用の石などを入れて使用しない  
発煙・発火するおそれがあります。
- 使用中は本体から離れない
- 仕上がり確認や調理終了後、調理物を取り出す場合は、付属品やグリル庫内などグリル周辺が高温になっているため直接触れない  
付属品の取り出しかた→(P.23)

- グリル庫内やラク旨グリルは、残った脂分や食品カスを使用のつど清掃し、定期的にお手入れをする→(P.34)  
続けて使用するとき、受皿にたまった脂分や食品カスを捨て、汚れをきれいに落としてください。汚れたまま使用すると発煙・発火のおそれや腐食して故障する原因になります。
- アルミホイルやオーブンシートを使う調理では、ヒーターに触れないようにする  
ヒーターに触れると発火のおそれがあります。
- 調理中にグリルドアを開けたまま調理しない  
調理中にグリルドアを開けたまま調理すると熱が漏れ、カウンタートップやグリル周辺の焦げ、過熱した場合やけどの原因になります。

## 次の点もご注意ください

- トッププレートの上で、IHジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わない  
磁力線により本製品が故障する原因になります。
- キャビネット(本体左右・下側)に調味料・食品などを置かない  
本体からの排熱により、調味料・食品などの変質の原因になります。
- 本体や排気口などに、水や調理物などをこぼさない  
水などをこぼした場合や調理物を吹きこぼした場合は、すぐにふき取ってください。キャビネット内に水や調理物が落ちる原因になります。
- 排気口やプレートワクを鍋底でこすったり、ぶついたり、熱い鍋を置いたりしない  
傷つきや破損、変色の原因になります。
- IHヒーター使用中は磁力(磁力線)が出ているため、磁気に弱いものを近づけない
  - ラジオ・テレビ・補聴器など(雑音の原因になります)
  - キャッシュカード・磁気テープ・自動改札用定期券など(記憶が消える原因になります)
- 本体に直射日光が当たらないように注意する
  - 光センサーに直射日光が当たると、鍋の温度が正しく検知できない場合や加熱を停止する場合があります。鍋をIHヒーターの中央に置いてください。
  - 直射日光が当たると変色する場合があります。
- 酸の強い食品がついた場合はすぐふきとる  
ジャム、レモン汁、梅、お酢を使った食品などを付着したまま放置すると、トッププレート、プレートワクが変色したり、接続部分が劣化し、はがれの原因になります。
- 市販のIHヒーター用発熱プレート※は使わない  
鍋やトッププレートの破損や損傷、やけどの原因  
※鍋の中やトッププレートの上に敷いてプレートを加熱し、IHヒーターで使えない鍋を加熱するものです。
- ビルトインオーブンレンジと組み合わせて使用の場合、グリルドアの取っ手の温度に注意する  
オーブンレンジの排気でグリルドアの取っ手が熱くなる場合があります。IHクッキングヒーターを使っていなくても、オーブンレンジを使うと排気カバー部が熱くなる場合があります。
- 害虫(ゴキブリなど)が製品内に侵入すると故障の原因  
適切な環境下でご使用ください。
- プレートワクの清掃には注意する  
プレートワクは酸性やアルカリ性の洗剤(漂白剤、住宅用合成洗剤など)・消毒液(アルコール系、塩素系など)や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合は表面が変色するおそれがあるため、すぐにふき取ってください。また、プレートワクのすき間に調理物などをこぼした場合も、乾くと汚れが取りにくくなるため、すぐにふき取ってください。
- 加湿器などを近くで使わない  
加湿器の種類によっては、水道水に含まれるミネラル成分が水と一緒に放出され、本体に付着し、乾燥すると白い粉ようになります。場合によっては本体内部に入り、汚れや故障の原因になります。

# 使える鍋の種類・材質・形状

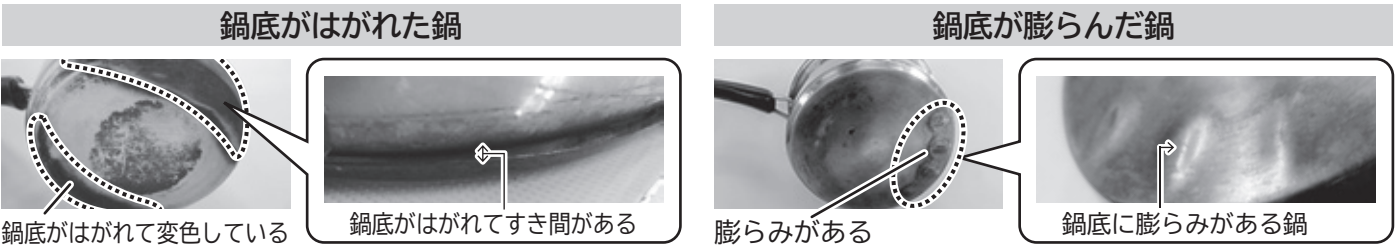
## 鍋の材質と形状で、使える○ 使えない×を確認する

一般財団法人 製品安全協会の  IH または  CHIH マークの付いた鍋をおすすめします。  
(鍋の説明書をよくお読みになり、鍋に適した火力の使用やお手入れをするなど、正しく安全にご使用ください)



	○使える鍋	×使えない鍋
材質	鉄・ホーロー・ステンレス・ 多層鍋(鍋底に磁石がつくもの)  ●ホーロー鍋は、空だきしたり焦げつかせたりしない。 鍋底のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレート が破損、損傷する原因になります。 ●ステンレス(特に鍋底にステンレスを貼り付けている 多層鍋)は、鍋によって火力が弱くなったり、加熱が できなかつたりするものがあります。	アルミ・銅鍋・多層鍋(鍋底に磁石がつかないもの) ガラス・土鍋・セラミック鍋・ 直火用焼網・発熱プレート  ●土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などは使わない  IH または  CHIH マーク付、「IHで使える」と表示 している土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも  IH クッキングヒーターが故障したり鍋が割れたりする場 合がありますので使わないでください。
鍋底の直径	左・右IH・・・12～26cm 中央IH・・・12～18cm  ●鍋底の直径が大きいと、調理物によっては 仕上がりにムラができる場合があります。	左・右IH・・・12cm未満 中央IH・・・12cm未満  ●火力が弱くなったり、加熱できなかつた りすることがあります。
鍋底の形状	鍋底が平らで、トッププレートに密着する  ●鍋底の薄い(0.8mm以下)鍋は、弱火で調理してく ださい。鍋底の薄い鍋は高温になりやすく、鍋底が変 形すると異常高温となりトッププレートが割れる原因 になります。 ●鍋底の形状によっては、使えている鍋でも安全機能が 正しく働かなかつたり、火力が弱くなったり、加熱で きなかつたりすることがあります。	 反りが3mm以上の もの  丸いもの 外側に反っているもの  脚があるもの 鍋底の外周部分が 凸形状のもの ●鍋底の反りは、お手持ちの定規などを当てて確認して ください。 ●鍋底に部分的に鋭利な突起がある場合は使用しない。 トッププレートに傷がつく原因になります。 ●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせた 鍋は、12cm以上あっても、小鍋と判断して鍋確認が 表示されたり、火力が弱くなる場合があります。

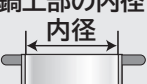
## ご使用の前に鍋やフライパンの鍋底を確認する



下記のような鍋底を貼り合わせた鍋などで、鍋底が変色した鍋や鍋底がはがれかけた鍋・フライパンは使わないでください。



「揚げ物」で使える鍋

別売の推奨天ぷら鍋 → (P.4) や  IH または  CHIH マーク付の天ぷら鍋を使用してください。

鍋底の直径	12 ～ 26cm	<div>鍋上部の内径</div> <div>内径</div> 	16cm以上
鍋底の形状	平らなもの (反り3mm未満)		
鍋底の厚さ	1mm以上		

●  IH または  CHIH マーク付でもフライパン・鋳物鍋は使用できません。

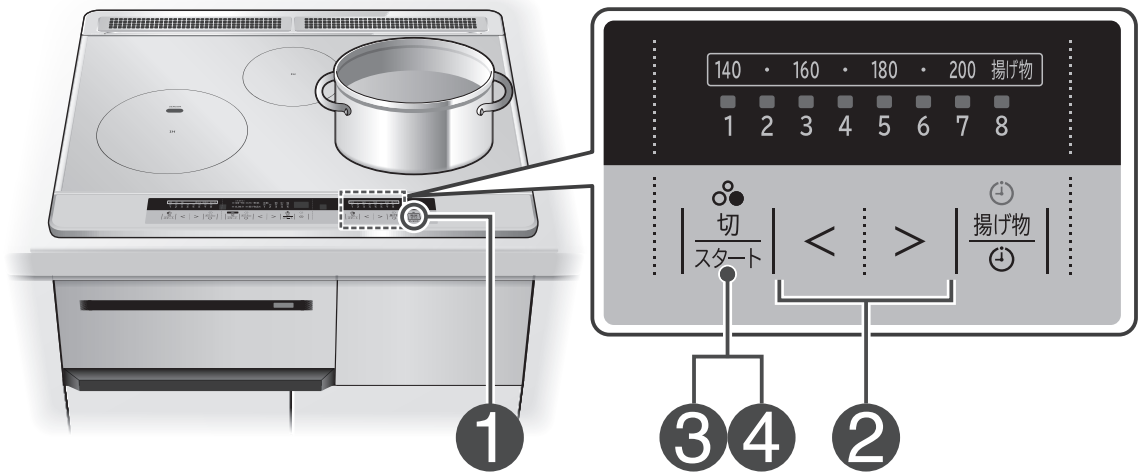
 **警告**

 禁止


●使える鍋と判定した鍋でも、鍋底が変色して変形した  
鍋やはがれかけた鍋は使用しない  
安全機能が働かない場合があります。



## お手持ちの鍋を確認する


●右IHヒーターで説明しています。(どのIHヒーターでも確認できます)




**準備** 確認する鍋に水(約200mL)を  
入れ、IHヒーターの中央に置く



**1**  を「ピッ」と鳴るまで押し、  
電源を入れる(ランプが点灯します)




**2**   を押す

**3**  を押し、スタートする

**4** **確認が終わったら**  
 を押し、切る

**使える鍋、使えない鍋の表示**

 使える鍋は加熱が始まります。  
  
火力表示ランプ

 使えない鍋は火力表示ランプが交互に  
点灯します。  
  
交互に点灯  
  
●約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に  
加熱を停止します。

## 調理モード「卵焼き」「焼き物」で使えるフライパン

2022年11月現在

●次の推奨フライパン・鍋をご使用ください。

推奨フライパン 品名：フライパン 型式：106865※ 希望小売価格：13,970円(税込)		推奨炒め鍋 品名：炒め鍋 型式：106834※ 希望小売価格：15,180円(税込)	
推奨卵焼き 品名：卵焼き 型式：106872※ 希望小売価格：7,370円(税込)			

※日立の家電品取扱店にご相談ください。希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。



# 消費電力と安全機能について

## 複数のIHヒーターやグリルを同時に使う場合は、自動的に火力やメニューを制限します

- 総消費電力が5.8kWまたは4.8kW（設置時に設定）以内で同時に使えますが、総消費電力を超えないように自動的に火力やメニューを制限します。（総消費電力の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください →（P.47））
  - ・火力が上げられない。（「ピピピッ」と鳴る）
  - ・ボタンを押してもスタートできない。
- ▶ 他のIHヒーターの火力を下げるか加熱を停止してから再操作してください。
- 中央IHヒーターとグリルは、同時に使用できません。
- 左IHヒーターとグリルの同時使用時、左IHヒーターの最大火力は「6」までです。

## 火力の目安

●相当とは、ヒーターの入・切による平均消費電力

IHヒーター

火 力	1	2	3	4	5	6	7	8
左・右IHヒーター	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.6kW	2.0kW	3.0kW
火 力	1	2	3	4	5			
中央IHヒーター	100W相当	300W	800W	1.1kW	1.6kW			

揚げ物

 右IHヒーター 最大1.5kW

卵焼き

焼き物

 左IHヒーター 最大2.0kW

煮込み

 左IHヒーター 最大500W

グリル

切身・干物

丸焼き

肉・野菜

揚げ物温め

 最大1.2kW

手動

 740W相当、920W相当、1.2kW

対象のヒーターを下記の表示で表しています

- 左

:左IHヒーター
- 中央

:中央IHヒーター
- 右

:右IHヒーター
- グリル

:グリル

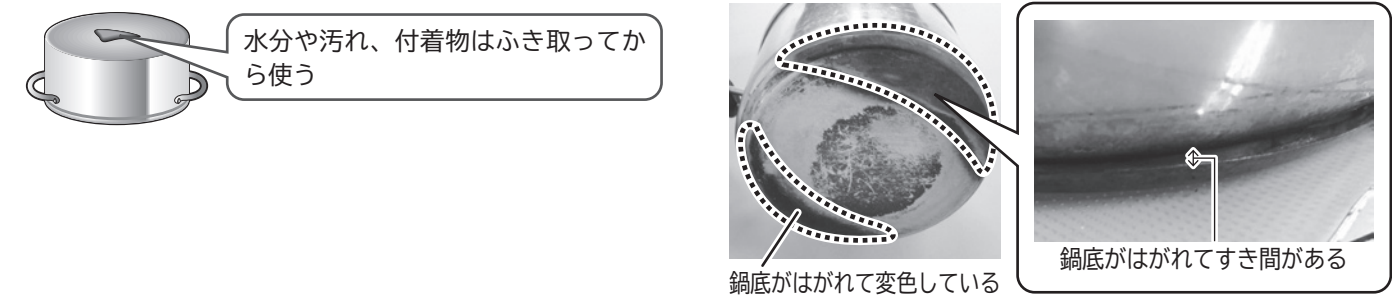
## こんなときは安全機能が働きます

機 能 名	検 知 内 容	自動停止・表示内容
鍋 無 し 自 動 停 止 (左 右 中央)	加熱中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくずれた。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。(約30秒以内に戻せば加熱は継続されます) → (P.37)
金属小物検知自動停止 (左 右 中央)	IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径(12cm未満)の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。(金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください) → (P.37)
揚げ物鍋反り検知自動停止 (右)	鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。(鍋を交換してください) → (P.42)
切り忘れ防止自動停止 (左 右 中央 グリル)	IHヒーターは、加熱後最終ボタン操作から約45分経過した。 グリル調理メニュー「手動」は、加熱後約30分経過した。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。 → (P.37)
過熱防止自動停止 (左 右 中央)	鍋底温度が異常に上昇した。 排気口がふさがれるなどして、本体内部の温度が異常に上昇した。 ※火力が弱い場合や鍋の種類によっては、この機能が働かないことがあります。	火力制御しても鍋底温度が異常に上昇した場合は、ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。(鍋底の厚み、異物付着、または排気口を確認してください) → (P.42)
グリル過熱防止自動停止 (グリル)	グリル庫内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。(グリル庫内を冷却してください) → (P.42)
高 温 注 意 表 示 (左 右 中央 グリル)	調理をスタートした。 トップレート(約50℃以上)やグリル庫内(約60℃以上)が高温になっている。	調理をスタートすると「高温注意」のランプが点灯します。 電源を切っても温度が下がるまで「高温注意」と火力表示ランプが点滅して表示されます。 「高温注意」表示中に調理などする際は、高温部に触らないようにしてください。
オートパワーオフ	電源「入」の状態、約10分放置された。	自動的に電源が切れます。(「高温注意」表示は電源が切れても、温度が下がるまで表示されます)

# IHヒーターの使いかたのポイント

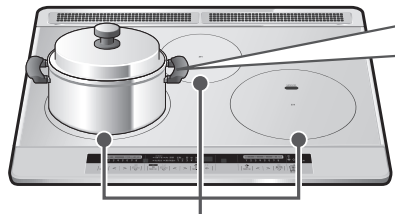
## ご使用前に鍋やフライパンの鍋底などを確認してください

- 鍋底の水分や汚れ、付着物はふき取ってからご使用ください。(鍋の移動や蒸気の噴出、トップレートの汚れ防止)
- 鍋底を貼り合わせた鍋などで、鍋底が変色した鍋や鍋底がはがれかけた鍋・フライパンは使わないでください。

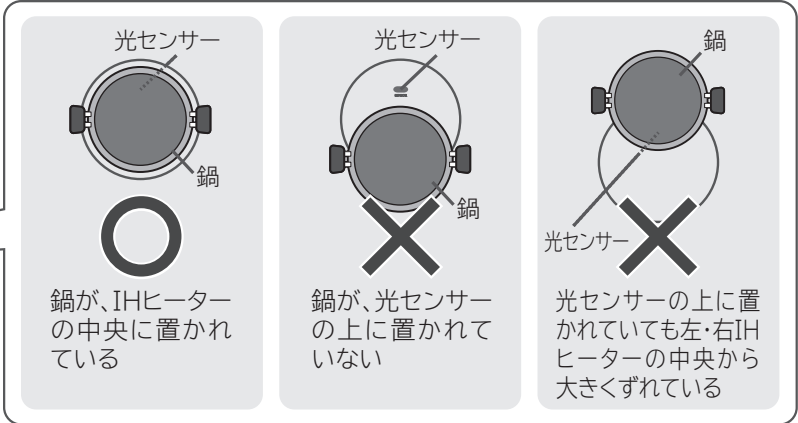


## 鍋は、IHヒーター（丸表示）の中央に置いてください

- 鍋が、IHヒーターの中央から大きくずれている場合は、鍋の確認ができず、安全のため加熱を停止したり、火力が入らないことがあります。IHヒーターに複数の鍋を置いたり、複数のIHヒーターの上に鍋をまたいで置いて調理しないでください。

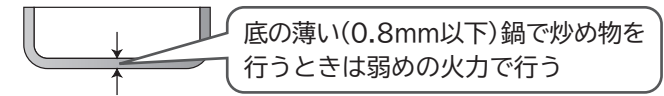


IHヒーター（丸表示）



## 鍋の加熱が早いので、そばを離れず、こまめに火力調節してください

- 鍋底の厚さが薄い(0.8mm以下)鍋は「強火」でのご使用は控えてください。(鍋底変形の防止)



## 同じ鍋でも、IHヒーターによって加熱状態が異なる場合があります

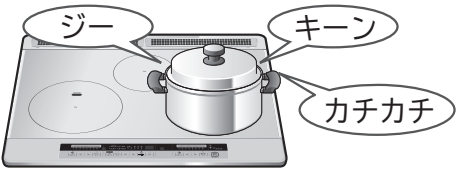
- IHヒーターの特性や冷却具合が左・右・中央で全く同じにはならないため、同じ鍋でも加熱状態が異なる場合があります。
- 調理したときに、左・右・中央で調理時間が異なる場合があります。



## 音について

→ (P.41)

- 使用中に鍋から「ジー」、「カチカチ」、「キーン」などの音が出る場合があります。これは磁力(磁力線)による鍋の振動や、調光照明、電気暖房機などを使用したときに磁力が変動して鍋が振動することで発生する音で、異常ではありません。そのままご使用ください。(左・右・中央で音が異なる場合があります)音が気になる場合は、鍋の位置を少しずつずらすか、置き直すと止まる場合があります。



- 使用中や使用後しばらくは、本体内部を冷やすために冷却ファンが作動します(最大約10分)。そのため冷却ファンの音と本体から少し風が出ます。温度が下がると自動的に止まります。
- 電源を入・切するときや使用中に、「カチャ」と音が出る場合があります。これは内部電気部品のスイッチやヒーターを入・切する音で、異常ではありません。

「使用の前に

使いかた  
(IHヒーターで調理する)

消費電力と安全機能について / IHヒーターの使いかたのポイント

# お好みの火力で調理する

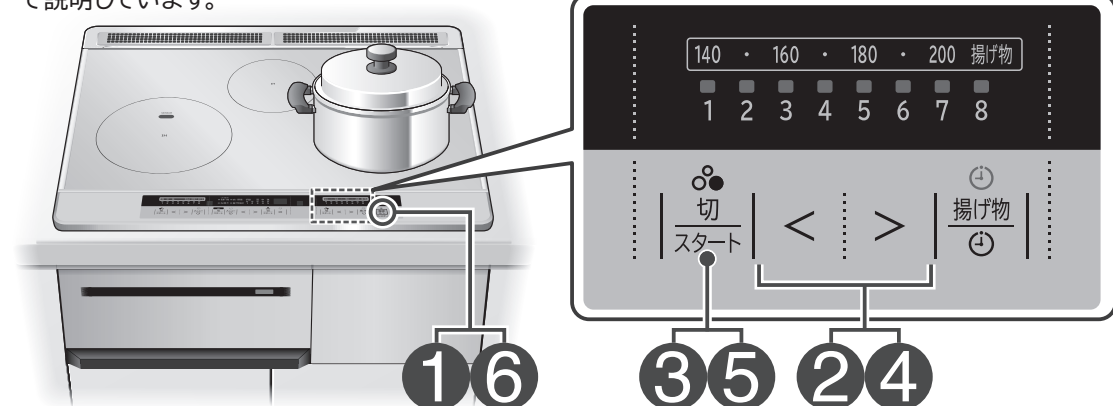
## ゆでる・煮る・蒸す・焼く・いためる・温める

左・右・中央  
IHヒーター  
が使えます



### お好みの火力で調理します

- フライパンなどの取っ手がプレートワーク（上面操作パネル部）に乗り上げないようにしてください。
- 右IHヒーターで説明しています。



### 火力調節の目安

火加減	とろ火	弱火		中火		強火		
	1	2	3	4	5	6	7	8
左・右IHヒーター	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.6kW	2.0kW	3.0kW
中央IHヒーター	100W相当	300W	—	800W	1.1kW	1.6kW	—	—
調理例	ゆでる			めん類・根菜・葉菜				沸とうさせるとき
	煮る	カレーなどのとろみのあるもの		煮魚など ひと煮立ちさせるとき		煮立てるとき		沸とうさせるとき
	蒸す		茶わん蒸し・シュウマイ					沸とうさせるとき
	焼く		卵焼き・オムレツ・ハンバーグ・ぎょうざ・肉類					
	いためる	保温するとき、チョコレートを溶かすとき		玉ねぎ・ホワイトソース・焼きそば・チャーハン・野菜いため				
	温める	温め直すとき		カレーのルー・みそ汁				

- 火力「8」は火力が強いので、特に少量の食材を調理するときは、鍋やフライパンを傷めるおそれがありますので、火力を下げることをおすすめします。
- 火力「8」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると「ピピピッ」と鳴って自動的に火力「7」に下がります。

## 警告



- 炒め物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後に油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない
- 加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない



- 調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる
  - 水・牛乳などの液体やカレー・みそ汁・吸い物などの煮物・汁物が突然沸とう（突沸）して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。
  - 加熱した水などの液体にインスタントコーヒーなどの粉末や牛乳などの液体を入れる場合も火力を弱めにし、よくかき混ぜてください。
  - 調理物が鍋底にこびりつくと、その部分が異常過熱することによりトッププレートが割れることがあります。



### 準備

食材を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

### 1

**電源切/入** を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

### 2

**< >** を押し、  
**お好みの火力を選ぶ**  
●火力ボタンを押した後、約15秒以内に「切/スタート」ボタンを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

### 3

**切/スタート** を押し、スタートする  
調理する  
タイマーを使うときは →(P.29)

### 4

**火力を調節するときは**  
**< >** を押し  
●火力は「1」～「8」まで調節できます。

### 5

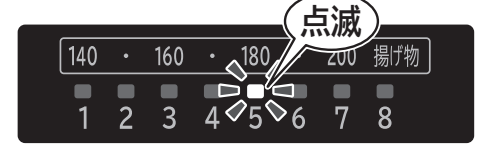
**調理が終わったら**  
**切/スタート** を押し、切る

### 6

**続けて使わないときは**  
**電源切/入** を押し、電源を切る（ランプが消灯します）  
お手入れをするときは →(P.32)

**< >** を押す

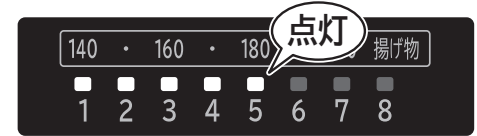
- 火力「5」が点滅します。



- 続けて **< >** を押すと火力は「1」～「8」まで設定できます。

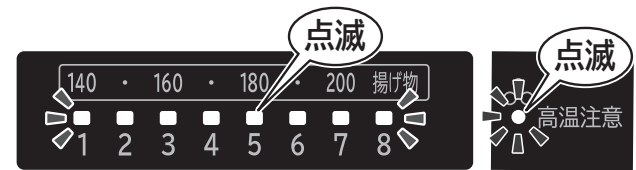
スタートすると（火力「5」の場合）

- 火力「1」～「5」までを点灯し、加熱が始まります。



- 最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。
- 切/スタート** を押してから **< >** を押してもスタートできます。

- トッププレートの温度が約50℃に下がるまでランプが点滅して「高温注意」をお知らせします。
- 電源を切っても温度が下がるまでランプが点滅します。



### ご注意

- 調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節する。
- 鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは「中火」以上で予熱すると赤熱する場合があるので注意する。
- 火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあるので、沸とうしたら火力を下げる。
- 煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げ付かせないようにする。特にタイマーを使用するときは焦げ付きや空だきに注意する。

使いかた  
(IHヒーターで調理する)

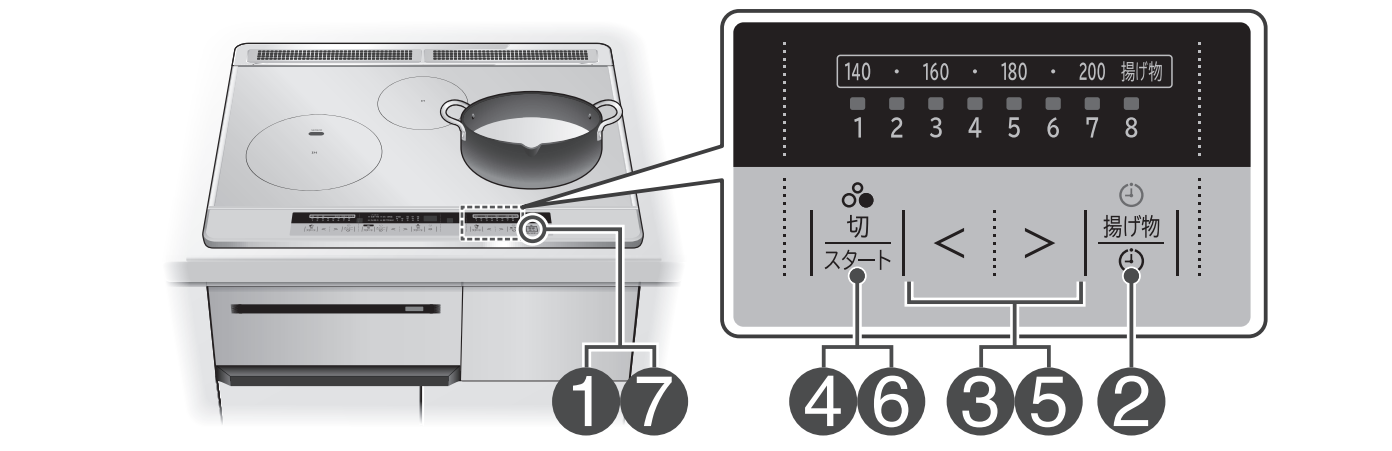
お好みの火力で調理する(ゆでる・煮る・蒸す・焼く・いためる・温める)



# メニューを選んで調理する

## 適温調理 揚げ物

予熱完了をメロディーでお知らせし、設定した目安温度をキープして調理します



### 設定油温の目安

■別売の推奨天ぷら鍋に油800g (880mL) を入れた場合

設定油温	140	150	160	170	180	190	200
調理例	野菜の油通し	野菜の油通し	野菜の油通し	冷凍食品(コロッケ・メンチカツなど)	天ぷら・手作りコロッケ・エビフライ	天ぷら・手作りコロッケ・エビフライ	天ぷら・手作りコロッケ・エビフライ
			フライ・鶏の唐揚げ・ドーナツ	フライ・鶏の唐揚げ・ドーナツ	フライ・鶏の唐揚げ・ドーナツ	素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ	素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ
			野菜(ししとう辛子、しその葉など)	野菜(ししとう辛子、しその葉など)	野菜(ししとう辛子、しその葉など)	天ぷら・とうふ揚げ	天ぷら・とうふ揚げ

●設定油温は調理時の温度目安で、油量や食材、使用する鍋により異なります。また食材が入っていない場合は、設定した温度よりやや高めの温度になります。

## 警告 ●火災・やけどの原因になります。

### 揚げ物を調理するときは

- 油は炎がなくても温度が上がると発火するおそれがあります
- 揚げ物調理中はそばを離れない
- 指定の鍋以外は絶対に使わない → (P.10)
- 油は「200g(220mL)未満」、「深さ 1cm 未満」のいずれの場合も調理しない
- 鍋底が変形したものは使わない
- 鍋はIHヒーターの中央に置く
- 必ず「揚げ物」メニューを使用する
- 油煙が多く出たら電源を切る



準備 指定の鍋に200g (220mL) ~ 800g (880mL)、深さ1cm以上に油を入れる

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

2 揚げ物 を押し

3 < > を押し、油温を設定する

4 切/スタート を押し、スタートする

- 鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
- 予熱完了になる前に、食材を入れないでください。
- メロディーが鳴ったら予熱完了です。

予熱完了になったら調理する

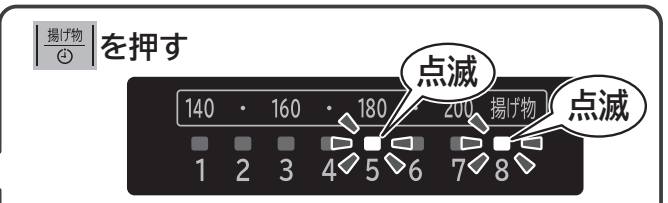
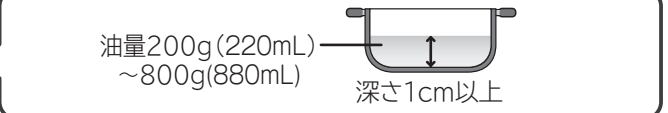
5 設定油温を調節するときは < > を押し、油温を調節する

- 設定油温と実際の油温がずれている場合は、油温の補正 (調整) ができます。→ (P.39)

6 調理が終わったら 切/スタート を押し、切る

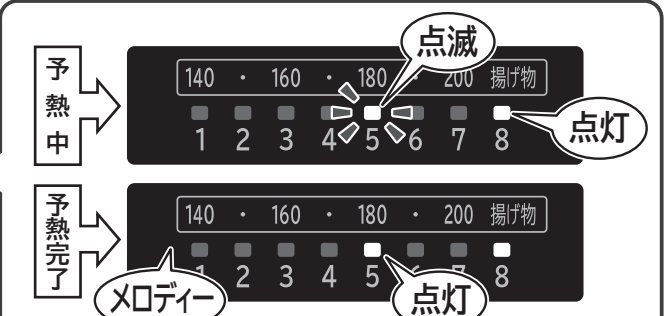
7 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

お手入れをするときは → (P.32)



設定油温

●設定油温は目安です。油量、調理物の種類や数量、鍋の材質や形状により、油温がずれる場合があります。設定油温を変えて調節してください。



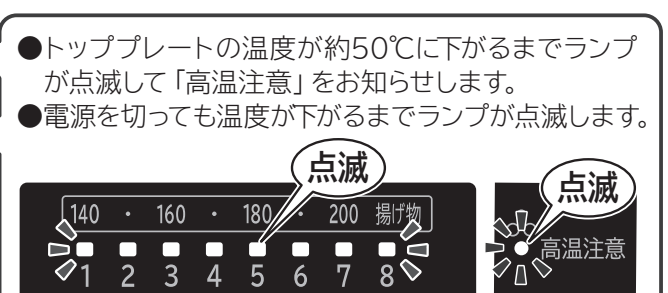
予熱完了

●予熱が完了するとメロディーが鳴って、油温が点灯します。

●予熱完了になるまで、800g(880mL)の油で約10分かかります。(鍋の種類によっては、約15分かかります)

●鍋の種類や材質、形状により、予熱時間が長くなる場合があります。また、異常を検知して加熱を停止する場合があります。その場合は、鍋の置きかたや、指定の鍋かを確認してください。

●最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。



ご注意

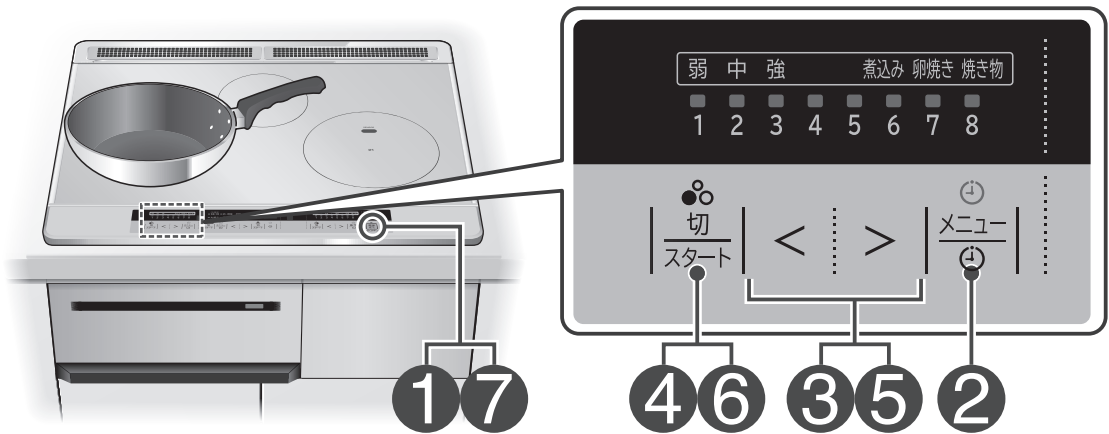
- 光センサーと鍋底に、汚れや水が付着している場合や反りなどが原因で、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れや水を取り除き、鍋底を確認してください。→ (P.10、32)
- 揚げ物ではふたを使用しないでください。油の温度が適正にコントロールできなくなります。
- 設定油温は調理時の温度目安で油量や食材、使用する鍋により異なります。また、食材が入っていない場合は、設定した温度よりやや高めの温度になります。
- 揚げ物調理中に他のIHヒーターで湯を沸かすなどをする場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。
- 揚げ物調理中や鍋に保管中の油は、徐々に油が減ってきます。つど油量を確認してください。
- 鍋の底に垂れた油が固まり、トッププレートが茶色になることがあります。トッププレートが汚れている場合は、お手入れをしてください。→ (P.32)
- 調理後に「高温注意」が表示されている場合、鍋や油の温度が高い状態では、鍋の温度が正しく検知できないため、予熱に時間がかかったり、低めの温度で予熱が完了になったり、加熱を停止する場合があります。(故障ではありません) 本体、鍋や油の温度が十分に下がってからご使用ください。
- 廃油凝固剤を使用する場合は、廃油凝固剤の取扱説明書をご覧ください。

# メニューを選んで調理する (つづき)

## 調理モード 卵焼き、焼き物

左  
IHヒーター  
が使えます

予熱完了をお知らせし、設定火力を自動でキープします



### 調理モードと火力の目安

- 記載した火力は目安です。お好みの仕上がりにならない場合は、火力を調節するか、手動によるお好みの火力で調理してください。
- 卵焼き用のフライパンを使用する場合は、調理モードの「卵焼き」を選んで調理してください。

調理例	メニュー	火力	調理例	メニュー	火力
スクランブルエッグ	卵焼き	弱	チキンソテー	焼き物	弱
卵焼き		中	白身魚のソテー		中
目玉焼き		中	焼きギョウザ		中
オムレツ		強	ビーフステーキ		強

### ご 注 意

- トッププレートの光センサーと鍋底に、汚れや水が付着している場合や鍋底の反りなどが原因で、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れや水を取り除き、鍋底を確認してください。→ (P.13、32)
- 火力は目安です。調理物の種類や分量、鍋の種類・材質・形状などにより実際の温度と異なる場合があります。お好みの仕上がりにならない場合は、**左**・**右**により、火力を調節してください。
- フライパンを連続して使用する場合（高温状態から調理をはじめた場合）などは、フライパンを十分冷ましてからご使用ください。
- 調理後に「高温注意」が表示されている場合、鍋やフライパンの温度が高い状態では、鍋やフライパンの温度が正しく検知できないため、予熱に時間がかかったり、低めの温度で予熱完了になったり、加熱を停止する場合があります。（故障ではありません）  
本体、鍋・フライパンの温度が下がってからご使用ください。  
お急ぎの場合は手動によるお好みの火力で調理してください。→ (P.14)
- 火力ランプ点灯後、すみやかに調理をはじめてください。空だきの状態でフライパンを動かしたり、放置したりすると、鍋の温度が高温になることがあります。

### お 願 い

- 予熱途中でフライパンをとりかえたり、動かしたりしないでください。
- 油煙が多く出たら電源を切ってください。
- フライパンはIHヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れないでください。
- 火力ランプが点灯するまでフライパンに材料や水を入れないでください。
- 調理モードに適したフライパンを使用しないと、予熱完了にならず加熱を停止する場合があります。その場合は、IHヒーターで使えるフライパンかどうかご確認のうえ、お好みの火力で調理してください。→ (P.11、14)

## 準備

フライパンを置き、適量の油を入れる

## 1

**電源切/入** を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

## 2

**メニュー** を押し、「卵焼き」、「焼き物」の中からメニューを選ぶ

## 3

**左**・**右** を押し、火力を設定する

## 4

**切/スタート** を押し、スタートする

- 鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
- 予熱完了になる前に、食材を入れないでください。
- メロディーが鳴ったら予熱完了です。

火力ランプが点灯したら調理する

タイマーを使うときは → (P.29)

- 連続で調理する場合は、手早く調理物を器に盛り、フライパンを戻してください。

## 5

### 火力を変更するときは

**左**・**右** を押し、火力を調節する

- 火力の調整が不十分な場合は「切」ボタンを押し、手動によるお好みの火力で調理してください。→ (P.14)

## 6

### 調理が終わったら

**切/スタート** を押し、切る

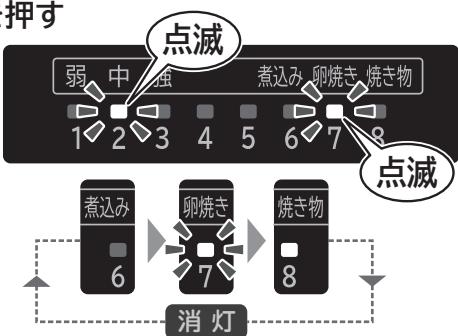
## 7

### 続けて使わないときは

**電源切/入** を押し、電源を切る  
（ランプが消灯します）

お手入れをするときは → (P.32)

**メニュー** を押す



火力の設定



予熱中



予熱完了



- 予熱が完了するとメロディーが鳴って、「火力ランプ」が点灯します。
- 予熱完了になるまでに、約90秒かかります。鍋の種類・材質・形状などや、鍋底の初期温度によっては約4分かかる場合があります。
- 最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。

- お好みの火力に切り替えた場合は、加熱し過ぎないように、火力をこまめに調節してください。
- 再び調理モードで調理したい場合は、「切」ボタンを押した後に再度設定してください。

- トッププレートの温度が約50℃に下がるまでランプが点滅して「高温注意」をお知らせします。
- 電源を切っても温度が下がるまでランプが点滅します。



使いかた  
(IHヒーターで調理する)

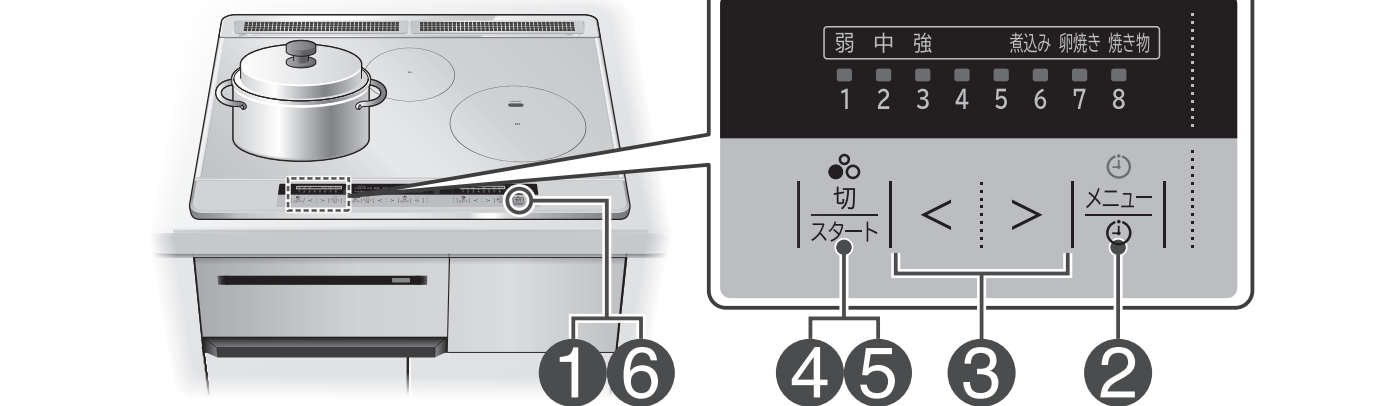
メニューを選んで調理する (調理モード) 卵焼き、焼き物



# メニューを選んで調理する (つづき)

## 煮込み

煮込み加減を設定し、煮込みます



**お知らせ**

- 鍋の大きさは、食材と煮汁を入れたときに鍋の高さの  $\frac{1}{3} \sim \frac{1}{2}$  となるものが適しています。
- 煮汁の量は食材が浸るくらいが目安です。
- 煮込みのできる量は約0.4～2.0kgまでです。

**準備** 沸とうさせたあたたかい調理物を入れた鍋を置く

**1** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

**2** メニュー を押し、「煮込み」を選ぶ

**3** < > を押し、火力を設定する

**4** 切 スタート を押し、スタートする

**煮込む**

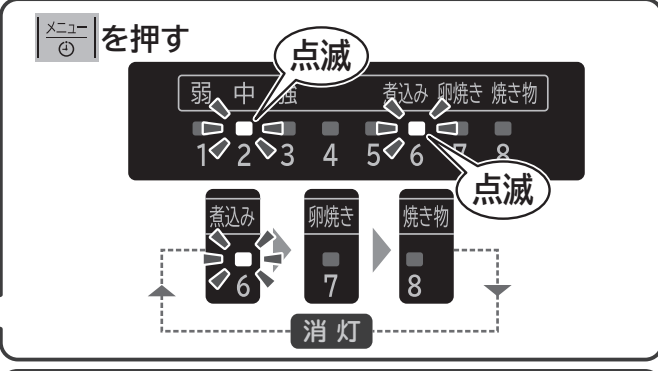
タイマーを使うときは → (P.29)

- 鍋底への焦げ付きを防ぐため、ときどきかき混ぜてください。
- 長時間煮込むと焦げ付く場合があります。

**5** 調理が終わったら 切 スタート を押し、切る

**6** 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

お手入れをするときは → (P.32)



**火力の設定**

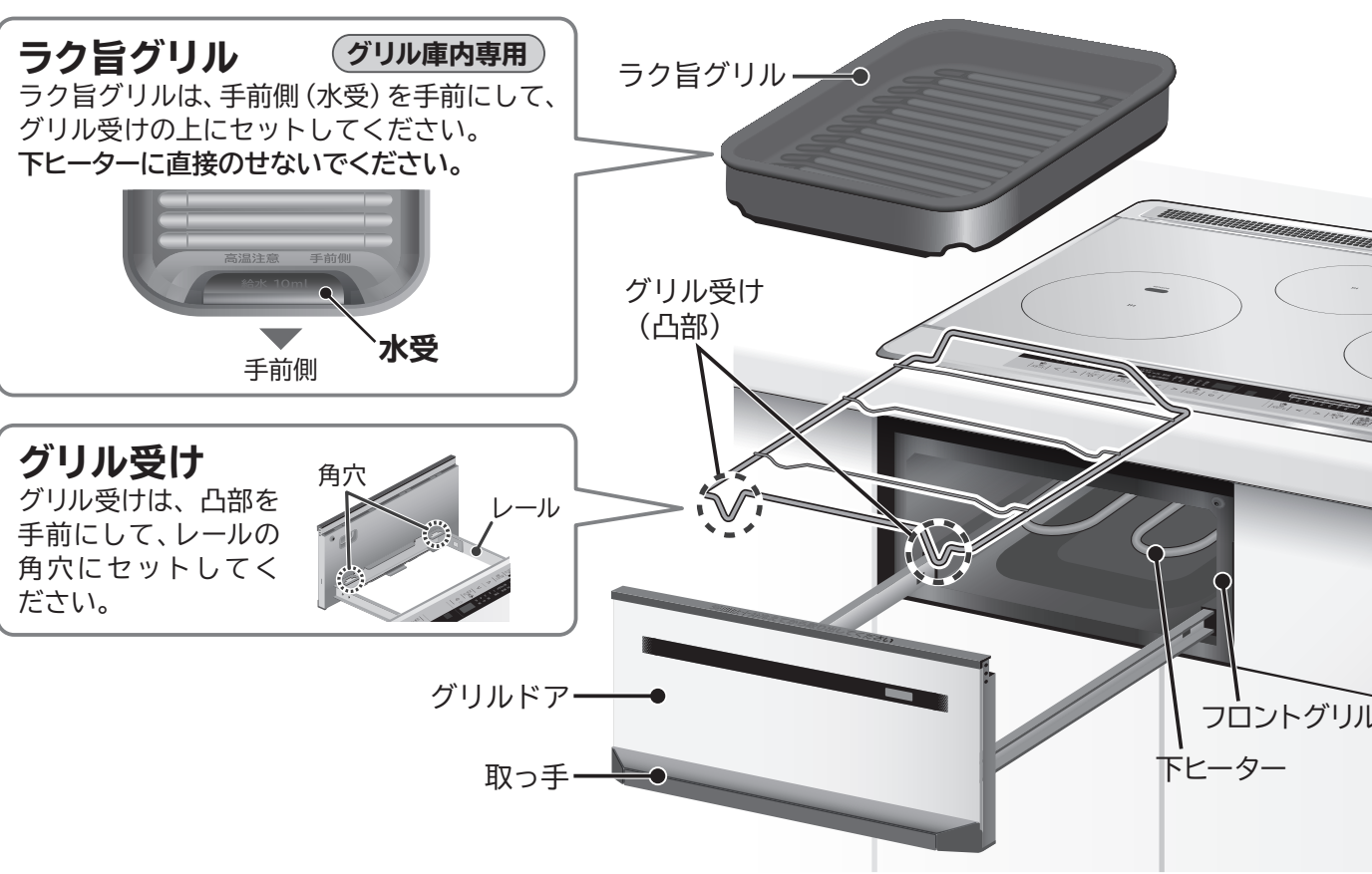
弱 (弱め)	中 (標準)	強 (強め)
カレーやシチューなど、とろみをつける調理や、少ない量で調理するときに使います。	かぼちゃの煮物、ポトフ、おでんなどの調理に使います。	肉じゃが、筑前煮などの調理や、多い量で調理するときに使います。

- 火力は目安です。様子を見ながら調節してください。カレーやシチューなど、とろみをつける調理は、焦げ付き防止から「弱め」の設定を推奨します。
- 煮込み中、火力を調節する場合は < > を押します。
- 最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。



# グリルの使いかたのポイント

## ラク旨グリルとグリル受けは、必ずセットしてから使います



## 次の点に注意してください

**調理前の準備は**

- 市販のグリルパンは使用しない。また、ラク旨グリルにグリル用の石などをに入れて使用しない (発煙・発火するおそれがあります → (P.8))
- アルミホイルやオープンシートを使う調理では、ヒーターに触れないようにする (ヒーターに触れると発火のおそれがあります)



使いかた (IHヒーターで調理する) 使いかた (グリルで調理する) <メニューを選んで調理する> (調理モード) 卵焼き、焼き物 / 煮込み / グリルの使いかたのポイント

# グリルの使いかたのポイント（つづき）

## 次の点に注意してください（つづき）



注意

### 調理中、調理後は



指示

- レンジフードファンを使用する（調理中、排気口から煙が出ます）
- ラク旨グリルは使うたびにお手入れする → (P.34)  
また、グリル庫内やヒーターに付着した食品カスは、次の調理をする前に取り除く（汚れたまま使用すると発煙・発火のおそれがあります → (P.9)）
- グリル庫内を付属品以外の収納に使用しない
- 仕上がり確認や調理終了後、調理物を取り出す場合は、付属品やグリル庫内などグリル周辺が高温になっているため直接触れない

### お知らせ

- 加熱してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱され、においや煙が出ることがあります。
- 調理中はヒーターがついたり消えたりします。また、加熱していてもヒーターが赤くならない場合がありますが、温度調節しているため故障ではありません。
- 調理直後にグリルドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したときは、ヒーターについた脂が残るため、次回調理をするとき、最初においや煙が出ることがあります。
- 調理メニュー「手動」は、上・下のヒーターの加熱を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、みりん干しなどの焦げやすい調理物を調理する場合に選んでください。
- 調理中やグリルドアに水が付着している場合、グリルドア内に結露することがありますが、しばらくすると元に戻ります。

### お願い

- 調理の途中でグリルドアを開けない。  
（上手に調理ができません。また、カウンタートップを焦がし、本体の上部が異常に過熱され、やけどの原因になります）
- ラク旨グリルは、傾けすぎると調理物や調理物から出た脂などがこぼれるおそれがあるので、傾けすぎないように、ゆっくりと取り出す。  
（こぼれた場合は、やけどに注意してふき取ってください）
- 連続してご使用になる場合は、毎回使用したラク旨グリルの汚れをきれいにし、グリル庫内の温度を下げてから調理する。  
（庫内の温度が高いまま調理すると、温度センサーが正しく働かず早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします。また、汚れたまま使用すると発煙・発火のおそれがあります）
- 調理中、グリルドアがくもったり、周りに露が付いたりすることがあるので、周りに付いた露はふきでふき取る。
- グリルドアの取っ手の下側が熱くなるので注意する。  
（長時間グリルを使用すると、取っ手が熱くなる場合があります）
- グリルドアは、取っ手の中央部を持ってゆっくりと開閉する。



## ラク旨グリルについて

●ラク旨グリルはグリル庫内専用です。

### 始めて使うとき

- ラク旨グリルを使い始める前に、薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗い、乾いたふきんで水気をしっかりふき取る。→ (P.34)



### ご注意

- ラク旨グリルはIHヒーターには、使わないでください。（変形・変色・表面処理を傷める原因）
- オーブンレンジなどの他の調理器具や直火では使わないでください。
- 食材を入れずに、加熱したり急な冷却をしないでください。
- 落としたり、強い衝撃を与えないでください。（破損・変形の原因）
- 調理物を入れて保存しないでください。（変色・腐食の原因）
- 金属製のへら、ナイフ、フォークなど、端の尖ったものは使わないでください。（表面処理を傷める原因）
- たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。（表面処理に傷がついたり、はがれたりすることがあります）

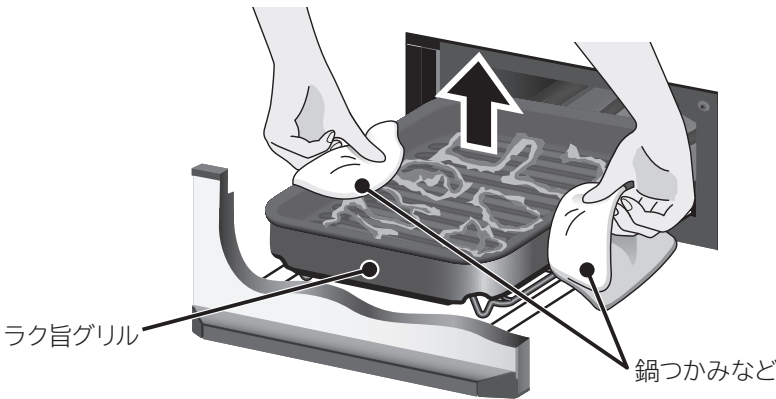
## ラク旨グリルの取り出しかた

調理中や調理後のラク旨グリルの取り扱いには、熱を通しにくい鍋つかみやミトンなどを使ってください

- 熱に弱い化繊や熱が伝わりやすい薄いふきんなどは使わない。（やけどの原因）

### 取り出すときは

- 調理後のラク旨グリルの取り扱いには、熱を通しにくい鍋つかみやミトンなどを使ってください。  
（熱に弱い化繊や熱が伝わりやすい薄いふきんなどは、やけどの原因となりますので、使わないでください）
- 調理物を先に取り出すときは、はしや tong などを使用し、高温部に触れないようにしてください。  
ラク旨グリルは、冷めてから取り出してください。



### お知らせ

- ラク旨グリルは消耗部品です。材料のこびりつきがひどい場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。→ (P.5)
- アルミホイルにシリコンなどがコーティングされたフライパン用ホイルや魚焼きホイルなどを使用すると調理物がラク旨グリルに付着しにくく取り出しやすくなります。  
使用する際は、アルミホイルに記載の注意事項をよくお読みのうえ、正しくお使いください。  
また、次の点もご注意ください。
  - ・アルミホイルがラク旨グリルからはみ出さないようにする。
  - ・アルミホイルだけの空だきはしない。
  - ・アルミホイルは使用のたびに交換する。

使いかた  
（グリルで調理する）

グリルの使いかたのポイント

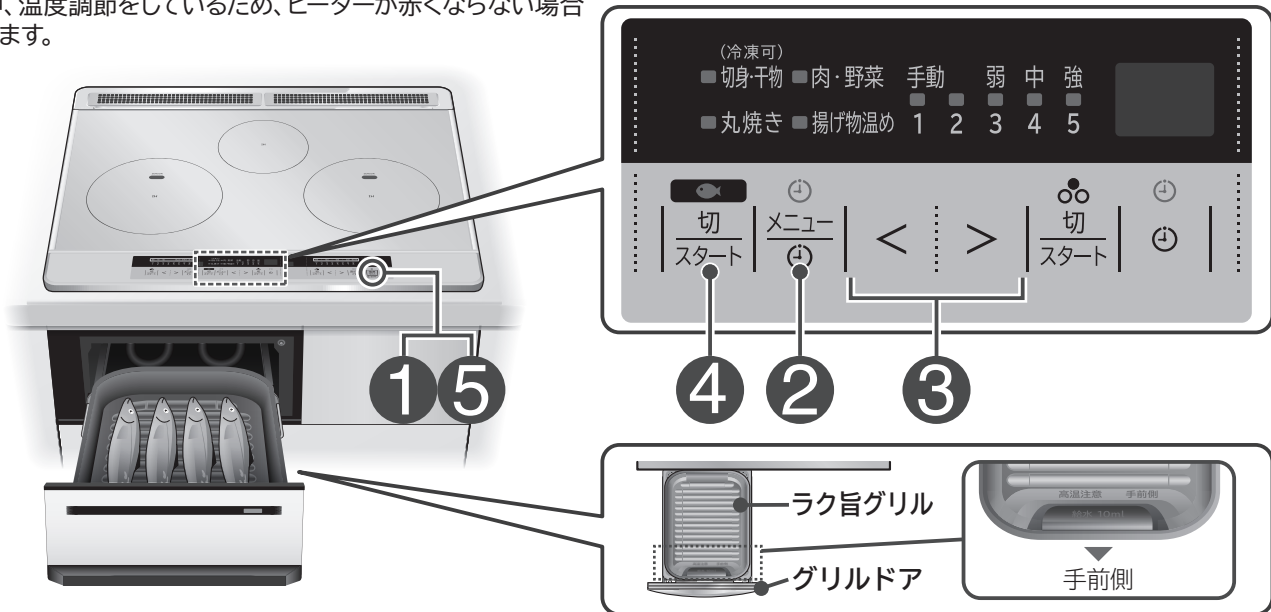


# メニューを選んで調理する

## 切身・干物、丸焼き、肉・野菜、揚げ物温め

### メニュー選択と火力の設定をして調理します

●調理中、温度調節をしているため、ヒーターが赤くならない場合があります。



### 切身・干物、丸焼き、つけ焼き 調理のこつ

#### 魚を調理する場合（並べかた）

- 魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、ラク旨グリルの手前側に尾をよせてください。
- 魚を1～3尾焼く場合は、ヒーターの形状よりのせる位置で焼き色が付きにくい場合がありますので、魚を中央に斜めに乗せてください。



#### 大きい魚や小さい魚を調理する場合

- 厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切り目を入れてください。
- 複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになります。火力を下げて、様子を見ながら調理してください。
- 1尾約130g以下のさんまやはらわたを取ったさんま（生）は、「魚丸焼き」「弱」で焼いてください。

#### 焦げやすい場合

- 焦げ目の付き具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。（塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります）お好みにより火力を調節して調理してください。
- つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多く付いていると焦げやすくなります。「切身・干物」「弱」で焼くかお好みにより火力を調節して調理してください。冷凍の場合は、たれは落とさず1～2切れで焼いてください。

#### 焼き色が足りない場合

- 切り身の皮までしっかり焼きたい場合は、追加焼きで様子を見ながら焼いてください。
- 水分が多い生魚（さんまやあじなど）は、調理する約10～20分前に塩をふっておくと、焼き色が付きやすくなります。

#### においや煙が多い場合

- 魚の大きさや脂ののり具合などの条件により、においや煙が多い場合は、室温に戻さず、冷蔵庫から出したらずくに焼いてください。（約5～10℃が目安です）

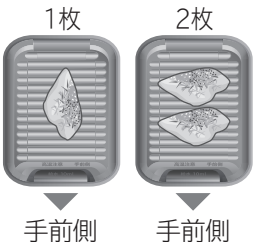
#### 冷凍している魚を調理する場合 → (P.45)

- 切り身、干物、つけ焼きは冷凍のままでも調理できます。
- 魚の丸焼きの場合、よく解凍してから焼いてください。「冷凍」の場合、魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、温度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。
- ご自宅で冷凍される場合、1点ずつ小分けにし、重ねず平らに伸ばした状態で冷凍してください。たれなど付いている場合は、そのまま焼いてください。

### 肉・野菜 調理のこつ

#### 肉を調理する場合の（並べかた）

- ハンバーグは、厚さを1.5～2cmに揃えて小判型にして中央をくぼませてください。
- 鶏肉の皮にフォークなどで穴をあけ、厚みのある部分やすじには切り目を入れてください。（鶏肉の厚さは、目安として2cm以下にしてください）
- 調理するときの鶏肉ののせかたは、右図のように皮側を上にしてラク旨グリルの中央部にのせてください。2枚の場合は、右図のように前後に並べてのせてください。



### 準備

食材をラク旨グリルの上にのせ、グリルドアを確実に閉める

- 「揚げ物温め」を選んで調理する場合は、ラク旨グリルの水受に水約10mL（目安：段差部分まで）を入れます。

### 1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

### 2

メニュー を押し、「切身・干物」「丸焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」の中からメニューを選ぶ

- 「切身・干物」は冷凍のままでも調理できます。

メニュー	調理例	冷凍	冷蔵	火力
切身・干物	切り身	○	○	弱～強
	干物	○	○	弱～強
	つけ焼き	○※	○	弱
丸焼き	魚丸焼き	×	○	弱～強

※つけ焼きは1～2切れまでで調理ができます。→(P.44)

- 魚の丸焼きは、解凍してから「丸焼き」で調理してください。

### 3

< > を押し、火力を設定する

### 4

切 スタート を押し、スタートする

- 調理が終わると、メロディーが鳴ります。
- 焼きが足りないときは、「手動」で様子を見ながら、さらに焼いてください。→(P.28)

#### 調理物を取り出す

- 調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

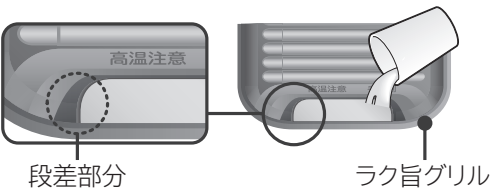
### 5

続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

お手入れをするときは →(P.34～36)

### 揚げ物温めの準備

コップに水を準備して、ラク旨グリル手前側の、水受の左右段差部分まで水を注ぐ（約10mL）（ラク旨グリルの取りはずしは、冷えてから行ってください）



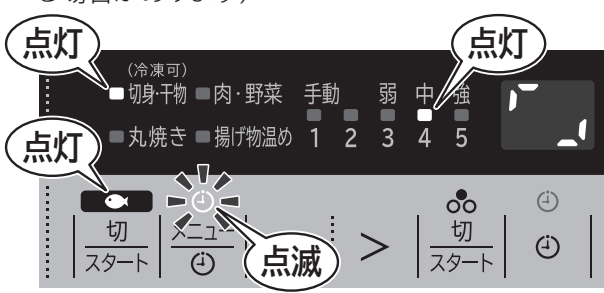
メニュー を押す（「切身・干物」火力「中」の場合）



#### 火力設定



- 表示部に と表示され、途中から調理の残時間が表示されます。（調理の状況により残時間は変わる場合があります）



- 他のIHヒーターでタイマー使用中は が点灯して残時間が表示されません。残時間を確認したい場合は、 を押してください。

- タイマーの表示を戻したい場合は、他に使用中の「タイマー」ボタンを押すと残時間の表示が切り替わります。

- グリル庫内の温度が約60℃に下がるまでランプが点滅して「高温注意」をお知らせします。
- 電源を切っても温度が下がるまでランプが点滅します。

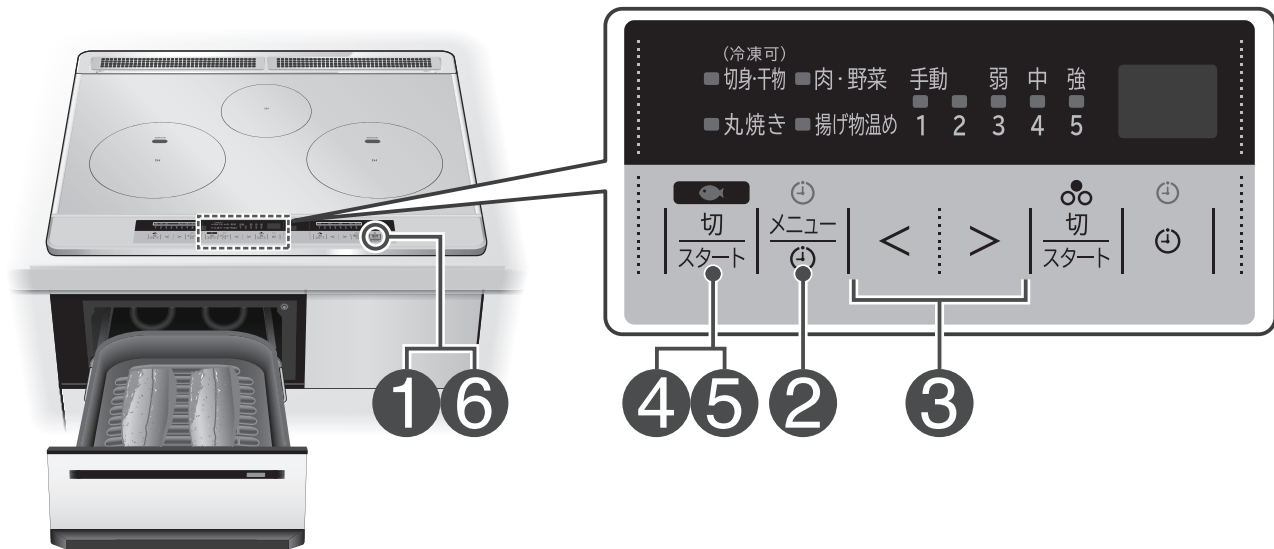


使いかた  
(グリルで調理する)  
メニューを選んで調理する(切身・干物、丸焼き、肉・野菜、揚げ物温め)

# メニューを選んで調理する (つづき)

## 手動

火力と時間の設定で様子を見ながら調理します  
●調理中、温度調節をしているため、ヒーターが赤くならない場合があります。



### 魚焼き火力設定、調理時間設定の目安

食材に合わせてメニューと火力を選んでください。  
●加熱時間は目安です。目安を基準にして、大きさや数によって時間を調節してください。  
●食材の厚さは4cm以下にしてください。

	レシピ名	材料	メニュー	火力	加熱時間の目安
調理例	小あじのみりん干し	[1枚 約4g] 10枚		中	約6~8分
	さんまのみりん干し	[1枚 約80g] 2枚		中	約8~12分
	いわし丸干し	[1尾 約25~30g] 5尾	手動	中	約8~14分
	いかのみそ漬け焼き	[1枚 約100g] 1枚		中	約13~18分
	スルメ	[1枚 約70g] 1枚		中	約3~5分

### 手動 調理のこつ

調理する場合(並べかたや調理メニュー以外の調理)

- 食材はラク旨グリルの中央にのせてください。
- 連続して焼く場合は焼き時間を短くしてください。
- 調理例レシピや調理メニュー「切身・干物」「丸焼き」「つけ焼き」で焼けないもの、好みの焼き上がりに仕上げたい場合は、調理メニュー「手動」で火力設定(強め、標準、弱め)と時間を調整し、様子を見ながら調理してください。

#### 焼きにムラがある場合

- 焼き色が濃過ぎたり、薄過ぎるときは火力を調節してください。

#### 焦げやすい場合

- 水分が少なく焦げやすいものは、そばを離れず様子を見ながら調理してください。

#### 焼き色が足りない場合

- 裏面の焼きが足りない場合は、調理物を裏返して、様子を見ながら調理してください。

#### トーストを焼くときは

トーストを焼く場合は、そばを離れず途中で裏返して様子を見ながら焼いてください。

#### もちを焼くときは

もちを焼く場合は、フライパンで様子を見ながら焼いてください。  
(もちは、ヒーターに触れるので焼かないでください)

## 準備

食材をラク旨グリルの上にのせ、グリルドアを確実に閉める

## 1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

## 2

メニュー を押し、「手動」を選ぶ

## 3

< > を押し、火力を設定する

## 4

切 スタート を押し、スタートする

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節してください。

タイマーを使うときは →(P.29)

## 5

### 調理が終わったら

切 スタート を押し、切る

#### 調理物を取り出す

- 調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

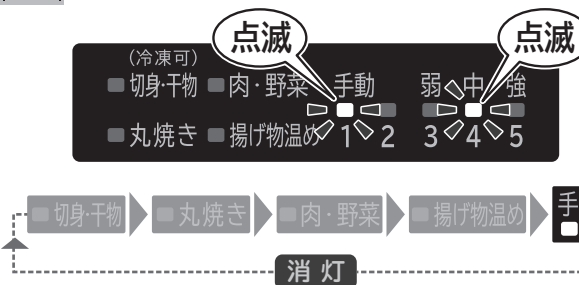
## 6

### 続けて使わないときは

電源切/入 を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)

お手入れをするときは →(P.34~36)

メニュー を押し



#### 火力設定



- スタートしてから約30分経過すると、加熱を停止します。

- グリル庫内の温度が約60℃に下がるまでランプが点滅して「高温注意」をお知らせします。
- 電源を切っても温度が下がるまでランプが点滅します。



使いかた  
(グリルで調理する)

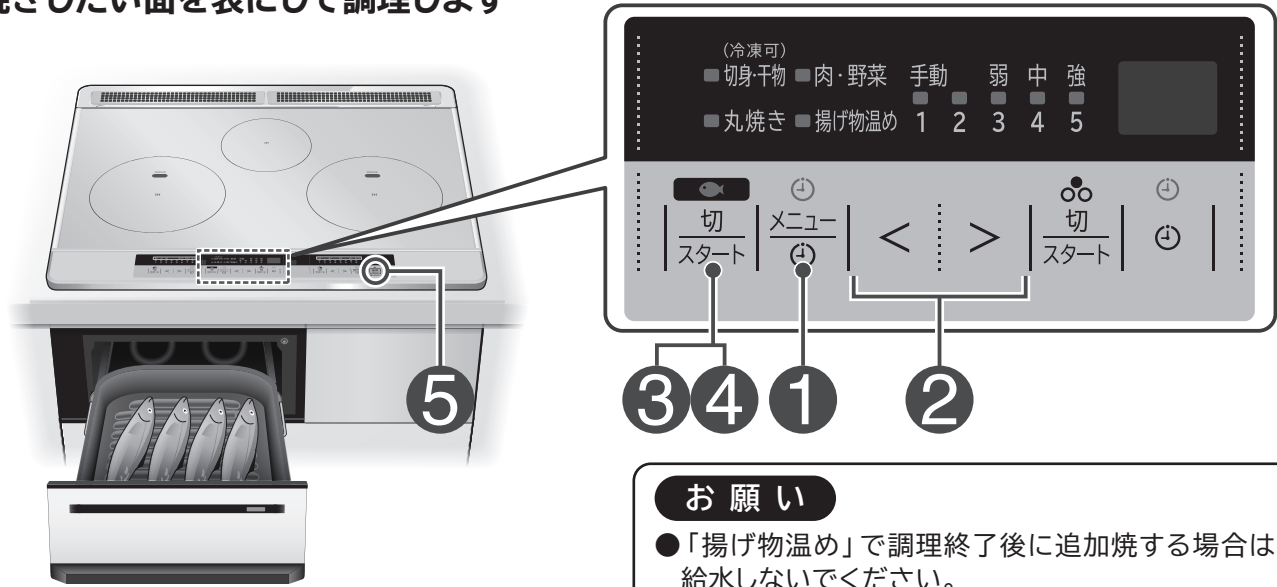
メニューを選んで調理する(手動)



# 追加焼きをする(手動)

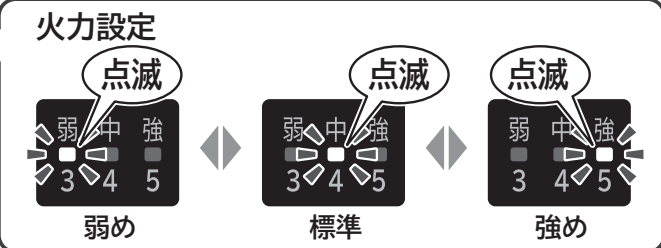
## 調理終了後、お好みで追加焼きをする

追加焼きしたい面を表にして調理します

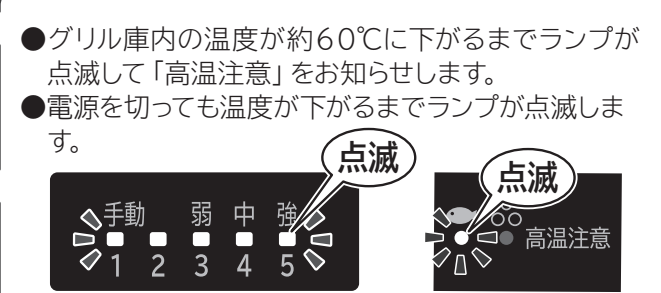


**お願い**  
●「揚げ物温め」で調理終了後に追加焼する場合は、給水しないでください。

- 準備**  
調理メニュー終了後、設定する  
●追加焼きしたい面を表にしてください。
- 1**  
「メニュー」を押す、「手動」を選ぶ
- 2**  
「< >」を押す、火力を設定する
- 3**  
「切/スタート」を押す、スタートする  
調理中はそばを離れず、調理の仕上がりを  
見ながら、調理時間を調節してください。  
タイマーを使うときは →(P.29)
- 4**  
調理が終わったら  
「切/スタート」を押す、切る  
調理物を取り出す  
●調理物を入れたままにしておくと、余熱で  
焦げ過ぎることがあります。
- 5**  
続けて使わないときは  
「電源切/入」を押す、電源を切る  
(ランプが消灯します)  
お手入れをするときは →(P.34~36)



●スタートしてから約30分経過すると、加熱を停止します。

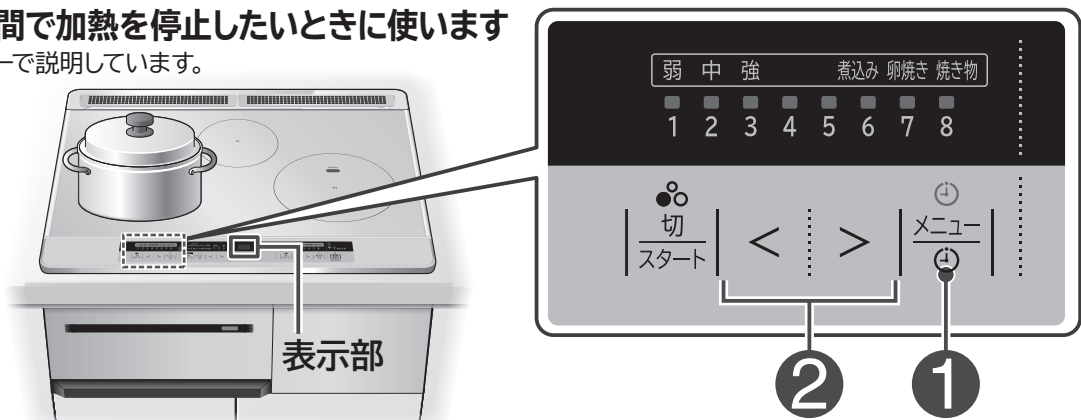


# いろいろな機能を使う

## タイマー

設定した時間で加熱を停止したいときに使います

●左IHヒーターで説明しています。



**お知らせ**  
●同時に複数のタイマーを設定することはできません。  
●適温調理「揚げ物」には、タイマーを設定することができません。  
●調理モード「卵焼き」「焼き物」はメロディーが鳴って「火力」が点灯した後、タイマー設定ができます。  
●グリル調理メニュー「切身・干物」「丸焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」のグリルには、タイマーを設定することができません。

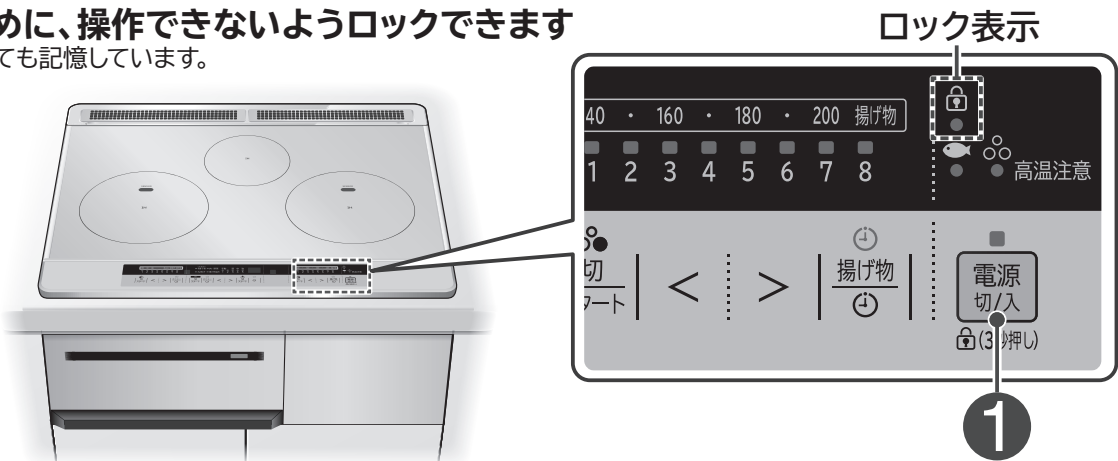
- 加熱中(調理中)に設定する**  
**1**  
「メニュー」を押す (「点滅」が点灯します)  
●加熱していないIHヒーターにタイマーは設定できません。
- 2**  
「< >」を押す、  
時間を設定する  
●設定できる最長時間と表示  
左・右IHヒーター ◎火力「1」~「3」 ▶9時間(9hと表示)  
◎火力「4」~「8」 ▶1時間(60と表示)  
左IHヒーター ◎「卵焼き」「焼き物」 ▶45分(45と表示)  
◎煮込み ▶2時間(2hと表示)  
中央IHヒーター ◎火力「1」~「3」 ▶9時間(9hと表示)  
◎火力「4」~「5」 ▶1時間(60と表示)  
グリル ◎調理メニュー「手動」 ▶29分  
●長い時間を設定する場合は「9」から「<」で逆戻りすると早く合わせられます。  
●グリル(調理メニュー「手動」)は切り忘れ防止自動停止機能(30分)を優先しますので、加熱途中での設定では最大時間が短くなります。
- 約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーがスタートします**  
タイマーが終了するとメロディーが鳴り、自動的に加熱が停止します。  
●途中で調理タイマーを中止するときは、中止したいヒーターまたはグリルの「切/スタート」を押してください。  
●タイマー設定の際「9」の表示のまま約30秒間放置するとタイマーが解除され、タイマー表示が消灯します。  
●タイマー運転中は、タイマー表示部に設定したヒーターまたはグリルの残時間が表示されます。(9h~2hと表示の場合は、1時間経過するごとに表示が切り替わります)
- ご注意**  
●タイマーを使うときは、ふきこぼれや焦げつきにご注意ください。

使いかた  
(グリルで調理する)  
使いかた  
(いろいろな機能を使う)  
追加焼きをする(手動) / タイマー

# いろいろな機能を使う (つづき)

## チャイルドロックの設定・解除

安全のために、操作できないようロックできます  
●電源を切っても記憶しています。



### 操作をロックする

●電源が切れている状態で受け付けます。

1

電源切/入 (3秒押し) を「ピッ」と鳴るまで押し、3秒以上そのまま押し続けてランプを点灯させる

●電源切/入 は、受け付けます。

点灯

点灯

電源切/入 (3秒押し)

### ロックを解除する

●電源が切れている状態で受け付けます。

1

電源切/入 (3秒押し) を「ピッ」と鳴るまで押し、3秒以上そのまま押し続けてランプを消灯させる

●電源切/入 は、受け付けます。

消灯

点灯

電源切/入 (3秒押し)

## メロディーとブザーの切り替え

操作が完了したときなどに鳴る音を、メロディーとブザーから選べます

- 電源が切れている状態で受け付けます。
- 電源を切っても記憶しています。

1

左IHヒーターの「切/スタート」と右IHヒーターの「揚げ物」を押しながら、「電源切/入」を押す、「ピピッ」と鳴ったら切り替え完了

●元に戻すときも、同じ操作をします。

1

1

電源切/入 (3秒押し)

1

1

電源切/入 (3秒押し)

## レンジフードファン連動

IHヒーターやグリルの加熱スタートや停止に連動して、レンジフードファン連動対応ファンが運転・停止します

- IHクッキングヒーターで、レンジフードファンの風量を替えたり、照明の点灯 (消灯) などの操作はできません。
- レンジフードファン連動対応のレンジフードファンについては、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→ (P.47) にお問い合わせください。

### 操作と連動する内容

IH クッキングヒーターの操作	レンジフードファンの動作
各IHヒーターまたはグリルの加熱をスタート	運転を開始します。
各IHヒーターまたはグリルの加熱を停止	約3分後に自動停止します。

**お願い** レンジフードファン連動システムは、IHクッキングヒーター上面操作パネルの送信部からの赤外線信号をレンジフードファン側で受信して作動させます。以下の場合、作動しないことがあります。

- 送信部や受信部が汚れたり信号が手や頭などで遮られている。
- 送信部が鍋やフライパンの取っ手などでおおわれている。
- テレビや照明器具などのリモコンを使いながら操作している。
- 直射日光など強い光が当たっている。

※その他の理由でうまく送・受信できないことがあります。その場合は、レンジフード側で操作してください。

## レンジフードファン連動の切り替えについて

●本製品は、工場出荷時にレンジフードファンが連動するように設定されていますが、連動を停止することができます

送信部

1

表示部

送信部

1

1 2

1

グリル・中央IHヒーターの「<」と右IHヒーターの「<」を押しながら、「電源切/入」を押す、「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

2

「電源切/入」を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を切る (ランプが消灯します)

●表示部に「oF」が表示され、レンジフードファン連動の設定が解除されます。

●もう一度操作を繰り返すと、表示部に「on」が表示され、レンジフードファン連動が設定されます。

使いかた  
(いろいろな機能を使う)  
チャイルドロック／メロディーとブザーの切り替え  
レンジフードファン連動／レンジフードファン連動の切り替えについて



# お手入れをする

⚠ 注意



指示

●お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

ご使用のたびにお手入れしてください

## お手入れに使えるもの

- 台所用洗剤（中性）
- スポンジ ●ふきん
- 毛先のやわらかいブラシ

## お手入れに使えないもの

- 酸性・アルカリ性洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など） ●消毒液（アルコール系、塩素系など）
- お酢 ●ベンジン ●シンナー ●粉末タイプのクレンザー ●たわし
- ドライバーやフォークなど先の鋭いもの ●スポンジのナイロン面（硬い面）

## トッププレート

### 薄めた台所用洗剤（中性）とふきんでふき取る

トッププレートの汚れを防止するため市販の汚れ防止シートなどを使用しないでください

汚れや異物と同様、鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。

### 調理物や油汚れがついたまま調理すると鍋底やトッププレートに焦げつき、汚れが落ちにくくなります

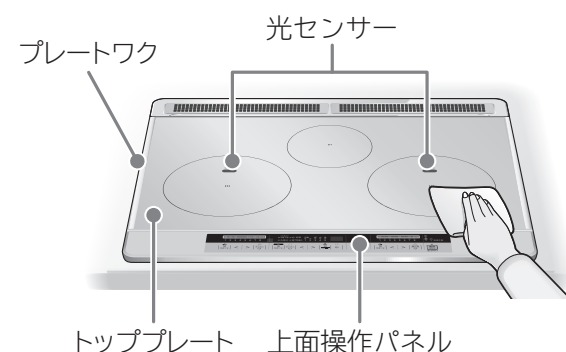
ホーロー鍋は、鍋やトッププレートの焦げつきが原因で底面のホーローが溶け、焼き付いてくっつき、無理に剥がすとトッププレートの破損の原因になります。

#### 軽い汚れ

水を絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきしてください。

#### 油汚れ

台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきしてください。



## ご 注 意

酸性・アルカリ性の洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）・消毒液（アルコール系、塩素系など）や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合はすぐにふき取ってください。（液剤や洗剤が残ると、表面が変色したりトッププレートとプレートワクの接合部分が劣化し、はがれの原因になります）



### 落ちにくい汚れ

クリームタイプのクレンザーを丸めたラップに付けてこすり取り、その後よくふき取ってください。



### プレートワクのすき間の汚れ

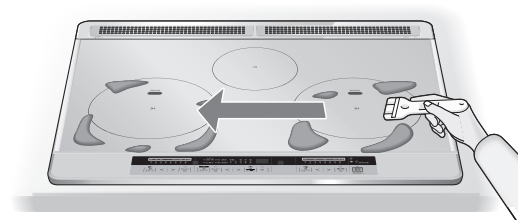
調理物などをこぼした場合は、乾くと汚れが取りにくくなるため、すぐにふき取ってください。取りにくい汚れは、毛先のやわらかいブラシを使って取り除いてください。

## ご 注 意

●ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉末タイプのクレンザー、たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）、アルミホイルなどでこすらないでください。（トッププレート・プレートワクが傷つく原因になります）

### それでも落ちないとき

市販のセラミック用スクレーパーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取ってください。トッププレートとプレートワク・排気口周りの合わせ目を、ドライバーやフォークなど先の鋭いものでこすらないようにしてください。合わせ目にすき間ができ、水もれなどの原因になります。



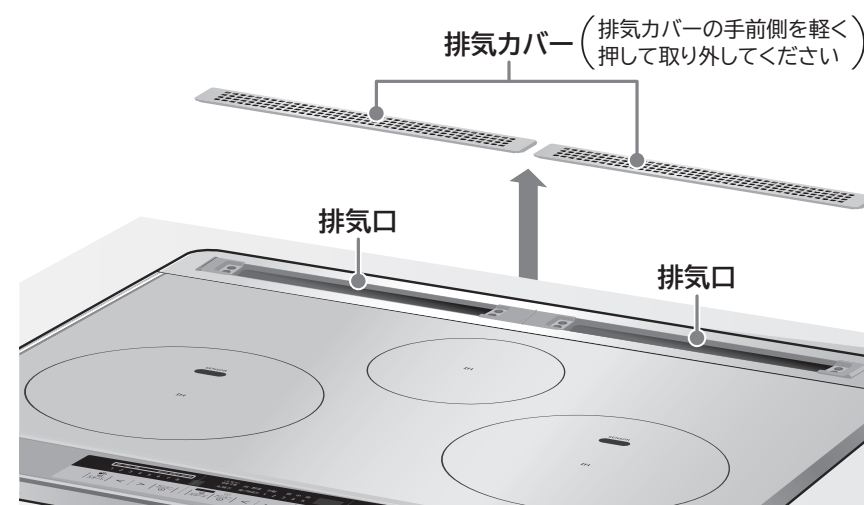
## ご 注 意

●トッププレートに小さなひびや割れなどを見つけた場合や、トッププレートとプレートワクのすき間が大きくなった場合は、そのまま使用せず、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→（P.47）にご相談ください。  
●しょうゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。  
●鍋底の汚れがトッププレートに付く場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。  
●光センサーや鍋底が汚れていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れを取り除いてください。

## 排気カバー（2枚）

### 薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う

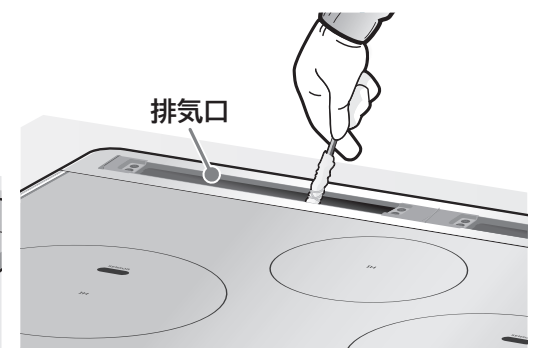
お手入れ後は、水分をよくふき取り、本体に必ずセットしてください。



## 排気口

### ふきんでふき取る

水を絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきしてください。排気口の奥やせまい部分は割りばしなどに布を巻いたものでふき取ってください。



## ご 注 意

●排気口へ水などをこぼした場合は、底面から排出されますので、本体底面とキャビネット内（本体下部）を確認して、ふき取ってください。  
●排気カバーは、食器洗い乾燥機に入れたりしないでください。  
●汚れて目詰まりし、安全装置が作動して加熱を停止したり、グリル使用中にグリルドアから煙が漏れたりする場合があります。  
●排気カバーは強くこすらないでください。表面を傷つけたり変形する場合があります。  
●排気口周辺の汚れは、残しておくくと落ちにくくなるため、こまめにお手入れしてください。

## 上面操作パネル

### やわらかい布でふき取る。

汚れがひどいときは、台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

## ご 注 意

●水にぬらさないでください。故障の原因になります。  
●ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わないでください。  
●たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。

## 前面パネル・前面

### やわらかい布、薄めた台所用洗剤（中性）とふきんでふき取る

#### 軽い汚れ

やわらかい布でふき取ってください。

#### 汚れがひどいとき

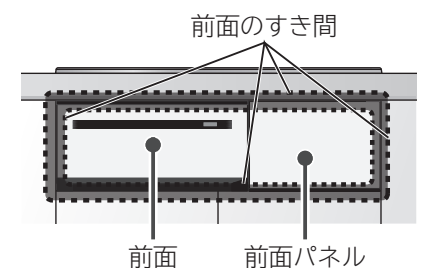
台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきしてください。

#### ほこり汚れ

前面のすき間にたまったほこりは、割りばしなどに布を巻いたもので、こまめにふき取る。

## ご 注 意

●たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。



お手入れ

お手入れをする

# お手入れをする (つづき)

⚠ 注意



●お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

## ラク旨グリル、グリル受け



**薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う**  
ラク旨グリルにたまった脂や汁などの汚れは、キッチンペーパーなどでふき取り、その後薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗ってください。

**汚れが落ちにくいときは**  
ラク旨グリルの表面に食品がこびり付いたり、焦げ付いたりした場合、ラク旨グリルにお湯(約40~50℃)を入れ、10分程度つけ置きをして、食品のこびり付きをふやかしてから、薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗ってください。

### ご 注 意

- 汚れがついたら、つどお手入れしてください。汚れがこびりつくと調理物が取りにくくなる場合があります。
- 洗った後は、乾いたふきんで水気をしっかりふき取って乾燥させてから収納してください。(さびの原因)
- たわし・スポンジのナイロン面(硬い面)でこすらないでください。  
(表面処理に傷がついたりはがれたりすることがあります)
- クレンザーは使用しないでください。(表面を傷つけます)
- 漂白剤および塩素系洗剤を使わないでください。(変色の原因)
- 焦げつきなどを落とすときは、鋭利な物でこすらないでください。(傷の原因)
- グリルドア(強化ガラス)に傷がついた場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。→(P.5)
- ラク旨グリル、グリル受けは消耗部品です。表面処理が傷んだ場合や破損した場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。→(P.5)

## グリルドア・パッキン



**薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う**

調理後は、こまめに水ふきしてください。

**汚れが落ちにくいとき**

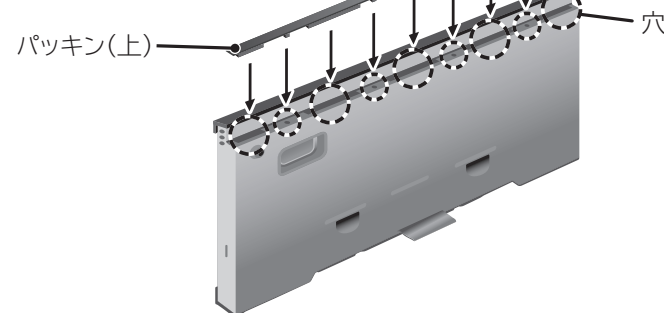
台所用洗剤(中性)を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきしてください。  
(パッキンは外さない)

**それでも落ちないとき**

40℃のお湯に約30分漬け置きし、その後薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジでお湯洗いしてください。  
(スポンジのナイロン面(硬い面)は使わない)

### パッキンの交換

- ①古いパッキン(上)を引っ張って外します。
- ②新しいパッキン(上)の凸部を、グリルドアの穴(9箇所)に端から順に入れ、しっかり押し込み、すき間がないよう取り付け面に密着させてください。



### ご 注 意

- パッキンの付け忘れ、外れや浮きにご注意ください。(システムキッチンの変色・変形の原因になります。また、取っ手が高温になったり、扉から煙が出たり、上手に調理ができません)
- たわし・クレンザーは使用しないでください。(表面を傷つけます)
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器には入れないでください。(樹脂部が変形します)
- グリルドア(強化ガラス)に傷がついた場合は、一瞬で粒状に破損するおそれがあります。グリルドアの交換をおすすめします。→(P.5)
- パッキン(上)は消耗部品です。グリルドアのすき間から煙が漏れ出したり、柔軟性がなくなった場合は、パッキンの交換をおすすめします。→(P.5)

## グリルドア・ラク旨グリル・グリル受けの取り外し／取り付け

### 取り外し

- 1 取っ手を両手でしっかり持ち、ゆっくり止まるまで引き出す
- 2 ラク旨グリル、グリル受けを外す  
  
ラク旨グリル内の脂などをこぼさないように注意してください。
- 3 取っ手の下側に手をまわし、グリルドアを手でささえ、グリルドアバネを軽く引き下げる

### ご 注 意

- グリルドアバネを引き下げずにグリルドアを押し倒して外さないでください。  
(グリルドアが破損したり変形することがあります)

- 4 グリルドアを本体側へ倒すようにし、左右2箇所のツメを外す

### ご 注 意

- ラク旨グリルに脂や汁がたまっている場合は、こぼれないように両手でゆっくり持ち上げて、注意して手前から取り出してください。

### お 願 い

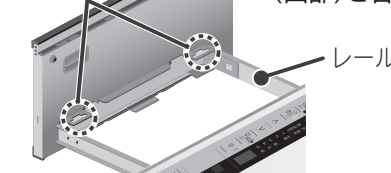
- レールについた汚れは、乾いたふきんでからぶきしてください。(汚れたまま放置するとさびの原因になります)

### 取り付け

- 1 グリルドアを本体側へ倒すようにし、レール側のツメ2箇所をグリルドア下部の角穴に差し込む
- 2 グリルドアを手でささえ、垂直に起こしながらはめ込む  
  
カチッと音がしてグリルドアが固定されます。
- 3 グリル受け、ラク旨グリルをのせる

### ご 注 意

- レール側の角穴とグリル受け(凸部)を合わせる



- 4 グリルドアはフロントグリルに当たるまで押しつけて閉める

お手入れ

お手入れをする



お手入れをする (つづき)

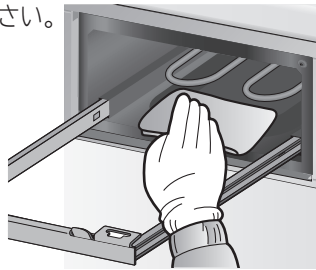
グリル庫内

薄めた台所用洗剤(中性)とふきんなどでふき取る  
軽い汚れ

ふきんをよく絞り、水がきしてください。

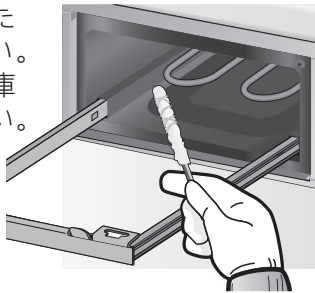
油污れ

台所用洗剤(中性)を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからがきしてください。



細かい部分(手の届かない庫内部分)の汚れ

割りばしなどに布を巻いたものでふき取ってください。ヒーターに付いた汚れは、庫内クリーニングしてください。



ご 注 意

- グリル庫内は金属部が多くあるため素手では清掃しないでください。(けがのおそれがあります)
- 庫内にふきんなどが残っていないことを確認してください。
- ヒーターは、ふきんなどで直接ふかないでください。

庫内クリーニング(においを軽減するには)

〈グリル庫内は、熱により変色しますが、性能に問題ありません〉

5~6回使用のたびに庫内クリーニングをしてください。グリル庫内を高温にして、油污れを乾燥させ、においを軽減します。(汚れは除去できません)

グリル庫内の油污れを乾燥させないと腐食して故障の原因にもなります。

準備

ラク旨グリル、グリル受けを取り外し  
グリルドアを確実に閉める

1

電源切/入を「ピッ」と鳴るまで押し、  
電源を入れる(ランプが点灯します)

2

グリル操作部のメニューを押し、  
「手動」を選ぶ

3

< > を押し、火力を「強」に  
設定する

4

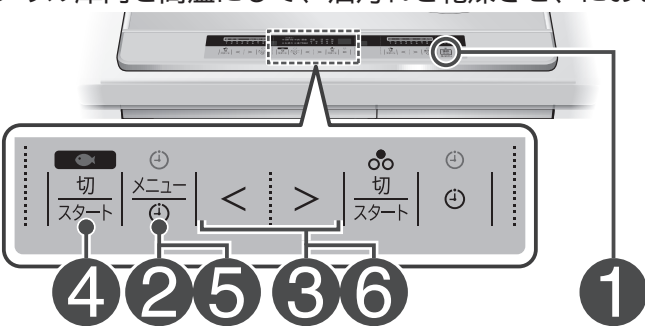
切スタートを押し、スタートする

5

メニューを押し、タイマーを点灯させる

6

< > を押し、10分に設定する  
●約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーが  
スタートします。  
●メロディーが鳴ったら終了です。



ご 注 意

- ラク旨グリル、グリル受けは絶対にセットしないでください。
- クリーニング中は、グリル庫内の油を焼き切るため煙が出る場合があります。必ずレンジフードファンを使用してください。
- グリル庫内に落ちた食品カスなどは、グリル庫内が冷えてから手袋などをして取り除いてください。また、手が届かない庫内部分は、割りばしなどに布を巻き、ふき取ってください。
- グリル庫内は金属部が数多くありますので、やけどやけがに十分注意してください。

- 途中で中止したいときは 切スタートを押します。
- グリル庫内の温度が約60℃に下がるまでランプが点滅して「高温注意」をお知らせします。
- 電源を切っても温度が下がるまでランプが点滅します。



お困りのときは

修理を依頼される前に次の点を  
もう一度お調べください。

こんなときは		ここを確認／直しかた
電源・動作	●電源が入らない ●スタートしない ●メニューが選べない	●専用ブレーカーが切れていませんか。 専用ブレーカーを入れてください。 ●電源が切れていませんか。(電源ランプが消えている) 電源を入れてください。 ・電源をブザーが鳴るまで押してください。 ・電源ランプが点灯します。 ●オートパワーオフ機能が働いています。 電源を「入」の状態です約10分放置するとオートパワーオフ機能が働き、自動的に電源が切れます。 ●IHヒーターで使える鍋を使用していますか。 (使える鍋について→(P.10)) ●総消費電力を超えていませんか。→(P.12)
	●操作ができない(ロック表示のランプが点灯している)	●チャイルドロックが設定されていませんか。(ロック表示のランプが点灯している) チャイルドロックを解除してください。→(P.30)
	●使用途中にIHヒーターまたはグリルの加熱が停止した(切り忘れ防止自動停止機能)	●切り忘れ防止自動停止機能が働いています。 各ヒーターとグリルには、一定時間経過すると自動的に加熱を停止する、切り忘れ防止自動停止機能が設けられています。 ・各ヒーターは最終ボタン操作から約45分 ・「グリル」は約30分 ・切り忘れ防止自動停止機能が働くとブザーでお知らせします。 調理中、加熱が停止した場合は、再度スタートしてください。
	●鍋が確認できない ●表示部の火力表示ランプが交互に点灯し、約30秒後に消灯した(金属小物検知自動停止機能、鍋無し自動停止機能)	●鍋がIHヒーターから大きくずれていませんか。 中央に置いてください。→(P.13) 例)右IHヒーターの「鍋確認表示」 140 160 180 200 揚げ物 1 2 3 4 5 6 7 8 交互に点灯 約30秒後、ブザーが鳴り、表示が消え、加熱を停止します。 ●使えない鍋やナイフ・フォークなどの金属製小物を置いていませんか。 使える鍋を置いてください。(使える鍋について→(P.10)) また、IHヒーターの上に金属製小物がある場合は取り除いてください。 ●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせた鍋では、ステンレス板の面積が直径12cmの面積(約113cm <sup>2</sup> )に満たないと、小鍋と判断して鍋確認が表示されることがあります。(使える鍋について→(P.10))
	●左・右IHヒーターの加熱が停止した	●トッププレートの光センサーや鍋底に、汚れや水などが付着している場合や鍋底の反りなどが原因で、鍋の温度が正しく検知できず、加熱が停止することがあります。 汚れや水を取り除き、鍋底を確認してください。→(P.13、32)
	●使用途中に停電になった	●加熱中のヒーターまたはグリルは停止し、タイマーも取り消されます。 電源を入れ、もう一度操作を初めから行ってください。 停電中は、高温注意が表示されません。トッププレートやグリルドアおよび庫内など高温部に触れないように注意してください。
●表示部にAEと表示されている ●表示部に表示されるが、鍋が加熱されない		●表示部や操作部が点灯・点滅したり、電源ランプが点滅したりしている場合は店頭用のモードに設定されています。 上面操作パネル(グリル操作部)の切スタート、メニュー、< > 3つのボタンを同時に3秒以上押し、設定を解除してください。

お手入れ

お困りのときは

お手入れをする

# お困りのときは (つづき)

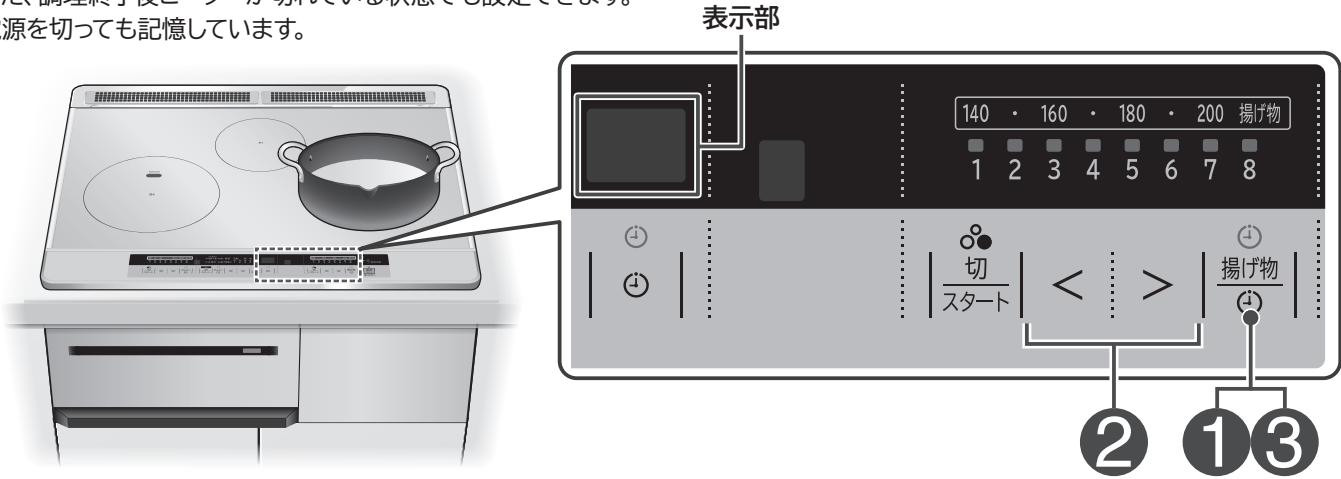
修理を依頼される前に次の点を  
もう一度お調べください。

こんなときは		ここを確認／直しかた
火力	●火力が弱くなることがある	<ul style="list-style-type: none"><li>●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせたアルミ鍋では、ステンレス板の面積が直径12cmの面積(約113cm<sup>2</sup>)に満たないと、小鍋と判断して火力が弱くなることがあります。(使える鍋について→(P.10))</li><li>●鍋がIHヒーターの中央からずれている場合や、鍋底の直径が小さい鍋、鍋底が反っている鍋は火力が弱くなることがあります。</li><li>●ステンレス(特に鍋底にステンレスを貼り付けている多層鍋)は、鍋によって火力が弱くなり加熱ができないものがあります。(使える鍋について→(P.10)) 火力の低下を大きく感じたときは、保護が働いているため弱めの火力で調理してください。</li><li>●炒め物などを行うと、鍋底温度が上がリ、自動的に火力をコントロールする場合があります。温度が下がると自動的に火力が強くなるので、そのままご使用ください。</li></ul>
	●IHヒーターによって火力が違う	<ul style="list-style-type: none"><li>●IHヒーターの特性や冷却具合により、同じ鍋でも、各IHヒーターで火力が異なる場合があります。また小さい鍋では、加熱できる場合とできない場合があります。→(P.13)</li></ul>
	●IHヒーターでの調理に時間がかかる ●調理のでき上がりが遅い	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底に異物が付着していたり、トッププレートが汚れていませんか。鍋やトッププレートのお手入れをしてご使用ください。</li><li>●使える鍋を使用していますか。(使える鍋について→(P.10))</li><li>●鍋の種類によっては、「強火」で使用すると、自動的に火力をコントロールする場合があります。</li></ul>
	●火力が上がらない	<ul style="list-style-type: none"><li>●設定の総消費電力以上は火力が上げられません。</li></ul>
適温調理「揚げ物」	●予熱時間が長い ●油温がずれる ●加熱が停止する	<ul style="list-style-type: none"><li>●指定の鍋を使用していますか。→(P.5、10)</li><li>●800g(880mL)を超える量の油を入れていませんか。</li><li>●「高温注意」のランプが点滅中や熱い油・汚れた油を使っていませんか。</li><li>●鍋底が反っていたり、変形した鍋を使用していませんか。(鍋を交換する→(P.5、10)) (鍋底の反りは3mm未満のものをご使用ください)</li><li>●鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着していませんか。(お手入れをする→(P.13、32))</li><li>●予熱中に油を注ぎ足していませんか。「揚げ物」の設定をし直す→(P.16))</li><li>●どれにも当てはまらない場合は、揚げ物の油温を補正(調整)してください。</li><li>●天ぷら鍋を交換していませんか。揚げ物の油温の補正を行った後に天ぷら鍋を買い替えた場合は、油温の補正を「0」に戻してください。</li></ul>
	●油煙が出る	<ul style="list-style-type: none"><li>●油の種類によって、油煙が出る温度が異なります。(油の説明書を確認してください)</li><li>●再使用油は油煙が出やすくなります。</li></ul>
	● <b>022、023、025</b> と表示されて停止する	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底に反りや変形、はがれがある場合は、鍋を交換してください。→(P.10)</li><li>●鍋がIHヒーターの中央から大きくずれている場合は、鍋をIHヒーターの中央に置いてください。</li><li>●市販の汚れ防止シートを使用していませんか。鍋の温度が正しく検知できないため、使用しないでください。→(P.6)</li><li>●鍋底にリング状の凹みがある鍋は、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。鍋底が平らな鍋をお使いください。→(P.10)</li><li>●調理後に「揚げ物」をすると鍋の温度が正しく検知できないため、加熱を停止する場合があります。十分に本体の温度が下がってからご使用ください。</li></ul>

## 油温のずれが気になる

「揚げ物」調理中の油温と設定油温にずれがある場合、ご使用の天ぷら鍋に合わせ油温の補正(調整)ができます

- 「揚げ物」の予熱完了後の状態で受け付けます。(予熱中は補正できません)  
また、調理終了後ヒーターが切れている状態でも設定できます。
- 電源を切っても記憶しています。



## 設定した油温が点灯し、予熱完了後に設定する

- 1

揚げ物

🕒

を「ピッ」となるまで3秒以上押し、表示部に補正量を表示させる

●設定されている補正量が表示されます。  
出荷時:「0」(補正なし)

点灯

0

点灯

140 · 160 · 180 · 200 揚げ物

1 2 3 4 5 6 7 8
- 2

<

:

>

を押し、補正量を調整する

●調整範囲: **-2** ↔ **-1** ↔ **0** ↔ **1** ↔ **2**  
(約-20℃) (約-10℃) (補正なし) (約+10℃) (約+20℃)

●油温ランプが点滅している場合は、ランプが点灯してから補正量を調整してください。

●解除する場合は、補正量を「0」に戻してください。
- 3

揚げ物

🕒

を押し、決定する

●補正量の表示が消えたら、「揚げ物」調理に戻り、補正量に合わせて、油温をコントロールします。

●補正量の調整は、約15秒以内に決定しないと設定が取り消されます。

消灯

- ご注意

- 油温の補正は、調理中の油温のずれに合わせて調整してください。
  - 補正後、予熱時間が変わることがあります。
  - ご使用により鍋底の状態が変わることで、補正後でも油温がずれる場合があります。その際は再度調整してください。
  - 別の天ぷら鍋を使うときは、補正量を必ず「0」に戻してください。その後、油温を確認し補正が必要な場合は、再調整してください。




お困りのときは (つづき)

修理を依頼される前に次の点を  
もう一度お調べください。


こんなときは		ここを確認／直しかた
調理モード「卵焼き」「焼き物」	●予熱時間が長い ●加熱が停止する	●鍋底の直径が小さかったり鍋底が反っているフライパン・鍋は火力が弱くなる場合があるため、予熱時間が長くなります。またフライパン・鍋が予熱完了にならず加熱を停止する場合があります。 調理モードで使えるフライパンについて →(P.11)
	●鍋の火力が弱すぎたり強すぎる	●鍋の材質・大きさ・形状・置く位置により、鍋の火力が弱すぎたり強すぎる場合があります。 調理モードで使えるフライパンについて →(P.11)
グリル	●ラク旨グリルに材料がこびりつく	●ラク旨グリルは、消耗品です。材料のこびりつきがひどくなった場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。 → (P.5) ●材料によっては、皮がこびりつき易くなります。シリコンなどコーティングされたアルミホイルなどを使用すると、こびりつきにくくなります。 → (P.23)
	●グリルで調理中、排気口から煙が出る	●異常ではありません。レンジフードファンを使用してください。
	●グリルで調理中、加熱が停止した	●調理メニューの場合は、材料に合わせてフライパンなどに移し、IHヒーターで調理するか、グリル調理メニュー「手動」で様子を見ながら調理してください。
	●グリル庫内が変色した	●グリル庫内は、熱により変色しますが、性能に問題はありません。
レンジフードファン連動	●IHクッキングヒーターのIHヒーターまたはグリルの加熱を停止しても、レンジフードファンが止まらない	●レンジフードファンは [IH] クッキングヒーター全てのIHヒーターとグリルの加熱を停止しても約3分間動作します。 すぐにレンジフードファンを止めたい場合はレンジフードファンの停止操作をしてください。 ●[IH] クッキングヒーターのIHヒーターまたはグリルの加熱をしているとレンジフードファンは止まりません。 止める場合は、レンジフードファンの停止操作をしてください。
	●レンジフードファンが回らない	●送信部または受信部が汚れていませんか。 [IH] クッキングヒーターの送信部・レンジフードファンの受信部を掃除してください。 → (P.5) ●送信部に鍋などを置いていませんか。 鍋などを送信部から取り除いてください。 → (P.5) ●送信部の上にフライパンなどの取っ手を向けていませんか。 フライパンなどの取っ手の向きを変えてください。 → (P.5) ●レンジフードファン連動の機能を停止していませんか。 レンジフードファン連動の切り替えを確認してください。 → (P.31) ●レンジフードファンの取扱説明書も合わせてご確認ください。
その他	●IHヒーターで調理中は鍋を外しても表示部に鍋確認表示されない場合がある	●火力を自動的に調節します。火力が0 (ゼロ) Wになっているときに鍋を外しても鍋確認表示されません。 → (P.37) 調理を途中でやめる場合は、上面操作パネル部の「切/スタート」ボタンを押して加熱を切ってください。
	●IHクッキングヒーターの周辺の壁が濡れている	●調理時に排気口から出る水蒸気などが壁面につき水滴になることがあります。 ふきんなどでふき取ってください。
	●光センサーがくもる	●冷たい鍋や氷の入った鍋などを置いたり、蒸気を吸い込むと、光センサーがくもることがあります。しばらくすると元に戻ります。

音が気になる






使用時には次のような音がします。  
故障ではありません。



マークの音は、ホームページからサンプル音が視聴できます。



- ご利用の環境によっては、コードの読み取り、動画の再生ができない場合があります。
- ご利用の際は、通信費等の費用がかかります。
- ホームページ掲載は、予告なく変更・中止することがあります。

こんなときは		ここを確認／直しかた
●電源を入・切するときや使用中に音がする (カチャ音) (カチカチ音) 		●電源を入・切するときや使用中に、内部電気部品のスイッチの動作音 (カチャ音) がします。 ●手動火力「1」 (100W相当) は、IHヒーターを入・切するので、入・切音 (カチカチ音) がします。
●IHヒーター使用中に鍋から音がする (ジー音、カチカチ音) (キーン音、キューン音) 		●鍋の種類によっては音が発生することがあります。磁力により鍋が振動しているためです (鍋からの音は、左・右・中央のIHヒーターで異なる場合があります)。また、鍋の取っ手に振動を感じるがありますが、これは磁力により鍋自体が振動するためです。 ・気になる場合は、火力を下げたり、鍋の位置をずらしたり、置き直したりすると音が止まる場合があります。
●使用中にファンの音がする 		●本体内部を冷やすための冷却ファンの音がします。
●使用中にファンの音が大きくなる 		●本体内部を冷やすため、冷却ファンの回転数を設定火力に合わせて変えています。 サンプル音の例: 火力「1」→火力「8」 ●火力によって音が変わることがあります。
●電源を切っても音がする 		●電源を「切」にした場合でも継続して冷却ファンが回りますが、異常ではありません。熱くなった本体内部を冷やすため、ボタン操作後から最大約10分冷却運転を続けることがあります。冷却が終われば、ファンは自動で停止します ●使用状況により冷却ファンの音の大きさが変わります。
●電源が入っていないのに本体から音がする場合があります (ジー音)		●電子部品の振動音です。故障ではありません。
●グリルで調理中にグリル庫内から音がする		●ヒーターの熱で、グリル庫内の金属部分が膨張・収縮して「ボコッ」「ボン」といった音がすることがあります。

お困りのときは

お知らせ表示が出たとき

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。

下記の表示が出たときは故障ではありません。  
「ここを確認／直しかた」を確認し、表示を消してから再度操作を行ってください。

お知らせ表示のしかた

3桁の場合




一文字ずつ表示

2桁の場合

2桁の場合は同時に表示されます。

表示とお知らせ内容	原因	ここを確認／直しかた
<div>11 13 15</div> <div>21 23 25</div> <div>51</div>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底の反りや変形、はがれがあります。鍋は使用している間に、鍋底が変形するものがあります。</li><li>●空だきになっています。</li><li>●炒め物の調理を行うと表示する場合があります。</li><li>●鍋が光センサーの上に置かれていません。光センサーの上に置かれていても、左・右IHヒーターの中央から大きくずれています。</li><li>●市販の汚れ防止シートを使用しています。</li><li>●「揚げ物」メニューで揚げ物以外の調理をしていませんか。</li><li>●鍋底の直径が12cm未満の鍋を使用しています。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底を確認してください。鍋底に反りや変形、はがれがある場合は、新しい鍋をご購入ください。→(P.10)</li><li>●鍋に食材を入れてください。</li><li>●火力を下げてください。</li><li>●鍋をIHヒーターの中央に置いてください。</li><li>●市販の汚れ防止シートは使用しないでください。</li><li>●調理に合ったメニューで調理してください。</li><li>●鍋底の直径が12cm以上の鍋を使用してください。</li></ul>
<div>22</div>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋の底に約3mm以上の反りがあったり変形しています。</li><li>●鍋の底やトッププレートに異物や汚れが付着しています。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底に反りや変形、はがれがある場合は新しい鍋をご購入ください。→(P.10)</li><li>●異物や汚れの場合はお手入れをしてご使用ください。</li></ul>
<div>H15 H25 H55</div> <div>H3A H4A H6A</div>	<ul style="list-style-type: none"><li>●排気カバーにほこりがたまっています。</li><li>●排気カバーがふさがれています。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●ほこりをふきとってください。→(P.33)</li><li>●ふさがないでください。</li></ul>
<div>H17 H27 H57</div>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋の種類が違います。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋の種類を確認してください。→(P.10)</li></ul>
<div>34</div>	<ul style="list-style-type: none"><li>●連続して魚などを焼いた。</li><li>●空だきになっています。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>●一度加熱を切り、グリル庫内の温度を下げてから、次の調理物を入れてください。</li><li>●食材をいれてください。</li></ul>

表示を消したいときは

表示が出たときは、表示が出たIHヒーター（右IHヒーターの場合）の  を押す。  
 の表示が出た時はグリルの  を押す。

「ここを確認／直しかた」に従って再度操作しても同じ表示が出たり、下記の表示が繰り返し出る場合は故障の可能性があります。  
お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.47)にご連絡ください。

お知らせ表示コード	原因
<div>51</div> が表示	<ul style="list-style-type: none"><li>●電源電圧が異常に高い場合や低い場合。</li></ul>
<div>H11 H9</div> などのH**表示	<ul style="list-style-type: none"><li>●部品の故障が生じた場合。</li></ul>

- お知らせ表示が出た場合は、電源を一度切り再度お使いいただき、改善した場合しばらく様子を見ながらご使用ください。
- お知らせ表示は、一時的に電源電圧の環境が不安定な場合などに、誤作動で出る場合があります。
- 繰り返し表示が出る場合はお買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.47)にご連絡ください。

お知らせ表示が出たとき  
お困りのときは



ホームページから「おすすめレシピ」を見る

調理方法や食材などからレシピを検索できます。

① コードを読み取る



「おすすめレシピ」

② 見たい項目を選択



- コードが読み取れない場合は、URLを入力して表示される画面の案内に従ってください。  
「おすすめレシピ」 <https://kadenfan.hitachi.co.jp/ih/recipe/m7tseries/>
- ご利用の環境によっては、コードの読み取り、ページの表示などができる場合があります。
- ご利用の際は、通信費などの費用がかかります。
- ホームページ掲載は、予告なく変更・中止することがあります。

火力設定、調理時間設定の目安、調理のこつ

切身・干物、丸焼き、肉・野菜、揚げ物温め 火力設定、調理時間の目安

食材に合わせてメニューと火力を選んでください。

●[ ] は1尾(切れ・枚・本)あたりの重さです。大きさや数によって火力を選んでください。

	レシピ名	材料	メニュー	火力	加熱時間の目安
調理例	はたはた	[約35～50g] 2～5尾 (冷蔵／冷凍)		[弱]	約21分
	ししゃも	[約20g] 5～10尾 (冷蔵／冷凍)		[弱]	約21分
	さんまの開き	[約110g] 1～2枚 (冷蔵／冷凍)		[中]	約23分
	あじの開き	[約100g] 1～2枚 (冷蔵／冷凍)		[中]	約23分
	塩ざけ	[約80g] 1～4切れ (冷蔵／冷凍)	切身・干物	[中]	約23分
	塩さば	[約100g] 1～4切れ (冷蔵／冷凍)		[中]	約23分
	さわらの西京漬け (みそ漬け、かす漬け)	[約80g] 1～4切れ(冷蔵) 1～2切れ(冷凍)		[弱]	約21分
	ぶりのつけ焼き (しょうゆ漬け)	[約100g] 1～4切れ(冷蔵) 1～2切れ(冷凍)		[弱]	約21分
	焼きとり(たれ焼き)	[約50g] 8本(冷蔵)		[弱]	約21分
	塩さんま(塩蔵品)	[約130g] 1～4尾(冷蔵)	丸焼き	[弱]	約21分

	レシピ名	材料	メニュー	火力	加熱時間の目安
調理例	さんまの塩焼き	[約150g] 1～4尾(冷蔵)		[中]	約23分
	あじの塩焼き	[約130～180g] 1～4尾(冷蔵)		[中]	約23分
	いさき	[約230g] 1～2尾(冷蔵)	丸焼き	[中]	約23分
	たいの塩焼き	[約400g] 1尾(冷蔵)		[強]	約26分
	牛肉串焼き	[約50g] 8本	肉・野菜	[弱]	約17分
	鶏のハーブ焼き	[約250g] 2枚		[中]	約22分
	かき揚げ温め	[約100g] 2個		[弱]	約9分
	コロッケ温め	[約70g] 4個	揚げ物温め	[中]	約12分
	フライドチキン温め	[約100g] 4個		[強]	約14分

冷凍食材を上手に調理するために

- ホームページに掲載されているレシピで下ごしらえした食材を基本としています。レシピに沿って準備してください。
- 1. 冷凍する食品は
  - ホームページに掲載しているレシピの大きさや分量を目安に用意してください。(分量が多すぎると火の通りが悪くなったり、少なすぎると焦げたりする場合があります)
  - 仕上がりは、食品の状態(大きさ、厚み、鮮度、魚の脂の多少、冷凍の保存状態など)によって異なります。

2. 食材の下準備

- つけ焼きで調理するときは、つけだれの分量を半分に減らす。

3. 冷凍のしかた

- 保存袋の中で重ねず、すき間をあけて冷凍する。(食材をくっつけて冷凍すると、バラバラにできません。また、くっついたまま焼くと、うまく焼けません)
- 平らにし、厚みをそろえる。凹凸を防ぐため、トレーなどを使い平らに保管する。(厚みのある食材は、火の通りが悪くなり、うまく焼けません)
- 保存袋を手で押して空気を抜き、密閉する。(空気を抜いて、酸化や乾燥を防ぎます)
- 折り曲げて冷凍しない。(火の通りが悪くなり、うまく焼けません)



塩ざけの場合

- たれに漬けた食材は、食材と一緒にたれごと保存袋に入れて冷凍します。(余分なたれは、焼いたときに焦げの原因になります。食材の表面につく程度で冷凍してください)
- ラップは使用しない。(食材に絡まり、はがせなくなることがあります)
- ふた付きのプラスチック容器などを使っての冷凍は、表面に霜が付きやすいため使用しない。(表面に霜が付き過ぎると、うまく焼けません)
- 完全に凍るまでは、立てて冷凍しない。(冷凍した食材の底面に凹凸ができると、グリル皿に密着しないため、熱が伝わりにくく、うまく焼けません)
- 保存期間は2～3週間まで。(保存期間が長くなると、乾燥(冷凍焼け)し、焼き色が濃くなりすぎるなど、うまく焼けなくなります)



ぶりのつけ焼きの場合

4. 焼くときは

- 「切身・干物」メニューで調理してください。
- つけ焼きを冷凍した食材から調理するときは、たれは落とさず1～2切れを「切身・干物」「弱」で焼いてください。
- つけ焼きを調理するときは、凍ったつけだれが、とけて焦げることがあります。焼き上がった調理物のみを取り出してください。
- 冷凍室から出したらすぐに焼く。(室温で放置してから焼くと、焦げすぎることがあります)
- 調理した際、表面に白い物が浮き出ることがありますがタンパク質の一種で、食べても問題ありません。

仕様

この製品は、日本国内家庭用です。電源電圧や電源周波数の異なる海外では使用できません。また、アフターサービスもできません。

型 式		M7Tシリーズ
電 源		HT-M7STF
総 消 費 電 力		単相200V (50～60Hz共用)
消費電力	左右IHヒーター	5.8kW (4.8kWに切り替え可能) ※待機電力：2W未満 (電源スイッチ「切」の状態)
	中央IHヒーター	3.0kW (100W相当～3.0kW 8段階火力調節) ※1
	グリル	1.6kW (100W相当～1.6kW 5段階火力調節) ※1
コードの長さ		1.2kW
電源プラグ		3芯キャブタイヤケーブル 0.7m
大 き さ	本 体	250V-30A (接地極つき)
	グリル	幅600×奥行552×高さ234〔mm〕
質 量 (重さ)		幅272×奥行369×高さ111〔mm〕 (有効高さ55〔mm〕)
		約16kg

※1 消費電力は、鉄ホーロー鍋を使った場合です。

【総消費電力の切り替えについて】

本製品は、工場出荷時総消費電力が5.8kWに設定されておりますが、アンペアブレーカーの容量不足(60A未満)の場合など、ご使用環境に合わせて4.8kWに切り替えることもできます。アンペアブレーカーの容量が60A未満の場合は、総消費電力を4.8kWに切り替えることをおすすめします。詳細は、設置説明書→(P.7) または、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

保証とアフターサービス

必ずお読みください

保証書（裏表紙）

保証書は必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みのあと、大切に保管してください。

保証期間：お買い上げの日から1年です。

補修用性能部品の保有期間

当社はこのIHクッキングヒーターの補修用性能部品の、製造打ち切り後8年保有しています。  
●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。また、部品共用化のため色などを変更する場合があります。  
修理のために取り外した部品は、特段のお申し出がない場合、弊社にて引き取らせていただきます。

ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」にお問い合わせください。

ご転居されるときは

ご転居によりお買い上げの販売店のアフターサービスが受けられない場合は、前もって販売店にご相談ください。

修理を依頼されるときは出張修理

「お困りのときは」→(P.37～43)に従って調べていただき、なお異常のあるときはご使用を中止し、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

保証期間中は保証期間が過ぎているときは

修理に際しましては保証書をご提示ください。保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。

ご連絡していただきたい内容

品名	日立 IHクッキングヒーター
型式	各部のなまえ→ (P.4) をご確認ください
お買い上げ日	年 月 日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印なども併せてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問ご希望日	

修理料金の仕組み

修理料金=技術料+部品代+出張料などで構成されています

技術料	診断、部品交換、調整、修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器などの設備費、一般管理費などが含まれます。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいただく場合があります。

愛情点検

★長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！

ご使用の際、このようなことはありませんか

- 電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- 焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がする。
- トッププレートにひび割れがある。
- ビリビリと電気を感じる。
- 上面操作パネルにはがれがある。
- グリルドアのガラス面に傷がついたり、ひび割れがある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店にご連絡ください。  
点検・修理についての費用など詳しいことは、販売店にご相談ください。

●IHクッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後8年です。

日立グローバルライフソリューションズ株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋 2-15-12

「ご相談窓口」

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

この製品の使い方・お手入れ・修理などは、お買い上げの販売店へご相談ください  
なお、転居されたり、贈物品で販売店がご不明な場合は下記窓口にご相談ください。  
※下記窓口の内容は、予告なく変更させていただく場合があります。最新情報は、日立家電品サポートページをご確認ください。  
<https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/>

ホームページに「よくある質問」について記載しておりますので、ご活用ください。  
[https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/ih/q\\_a/index.html](https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/ih/q_a/index.html)

商品情報やお取り扱いに関するご相談窓口	修理のご依頼や修理に関するご相談窓口
TEL 0120-3121-11 携帯電話 050-3155-1111 (有料) FAX 050-3135-2134 (有料) (受付時間) 9:00～17:30 (月～金) ※土日、祝日、年末年始は休業	TEL 0120-3121-68 携帯電話 0570-0031-68 (有料) FAX 0570-2006-57 (有料) (受付時間) 9:00～18:00 (月～土)、9:00～17:00 (日・祝日)

《発信者番号通知のお願い》「非通知」設定をされているお客様は、はじめに「186」をダイヤルしておかけください。

- 出張修理のご用命は、24時間修理のご依頼ができる「Web修理受付」から申し込みいただけます。  
<https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/inquiry/repair/web.html>  
(注)対象製品をご確認のうえお申込みください。
- ご相談、ご依頼いただいた内容によっては弊社のグループ会社に個人情報を提供し対応させていただくことがあります。
- 修理をご依頼いただいたお客様へ、アフターサービスに関するアンケートハガキを送付させていただくことがあります。

部品の購入は

部品のご購入は、商品お買い上げの販売店、お近くの日立の家電品取扱店（お取り寄せ）または「パーツショップ」へご相談ください。  
<https://store.kadenfan.hitachi.co.jp/store/pages/parts.aspx>

日立家電消耗品・部品直販「パーツショップ」  
検索

日立家電メンバーズクラブのご案内

日立家電メンバーズクラブのMy家電に製品をご登録（無料）いただくとスマートフォンやパソコンでお持ちの家電品を一覧管理でき、サポート情報や会員限定の特典などをご利用いただけます。

■My家電への製品登録

①コードを読み取る

ご登録はこちら

②画面の案内に従って家電品を登録 ※1

※1家電品の登録には製品型式や製造番号が必要です。製品本体の型式と製造番号→(P.4)を確認してください。

●コードが読み取れない場合は、URLを入力して表示される画面の案内に従ってください。  
<https://kadenfan.hitachi.co.jp/my/>

■日立家電メンバーズクラブ会員限定のアフターサービス特典のご紹介

※特典内容は予告なく変更する場合があります。

Webにてご依頼いただくと安全点検サービス割引

ご使用の家電品を長くご利用いただくために安全点検の標準技術料が10%引きになります。  
※本サービスには、不具合の改善や修理作業などは含まれておりません。  
※一部対象外製品がございます。

ご利用の際は、通信費などの費用がかかります。  
詳しくは、日立家電メンバーズクラブのホームページをご覧ください。

パーツショップ送料特典

付属品や別売品をパーツショップ（日立の家電消耗品・部品直販インターネット販売）で商品価格総額2,000円（税込）以上お買い上げいただくと送料が無料になります。  
※代引きの場合は、代引き手数料が別途かかります。

廃棄について

●製品の廃棄については、お住まいの自治体にお問い合わせください。

46

保証とアフターサービス／「ご相談窓口」

仕様・その他

47



## 日立IHクッキングヒーター保証書 出張修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きに従って正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容に基づきお買い上げの販売店が無料修理いたします。お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、お買い上げの販売店に出張修理をご依頼の上、本書をご提示ください。

※ 型式			※ お 買 い 上 げ 日	保 証 期 間
			年 月 日	本体：1年
※ お客様	ご 住 所 お 名 前	〒	様 電話	
※ 販売店	住 所 名 店		電話	

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

記入のない場合、レシートまたはご購入を証明するものが代用となりますので、本保証書と一っしょに大切に保管してください。

1. 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。

- (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障及び損傷。
- (ロ) お買い上げ後の取り付け場所の移動、落下、輸送等による故障及び損傷。
- (ハ) 火災、地震、風水害、落雷、その他天変地変、塩害、公害、ガス害(硫化ガスなど)や異常電圧、指定外の使用電源(電圧、周波数)による故障及び損傷。
- (ニ) 一般家庭用以外《例えば業務用等への長時間使用及び車両(車載用を除く)、船舶への搭載》に使用された場合の故障及び損傷。
- (ホ) 適切な使用、維持管理を行わなかったことによる当該品の不具合。
- (ヘ) 建築躯体の変形等、商品以外の不具合に起因する当該品の不具合。
- (ト) 塗装の色あせ等の経年変化、または使用に伴う摩擦等により生じる外観上の不具合。
- (チ) 昆虫類や小動物等の侵入が起因する故障及び損傷。
- (リ) 消耗品の取り替え及び保守等の費用。
- (ヌ) 本書のご提示がない場合。
- (ル) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合あるいは字句を書き換えられた場合。

2. 離島または離島に準ずる遠隔地へのお出張修理を行なった場合には、出張に要する実費を申し受けます。

3. ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。

4. 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼に出来ない場合には、取扱説明書→(P.47)に記載してある「ご相談窓口」にご相談ください。

5. 修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

また、部品共用化のため、色などを変更する場合があります。

6. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。

7. 本書は日本国内においてのみ有効です。 This warranty is valid only in Japan.

●この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.47)にお問い合わせください。

●お客様にご記入いただいた保証書の写しは、保証期間内のサービス活動及びその後の安全点検活動のために記載内容を利用して頂く場合がございますので、ご了承ください。

●保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、「保証とアフターサービス」→(P.46)をご覧ください。

修理メモ

日立グローバルライフソリューションズ株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋 2-15-12

お問い合わせ先：「修理に関するご相談窓口」 電話 0120-3121-68、携帯電話 0570-0031-68  
詳しくは「ご相談窓口」→(P.47)をご覧ください。

