

**HITACHI**  
Inspire the Next

# 取扱説明書 ・料理集

日立 **IH** ジャー炊飯器  
**家庭用**



このたびは日立 **IH** ジャー炊飯器をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

**圧力式ジャー炊飯器は内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険ですので、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、大切に保管してください。

「安全上のご注意」 → **P.8~13** をお読みいただき、正しくお使いください。

この炊飯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。

こちらの取説説明書（日本語）はWEB専用のため、製品本体への同梱はございません。  
（製品本体には、英語と中国語（簡体字）の取扱説明書が各1部、同梱されています。）

型式 **RZ-W1000HY**



RZ-W1000HY  
Jet Black(K)

# もくじ

## ご使用の前に 4~17

各部のなまえ	4
(本体・付属品・操作部・表示窓・水位目盛)	
安全上のご注意	8
使用上のご注意	12
現在時刻の合わせかた	14
液晶表示の切り替えかた	15
メロディー音の切り替えかた	16
炊飯直後のプレートのつゆを少なくする	
モードへの切り替えかた	17

## 炊飯 18~27

給水レスオートスチーマーについて	18
おいしく炊くコツ	19
炊飯コースの使い分け	20
本体の準備をする	22

## 操作手順およびお米とコースの

選択方法	23
炊飯をする	24
予約炊飯をする	26
浸し炊飯をする	27

## 保温 28~29

保温をする	28
保温方法の使い分け	28
「Warm-High」「Warm-Low」の	
切り替えかた	28
保温に適さないごはん	29
保温をやめるときは	29
「切」状態から保温にする	29
保温中のごはんを再加熱する	29

# 仕様

形状・色相などは改良のため、カタログや展示品から一部変更することがあります。

型	式	RZ-W1000HY
炊飯容量		1.0Lタイプ
電源		0.09L (0.5合) ~ 1.0L (5.5合)
定格周波数		交流220-230V
定格電圧		50/60Hz
コードの長さ		1200W
大きさ	幅	1.0m
	奥行き	24.8cm
	高さ	30.2cm
質量 (重さ)		23.4cm
		約6.0kg

圧力で炊飯するためPSマークとSGマークを取得しています



### PSマーク

経済産業省が定めた圧力がまの安全基準に適合していることを示します。



### SGマーク

日本の製品安全協会が定めた圧力がまの基準に適合したことを示すマークです。(付帯する万一の製品欠陥による人身事故の救済保障制度は日本国外のため無効です)

### お願い

この炊飯器は、市販の圧力なべのようにいろいろな調理はできません。取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理メニュー以外の用途に使わないでください。

特に、市販の本などで紹介されている炊飯器を使った調理については、取扱説明書・料理集に記載されていない使いかたをすると、やけどやけがのおそれがありますので、やめてください。

## お手入れ 30~34

お手入れをする	30
本体・本体の内側	30
吸気口・排気口	30
温度センサー	30
フック部	30
しゃもじ・計量カップ	30
内がま	31
給水レスオートスチーマー	31
(調圧弁・ふた加熱板・ふたパッキン・負圧弁・安全弁・蒸気センサー・圧力調整装置・蒸気口)	
においが気になるときは	34

## お困りのときは 35~42

お困りのときは	35
おいしく炊けないときは(お試しいただきたいこと)	35
炊飯について	36~38
予約炊飯について	38
保温について	39・40
液晶表示について	40・41
内がまのフッ素被膜について	41
停電について	41
ふたについて	41
蒸気口について	41
本体とふたのすき間についてなど	42
音が気になる	42

## 料理集 43~47

## 圧力式炊飯器だから

### ふたの操作は確実に

- 炊飯前後、ふたを閉めるのに重く感じる場合があります。ゆっくりカチッと音がするまで確実に閉めてください。
- 炊飯後、ふたが開くのに少し時間がかかる場合があります。

### 炊飯中にふたを開けない

- 炊飯中にふたを開けないでください。(やけどのおそれ)

### 水加減は水位目盛を守って

- 水位目盛より多めに水加減をすると、圧力を抜くときにふきこぼれる場合があります。水位目盛を守ってください。

### 炊飯中に 勢いよく蒸気が出ることがあります

- 炊飯中は蒸気口に手や顔を近づけないでください。コースによっては炊飯の途中で蒸気が出ます。
- 炊飯中に動かしたり、揺らしたりすると、勢いよく蒸気が出ます。
- コースによっては蒸気が出ますので、壁や家具に蒸気が当たらないようにご使用ください。

# 各部のなまえ (本体・付属品・操作部・表示窓・水位目盛)

## 本 体

### 内がま

→ P.8、11~13、31

水位目盛 (3箇所) → P.7、11

#### ご注意

内がまを本体から取り出すときは、ふたパッキンに触れないように、少し手前側に引き上げてください。また、内がまを本体に入れるときは、ふたパッキンに触れないように、少し手前側に寄せながら入れてください。内がまの出し入れ時にふたパッキンに触れるとつゆが飛び散る場合がありますので、ご注意ください。

### 給水レスオートスチーマー

→ P.10、12~13、18、31~33

#### 調圧弁

→ P.10、31

#### 負圧弁

→ P.13、31

#### ふたパッキン

→ P.13、31

#### 安全弁

→ P.10、31

#### プレート

#### ふた加熱板

#### 着脱レバー

→ P.32

ふた加熱板を着脱するとき、上方向に押し上げる。

#### 蒸気口

#### 指掛け部

内がまを持ち上げる時に指を掛けやすくしています。

## 付属品

### コンパクトしゃもじ (自立式)



### 計量カップ



約180mL  
(約1合)

次のページは「操作部・表示窓・水位目盛」

→ P.00 の数字は主な説明のあるページです。

## フックボタン

押すとふたが開く。

### 警告

ふたを開けるときは  
Pressure表示が消えて  
蒸気口から蒸気が出  
ていないことを  
確認してからフック  
ボタンをゆっくり  
押す

炊飯中はふたを  
開けない  
(やけどのおそれ)

### お願い

圧力式は密閉度が高  
く、蒸気が抜けにく  
いため、炊飯直後は  
フックボタンが重く  
感じるることがあり  
ます。少し強めにフ  
ックボタンを押して  
ください。

## 蒸気口

炊飯中は蒸気が出るので  
手や顔を近づけない。  
(やけどのおそれ)

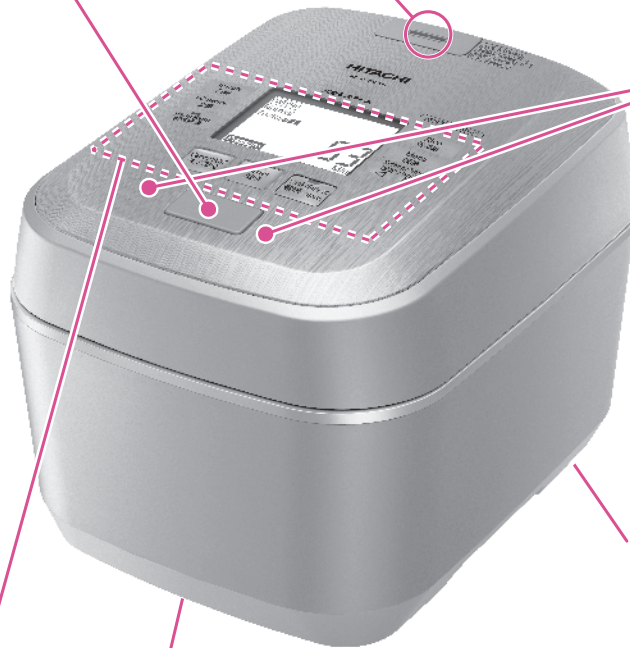
→ P.10~11

## ふた

ふたを閉めるときは両手で  
フックボタンの脇を「カチッ」  
と音がするまでゆっくり押す。

### お願い

圧力式は密閉度が高く、  
蒸気が抜けにくい  
ため、炊飯直後は  
ふたを閉めると  
きに重く感じる  
ことがありま  
す。少し強めに  
ふたを押しな  
がらゆっくり  
と閉めて  
ください。



## 操作部・表示窓

→ P.6、7

## 排気口 (本体底面)

→ P.8、30

## 吸気口 (本体底面)

→ P.8、30

## 本体底面



## 持ち手

→ P.8

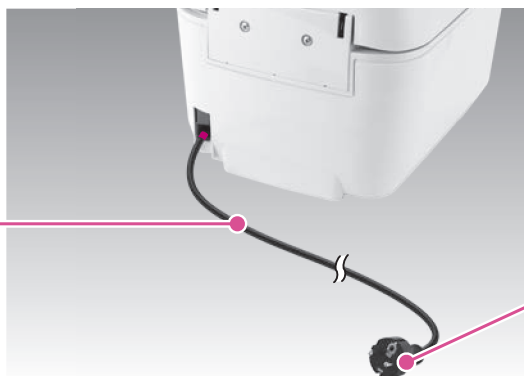
## 排気口

## 吸気口

## 本体後面

## 電源コード

→ P.9



## 電源プラグ

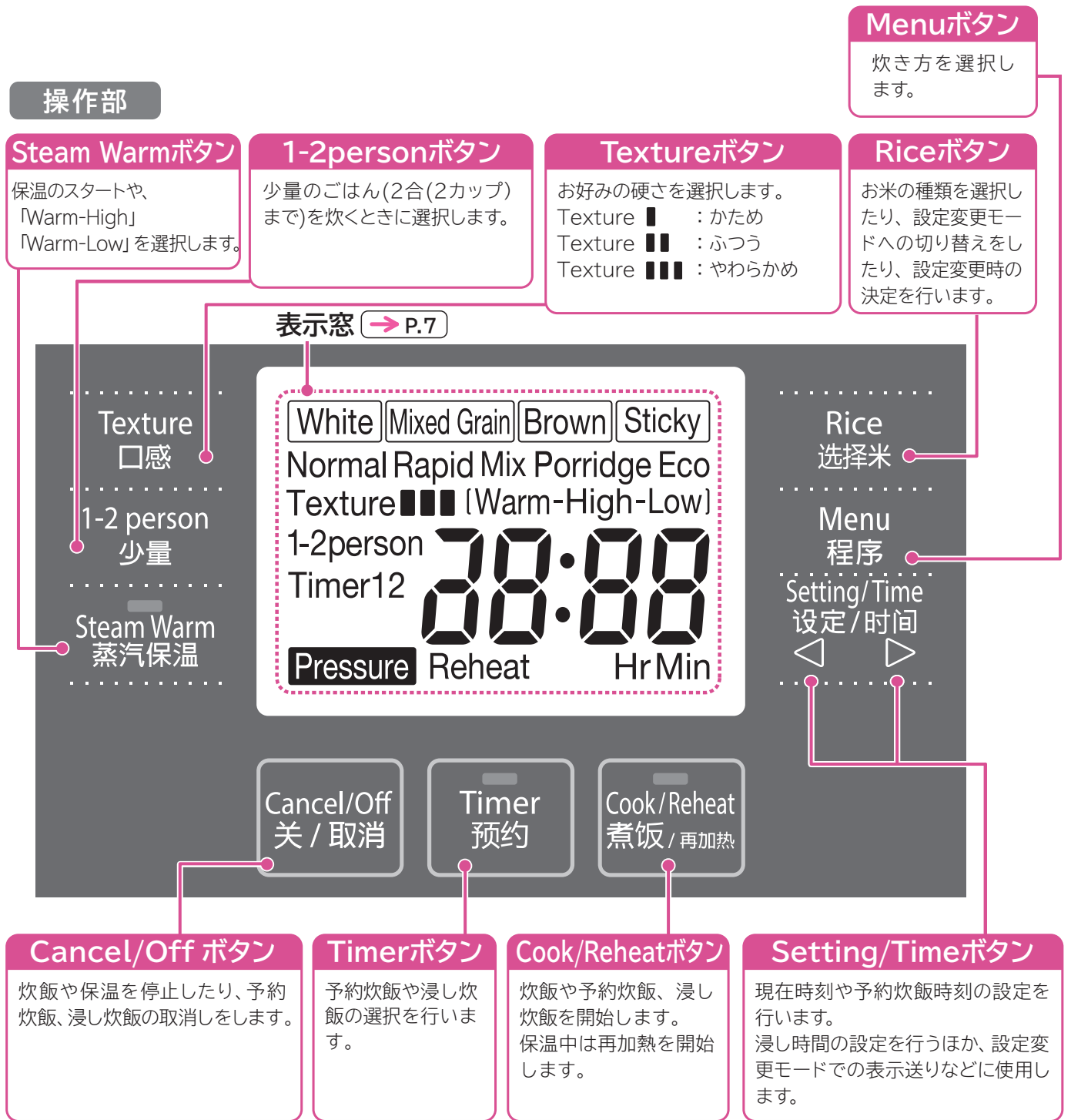
プラグの形状は写真と  
異なる場合があります。

→ P.8~9、12

●この取扱説明書では、説明をわかりやすくするため、写真の色を変更しています。

# 各部のなまえ (本体・付属品・操作部・表示窓・水位目盛) つづき

図は説明のために全ての表示が点灯した状態です。



目の不自由な方への配慮です。

**凸マーク** Cook/Reheatボタンに「○」、Cancel/Offボタンに「☐」の凸部をつけています。

**ブザー音** メニューや時刻合わせの起点でブザー音が変わったり、時刻を起点に戻せます。 → P. 14

明るくて見やすい  
ホワイトLED  
バックライト液晶

操作ボタンを押すと表示窓をライトアップします。操作を中断すると、約1分後に消灯します。操作を再開すると、再度ライトアップします。(運転中にライトアップさせたいときは、◀または▶を押します)

## 表示窓

- 工場出荷時は、電源プラグがコンセントに差し込まれていないときは、画面表示が消灯する設定になっています。
- 表示する設定の切り替えかた → P.15

### 硬さ表示

■の数で硬さの選択を表示します。

### 少量炊飯表示

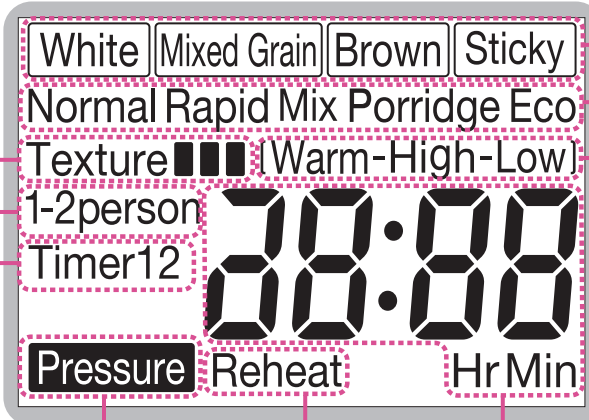
「1-2person」の文字の点灯で、少量炊飯の設定を表示します。

### 予約炊飯表示

「Timer1」か「Timer2」の文字の点灯で、選択した予約を表示します。

### 圧力表示

圧力がかかるコースの炊飯中に「Pressure」の文字を表示します。



### お米表示

お米の種類の文字の点滅で、選択したお米の種類を表示します。

### 炊き方表示

炊き方の文字の点滅で、選択した炊き方を表示します。

### 保温表示

「Warm - High - Low」の文字の点灯で、選択した保温の設定を表示します。

### 時刻・時間表示

炊き上がるまでの時間や保温経過時間、現在時刻、予約時刻、浸し時間などを表示します。

### 再加熱表示

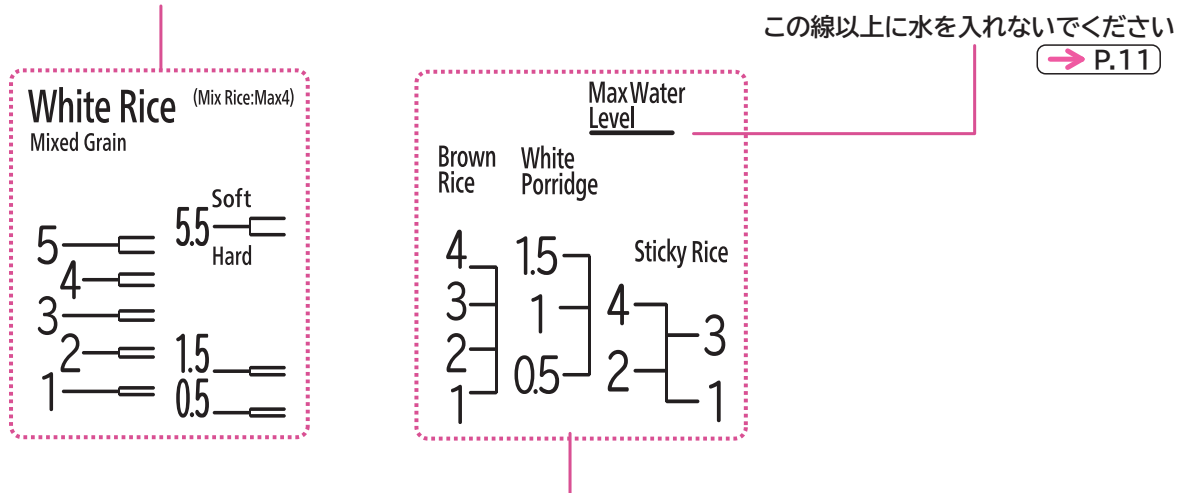
「Reheat」の文字の点灯で、再加熱中を表示します。

## 内がまの水位目盛

お米の種類や炊き方に合わせて、水加減をしてください。

### ■ 白米（無洗米）・雑穀米を炊くとき

- 炊込みは4カップ（水位線4）まで炊飯できます。
- 「Hard」の水位線は「すし」や「カレー」用など、ごはんを硬めにしたいときに使います。



### ■ 玄米・おかゆ・おこわを炊くとき 指定の水位線を使う

お好みにより「Soft」「Hard」の水位目盛の範囲で水加減を調整してください。  
「Soft」の水位目盛以上に水を入れないでください。（ふきこぼれの原因）

# 安全上のご注意 (必ずお守りください)

この炊飯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。

人身への危害、財産への損害を未然に防ぐため、お守りいただくことを、次のように区分して、説明しています。本文中の注意事項についてもよくお読みのうえ、正しくご使用ください。

## 感電・ショート・発火・火災・けがを防ぐために

### 警告



改造禁止

- 改造はしない
- 修理技術者（サービスマン）以外の人は修理・分解をしない



禁止

- 本体を水につけた場合は使用しない。
- 本体を水のあるところに置いたり、水につけたり、かけたりしない
- 本体底面の吸気口・排気口やすき間にピンや針金などの金属物や異物を入れない
- 子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない

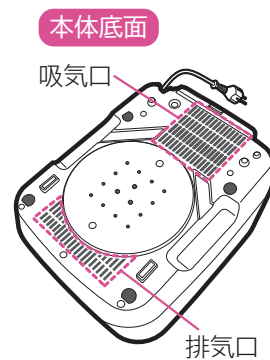
異常時  
故障時は



指示

- 直ちに電源プラグをコンセントから抜き、使用を中止して、点検・修理をご依頼ください  
火災・感電・けがの原因になります

- ・電源コードや電源プラグが異常に熱い
- ・運転中に異常な音がる
- ・電源コードを折り曲げると通電したり、しなかったりする
- ・異常に熱くなったり、焦げ臭いにおいがする
- ・水漏れする
- ・触れるとビリビリ電気を感じる
- ・自動的に切れないときがある
- ・モーターの回転が止まったり、遅かったり、不規則なときがある
- ・その他の異常・故障がある



### 注意



指示

- 磁気に弱いものを近づけない
- 壁や家具の近くや、キッチン用収納棚を使うときは、中に蒸気がこもらないようにする
- 医療用ペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたって、医師とよくご相談ください



禁止

- 本体を持ち運ぶときは、ふたを持たず、持ち手を持って移動する
- 本体を持ち運ぶときは、フックボタンに触れない
- 本体内側に金属製の小物やアルミ箔などが入ったまま使わない
- 専用の内がま以外は使用しない
- 内がまを床に落としたり、強くぶつけたりして亀裂が生じたり、変形したりした場合は、使用しない
- こんな場所では使わない
  - ・水のかかるところや、ガスコンロなど火気の近く
  - ・不安定な場所や、熱に弱い敷物の上
  - ・荷重強度が不足しているスライド式テーブルの上
  - ・排気口・吸気口をふさぐような敷物や、アルミ箔の上
  - ・ふたが完全に開かない場所





## 警告

- この商品は下記の方々のご使用になることを目的としていません
  - お子様 ●肉体的・知覚的・知的能力が低下している方 ●経験知識の乏しい方
- お子様がこの商品で遊ばないようにご注意ください



## 警告

死亡または重傷を負うことが想定されるもの。



## 注意

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。



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。

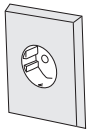
# 電源プラグ・電源コード・コンセントの発火や漏電を防ぐために

(感電・けが、発煙・発火・火災のおそれ)



## 警告

コンセントは



指示

- 電源は、交流220-230Vのコンセントを単独で使用する



禁止

- 傷ついたり、ゆるんだりしたコンセントを使用しない

電源プラグ、  
電源コードは



禁止

- ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない
- 電源プラグ、電源コードは、水につけたり水をかけたりしない
- 電源プラグを水につけた場合は使用しない
- 電源プラグや電源コードが痛んでいる場合は使用しない
- 電源プラグ、電源コードを傷つけない
  - ・加工しない ・無理に曲げない、引っ張らない、ねじらない、束ねない
  - ・加重をかけない、重い物をのせない、挟み込まない・高温部に近づけない



指示

- 電源プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
- 電源プラグの刃や刃の取り付け部分にほこりが付着している場合はよく拭く



## 注意



電源プラグ  
を抜く

- 使用時以外は電源プラグをコンセントから抜く



指示

- 電源プラグを抜くときは、電源コードを持たず電源プラグを持つ

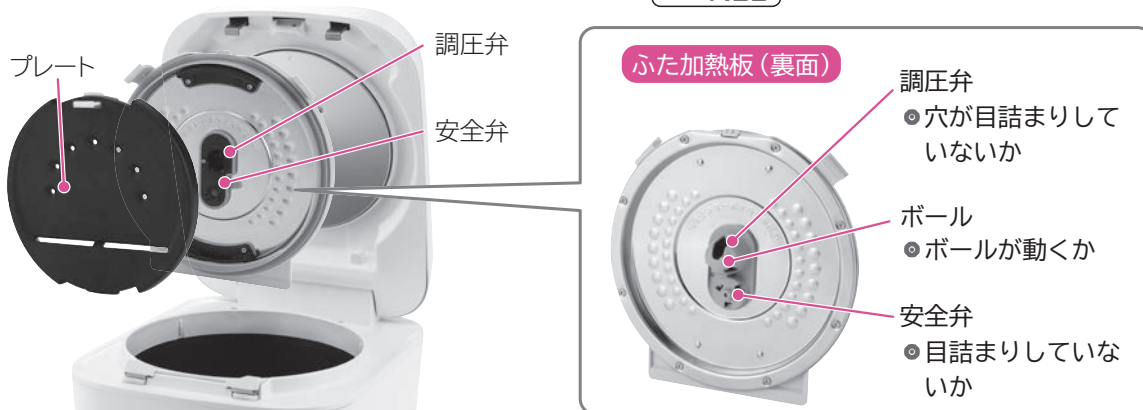
# 安全上のご注意 つづき

## 炊飯時のやけどやけがを防ぐために

やけど・けがのおそれ(炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です)



- 炊飯の前にふた加熱板とプレートを外して調圧弁と安全弁にごはんなどの異物が付いていないことを確認する  
また、プレートを忘れずに取り付ける  
(湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ) → P.22



- ふたはフックボタンの両脇を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める



- ふたを開けるときは **Pressure** 表示が消えて、蒸気口から蒸気が出ていないことを確認してから、フックボタンをゆっくり押す。  
炊飯中はふたを開けない。



- 炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは、「Cancel/Off」ボタンを押して炊飯を中止し、約30秒後に点滅している **Pressure** の表示が消えてから、ふたを開ける。  
・圧力が抜けて蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。
- フック部に米粒などが詰まったときは、ようじなどでかき出す  
(ふたが確実に閉まらない原因となり、炊飯中に突然ふたが開いてやけどするおそれがあります)



# 炊飯時のやけどやけがを防ぐために つづき

やけど・けが・衛生上の問題発生のおそれ（炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です）



## 高温の蒸気が勢いよく出てやけどやけがのおそれがあります



禁止

- 圧力炊飯中（**Pressure** の表示時）はふたを開けない
- 蒸気口に手や顔を近づけたり、触れたりしない
  - ・特に乳幼児に触れさせないように注意してください
- 炊飯中はふたを開けたり、本体を揺らしたり、持ち運んだりしない
- 子どもだけで使わせたり、乳幼児の手の届くところで使わない



指示

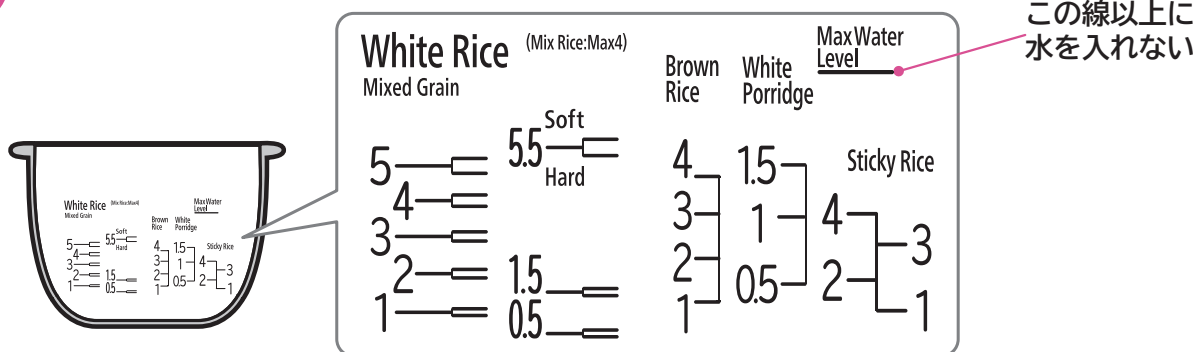
- 炊飯をするときは、「炊き方」を確認する
  - ・「おかゆ」を他の炊き方で炊くと、多量にふきこぼれて危険です
- 炊飯中にやむをえずふたを開けるときは、「Cancel/Off」ボタンを押して炊飯を中止し、約30秒後に点滅している **Pressure** の表示が消えてから、ふたを開ける
  - ・圧力が抜けて蒸気口から勢いよく蒸気が出ますので注意してください
  - ・炊飯を続ける場合は、お米・炊き方の選択を確認し、「Cook/Reheat」ボタンを押してください。炊飯を中止した状態によってはうまく炊き上がらないことがあります
- ふたを完全に開けてからごはんをよそう

## 食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれがあります



禁止

- 内がまの「Max Water Level」の線以上に水を入れない



- 取扱説明書・料理集に記載の炊飯メニュー以外の用途には使わない
  - ・ねりもの（はんぺんなど）や豆類、麺類などの加熱中にふくらむ具材の煮込み料理（赤飯は、ささげを別にゆでてから調理します。詳しくは料理集をご覧ください）
  - ・急激にあわの出る「重そう」などを使う料理
  - ・多量の油を入れる料理
  - ・「カレー」や「シチュー」のルーなど、のり状になる料理
  - ・ジャムなど泡立つ料理
  - ・食材をポリ袋などに入れて炊飯器で加熱する料理
- 青菜、トマトなど薄皮状のものが浮きやすい野菜、具材を入れた料理や、クッキングシート、アルミ箔、ラップを使った料理はしない

# 安全上のご注意 つづき

## 炊飯時のやけどやけがを防ぐために つづき

やけど・けが・衛生上の問題発生のおそれ（炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です）

### ⚠️ 注意



禁止

- 「Warm - Low」の場合は40時間、「Warm - High」の場合は12時間以上の保温をしない
- 再加熱 (Reheat) を繰り返し行わない
- 「玄米 (Brown)」「もち米 (おこわ) (Sticky)」「炊込み (Mix)」「おかゆ (Porridge)」コースで炊飯したときは保温しない

## お手入れの際の事故・感電・火災を防ぐために

やけど・けが・火災・発煙・発火のおそれ

### ⚠️ 注意



指示

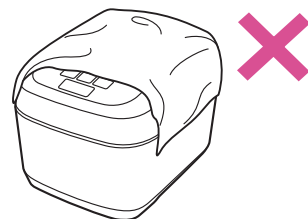
- 使用中や使用直後は、蒸気口、内がま、ふた加熱板、プレートなどの高温部に触れない
- お手入れは電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う
- ふた加熱板は、冷めてから外す
- プレートは冷めてから外す

# 使用上のご注意

故障や誤動作を防ぐために、次のことをご守りください。

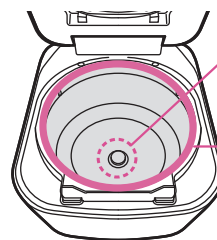
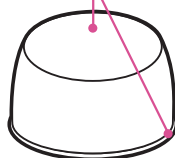
## 本体の取り扱い

- ふきん・タオルなどで、ふたを覆った状態で使わない  
(変色・変形・故障の原因)



- 異物が付いたまま使わない  
特に右図の部分はきれいにする  
(故障やうまく炊けない原因)

内がまのツバ部や  
底の部分



温度センサー

内がまのツバ部が  
あたる部分

- 本体をIHクッキングヒーターの上に置かない  
(IHクッキングヒーターの誘導加熱による故障のおそれ)

- テレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の近くで使わない  
(雑音や画面のちらつきの原因)

- 空だきはしない  
(過熱の原因)

- 本体を落としたり、破損したときは使用を中止し、お買い上げの販売店に修理・点検を依頼してください

## 給水レスオートスチーマーの取り扱い

- 炊飯するたびにふた加熱板（ふたパッキン）とプレートを外して洗ってください

（おねばが乾燥・変色したものがたまる原因）  
（保温しない場合は水がたまりすぎてごはんにたれる原因）

- ふたパッキンや負圧弁は外れないので、引っ張らないでください

（破損・変形すると、圧力がかからずうまく炊けない原因）

- プレートを付けないと、スチームによる加湿効果が得られなくなります

給水レスオートスチーマー



## 内がまの取り扱い

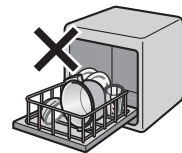
フッ素皮膜の傷つき、はがれなどを防ぐために、  
次のことをお守りください

- 内がまを直火にかけたり、電子レンジで加熱したり、電磁調理器などに使用しない
- 内がまでお米を研ぐ場合は、金属製の泡だて器などを使ったり、ざるなどをあてたりしない
- 内がまの中で酢を使わない。調味料を使ったごはんは保温せず炊飯後早めに洗う
- 金属製のおたまは使わない（おかゆをすくう場合など）
- しゃもじは付属のものを使う



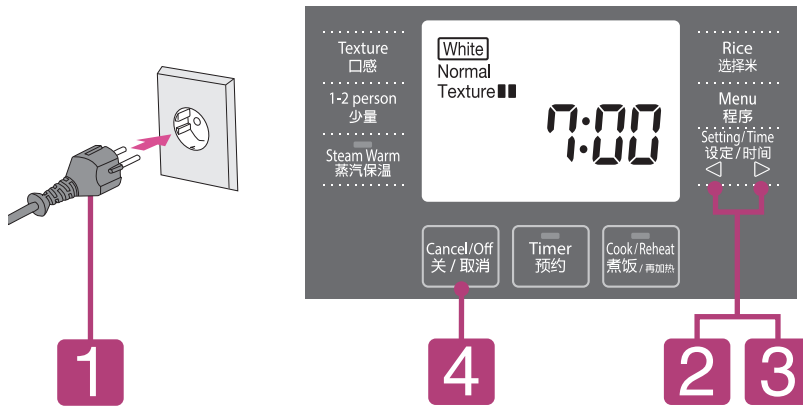
### お手入れのとき

- ・内がまを洗いおけとして使わない  
（スプーンや食器類などを入れない）
- ・やさらかいスポンジでやさしく洗い、  
金属たわしやナイロンたわしなどは使わない
- ・食器用洗剤（中性）以外の洗剤や漂白剤、クレンザー、  
みがき粉などは使わない
- ・洗い後に乾かす際、食器の上に伏せない、  
食器洗い乾燥機、食器乾燥機は使わない



# 現在時刻の合わせかた

- 電源プラグがコンセントに差し込まれていないときは、表示は消灯しますが、時計は内蔵電池により動作しています。
- 電源プラグがコンセントに差し込まれていないときも、現在時刻を液晶に表示する設定に変更できます。
- 時計は室温により、1か月に約2分程ずれることがあります。その際は以下の手順で、現在時刻に合わせてください。



例) 「7:00」を「20:30」にすると き ※お米・炊き方の表示は一例です。

## 1 電源プラグをコンセントに差し込む



- 炊飯中、保温中、予約中、再加熱中は時刻合わせができません。
- 設定されているお米・炊き方と、現在時刻が表示されます。

## 2 ◀ または ▶ を約1秒間押し、時刻表示を点滅させる

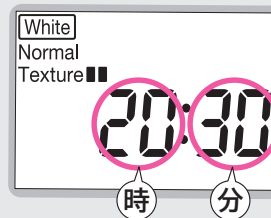


現在時刻点滅中に「1-2person」ボタンを約3秒間押すと、「12:00」表示(昼の12時)になり、起点に戻ります。

## 3 ◀ または ▶ を押し、「20:30」にする

- ◀ または ▶ を押すごとに時刻が変わります。

- ・◀ は1分単位で戻り、▶ は1分単位で進みます
- ・押し続けると10分単位で早送りします



- 時計は24時間表示で、夜中の12時は0:00に、昼の12時は12:00に合わせます。
- 「Cancel/Off」ボタンを押さないと、約1分後に自動的に時刻合わせ完了となります。

## 4 Cancel/Off 関 / 取消 を押し、時刻合わせを完了させる

- 時刻表示が点滅から点灯になります。



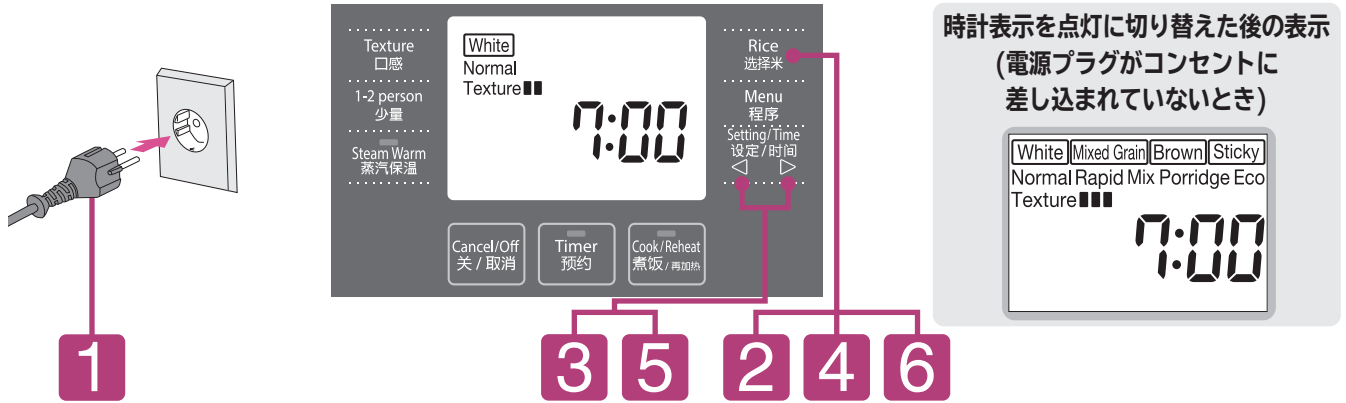
炊飯中、保温中、予約中、再加熱中に現在時刻を確認したいとき

◀ または ▶ ボタンを押すと、現在時刻を3秒間表示し、元の表示に戻ります。

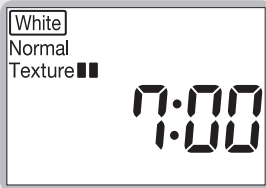

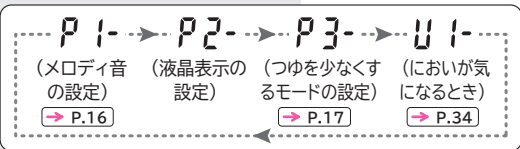


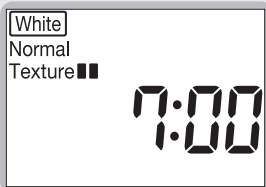
# 液晶表示の切り替えかた

(電源プラグをコンセントから抜いた時も時計を表示する)

- 工場出荷時は、時計表示は「消灯」に設定されています。  
時計表示を「点灯」に切り替えたいときは、以下の手順で切り替えてください。
- 内蔵電池での液晶表示を点灯にしているときに電源プラグをコンセントから抜くと、表示がうすくなり、再び濃くなる場合があります。これは内蔵電池に切り替わるためで、異常ではありません。

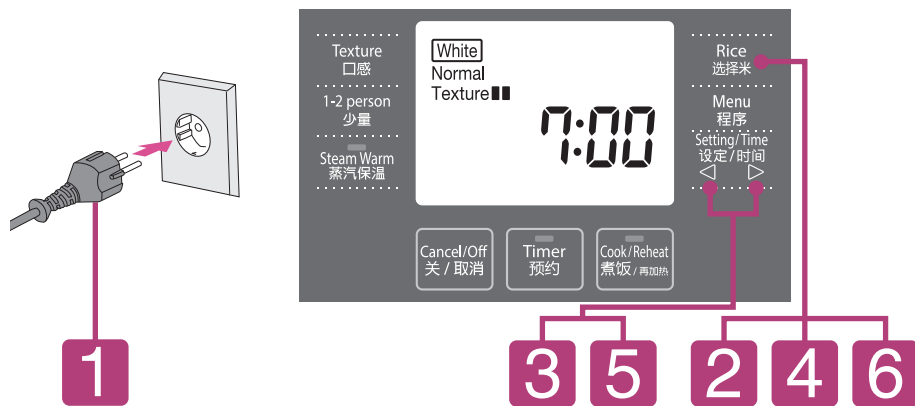


※お米・炊き方の表示は一例です。

- 1 電源プラグをコンセントに差し込む**  

  - 「Cancel/Off」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻れます。設定の途中だったものはリセットされます。
- 2 Rice 選択米 を約5秒間長押しし、設定変更モードに切り替える。**  

- 3 ◀ または ▶ を押し、画面に「P2-」を表示させる**  
●画面の表示は◀を押すと進み▶を押すと戻ります。  

- 4 Rice 選択米 を押す。**  
● Rice 選択米 を押すと液晶表示の設定の変更に入ります。  

- 5 ◀ または ▶ を押し、設定を切り替える**  
●◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。  

- 6 Rice 選択米 を押し、設定を確定させる。**  
● Rice 選択米 を押すと、設定が確定し、最初の画面に戻ります。  

  - 操作をしないと、約3分後に自動的に設定を確定させます。

# メロディー音の切り替えかた

- 炊飯の開始と終了をメロディー音でお知らせします。
- 工場出荷時は「メロディー（標準）」に設定されています。  
「メロディー（低音）」・「ブザー」または「無音」に切り替えできます。以下の手順で切り替えてください。
- 「無音」設定でも、誤操作などへのお知らせ音は無音にできません。



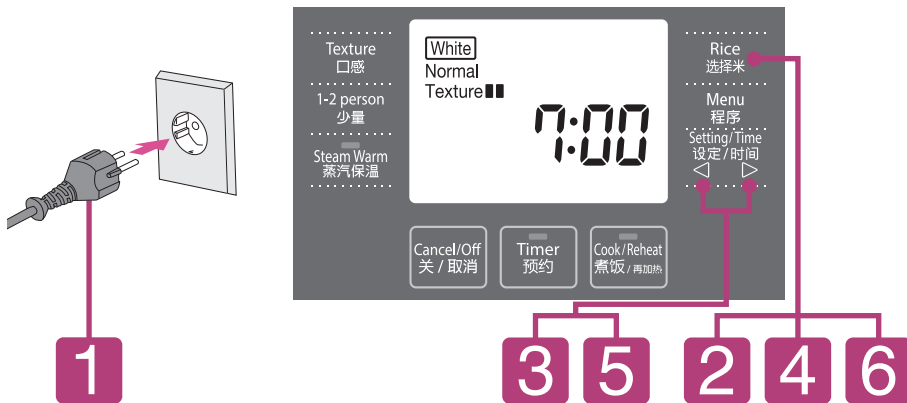
※お米・炊き方の表示は一例です。

<p><b>1</b> 電源プラグをコンセントに差し込む</p>		<p>●「Cancel/Off」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻れます。設定の途中だったものはリセットされます。</p>
<p><b>2</b> <b>Rice 选择米</b> を約5秒間長押しし、設定変更モードに切り替える。</p>		
<p><b>3</b> ◀ または ▶ を押し、画面に「P 1-」を表示させる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。</li> <li>● ◀ を押すと進み ▶ を押すと戻ることもできます。</li> </ul>		
<p><b>4</b> <b>Rice 选择米</b> を押す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Rice 选择米</b> を押すとメロディー音の設定の変更に入ります。</li> </ul>		
<p><b>5</b> ◀ または ▶ を押し、設定を切り替える</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。</li> <li>● ◀ を押すと進み ▶ を押すと戻ることもできます。</li> </ul>		<p>●切り替わるたび表示した番号のメロディー音が鳴ります。</p>
<p><b>6</b> <b>Rice 选择米</b> を押し、設定を確定させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Rice 选择米</b> を押すと、設定が確定し、最初の画面に戻ります。</li> </ul>		<p>●操作をしないと、約3分後に自動的に設定を確定させます。</p>



# 炊飯直後のプレートのつゆを少なくするモードへの切り替えかた

- ごはんの表面の乾燥を防ぐため、炊飯直後のふた加熱板・プレートにはつゆが付きます。つゆが気になるときは、蒸らし時間を長くしてつゆを少なくするモードに切り替えることができます。一度切り替えると元に戻す操作をするまで記憶します。

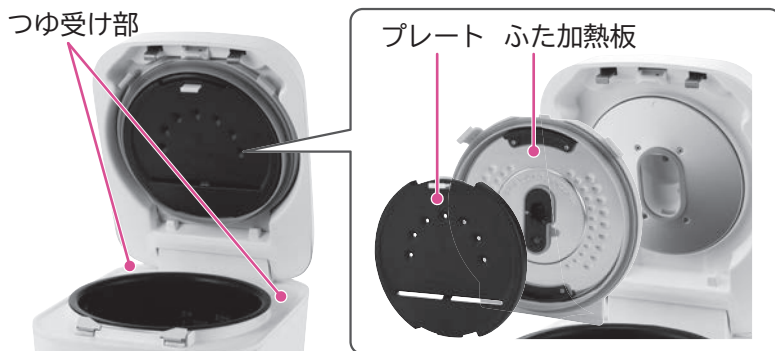


<p><b>1</b> 電源プラグをコンセントに差し込む</p>		<p>●「Cancel/Off」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻れます。設定の途中だったものはリセットされず。</p>
<p><b>2</b> <b>Rice 选择米</b> を約5秒間長押しし、設定変更モードに切り替える。</p>		
<p><b>3</b> ◀ または ▶ を押し、画面に「P3-」を表示させる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。</li> <li>● ◀ を押すと進み ▶ を押すと戻すこともできます。</li> </ul>		
<p><b>4</b> <b>Rice 选择米</b> を押す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Rice 选择米</b> を押すと「つゆを少なくするモード」の設定の変更に入ります。</li> </ul>		<p><b>つゆを少なくするモードに切り替えると</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●炊飯時間が約5分長くなります。</li> <li>●プレート内にたまる水が少なくなります。</li> <li>●圧力式で密閉度が高いため、つゆを少なくするモードに切り替えても多少つゆが付きます。</li> </ul>
<p><b>5</b> ◀ または ▶ を押し、設定を切り替える</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。</li> </ul>		<p>保温中につゆが気になるときは「Warm - High」を選んでください。 → P.28</p>
<p><b>6</b> <b>Rice 选择米</b> を押し、設定を確定させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Rice 选择米</b> を押すと、設定が確定し、最初の画面に戻ります。</li> </ul>		<p>●操作をしないと、約3分後に自動的に設定を確定させます。</p>

# 給水レスオートスチーマーについて

給水レスオートスチーマーは、炊飯中の蒸気を蒸留水として回収し、炊飯時・保温時・再加熱時にスチームを出し、ごはんの甘みを引き出し、加湿する機能です。(水を入れる必要はありません)

- 炊飯(蒸らし)終了後・保温中はスチームで加湿しているため、給水レスオートスチーマーの表面にもつゆがつきますが、故障ではありません。また、ふたを開ける際にそのつゆがたれて、本体のつゆ受け部にたまります。たまったつゆは、炊飯・保温時のごはんの品質にはまったく影響はありませんが、気になる場合はふきん等でふき取ってください。
- 給水レスオートスチーマー内にたまる水の量は、メニューや炊飯量、水加減などで変わります。
- 給水レスオートスチーマー内の水1mLが蒸発すると約1700mLの蒸気になります。蒸らし中に弁を閉じ蒸気を閉じ込めていますので、内がまの中には十分な量の蒸気が充満しています。
- プレートを付けないと、スチームによる加湿効果が得られないため、硬めの炊き上がりになります。
- 炊飯するたびにふた加熱板とプレートを外して洗ってください。  
(おねばが乾燥・変色したものがたまる原因)(保温しない場合は水がたまりすぎてごはんにたれる原因)
- お手入れは、本体が冷めてからスポンジなどのやわらかいもので洗い、たわし、ナイロンたわしは使わないでください。



## ⚠️ 注意



- ふた加熱板は冷めてから外す
- プレートは冷めてから外す  
(熱湯がこぼれるおそれ)



接触禁止

- 使用中や使用直後は、内がま、ふた加熱板、プレートなどの高温部に触れない

# おいしく炊くコツ

次のページは「炊飯コースの使い分け」

## お米を計量する

付属品計量カップの  
1カップ(すりきり1杯)量  
約180mL(約1合)

- 付属品の計量カップで正しく計る

**お願い** 市販の計量カップや計量米びつは使わないでください。  
(お米の量が異なることがあります)

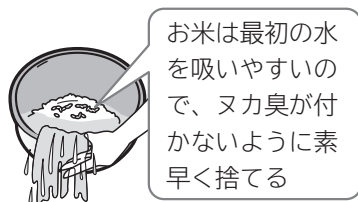


## お米を研ぐ

最初はたっぷりの水でかき混ぜ、水を素早く捨てる

「研ぐ→すすぐ」を水がきれいになるまで繰り返す

- お米はやさしく研ぐ
- 無洗米は、底からかき混ぜ、にごる場合はすすぐ  
にごりは、うまく炊けない原因になることがあります



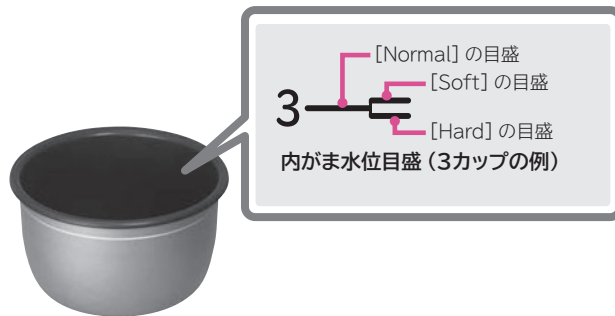
**お願い** 内がまで研ぐ場合は、金属製の泡立て器などを使わないでください。(フッ素被膜が傷つき、はがれることがあります)

## 水加減をする

(水位目盛について → P.7)

- お米を平らにならし、水平なところに置き、お米の種類、炊き方に合った水位線を使う

- ・ 水位線は目安です。お好みにより水加減を調整してください。
- ・ 「Hard」の水位線は「すし」や「カレー」用など、ごはんを硬めに炊きたいときに使います。
- ・ 「Soft」の水位線は、ごはんをやわらかめに炊きたいときに使います。
- ・ 「Soft」の水位線以上に水を入れないでください。ふきこぼれる場合があります。



- お願い**
- お湯は使わないでください。(ベタつきの原因)
  - アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんがベタついたり、黄変する場合があります。また、硬度の高い水(ミネラルウォーターなど)で炊飯すると、ごはんがぱさついたり、硬くなる場合があります。お好みにより水加減してください。
  - 新米を炊くときは、「Hard」の水位線を目安に水加減を少なめにしてください。水分の多い新米を、ベタつきを抑えて炊くためです。
  - 雑穀を炊くときの水加減は、市販の雑穀米の説明書(袋などに記載)も参考にしてください。

## 炊き上がり時



底から掘り起こすように上下を返す



ごはんを潰さないように切るようにほぐす

- すぐにごはんをよくほぐす  
余分な蒸気を逃がすことで、お米のベタつきや固まりを防ぎます。

# 炊飯コースの使い分け

こんなときに	お米の選択	コース	硬さ	水位線	炊飯できる量 (カップ数)	少量炊飯	炊飯時間の 目安(分)	
<b>お好みの仕上がりを選ぶ</b> <b>Texture ■</b> ・硬めで、あっさりとした食感にしたいとき ・新米や吸水が早くベタつきやすいお米は、「Texture ■」を選んで「Hard」の水位線で水加減して炊いてください。水分の多いお米を、ベタつきを抑えて炊き上げます。 ・すしめし・カレー・炒飯など硬めのごはん <hr/> <b>Texture ■■</b> 粒感と甘みを引き出したいとき <hr/> <b>Texture ■■■</b> ・やわらかめでよりねばりがあり、甘みを引き出したいとき ・お弁当やおにぎり、冷凍保存用のごはん	White	Normal	Texture ■	White Rice	0.5~5.5	設定 できます	28~45	
			Texture ■■	White Rice	0.5~5.5	設定 できます	45~65	
			Texture ■■■	White Rice	0.5~5.5	設定 できます	76~100	
		<b>短時間で炊飯したいときに</b> ・時間を優先した炊き方なので、ごはんの表面が水っぽくなったり、硬めに炊き上がります。	White	Rapid	White Rice	1~5.5	設定 できます	21~35
				Mix	White Rice	1~4	設定 できません	45~60
		<b>炊込み(具を入れた)ごはん</b> ・市販の炊込みごはんの素を使用するときは、具をお米の上にのせるようにし、かき混ぜないでください。	White	Porridge	White Porridge	0.5~1.5	設定 できません	65~85
<b>おかゆ(全がゆ)に</b> ・五分がゆは、お米の量を「Porridge」の約半分にしてください。	Eco	White Rice		1~5.5	設定 できません	40~60		
<b>消費電力を抑えて炊飯したいときに</b> ・少し硬めに炊き上がります。 ・炊飯する量が多いと炊きムラが多くなる場合があります。								

●少量炊飯は「1-2person」ボタンで設定します。

こんなときに	お米の選択	コース	硬さ	水位線	炊飯できる量 (カップ数)	少量炊飯	炊飯時間の 目安(分)		
<p><b>雑穀を白米に入れて炊飯するとき</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>雑穀は白米の3割以下の量を混ぜてください。</li> <li>市販されている袋に水加減などの記載がある場合、それに従ってください。</li> <li>雑穀を炊飯するときは、お好みで硬さを選んでください。</li> </ul> <p>[Texture ■] 硬めの食感にしたいとき</p> <p>[Texture ■■] 標準的な硬さです。</p> <p>[Texture ■■■] やわらかめの食感にしたいとき</p>	Mixed Grain	Normal	Texture ■	Mixed Grain	1~5.5	設定 できます	35~50		
			Texture ■■	Mixed Grain	1~5.5	設定 できます	55~75		
			Texture ■■■	Mixed Grain	1~5.5	設定 できます	76~96		
				Mix	設定 できません	Mixed Grain	1~4	設定 できません	60~80
		<p><b>玄米だけで炊飯するとき</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>玄米を炊飯するときは、お好みで硬さを選んでください。</li> </ul> <p>[Texture ■] 硬めの食感にしたいとき</p> <p>[Texture ■■] 標準的な硬さです。</p> <p>[Texture ■■■] やわらかめの食感にしたいとき</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>市販の炊込みごはんの素を使用するときは、具をお米の上ののせるようにし、かき混ぜないでください。</li> <li>保温はしないでください。(におい・変色の原因になります)</li> </ul>	Brown	Normal	Texture ■	Brown Rice	1~4	設定 できます	45~62
					Texture ■■	Brown Rice	1~4	設定 できます	63~83
					Texture ■■■	Brown Rice	1~4	設定 できます	92~112
	Mix			設定 できません	Brown Rice	1~4	設定 できません	72~92	
<p><b>もち米でおこわなどを作るとき</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>米と具をかき混ぜたり、具の量が多いと、うまく炊けない場合があります。</li> <li>おこわは、もち米1カップに対し、白米(うるち米)を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯します。(もち米だけでは吸水が早くうまく炊飯できないことがあります)</li> <li>お赤飯は(→P.47)の割合を目安に混ぜてください。</li> </ul>	Sticky	Mix	設定 できません	Sticky Rice	1~4	設定 できません	40~60		

- 炊飯時間の目安は、電圧220V・室温20℃・水温18℃での目安です。
- 炊飯時間は、電圧・室温・水加減・お米の種類などにより変わります。
- 蒸気の出る量は、炊き方によって異なります。

# 本体の準備をする

1

## 内がまを本体にセットする

内がまの外側や底部の、水気や異物をふき取ってから、本体にセットする

外側の水気や異物をふき取る

**お願い** 水気や異物が付いたままセットすると故障やうまく炊けない原因



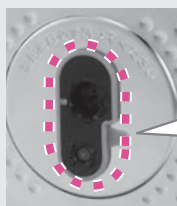
2

## ふたを確認する

調圧弁、安全弁、負圧弁、蒸気口に詰まりや汚れがないことを確認する → P.31

給水レスオートスチーマーを取り付ける → P.32

●給水レスオートスチーマーのプレートを取り付けないと、スチームによる加湿効果が得られないため、硬めの炊き上がりになります。



異物は取り除く



**警告** 炊飯の前にふた加熱板とプレートを外して調圧弁と安全弁にごはんなどの異物が付いていないことを確認する  
また、プレート、蒸気キャップを忘れずに取り付ける  
(湯がふきだしたり、突然ふたが開いてやけどのおそれ)

3

## ふたを閉める

ふたは、「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉める

●炊飯前にお米を水に浸すことと、炊飯後の蒸らしは、必要ありません。  
[浸し]と[蒸らし]の工程は、炊飯工程に含まれています。

蒸気口



**お願い**

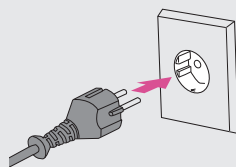
- 圧力式は密閉度が高く、空気が抜けにくいので、ふたを勢いよく閉めると閉まりません。ふたはゆっくりと閉めてください。
- ふたは、給水レスオートスチーマーを取り付けないと閉まりません。



●ふたはフックボタンの両脇を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める (突然ふたが開いてやけどのおそれ)

4

## 電源プラグをコンセントに差し込む



設定されているお米・炊き方と、現在時刻を表示する

White Normal Texture ■■

7:00

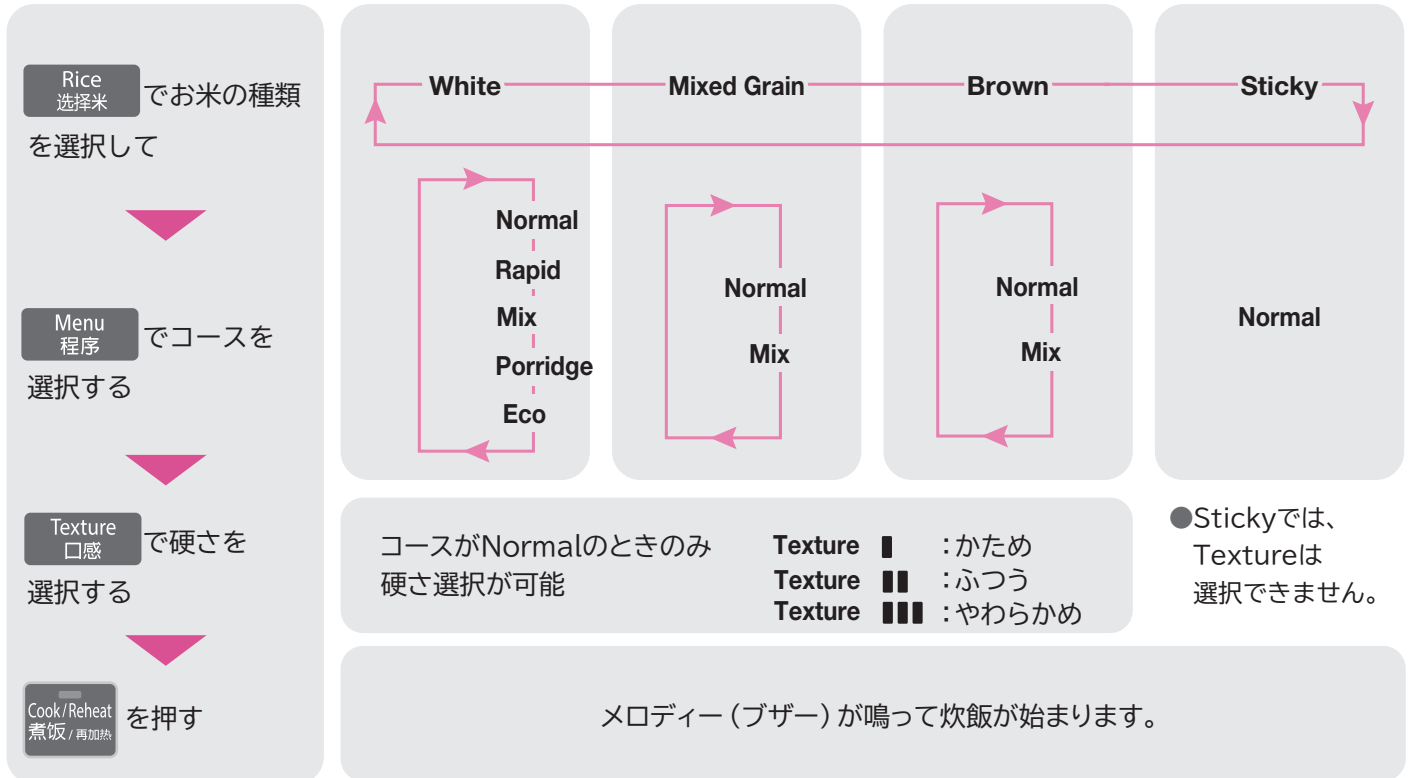
**お知らせ**

電源プラグをコンセントに差し込んだとき、カチッと音がしたり火花が出る場合がありますがインバーター回路に充電するため故障ではありません。

## 準備を終えたら、炊飯します

### 操作手順および Rice 选择米 と Menu 程序 の選択方法

● Rice 选择米 と Menu 程序 は、押すごとに下図の順に切り替わります。



- ◀ を押すと戻り、▶ を押すと進むこともできます。
- 前回炊飯した「お米」・「コース」は記憶されています。

#### すぐ炊飯する場合

炊飯をする → P.24、25

#### 炊き上がり時刻を設定する場合

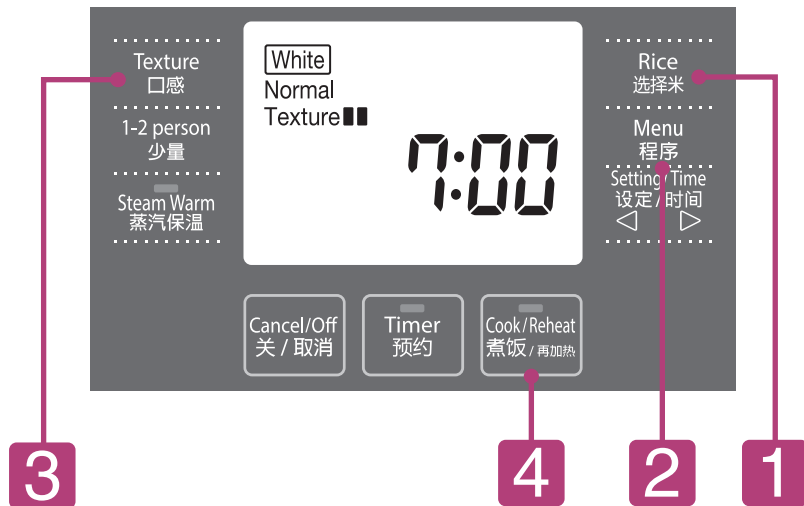
予約炊飯をする → P.26

#### お米を長く浸して炊飯する場合

浸し炊飯をする → P.27

「炊飯コースの使い分け」は → P.20、21

# 炊飯をする(白米・雑穀米・玄米・もち米(おこわ))



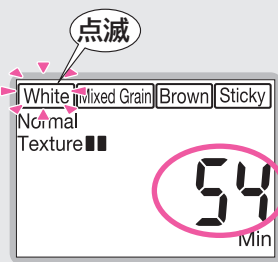
例：「White」の「Normal Texture ■■■」を選んだ場合 ※イラストの時間・時刻の表示は一例です。

1

## 「お米」を選ぶ

**Rice 选择米** を押し、炊飯する「お米」を点滅させる

- **Rice 选择米** を押すごとに点滅が移動します。
- **◀** を押すと戻り **▶** を押すと進むこともできます。



- 初めて炊飯するときは、「White」に設定されています。「White」以外を炊飯するときや、前回炊飯したときとは違う種類の「お米」を炊飯するときは1の操作を行ってください。

- 「White」の「Normal」「Rapid」「Eco」、「Mixed Grain」の「Normal」以外のコースを選んだときは現在時刻が表示されます。

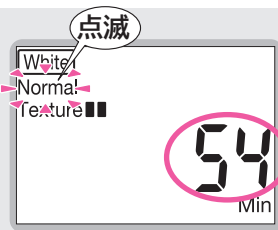
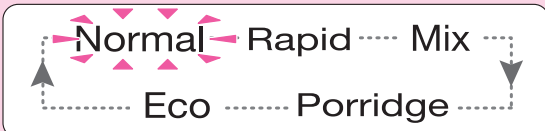
→ P.40

2

## 「コース」を選ぶ

**Menu 程序** を押し、希望の「コース」を点滅させる

- **Menu 程序** を押すごとに点滅が移動します。
- **◀** を押すと戻り **▶** を押すと進むこともできます。



炊飯時間の目安表示  
3カップを炊飯したときの目安時間です。

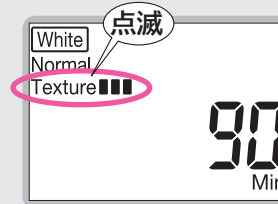
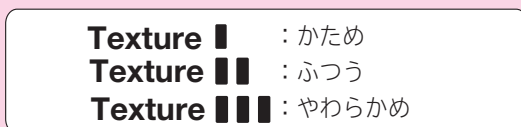
- お米の種類によって選べるコースが異なります。
- 前回炊飯した「お米」「コース」は記憶されます。

3

## 「硬さ」を選ぶ

**Texture 口感** を押し、希望の硬さを点灯させる

- コースがNormalのときのみ硬さが選べます。
- **Texture 口感** を押すごとに ■ の点滅が変わります。
- **◀** を押すと戻り **▶** を押すと進むこともできます。



## 少量のごはんを炊くとき

- 0.5～2合を炊くとき

**1-2 person 少量** ボタンを押す

「1-2person」が選べる cooking programはP.20、P.21を参照ください。



- 少量のごはんの煮くずれや焦げを抑えてふっくら炊き上げます。
- 一度選ぶと記憶し、もう一度押すと解除します。



## 警告



禁止

圧力炊飯中 ( **Pressure** の表示時) はふたを開けない  
圧力がかかっているため無理に開けるのは危険です。



指示

炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは、「Cancel/Off」ボタンを押して炊飯を中止し、約30秒後に点滅している **Pressure** の表示が消えてから、ふたを開ける  
・圧力が抜けて蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。  
・炊飯を続ける場合は、お米・コースの選択を確認し、「Cook/Reheat」ボタンを押してください。  
炊飯を中止した状態によってはうまく炊き上がらないことがあります。

## 注意



指示

コースを確認する  
水量の多い「Porridge」を他のコースで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

4

Cook/Reheat  
煮飯/再加熱

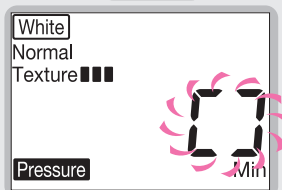
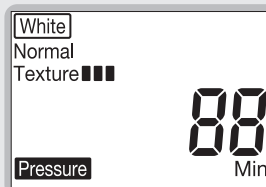
を押す

## メロディー(ブザー)が鳴って炊飯開始

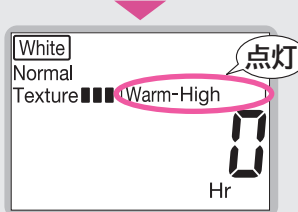
- Cook/Reheatランプが点灯します。
- 炊飯中は **Pressure** を表示します。
- 炊飯には浸し、蒸らし工程も含まれています。

## メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了自動的に保温になります

- Steam Warmランプが点灯します。
- 「Warm-High」または「Warm-Low」を表示します。
- 工場出荷時は「Warm-High」に設定されています。
- 保温の経過時間を表示します。
- 保温になると **Pressure** が消灯します。

点灯  
Cook/Reheat  
煮飯/再加熱選んだ炊飯内容以外は消灯  
約3秒後

炊き上がるまでの時間を表示



- 炊飯・保温時に音が発生することがあります。 → P.42
- 炊き上がるまでの時間は前回までの炊飯時間や水の温度などを参考に、炊飯器が計算する目安の時間です。
- 本体が温かいと炊き上がるまでの時間が表示されない場合があります。
- 炊き上がるまでの時間の表示が炊飯の途中で一度に進んだり、止まる場合があります。これはおいしく炊くための調整です。
- お米「Brown」「Sticky」やコース「Mix」「Porridge」は、お米の量や具の量によって炊き上がるまでの時間が大幅に変わるため、現在時刻が表示されます。炊き上がるまでの時間は、炊き上がる数分前から表示されます。

5

## 炊き上がったらすぐにごはんをよくほぐす

- 余分な蒸気を吸ってベタついたり、固まることを防ぎます。
- 保温のしかた → P.28、29
- 炊き上がったごはんの中央が盛り上がり、内がまに触れている部分がやわらかくなることがあります。これはIH加熱により内がま自体が発熱し、お米をつみ込んで炊き上げるためです。
- 炊飯直後に続けて炊飯する場合は、本体が冷めてからにしてください。

底部から掘り  
起こし上部の  
ごはんを入れ  
替えるしゃもじで切る  
ようにしてほぐし、  
ごはんの間に  
隙間をつくる

- 圧力式で蒸気が抜けにくいいため、炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれることがあります。異常ではありません。つゆが気になる場合 → P.17

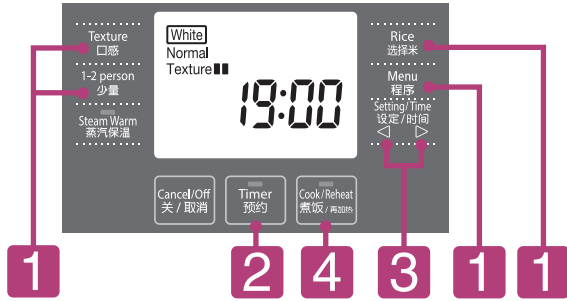
## ふたが開かないとき

- ① ふたを下に押し下げながら
- ② フックボタンを押す



# 予約炊飯をする (食べたい時刻に炊き上げる)

- 予約時刻は「Timer1」と「Timer2」の2通り設定できます。  
工場出荷時は「Timer1」に6:00、「Timer2」に18:00が設定されています。
- 予約時刻は炊き上がりの時刻です。
- 近接した時刻の場合は、すぐに炊飯が始まります。(予約ランプは点灯しません)



**お願い**

- 「Mix」は予約炊飯をしないでください。  
(具の変質や調味料が沈殿してうまく炊けません)
- 予約は12時間以内を目安にしてください。
- 予約炊飯時はお米の成分の沈殿により焦げやすくなります。よくすすいでください。 → P.37

●表示は「White」の「Normal Texture ■■」を選んでいた場合の一例です。

現在時刻を確認し、ずれているときは直す → P. 14

例)「Timer1」に「7:30」の予約炊飯を設定するとき

- 1 「お米」「コース」「硬さ」「少量の設定」を選ぶ**

●炊飯をする → P.24 の手順で設定します。
- 2 「予約」を選ぶ**

Timer 予約 を押し、「Timer1」を点灯させる

  - Cook/Reheatランプが点滅します。
  - Timer 予約 を押しごとに点灯が変わります。

●工場出荷時設定時刻か前回設定時刻を表示します。
- 3 ◀ または ▶ を押し、炊き上がり時刻「7:30」を設定する**

  - ◀ または ▶ を押しごとに時刻が変わります。
  - ・◀ は10分単位で戻り、▶ は10分単位で進みます
  - ・押し続けると早送りします
- 4 Cook/Reheat を押す**

ブザーが「ピーピー」と鳴って予約完了

  - Cook/Reheatランプが消灯し、Timerランプが点灯します。

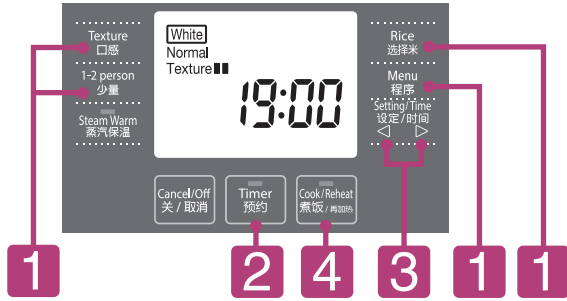
メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了自動的に保温になります

  - Steam Warmランプが点灯します。
  - 「Timer2」のブザー音は「ピーピピピピ」です。
  - 設定時刻は記憶されます。
  - 予約炊飯の取り消しは「Cancel/Off」ボタンを押します。
- 5 炊き上がったらすぐにごはんをよくほぐす**

  - 余分な蒸気を吸ってベタついたり、固まることを防ぎます。
  - 保温のしかた → P.28, 29

# 浸し炊飯をする (お米を長めに浸したいときに)

- お客様のお好みで浸し時間を長めにとりたいときにお選びいただけます。
- 浸し時間は工場出荷時は30分が設定されています。
- 浸し時間に応じて浸し中の温度を制御し、お米に水を十分吸わせてから炊き始めます。
- 予約炊飯との組み合わせはできません。



**お願い**  
「Mix」は浸し炊飯をしないでください。  
(具の変質や調味料が沈殿してうまく炊けません)

例) 「60分」の浸し炊飯にするとき ※表示は「White」の「Normal Texture ■■」を選んでいた場合の一例です。

**1** 「お米」「コース」「硬さ」「少量の設定」を選ぶ

●炊飯をする → P.24 の手順で設定します。

---

**2** **Timer 予約** を押し、  
浸し時間 (例: 30分) を点滅させる

● Cook/Reheatランプが点滅します。  
● **Timer 予約** を押しごとに点灯が変わります。

●工場出荷時設定時間か前回設定時間を表示します。

---

**3** **◀ ▶** を押し、浸し時間「60」を選ぶ

● **◀** または **▶** を押しごとに時間が変わります。  
10分から60分まで10分単位で設定できます

●浸す時間は、夏場は30分までにしてください。

---

**4** **Cook/Reheat 煮飯/再加熱** を押し

ブザーが「ピーピーピピピ」と鳴って浸し炊飯開始

● Cook/Reheatランプが消灯し、Timerランプが点灯します。

メロディー (ブザー) が鳴ったら炊飯終了自動的に保温になります

● Steam Warmランプが点灯します。

●設定時間は記憶されます。  
●浸し炊飯の取り消しは「Cancel/Off」ボタンを押します。

炊飯開始まで残り浸し時間を分単位表示

---

**5** 炊き上がったらすぐにごはんをよくほぐす

●余分な蒸気を吸ってベタついたり、固まることを防ぎます。  
●保温のしかた → P.28、29

# 保温をする

- 保温には、「Warm-High」「Warm-Low」の方法があります。
- 炊飯が終了すると自動的に「Warm-High」または「Warm-Low」になり、Steam Warm ランプが点灯します。
- 炊き上がったごはんはすぐによくほぐしてください。
- 保温開始後 72 時間経過すると、「C7」を表示して保温を停止します。

## 保温方法の使い分け

- 工場出荷時は「Warm-High」に設定されています。

**「Warm-High」** 高めの温度で保温します。ふたの内側・内がまにつゆがつくのを抑えます。

- 保温時間は12時間以内にしてください。（12時間を過ぎても保温は継続します）


**「Warm-Low」** 低めの温度で保温します。ごはんの変色や乾燥を少なくし、電気代も抑えます。

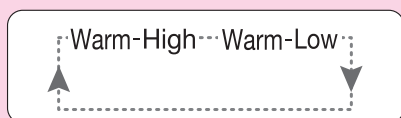
- 保温時間は40時間以内にしてください。（40時間を過ぎても保温は継続します）

## 「Warm-High」「Warm-Low」の切り替えかた

保温開始後1時間のみ「Warm-High」「Warm-Low」の切り替えができます。

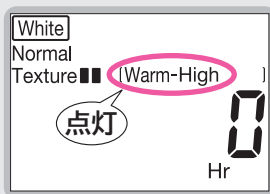
### 1 保温中に を押す

-  を押すごとに設定が切り替わり、表示窓の「Warm-High」「Warm-Low」の表示が変わります。

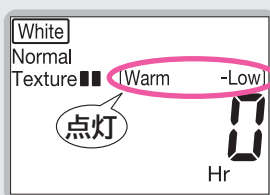


- 保温開始後1時間経過すると、ボタン操作を受けず、保温の切り替えができなくなります。（ごはんの変色や臭いを防ぐためです）

#### 「Warm-High」の表示



#### 「Warm-Low」の表示



- 一度設定した「Warm-High」「Warm-Low」は、炊飯器が記憶します。

## おいしく保温するポイント

- 保温中もときどきほぐす。
- ごはんの量が少なくなってきたら、なるべく内がまの中央に盛る。（乾燥やベタつきを防ぎます）
- 保温時間は短めにする。「Warm-High」は12時間まで、「Warm-Low」は40時間以上の保温をしない。（においや変色の原因になります）
- お米をよく研がないで炊いたごはんの保温、しゃもじを入れたままの保温はしない。（においや変色の原因になります）
- ごはんをラップに包んで冷凍庫に保存し、電子レンジで温め直してもおいしく食べられます。



## ⚠ 注意



禁止

次のような保温はしない。においや変色の原因になります。

- 保温表示時間以上の保温をしない

## 保温に適さないごはん

お米の種類やコースによっては保温すると変質、におい、ベタつく場合があります。



保温しない(変質・におい・ベタつきの原因になります)

白米(White)以外のお米や、「Mix」「Porridge」コースで炊飯したときは保温しないでください。冷えたごはんは保温しないでください。

**お知らせ** ●保温中はふたの内側・内がまにつゆがつきますが、ごはんの乾燥を防ぐため故障ではありません。

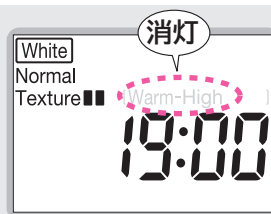
## 保温をやめるときは

1

保温中に **Cancel/Off** を押す

关/取消

- Steam Warmランプが消灯します。



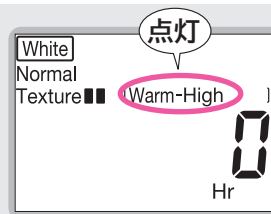
## 「切」状態から保温にする

1

**Steam Warm** を押す

蒸汽保温

- 前回設定した「Warm-High」もしくは「Warm-Low」になります。
- Steam Warmランプが点灯します。



- 保温の経過時間を1時間単位で表示します。「Warm-High」は12時間まで、「Warm-Low」は40時間まで表示し、その後は現在時刻が表示されます。

## 保温中のごはんを再加熱する

- 保温中のごはんの温度が低く感じるときに、お好みで再加熱してください。

**お願い**

- ごはんの量は「白米(White)」の水位目盛3以下を目安にしてください。
- ほぐして平らにしてから再加熱をしてください。(加熱むらの原因)
- 何度も繰り返して再加熱しないでください。(乾燥やおこげの原因になります)

1

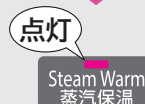
保温中に **Cook/Reheat** を押す

煮飯/再加熱

- Cook/Reheatランプが点灯します。
- 約10分間自動的に再加熱します。

メロディー(ブザー)が鳴ったら再加熱終了自動的に元の保温に戻ります

- Steam Warmランプが点灯します。



- 炊飯終了後のごはんが熱いときや、保温をやめた後などごはんが冷えているときは、ブザーが鳴り再加熱できません。
- 途中で止めるときは「Cancel/Off」ボタンを押してください。

# お手入れをする

## 警告



お手入れは、電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う（やけどの原因）

指示

お願い

- ベンジンやシンナー、漂白剤、みがき粉、アルカリ性洗剤は使わないでください。（表面を傷つける原因）
- 洗剤は食器用洗剤（中性）を使ってください。（表面を傷つける原因）
- スポンジなどのやわらかいもので洗い、たわし、ナイロンたわしは使わないでください。（表面を傷つける原因）
- 食器乾燥機や食器洗い乾燥機は使わないでください。給水レスオートスチーマー（プレート、ふた加熱板）は除く（変形・変色の原因）

## 本体・本体の内側（汚れのつど）

- 固くしぼったふきんでふいてください。
- 水洗いはしないでください。



吸気口・排気口

内がま

→ P.31



給水レスオートスチーマー  
【プレート、ふた加熱板】

→ P.31~33

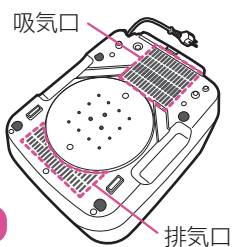
固くしぼったふきんでふいて  
ください。

つゆ受け部に溜まったつゆを  
ふきとる。

固くしぼったふきんでふいて  
ください。

## 吸気口・排気口（月に1度程度）

- 本体底面の吸気口・排気口のごみを掃除機で吸い取ってください。



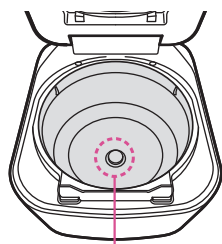
吸気口

排気口

本体底面

## 温度センサー（炊く前に確認）

- こびりつきができたなら、細かい耐水性紙ヤスリ（600番程度）に水をつけてこすり落とし、固く絞ったふきんでふき取ってください。
- 水洗いはしないでください。



温度センサー

## フック部（炊くたびに確認）

- 米粒などが詰まってふたが「カチッ」と確実に閉まらないときは、ようじなどでかき出してください。（ふたが確実に閉まらない原因となり、炊飯中に突然ふたが開いてやけどするおそれがあります）

お願い

- 本体フック部にはバネが内蔵されています。バネを変形させないようお手入れをしてください。

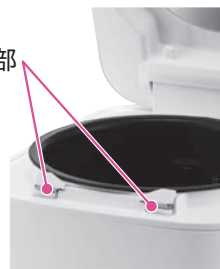
ふたフック部

米粒などが付いていないか確認する



本体フック部

米粒などが詰まっていないか確認する



## しゃもじ（使うたびに洗う） 計量カップ（汚れのつど洗う）

- 食器用洗剤（中性）を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

## 内がま（使うたびに洗う）

- 本体から外して、食器用洗剤（中性）を使いスポンジなどのやわらかいもので洗ってください。
- 内がまをぶついたり、落としたりして変形させるとおいしく炊けなくなることがあります。
- 使用中、色むらができることがあります。性能や、衛生上の支障はありません。



- 内側のフッ素被膜を傷めないために、次のことをお守りください。
  - ・内がまを洗いおけとして使わない（スプーンや食器類などを入れない）
  - ・金属たわし、ナイロンたわしなどは使わない
  - ・洗い後乾かす際、食器の上に伏せない、食器洗い乾燥機、食器乾燥機は使わない
  - ・調味料を使ったときは、炊飯後早めに洗う
- 内側のフッ素被膜は、ご使用により消耗しますので、大切にお使いください。
- フッ素被膜が部分的にはがれた場合、焦げ付きやすくなりますが、性能や衛生上の支障はありません。
- フッ素被膜は、人体への害はありません。
- 水分が残っていると錆（サビ）やすくなります。早めにふき取ってください。
- お手入れをする際に、内がまが接するシンクやテーブルなどの材質によっては、内がまの外側塗装が移ったり、接する側が傷ついたりする場合があります。気になる場合は、やわらかいふきんなどの上に置いて下さい。

**お願い** ●内がまを取り出すときは、両手でまっすぐ上に引き上げてください。片手で引き上げると本体に引っかかり、取り出しにくくなります。

## 給水レスオートスチーマー【ふた加熱板、蒸気センサー、圧力調整装置】

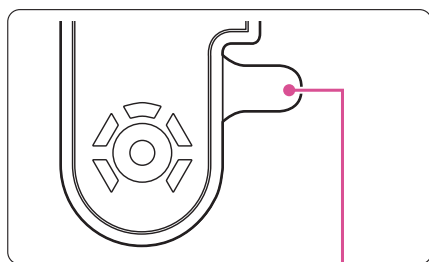
- 調圧弁・負圧弁・安全弁・ふたパッキンはふた加熱板から取り外せません。

### ふた加熱板（使うたびに洗う）・ふたパッキン（取り外さない）

- 食器洗い乾燥機を使って洗えます。ふた加熱板を食器洗い乾燥機のかごの端や食器などに強く当てないでください。破損・変形・錆の原因になります。
- 一緒に洗ってください。
- ふたパッキンはふた加熱板から外せないで、引っ張らないでください。変形すると、圧力がかからずうまく炊けない原因になります。
- ふたパッキンにごはんなどの異物がついているときは、取り除いてください。
- プレートを取付けるガイド部のパッキンは引っ張らないでください。出てきた場合は戻してください。

### 調圧弁（炊く前に確認） （取り外さない）

- 調圧弁の裏表を洗ってください。異物が詰まっているときは、ようじなどで取り除いてください。



### 蒸気センサー・圧力調整装置

- 押ししたり、引っ張ったり、無理な力を加えないでください。ゴム部が外れたり、破れたりして故障の原因になります。

### 負圧弁（使うたびに洗う） （取り外さない）

- 負圧弁はふた加熱板から外せないで、引っ張らないでください。変形すると、圧力がかからずうまく炊けない原因になります。

### 安全弁（炊く前に確認） （取り外さない）

- 安全弁（中央部）にごはんなど異物が詰まっているときは、ようじなどで取り除いてください。
- 安全弁はようじなどで中央部を2～3度押しして動くことを確認してください。



### 蒸気口（使うたびにふく）

- 押固くしぼったふきんで、奥の方まで水気や汚れをふき取ってください。

# お手入れをする つづき

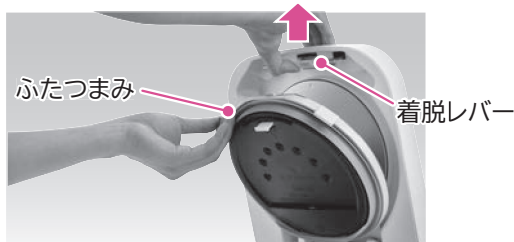
## 給水レスオートスチーマー【プレート、ふた加熱板】（使うたびに洗う）

●給水レスオートスチーマーは、ふた加熱板とプレートの組み合わせです。

**1** 給水レスオートスチーマーをふたから外す  
ふたつまみを持ちながら、着脱レバーを上方向に押し上げて外す。

**お願い**

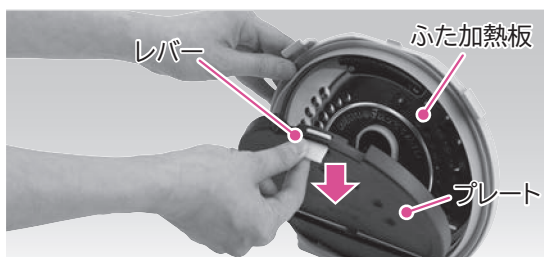
- 給水レスオートスチーマーは立てた状態で運んでください。傾けると、プレートから湯や水がこぼれます。
- 給水レスオートスチーマーを外した状態でふたを閉めると、蒸気口から本体側へ露が垂れる場合があります。拭き取ってください。



**2** 給水レスオートスチーマーを、ふた加熱板とプレートに分ける  
プレートのレバーを押し下げてプレートを外す。

**お願い**

- 湯や水がこぼれるためシンクの中で分けてください。



プレートに付いているパッキンは外れないので、引っ張らないでください。変形するとプレート内にたまる水が少なくなります。

**3** プレートの汚れや詰まりを洗い落とす

**4** ふた加熱板の汚れや詰まりを洗い落とす

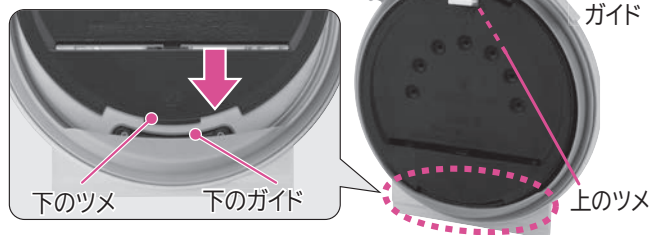
**5** 洗ったあとは、水分をよくふきとり十分に乾かす

**6** ふた加熱板にプレートを取り付け

プレートは、逆さに取り付けないでください。

①ふた加熱板の下のガイドに、プレートの下側のツメを差し込む。  
ふたパッキンを挟みこまないでください。

②上のガイドにプレートの上側のツメを合わせ、「カチッ」と音がするまで押し込む。



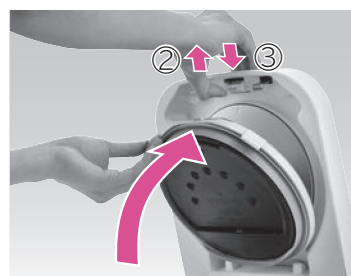
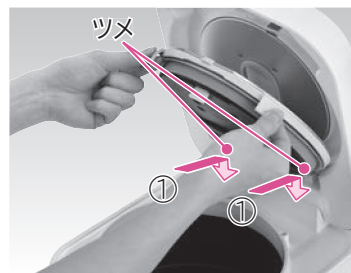
**7** 給水レスオートスチーマーをふたに取り付ける

①ふたパッキンを手前にして両側のツメをふたの溝に差し込む。

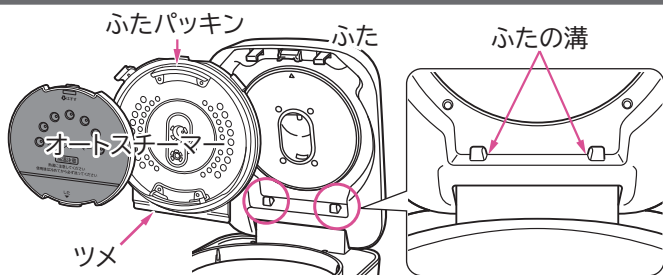
ツメは、片側のみを差し込んだ状態だと、ふたを閉めるときに、ツメが破損することがあります。

②着脱レバーを上方向に押し上げながら、ふた加熱板の上側を押し込み、

③着脱レバーを下げる。  
付け忘れて炊くことを防ぐため、給水レスオートスチーマーを取り付けないと、通常の方ではふたが閉まりません。  
(内がまがないときはふたが閉まります)



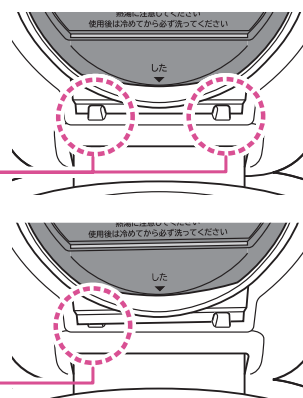
### 給水レスオートスチーマーを取り付けるときのご注意



両側のツメがふたの溝に差し込まれていないと、ふたを閉めるときにツメが破損したり、変形することがあります。

○  
両側のツメが溝に差し込まれている

×  
ツメが溝に差し込まれていない





## ふた加熱板の錆（サビ）防止について

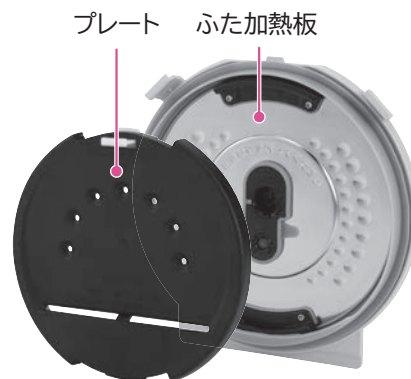
ふた加熱板はステンレス製ですが、水分中に含まれる鉄分や塩素成分により、錆（サビ）が発生する場合があります。ふた加熱板は、使用后きれいに洗い、水分をよくふき取り、ふた加熱板とプレートに分けて自然乾燥してください。

### 錆（サビ）が発生してしまったときは

- クリーム（液体）クレンザーをつけて、ラップをまるめたものでこすり取ってください。
- その後は、ふた加熱板をよく洗って、水分をよくふきとり十分に乾かします。
- 錆（サビ）によっては完全に落ちないものもありますので、こまめにお手入れしてください。

### 調味料を使った料理

- 炊込みごはんやおかゆなどの後は、すぐに洗ってください。汚れたまま放置すると、においが発生したり、場合によっては、腐敗や錆（サビ）の原因になります。




# においが気になるときは

●炊込みごはんや保温の後のにおいが気になるときは、湯をわかし、蒸気でおいを軽減することができます。

## 1 内がまに水を入れる

●水の量は、「White Rice」の水位目盛2まで。  
※水以外（洗剤など）は入れないでください。


## 2 Rice 選択米 を約5秒間長押し、設定変更モードに切り替える。



●「Cancel/Off」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻れます。設定の途中だったものはリセットされます。

## 3 ◀ または ▶ を押し、画面に「U1-」を表示させる

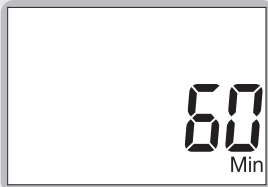
●◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。  
●◀ を押すと進み ▶ を押すと戻ることができます。



P1-	P2-	P3-	U1-
(メロディー音の設定)	(液晶表示の設定)	(つゆを少なくするモードの設定)	(においが気になるとき)
→ P.16	→ P.15	→ P.17	


## 4 Cook/Reheat 煮飯/再加熱 を押す。

●メロディーが鳴り、「60」が表示され加熱が始まります。  
●Cook/Reheatランプが点灯します。



## 5 メロディー（ブザー）が鳴ったら加熱終了

●Cook/Reheatランプが消灯します。



## 6 本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取る

### それでもにおいが気になるときは

- ①ふた加熱板・プレートの入る大きさの鍋・フライパンなどに食塩水（1%程度）を入れ、湯をわかす。
- ②湯がわいたら弱火にし、ふた加熱板・プレートを入れて15分程度加熱する。
- ③湯を捨て、ふた加熱板・プレートが冷めたら水洗いする。

●空だきするとプラスチック部が変形しますので、ご注意ください。

- 終了直後は、内がまやふた加熱板が熱くなっていますので、本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取ってください。
- においによっては、完全に落ちないものもあります。

### 内がまやセンサーの汚れ

→ P.22、31

- 内がまに洗米時の研ぎ汁や米粒などが付いていると、センサーに焼きつき正しく温度が測れなくなります。内がま外側や底部の水気や異物はふき取ってから本体にセットしてください。センサーに汚れや異物がある場合は取り除いてください。→ P.30

### ふた加熱板の汚れ

→ P.10、22、31

- ふた加熱板のふたパッキンに汚れ、異物（つぶれた米粒など）の付着があると、圧力がうまくかからず、おいしく炊けなくなります。
- 調圧弁・安全弁・負圧弁も詰まりや汚れがないことを確認してください。

# お困りのときは

修理を依頼される前に  
次の点をもう一度ご確認ください。

## ●おいしく炊けないときは(お試しいただきたいこと)



### 1 硬さの炊きわけを試す

- 炊き方 [Normal] を選んだときは、硬さの調整が出来ます。  
[Texture] ボタンで3段階の硬さからお好みの食感をお試しください。

Texture ■ : かため  
Texture ■■ : ふつう  
Texture ■■■ : やわらかめ

### 2 少量炊飯の設定を使う

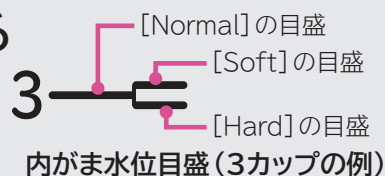
- 少量 (2カップ以下) を炊飯する場合は [1-2person] を選んでください。  
蒸らし中に冷めやすい少量もしっかり蒸らしてふっくら炊きあげます。

### 3 無洗米をお使いの場合

- 無洗米は、研がずに炊けるお米ですが、お米が擦れた粉が付着している場合があります。  
粉が水をはじき、お米と水がなじみにくくなったり、炊きムラや焦げの原因になりますので、底からかき混ぜてなじませてください。水がにごる場合は何度かすすいで、粉を流してください。

### 4 お米の種類やお好みで水加減を調整する

- 内がまの水位目盛は水加減の目安です。  
お米の種類やお好みで [Soft] [Hard] の線の範囲内で調整してください。



以上をお試しいただいてもおいしく炊けない場合は以下についてもご確認ください。  
炊き上がりが「軟らかい」「硬い」などに共通でご確認いただきたい内容です。

#### お米の量

→ P.19~21

- お米は付属の計量カップ (約180mL=約1合) ですりきりで計ってください。  
市販の調理用計量カップは約200mLのものがりますので使わないでください。
- 炊き方ごとの、炊飯できる量を超えないようにしてください。

#### 洗米

→ P.19

- すすぎ水がきれいになるまですすいでください。

#### 洗米や炊飯に使う水

→ P.19

- お湯は使わないでください。べたつきやにおいの原因になります。
- アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんがべたついたり、黄変する場合があります。

#### ごはんのほぐし

→ P.19

- 炊き上がったごはんは、すぐほぐしてください。  
ごはん粒の間に残った余分な蒸気を飛ばして、おいしく仕上げるためです。  
ほぐさないと固まったり、べたついたり、ムラの原因になります。



底部から掘り起こし  
上部のごはんと入れ  
替える



しゃもじで切るように  
してほぐし、ごはんの  
間に隙間をつくる

#### 電源

→ P.9

- コンセントを単独で使ってください。延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使うと、電圧が下がりがよく炊き上がりません。
- 炊飯中に [Cancel/Off] ボタンを押したり、停電したり、電源プラグを差し替えるなど、炊飯を中断させると、うまく炊き上がらない場合があります。

## こんなときは

## ここを確認

### 炊飯について

- 軟らかい
- ベタつく

#### 炊く前

- お湯やアルカリ度の高い水を使用していませんか。
- 洗米時に力を入れていませんか。(お米が割れてベタつきの原因)
- 洗米後にお米をざるに上げて乾燥させていませんか。(お米が割れてベタつきの原因)
- お米を長時間水に浸していませんか。予約炊飯で浸し時間が長くなる場合は、水加減を少なめに調整してください。(浸している間にお米が余分に水を吸いベタつきの原因)
- 無洗米の場合は、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすぎましたか。
- [Hard]の水位目盛をお試しいただきましたか。

#### コース

- [Texture ■ ]のコースをお試しいただきましたか。
- [1-2person]の設定のまま規定量以上の炊飯をしていませんか。
- 少量を炊飯する場合は、[1-2person]の設定をしてください。ベタつきを抑えます。

#### 炊いた後

- 炊き上がり後すぐに、ごはんをほぐしましたか。

- 硬い
- 芯がある
- 生煮え

#### 炊く前

- 硬度の高い水(海外のミネラルウォーターなど)を使用していませんか。
- 無洗米の場合は、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすぎましたか。
- [Soft]の水位目盛をお試しいただきましたか。
- ふた加熱板のパッキンや調圧弁、安全弁、負圧弁を点検しましたか。(圧力がかからず硬くなったり芯が残る原因)
- 給水レスオートスチーマーのプレートは取り付けましたか。(加湿効果が得られず硬めになる場合があります)
- 吸気口や排気口を塞ぐような敷物の上などで炊飯していませんか。本体内部の温度が上がって過熱保護動作が働き、炊飯動作が正しく出来なくなります。

#### コース

- [Texture ■■■ ]のコースをお試しいただきましたか。[Eco]や[Rapid]で炊くと硬めになります。
- 1-2person設定のまま規定量以上の炊飯をしていませんか。
- 少量を炊飯する場合は[1-2person]の設定をしてください。

#### 炊いた後

- 炊き上がり後すぐに、ごはんをほぐしましたか。

●ムラがある

炊く前

- 無洗米の場合は、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすぎましたか。  
(対流が悪くなり、ムラが出来る原因)
- ふた加熱板のパッキンや調圧弁、安全弁、負圧弁を点検しましたか。  
(圧力がかからず温度差によりムラができる原因)
- 給水レスオートスチーマーのプレートは取り付けましたか。  
(ふたからの加熱が強くなり、表面のごはんが硬くなる原因)
- 吸気口や排気口を塞ぐような敷物の上などで炊飯していませんか。  
本体内部の温度が上がって過熱保護動作が働き、炊飯動作が正しく出来なくなります。

コース

- [Texture ■ ~ ■■■] のコースをお試しいただきましたか。  
[Eco] や [Rapid] はムラが出来やすくなります。
- 1-2person設定のまま規定量以上の炊飯をしていませんか。

炊いた後

- お願い** 中量以上のごはんを炊くと、表面のごはんが硬くなったり、底のごはんがベタつくことがあります。ムラが気になる場合、炊き上がり後すぐに、ごはんをほぐしてください。それでも気になる場合は炊飯する量を減らしてください。

●焦げる

大火力で炊飯するため、お米の種類や水質などにより、釜底のお米がきつね色に色づくことがあります。また、炊込みごはんなどの調味料を入れて炊飯する場合は焦げやすくなる場合がありますが、異常ではありません。

炊く前

- すすぎ水がきれいになるまで洗米しましたか。
- 無洗米の場合は、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすぎましたか。  
(お米が擦れた粉が溶け出し、焦げが強くなる原因)

炊き方

- 少量を炊飯する場合は[1-2person]の設定をしてください。

●ふきこぼれる

炊く前

- お米の計量は付属の計量カップすりきりで正しく計りましたか。
- すすぎ水がきれいになるまで洗米しましたか。
- 無洗米の場合は、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすぎましたか。
- [Soft] の水位線以上に水を入れていませんか。
- ふた加熱板、プレートは異物や詰まりがないことを確認し、必ず取り付けてください。
- 蒸気口は異物や詰まりが無いことを確認してください。

炊き方

- 少量を炊飯する場合は[1-2person]の設定をしてください。

**注意** 水量の多い[Porridge]や[Brown]などを、他のコースで炊くと、多量にふきこぼれて危険です。コースの設定を確認してください。

●炊込みごはんが  
うまできない

調味料や具の入れかた

- 水加減は具を入れる前に、水と調味料を混ぜて水加減してください。
- 調味料が底にたまらないように混ぜてください。
- 水加減の後に具をお米の上ののせて炊飯し、炊きあがってから混ぜてください。  
(調味料や具が沈殿し、熱がうまく伝わらない原因)

調味料や具の量

- 具の量はお米の量の3~5割が適量です。油が多い具は少なめにしてください。
- たまり醤油は少なめにしてください。

炊飯メニュー・方法

- [Mix]を選んでください。
- すぐ炊飯し、予約炊飯や浸し炊飯はしないでください。  
(具の変質や調味料が沈殿してうまく炊けません)

## こんなときは

## ここを確認

### 炊飯について

- おこわがうまくできない

おこわは、もち米1カップに対し、白米(うるち米)を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯してください。(もち米だけでは吸水が早くてうまく炊飯できないことがあります) [→ P.21](#)

- 炊飯中に蒸気が出ない

● 蒸気を閉じ込めて圧力をかけますので、蒸気口から蒸気が出なくても異常ではありません。

- 蒸気カットなのに蒸気が出る

● 外部への排出蒸気を減らす蒸気カットは、炊飯メニューや水加減によっては圧力のかかりすぎを調整するため、蒸気が出ることがあります。

次のような場合は調圧弁が開放され、多量の蒸気が一気に出ます。  
● 炊飯中に停電があったり、Cancel/Off ボタンで炊飯を中止した場合。  
● 炊飯中に動かしたり、揺らした場合。  
炊飯中は蒸気口に手や顔を近づけないでください。  
壁や家具の近く、またキッチン収納棚を使うときは、中に蒸気がこもらないようにしてください。

- 炊飯時間が長い

浸しや蒸らしも自動で行う時間が含まれていますので異常ではありません。  
● Texture ■■■ は低温で長く浸すため、90分程度かかります。  
炊飯メニューによって炊飯時間が変わります。 [→ P.20、21](#)  
● 吸気口や排気口を塞ぐような敷物の上などで炊飯していませんか。  
本体内部の温度が上がり、過熱保護動作が働いて炊飯動作が正しく出来ず、炊飯時間が長くなる場合があります。

- 本体がにおう

● 使い始めにプラスチックやゴムのにおいを感じる場合があります。ご使用とともに少なくなります。また炊込みや保温の後においが残る場合があります。  
においが気になるときは [→ P.34](#)

- ごはんがにおう

● すすぎ水がきれいになるまで洗米しましたか。(糠のにおいの原因)  
● 夏場の予約炊飯は長い時間の設定をしないでください。  
気温が高く、すすぎかたが悪いほど早く変質します。(においの原因)  
● 炊きあがったごはんはほぐしてください。(余分な蒸気でにおいの原因)  
● ふた加熱板・プレートは汚れていませんか。

- 多量につゆがつく

● 圧力式で蒸気が抜けにくいので、炊飯直後にふたを開けると、つゆがたれることがあります。  
● つゆを少なくするモードに切り替えることができます。 [→ P.17](#)  
給水レスオートスチーマーの加湿効果が少なくなります。  
多量を炊飯した場合に表面のごはんが硬めになることがあります。

### に予約炊飯

- すぐに炊き始める
- 予約時刻に炊き上がらない

予約時刻は炊き上がり時刻の予約です。現在時刻に近い予約は、すぐに炊き始めます。また炊飯時間が必要なため、予約時刻に炊き上がらないときがあります。時計の現在時刻を確認し、ずれているときは合わせてください(時計は24時間時計です)。浸し炊飯の浸し時間は、炊き上がり時間ではありません(お米を浸す時間です)。 [→ P.14、26、27](#)

## こんなときは

## ここを確認

- におう
- 黄変する

長時間の保温や再加熱の繰り返しは、におい・黄変が発生します。異常ではありません。

### 保温ごはん

→ P.28、29

- しゃもじを入れたまま保温しないでください。また、冷えたごはんを保温しないでください。

### 洗米

→ P.19

- 白米は、すすぎ水がきれいになるまですすいでください。
- 無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

### ごはんのほぐし

→ P.19

- 炊き上がったごはんはすぐにほぐしてください。また、保温中もときどきほぐしてください。(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

### 部品の汚れ

→ P.32、33

- 蒸気口、プレート、ふた加熱板の汚れを取り除いてください。

- 乾燥する

長時間の保温や再加熱の繰り返しは、ごはんを乾燥させます。異常ではありません。

### 保温ごはんの量

→ P.28

- 少量のごはんを保温するときは、中央に盛ってください。

### 部品の汚れ

→ P.30、31

- 内がまの底やふち、温度センサー、ふたのパッキンの汚れを取り除いてください。

### 部品の取り付け

→ P.32、33

- プレート、ふた加熱板は忘れずに取り付けて保温してください。

- つゆがつく
- ベタつく

ふたの内側や内がまにつゆがつくのは乾燥を防ぐためです。また保温は温度を自動的に切り替えるため、温度が下がるときにつゆがつくことがあります。異常ではありません。

### ごはんのほぐし

→ P.19

- 炊き上がったごはんはすぐにほぐしてください。また、保温中もときどきほぐしてください。(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

### 保温コース

→ P.28

- 「Warm-High」で保温してください。

### 保温ごはんの量

→ P.28

- 少量のごはんを保温するときは、中央に盛ってください。

- ごはんの温度が低い

### 再加熱をする

→ P.29

- 保温中のごはんの温度が低いと感じるときは、「再加熱」をお試しください。

### 保温コース

→ P.28

- ごはんの温度が低いと感じるときは、保温のコースを「Warm-High」に切り替えてください。

# お困りのときは つづき

修理を依頼される前に  
次の点をもう一度ご確認ください。

## こんなときは

## ここを確認

保温  
について

- 再加熱ができない

炊飯終了後のごはんが熱いときや、保温をやめた後などごはんが冷えているときは、ブザーが鳴り再加熱できません。 → P.29

液晶表示  
について

炊飯  
時間

- いきき変わる

おいしく炊き上げるために、炊飯内容を自動的に調節します。そのため炊飯途中で炊飯時間表示がいきき変わることがあります。異常ではありません。

- 表示されない

「White」の「Normal」「Rapid」「Eco」、 「Mixed Grain」の「Normal」以外のコースを選んだときは現在時刻が表示されます。また、本体が熱いときも、現在時刻を表示します。

- 圧力表示  
(Pressure) が  
点滅している

### 炊飯の中断

- 圧力炊飯中に「Cancel/Off」ボタンを押したり、電源プラグを抜くと、約 30 秒間点滅します。点滅中はふたを開けないでください。ふたをやむを得ず開ける場合は → P.25

- 「- : - -」表示  
または「H0」表示  
が出る

「- : - -」表示のときは、現在時刻を合わせ直してください。  
「H0」表示のときは「Cancel/Off」ボタンを押すと「- : - -」になります。  
現在時刻を合わせ直してください。 → P.14

- 電源プラグを  
抜くと表示が  
消える

電源プラグを抜くと表示が消え、差し込むと点灯する設定となっています。異常ではありません。 → P.15  
電源プラグを抜いた時も液晶が点灯する設定のときに表示が消えてしまう場合や電源プラグを差し込むと「- : - -」または「H0」表示になる場合は、本体に内蔵しているリチウム電池の寿命です。炊飯・保温はできますが、現在時刻を合わせないと予約はできません。お求めになった販売店にリチウム電池の交換(有償)をご依頼ください。(リチウム電池は専用品なのでお客様には交換できません)

- 電源プラグを  
抜くと表示が  
うすくなる

内蔵電池で液晶を点灯させる設定のときは、電源プラグをコンセントから抜くと表示がうすくなり、再び濃くなる場合があります。内蔵電池に切り替わるため異常ではありません。

- 「C1」または  
「C2」を表示  
する

延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使ったり、電圧が下がったときなどに表示し、通電を停止します。延長コードは使わないで、コンセントは単独で使ってください。

- 「C3」～「C4」  
を表示する

ふたが確実に閉まっていないとき表示します。ふたは確実に閉めてください。

- 「H1」～「H12」  
を表示する

「Cancel/Off」ボタンを押しても時計表示に戻らないとき、度々同じ表示になるときは、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。



液晶表示について

●「C7」を表示する

保温開始後72時間経過したときに表示し、保温を停止します。

●表示窓の表示が全て点灯した後、炊飯の表示になる

店頭用のモードに設定されています。「Cancel/Off」ボタンを5秒間押し続けると、表示窓の表示が通常の表示に戻り、炊飯ができます。

内がまのフッ素被膜について

●色むらがある

ご使用とともにフッ素被膜に色むらが出る場合があります。異常ではありません。また性能や衛生上の問題はありません。 → P.31

●傷がある

フッ素被膜を傷めないために次のことをご守りください。  
 「金属製のおたまや泡立て器などを使わない」「スプーンや茶わんなどを入れて洗わない」「酢は使わない」「みがき粉やたわしで洗わない」「付属のしゃもじを使う」 → P.31  
 ●フッ素被膜が部分的にはがれた場合、焦げ付きやすくなりますが、性能や衛生上の支障はありません。

停電について

●使用中に停電した

炊飯中	保温中	予約(浸し)中
再通电後、炊飯を続けます。30分以上停電した場合は炊飯をやめます。	再通电後、保温を続けます。ごはんの温度によっては、保温をやめます。	再通电後、予約(浸し)を続けます。

●閉まりにくい

圧力式で密閉度を上げるため、ふたを閉めるとき(炊き上がったごはんをほぐした後など)に重く感じる場合があります。少し強めに押しながらくっくりと閉めてください。

●閉まらない

給水レスオートスチーマーの取り付け → P.32  
 ●給水レスオートスチーマーを取り付けていないと、通常の間ではふたは閉まりません。極端に強い力で閉めると、ふたが閉まる場合があります。(取り付け忘れ防止) その場合、ふたが開きにくくなる場合がありますが、ふたを下に押しながらくックボタンを押すと、ふたを開くことができます。

●給水レスオートスチーマーが外れる

内がまを本体にセットしていない状態でふたを強く閉めると給水レスオートスチーマーが外れる場合があります。ゆっくりと閉めてください。

●開きかたが遅い

密閉度が高いため、フックボタンを押してからふたが開くまで少し時間がかかる場合があります。

●開かない

●ふた加熱板を取り付けていない状態でふたを閉めた場合、通常の間では開けられない場合があります。その場合、ふたを下に体重をかけて十分強く押しながらくックボタンを押すと、ふたを開くことができます。

●プレートが白くなる

水道水に含まれる成分が結晶し、プレートが白くなる場合がありますが、異常ではありません。

蒸気口について

●よごれ・においが気になる

●ふきこぼしたり、よごれ、においが気になるときは、「においが気になるときは → P.34」を行い、冷めてから給水レスオートスチーマーと、蒸気口のお手入れ → P.31をしてください。

# お困りのときは つづき

修理を依頼される前に  
次の点をもう一度ご確認ください。

こんなときは		ここを確認
すき間とふたについて	●すき間が広い	<p>圧力がかかるとすき間は広がります。異常ではありません。</p> <p><b>ふた加熱板部品の汚れ</b> → P.31</p> <p>●調圧弁の穴が詰まっていたり、中のボールが異物で動かなくなっていると、圧力がかかってしまいます。ふた加熱板の調圧弁の穴とボールの汚れや詰まりを取り除いてください。</p>
	●すき間から蒸気が出る	<p><b>ふた加熱板の変形</b></p> <p>●ふた加熱板、またはパッキンが変形していれば、新しいふた加熱板に交換してください。変形していなければ点検を依頼してください。</p>
	●メロディー音がうるさい	<p>メロディー音は低音のメロディー音、ブザー音または無音に切り替えられます。</p> <p>→ P.16</p>
	●テレビやラジオに雑音が入る	<p>炊飯器との距離が近いと、テレビ画面のチラツキや雑音の原因になる場合があります。気になる場合は距離を離してください。（目安として3m）</p>
	●本体ががたつく	<p>設置面が完全に平らでない場合も配慮して、脚部は前方2箇所、後方中央1箇所の3点で支持しています。そのため補助的に後方左右の脚を床面からわずかに浮かせて設けていますので、がたつくことがあります。異常ではありません。</p>

- 以上のことをお調べいただき、その上でご不審な点がございましたら、お買い上げになった販売店などにご相談ください。
- ふた加熱板や内がまが変形したり、フッ素被膜がはがれた場合は、お買い上げになった販売店などで新しくお買い求めください。

## 音が気になる

炊飯・保温中など使用時に音がしますが、異常ではありません。

こんなとき		音の原因（故障ではありません）
電源プラグ差込時	カチッ	インバータ回路への充電音（火花も出る）
使用時 （炊飯中・保温中など）	シュー	蒸気（圧力）を抜く音
	カチッ ボン	圧力調整装置の動作音
	ブーン	冷却ファンの音
	カチッ ジー	内がまのIH加熱音
ふたを開けた時/ 内ふたを外したとき/ 外すとき	カラカラ	調圧の為のボールが動く音

# 料理集

いろいろ使える、メニュー広がる。

## もくじ

### 白米メニュー

パエリア	43
野菜ピラフ	44
すしめし	44
鶏がゆ	44

### 雑穀米・玄米メニュー

雑穀ごはん	45
黒米の中華風炊き込みごはん	45
きのこごはん	45
かやくごはん	46
えびピラフ	46
ひじき入り玄米ごはん	46

### おこわメニュー

お赤飯	47
山菜おこわ	47
栗五目おこわ	47

●この料理集で使用しているカップは  
お米 …… 1カップ 180mL(約1合)  
(付属の計量カップ)

●この料理集に記載されている時間の  
目安は、下ごしらえの時間を含みません。

●この料理集で使用している単位は  
1 kcal(キロカロリー)  
=4.2kJ(キロジュール)  
1 mL(ミリリットル)=1cc(シーシー)

●この料理集で使用しているスプーンは

	小さじ (5mL)	大さじ (15mL)
酢・酒	5g	15g
しょうゆ・みりん	6g	18g
塩	6g	18g
砂糖	3g	9g

# 白米メニュー



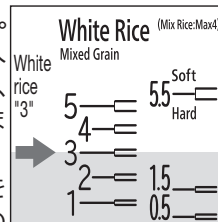
## パエリア

- 選ぶお米とコース:「White」「Mix」
- でき上がり目安時間:約55分
- 1人分:約600kcal

### ●材料(4人分)

お米(うるち米) …… カップ3  
**A** { サフラン …… ひとつまみ  
 水 …… 100mL  
 ムール貝 …… 4個  
 あさり(殻つき) …… 50g  
 えび(有頭のもの) …… 小4尾  
 いか …… 小1ぱい  
**B** { 玉ねぎ(みじん切り) …… 20g  
 にんにく(みじん切り) …… 1片  
**C** { パプリカ(赤・黄各1cmの角切り) …… 各20g  
 トマト(湯むきし、種を取って1cmのざく切り) …… 小1個  
 白ワイン …… 50mL  
 スープ(固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) …… 400mL(固形1 1/2個)  
 塩・こしょう …… 各少々  
 レモン …… 1/2個  
 オリーブ油 …… 大さじ2  
 ブラックオリーブ …… 4個

- えびは背わたを取ります。いかは内臓を抜いて皮をむき、1cmの輪切りにします。足は食べやすい長さに切ります。
- フライパンでオリーブ油(大さじ1)を熱し、④を炒め、③、④、⑤を加えてサッと炒め、軽く塩・こしょうをして白ワインをふります。貝の口が開いたら火を止め、具と汁に分けておきます。
- フライパンで残りのオリーブ油(大さじ1)を熱し、①のお米を透き通るまで炒めます。
- 内がまに⑥を入れ、②とスープ、⑤の汁を加えます。
- さらに水を「White Rice」の水水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- お米の上に⑤の具を広げながらのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「White」を、Menuボタンで「Mix」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- 炊き上がったたら具を取り出してかき混ぜ、器に盛り、具のをせ、レモンとブラックオリーブを飾ります。



### ●作りかた

- お米は研いでからざるにあげ、水気をきっておきます。
- ④のサフランは水に約10分浸して色と香りを出します。
- ムール貝とあさは塩水につけて砂出しをし、殻と殻をこすり合わせてよく洗います。



## 野菜ピラフ

- 選ぶお米とコース: 「White」「Mix」
- でき上がり目安時間: 約60分
- 1人分: 約500kcal

### ●材料 (4人分)

- お米 (うるち米) ……カップ3
- 小玉ねぎ (半分に切る) ……1個
  - じゃがいも (1cm角切り)・小1個 (約100g)
  - にんじん (7mm角切り) ……30g
  - グリーンアスパラガス (1cmの長さに切る) ……1本
  - カリフラワー (小房に分ける) ……30g
  - ホールコーン (缶詰・水気をきる) ……20g
  - グリーンピース (缶詰・水気をきる) ……20g
- サラダ油 ……大さじ2  
塩・こしょう ……各少々  
スープ (固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) ……550mL (固形1 1/2個)

### ●作りかた

- ①お米は研いでからざるにあげ、水気をきっておきます。
- ②フライパンでサラダ油 (大さじ1) を熱し、①をサッと炒め、軽く塩・こしょうをし、器にあけておきます。
- ③フライパンでサラダ油 (大さじ1) を熱し、①のお米が透き通るまで炒め、内がまに入れます。
- ④③にスープを加え、塩・こしょうをしてからよく混ぜます。
- ⑤②を④のお米の上にのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「White」を、Menuボタンで「Mix」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑥炊き上がったたらほぐして器に盛ります。

### ●炊き込みのポイント

- ★水と調味料を合わせて水加減し、よくかき混ぜてください。沈殿するとうまく炊けないことがあります。(汁気の多い具材を使うときは、汁気を絞り、その汁と調味料を合わせてください)
- ★具は米の上に広げてのせ、混ぜないでください。(市販の炊き込みの具で、かき混ぜる指示があっても混ぜないでください)



## すしめし

- 選ぶお米とコース: 「White」「Normal」「Texture」
- でき上がり目安時間: 約35分
- 1人分: 約420kcal

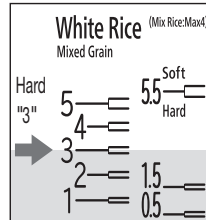
### ●材料 (4人分)

- お米 (うるち米) ……カップ3  
昆布 ……15cm
- 【合わせ酢】
- 酢 ……大さじ5
  - 砂糖 ……大さじ1
  - 塩 ……小さじ1弱

※甘めがお好きな方は、砂糖を大さじ2にするなどお好みで調節してください。

### ●作りかた

- ①昆布はふきんでふいて汚れを取り、切り込みを4~5カ所入れておきます。
- ②お米は研いでから、水を「White Rice」の「Hard」の水位目盛3まで加えます。
- ③お米の上に①の昆布をのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「White」を、MenuボタンまたはTextureボタンで「Texture」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ④炊き上がったたら、昆布を取り出し、飯台にごはんを移し、しゃもじで広げます。【合わせ酢】を全体にかけて、切るように混ぜます。混ぜて1分ほどしたら、うちわであおいで人肌程度に冷まし、ぬれふきんをかけておきます。



## 鶏がゆ

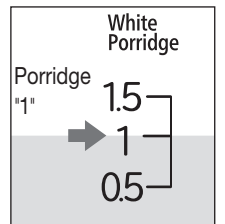
- 選ぶお米とコース: 「White」「Porridge」
- でき上がり目安時間: 約75分
- 1人分: 約160kcal

### ●材料 (4人分)

- お米 (うるち米) ……カップ1  
鶏むね肉 (皮なし) ……50g  
固形スープの素 ……1個
- ① { 長ねぎの葉 ……少々  
しょうがの皮 ……少々
- ② { 酒 ……大さじ1  
しょうゆ ……小さじ1
- 塩 ……小さじ1/2  
長ねぎ (白髪ねぎ) ……少々  
白ごま ……少々

### ●作りかた

- ①お手持ちのなべに鶏肉を入れ、水600mLと①を加えて火にかけ、鶏肉に火が通ったらゆで汁をこして別容器にとります。
- ②①の鶏肉は手で細かくさき、②をふりかけて下味をつけます。
- ③お米を研いでから、内がまに①のゆで汁と水を「Porridge」の水位目盛1まで加え、塩とスープの素を入れて軽く混ぜます。
- ④炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「White」を、Menuボタンで「Porridge」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤炊き上がったたら、②の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛り、白髪ねぎ、白ごまをふりかけます。



### ●おかゆのポイント

- ★保温はせずに、お早めにお召し上がりください。
- ★時間がたつとノリ状になります。

# 雑穀米・玄米メニュー



## 雑穀ごはん

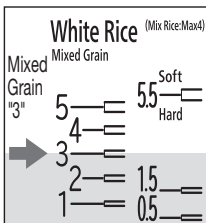
- 選ぶお米とコース: 「Mixed Grain」「Normal」「Texture ■■」
- でき上がり目安時間: 約70分
- 1人分: 約400kcal

### ●材料(4人分)

お米(うるち米) ……カップ2<sup>1</sup>/<sub>3</sub>  
雑穀 ……カップ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>

### ●作りかた

- ①お米と雑穀は別々に研いしてから合わせ、水を「Mixed Grain」の水位目盛3まで加えます。
- ②炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Mixed Grain」を、MenuボタンまたはTextureボタンで「Texture ■■」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ③炊き上がったたらほぐして器に盛ります。



## ●雑穀ごはんのポイント

- ★雑穀は白米に混ぜて炊飯します。混ぜる量は2~3割程度までにしてください。
- ★粒の小さな雑穀(アマランサスやキヌアなど)は、茶こしなどを使って洗うと便利です。
- ★市販の雑穀の説明書(袋などに記載)も参考にしてください。



## 黒米の中華風炊き込みごはん

- 選ぶお米とコース: 「Mixed Grain」「Mix」
- でき上がり目安時間: 約70分
- 1人分: 約580kcal

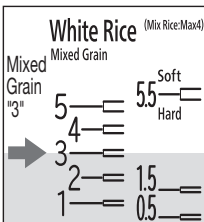
### ●材料(4人分)

お米(うるち米) ……カップ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
黒米 ……カップ1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>

**A** { 鶏がらスープの素(顆粒状のもの) ……小さじ1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>  
           しょうゆ・酒 ……各大さじ1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>  
           塩 ……小さじ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
**B** { にんじん(小さめの角切り) ……50g  
           ゆでたけのこ(小さめの角切り) ……50g  
           しょうが(みじん切り) ……1片  
**C** { 干しえび(100mLの水で戻す) ……20g  
           カシューナッツ(薄めの色に揚げて粗く刻む) ……80g  
 サラダ油 ……適量  
 香菜 ……適量  
 塩・こしょう ……少々

### ●作りかた

- ①フライパンでサラダ油を熱し**B**を軽く炒め、塩・こしょうをして冷ましておきます。
- ②お米と黒米は別々に研いしてから合わせしておきます。
- ③内がまに②と**A**と**C**の戻し汁を加えてから水を「Mixed Grain」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ④お米の上に①と**C**をのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Mixed Grain」を、Menuボタンで「Mix」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤炊き上がったたらほぐして器に盛り、香菜を飾ります。



## きのこごはん

- 選ぶお米とコース: 「Mixed Grain」「Mix」
- でき上がり目安時間: 約70分
- 1人分: 約470kcal

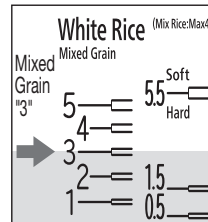
### ●材料(4人分)

お米(うるち米) ……カップ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
雑穀 ……カップ1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>

**A** { 生しいたけ(薄切り) ……4枚  
           マッシュルーム(4等分に切る) ……4個  
           しめじ、まいたけ(各小房に分ける) ……各80g  
 サラダ油 ……大さじ2  
 塩・こしょう ……各少々  
**B** { スープ(固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) ……200mL  
           塩 ……小さじ1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>  
           こしょう ……少々

### ●作りかた

- ①フライパンでサラダ油を熱し、**A**を軽く炒め、塩・こしょうをして冷ましておきます。
- ②お米と雑穀は別々に研いしてから合わせ、ざるにあげ、水気をきっておきます。
- ③内がまに②と**B**を加えてから水を「Mixed Grain」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ④お米の上に①をのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Mixed Grain」を、Menuボタンで「Mix」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤炊き上がったたらほぐして器に盛り、お好みで香菜を飾ります。





## かやくごはん

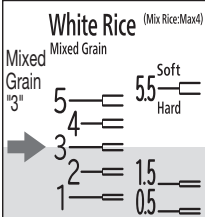
- 選ぶお米とコース:  
「Mixed Grain」「Mix」
- でき上がり目安時間:約70分
- 1人分:約480kcal

### ●材料(4人分)

- お米(うるち米)……………カップ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
 雑穀……………カップ1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>
- A { だし汁……………200mL  
 酒……………大さじ3  
 しょうゆ……………大さじ1<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
 塩……………小さじ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>
- B { 鶏もも肉(1cm角切り)……………70g  
 酒……………小さじ1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>
- C { ごぼう(ささがきにして酢水につける)……………40g  
 にんじん(せん切り)……………30g  
 干しいたけ(水で戻して薄切り)……………1枚
- 油揚げ……………1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>枚  
 こんにゃく……………1<sup>1</sup>/<sub>4</sub>枚

### ●作りかた

- ①お米と雑穀は別々に研いでから合わせ、ざるにあげ、5~10分おきます。
- ②Cの鶏肉は酒をふりかけておきます。油揚げは熱湯をかけて油抜きしてから縦半分に切り、細切りにします。
- ③こんにゃくは厚みを2等分してから縦半分に切り、薄切りにしてサッとゆでて、水気をきっておきます。
- ④内がまに①とAを加えてから、水を「Mixed Grain」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ⑤お米の上にCと②、③のをせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Mixed Grain」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑥炊き上がったたらほぐして器に盛り、お好みで木の芽を飾ります。



## えびピラフ

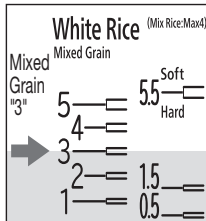
- 選ぶお米とコース:  
「Mixed Grain」「Mix」
- でき上がり目安時間:約70分
- 1人分:約480kcal

### ●材料(4人分)

- お米(うるち米)……………カップ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
 雑穀……………カップ1<sup>1</sup>/<sub>3</sub>
- 大きめのむきえび……………200g  
 玉ねぎ(みじん切り)……………1<sup>1</sup>/<sub>4</sub>個(約50g)  
 マッシュルーム(ホール)……………小1缶(約50g)  
 バター……………10g  
 塩・こしょう……………各少々
- A { スープ(固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて)……………200mL  
 塩……………小さじ2<sup>2</sup>/<sub>3</sub>

### ●作りかた

- ①フライパンでバターを熱し、玉ねぎを炒めます。
- ②さらに、えびとマッシュルームを加えてサッと炒め、軽く塩・こしょうをして冷ましておきます。
- ③お米と雑穀は別々に研いでから合わせ、ざるにあげ、水気をきっておきます。
- ④内がまに③のお米とAを加えてから水を「Mixed Grain」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ⑤お米の上に②のをせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Mixed Grain」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑥炊き上がったたらほぐして器に盛り、お好みでパセリをふりかけます。



## ひじき入り玄米ごはん

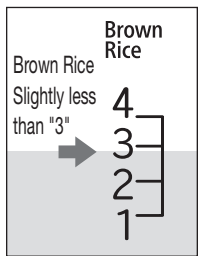
- 選ぶお米とコース:「Brown」「Mix」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約460kcal

### ●材料(4人分)

- 玄米……………カップ3
- A { 油揚げ……………2枚  
 乾燥ひじき(水で戻す)……………20g  
 にんじん(せん切り)……………60g
- B { 酒……………大さじ2  
 しょうゆ……………大さじ1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>  
 塩……………小さじ1

### ●作りかた

- ①油揚げは熱湯をかけて油抜きしてから、たんざくに切ります。
- ②玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除きます。
- ③内がまに②の玄米を入れ、Bを入れて水を「Brown Rice」の水位目盛3弱まで加えてかき混ぜます。
- ④お米の上にAのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Brown」を選び、Menuボタンで「Mix」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤炊き上がったたらほぐして器に盛ります。



# おこわメニュー



## お赤飯

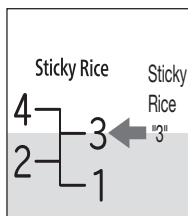
- 選ぶお米とコース: 「Sticky」「Normal」
- でき上がり目安時間: 約50分
- 1人分: 約440kcal

### ●材料 (4人分)

お米(うるち米) ……カップ $\frac{1}{2}$   
 もち米 ……カップ $2\frac{1}{2}$   
 ささげ ……50g  
 塩 ……小さじ $\frac{1}{2}$   
 ごま塩 ……少々

### ●作りかた

- ① ささげは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、ささげとゆで汁とに分けて冷めます。
- ② お米ともち米は合わせて研いでから、ざるにあげ、水気をきります。
- ③ 内がまに②を入れ、



- ①のゆで汁と水を「Sticky Rice」の水位目盛3まで加え、塩を入れてかき混ぜます。
- ④ お米の上に①のささげをのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Sticky」を、Menuボタンで「Normal」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったらほぐして器に盛り、ごま塩をふりかけます。

### ●ささげのゆでこぼしかた

- ① ささげを冷水でよく洗います。
- ② 他の鍋に①と水(400mL)を入れてゆで、煮立ったらゆで汁を捨てます。
- ③ あらためて鍋に水(400mL)を入れ、弱火で20~30分程度食べられる程度の硬さまでゆでます。水が減って水面からささげが出るようなら、ときどき水を足します。



**警告**

ささげ(小豆)はゆでたものに加えるゆでないで炊くと、ささげの量が増え、調圧弁が目詰まりするなど、やけどのおそれがあります。



## 山菜おこわ

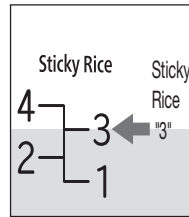
- 選ぶお米とコース: 「Sticky」「Normal」
- でき上がり目安時間: 約55分
- 1人分: 約480kcal

### ●材料 (4人分)

お米(うるち米) ……カップ1  
 もち米 ……カップ2  
 山菜ミックス(水煮) ……200g  
 油揚げ ……1枚  
 A { 酒 ……大さじ2  
   しょうゆ ……大さじ1  
   塩 ……小さじ $\frac{1}{2}$   
   砂糖 ……大さじ1  
 白ごま ……少々

### ●作りかた

- ① お米ともち米は合わせて研いでから、ざるにあげ、水気をきっておきます。
- ② 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、たんざくに切ります。山菜は水気をきっておきます。
- ③ 内がまに①とAを入れ



- ①のゆで汁と水を「Sticky Rice」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ④ お米の上に②をのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Sticky」を、Menuボタンで「Normal」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったらほぐして器に盛り、白ごまをふりかけます。



## 栗五目おこわ

- 選ぶお米とコース: 「Sticky」「Normal」
- でき上がり目安時間: 約55分
- 1人分: 約490kcal

### ●材料 (4人分)

お米(うるち米) ……カップ1  
 もち米 ……カップ2  
 油揚げ …… $\frac{1}{2}$ 枚  
 A { にんじん(いちよう切り) ……20g  
   ごぼう(さがきにして酢水につける) ……40g  
   しめじ(小房に分ける) ……40g  
   栗の甘露煮(半分に切る) ……6粒  
 B { だし汁 ……200mL  
   しょうゆ ……大さじ1  
   酒 ……大さじ2  
   砂糖 ……大さじ1  
   塩 ……小さじ $\frac{1}{2}$

### ●作りかた

- ① 油揚げは熱湯をかけて油抜きしてから縦半分に切り、細切りにします。
- ② お米ともち米は合わせて研いでからざるにあげ、水気をきります。
- ③ 内がまに②とBを加えてから、水を「Sticky Rice」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ④ お米の上に①とAをのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、Riceボタンで「Sticky」を、Menuボタンで「Normal」を選び、Cook/Reheatボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったらほぐして器に盛ります。

