

HITACHI
Inspire the Next

取扱説明書・料理集

保証書付き（保証書は裏表紙に付いています。）
カンタンご使用ガイド別添付

日立 **圧力IH** ジャー炊飯器 **家庭用**

型式 **RZ-GF10E4J**（1.0Lタイプ）

型式 **RZ-GF18E4J**（1.8Lタイプ）

このたびは日立 **圧力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。

この取扱説明書をお読みにになり、正しくお使いください。

この説明書では、RZ-GF10E4Jを例に説明をしています。

お読みにになったあとは、カンタンご使用ガイドとともに大切に保存し、必要なときにお読みください。

「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。



圧力
極上炊き



RZ-GF10E4J

この「圧力IH」ジャー炊飯器の特長

圧力対流釜

底部に設けた対流溝で細かな泡を大きく対流させ炊きむらを抑えて炊き上げる内がまです。



炊きかたいろいろ

お好みに合わせて炊きかたが選べます。

- 「極上」は約1時間かけてお米のねばりと甘みを引き出すおすすめ炊きかたです。
- 玄米や玄米がゆ、雑炊などヘルシーなメニューも選べます。

大火力ワイドインバーター

1400Wの大火力IHを、ワイドインバーターが弱火から強火まで上手に火加減します。

圧力炊飯

最大1.3気圧の圧力で水と熱(沸騰温度約107℃)をお米の芯まですばやく浸透させ、ねばりと甘みを引き出します。

新米炊きわけ

水分の多い新米は圧力を調整してベタつきを抑えておいしく炊き上げます。
新米：この製品では収穫された年内に精米され、精米後約4ヶ月間を目安にしています。

スチーム蒸らし

調圧弁で蒸気を閉じ込め、圧力をかけて蒸らし、ごはんの甘みを引き出します。

スチーム再加熱

調圧弁で蒸気を閉じ込め、ごはんの乾燥を抑えて保温のごはんを温めます。

特長、ご注意内容などをよくお読みになり、お使いください。



「圧力炊飯」方式だから

炊飯中に 勢いよく蒸気が出ます

- 蒸気を閉じ込めて、圧力をかけるため、圧力を抜くときに勢いよく蒸気が出ます。炊飯中は蒸気口に手や顔を近づけないでください。
- 壁や家具に蒸気が当たらないように設置してください。

水加減は 水位目盛を守って

- 水位目盛より多めに水加減すると、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 ふたを開けない

- 炊飯中にふたを開けないでください。(やけどの恐れ)

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。

圧力がまと同じ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
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し、万一の製品の欠陥による人身事故の危害防止とその救済の補償をする表示マークです。

お願い この製品は、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以外の用途に使わないでください。また市販の本などで紹介されている炊飯器を使った調理はしないでください。

もくじ

ご使用の前に

●各部のなまえ・付属品・操作部・表示窓	4
●安全上のご注意	6
●現在時刻の合わせかた	10
●メロディー音の切り替えかた	11

ごはんの炊きかた

●炊飯の準備(おいしく炊くポイントとお願い)	12
●ごはんを炊く	14
白米/無洗米 「極上」「ふつう」「しゃっきり」「快速」「小電力」	
●予約炊飯をする	16
●浸し炊飯をする	17
●いろいろなごはんを炊く	18
健康メニュー 「炊き込み」「おこわ」「麦ごはん」「発芽玄米」 「玄米」「分づき米」「玄米がゆ」「雑炊」「おかゆ」	

保温する

●保温について	20
●保温設定の切り替えかた	20
●おいしく保温するポイント	21
●保温したごはんの再加熱のしかた	

お手入れ

●お手入れ	22
●においが取れにくい場合	25

こんなとき

●お困りのときは	26
●使用中、停電になったとき	29

料理集

30~37

仕様

38

保証とアフターサービス

38

「ご相談窓口」

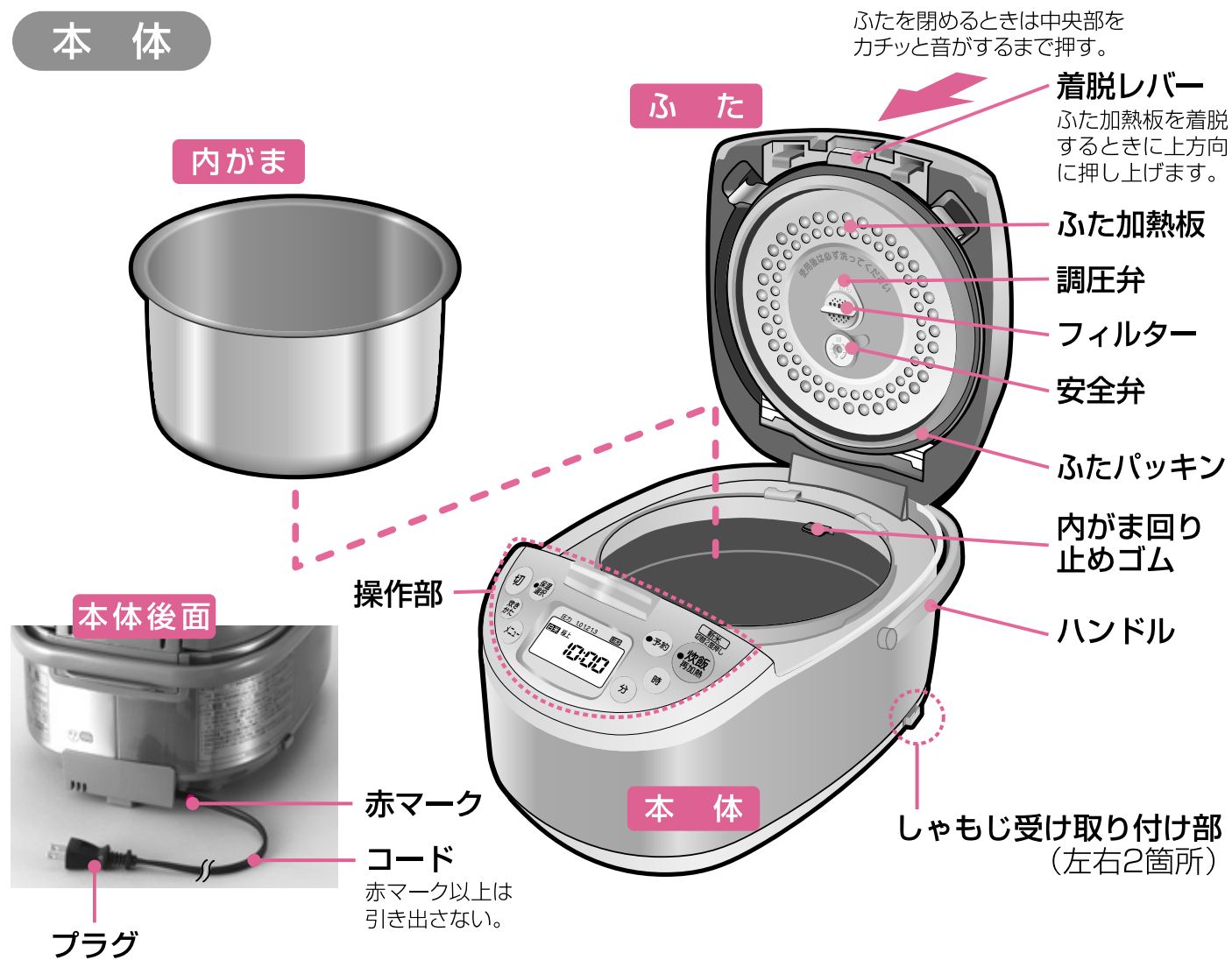
39

保証書

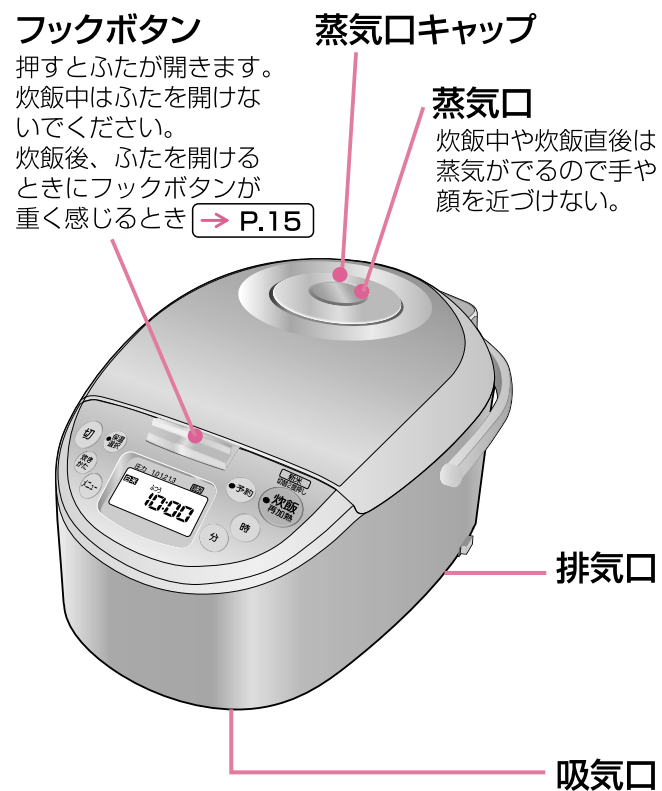
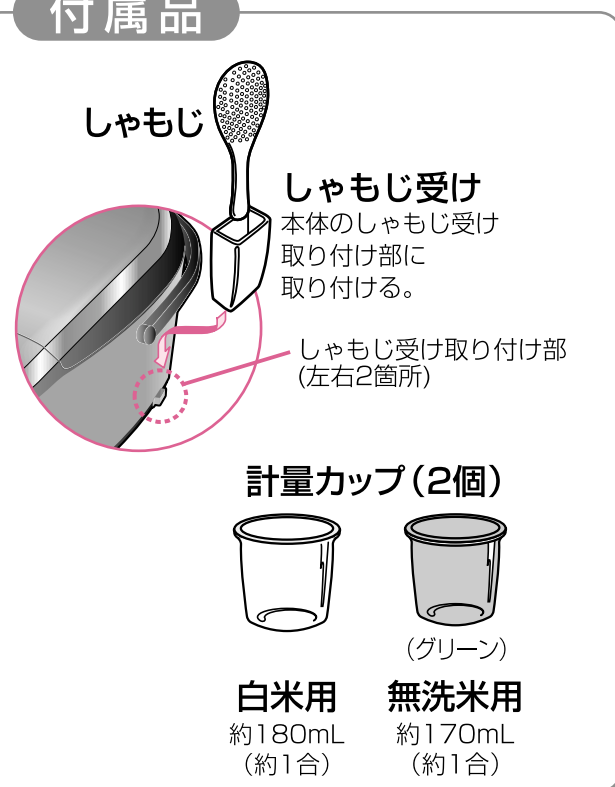
40

各部のなまえ・付属品・操作部・表示窓

本体

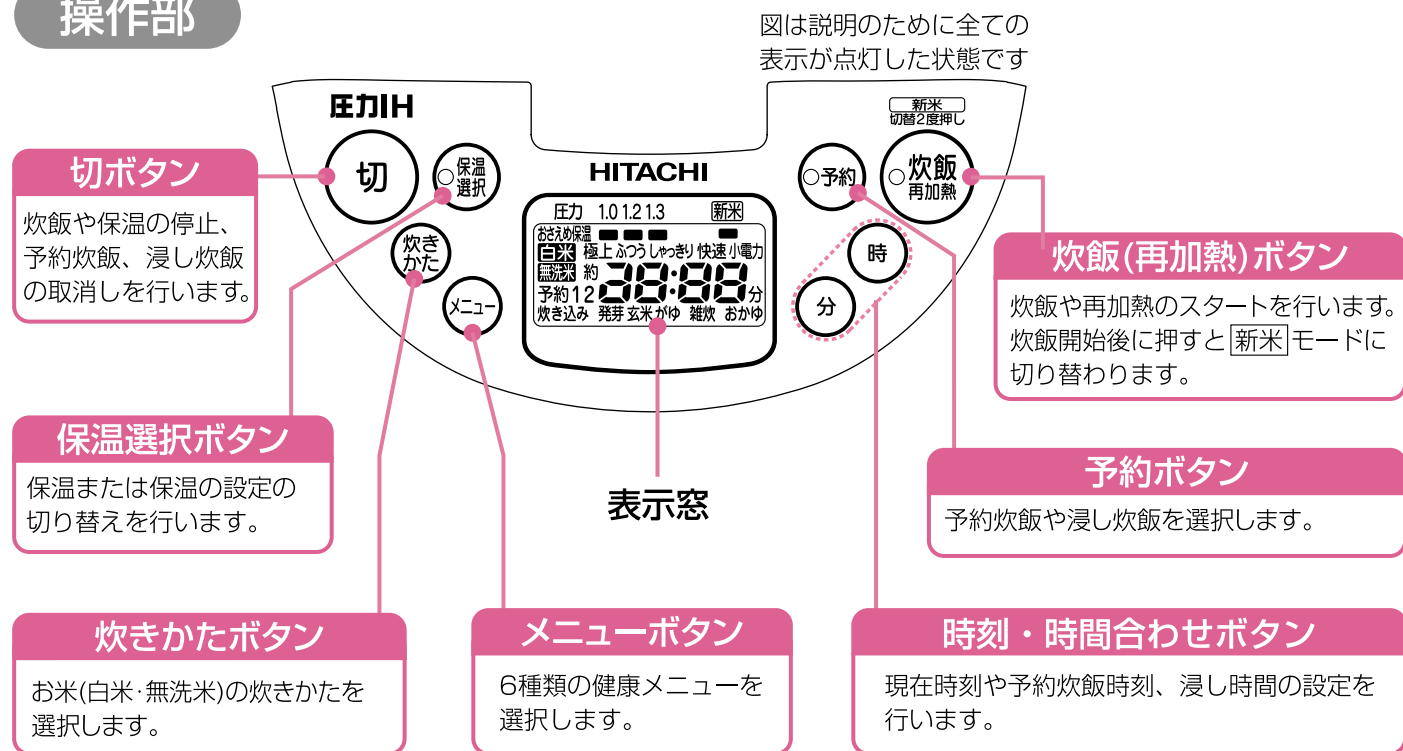


付属品



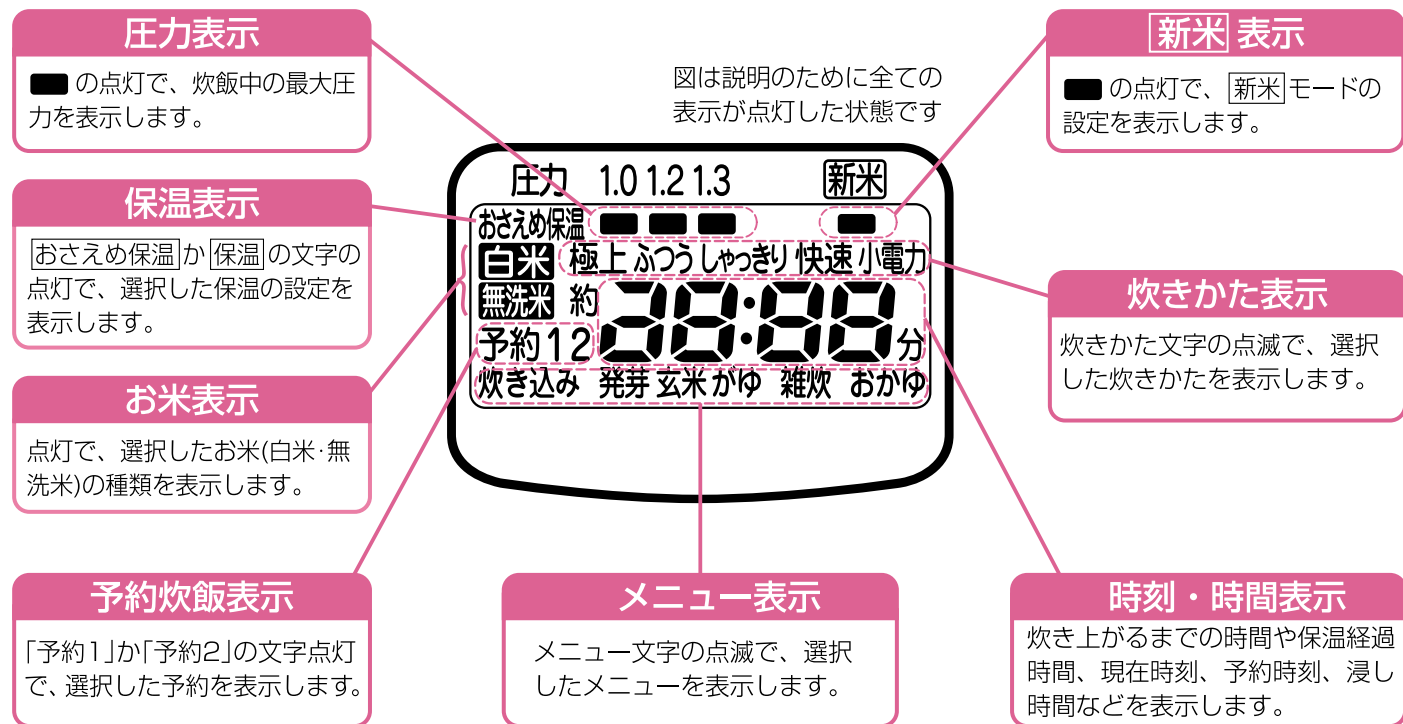
→ P.〇〇 の数字は主な説明のあるページです。

操作部



凸マーク
炊飯ボタンに「○」、切ボタンに「☐」の凸部をつけて目の不自由な方に配慮してあります。

表示窓



ご使用の前に

安全上のご注意

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。

ここに示した注記事項は

表示内容を無視して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。

警告 この表示の欄は、「死亡または重傷を負うことが想定される」内容です。

注意 この表示の欄は「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。

絵表示の例

「警告や注意を促す」内容のものです。

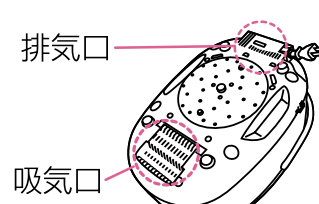
してはいけない「禁止」の内容です。

実行しなければならない「指示」内容のものです。

警告

感電・ショート・発火・火災を防ぐために

- 定格15A以上・交流100Vのコンセントを単独で使用する
- プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
- 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
- 改造はしない
修理技術者以外の方は、分解したり、修理をしない
- ぬれた手でプラグの抜き差しはしない
- 本体やコードを水につけたり、水をかけたりしない
本体を水のあるところに置かない
- コードやプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
- コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみこんだりしない
- 吸気口・排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、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



警告

やけどを防ぐために (炊飯中は圧力がかかるため取扱いを誤ると危険です)

- 炊飯の前にふた加熱板をはずして調圧弁と安全弁にごはんなどの異物がついていないことを確認する
また、フィルターを忘れないで取り付ける



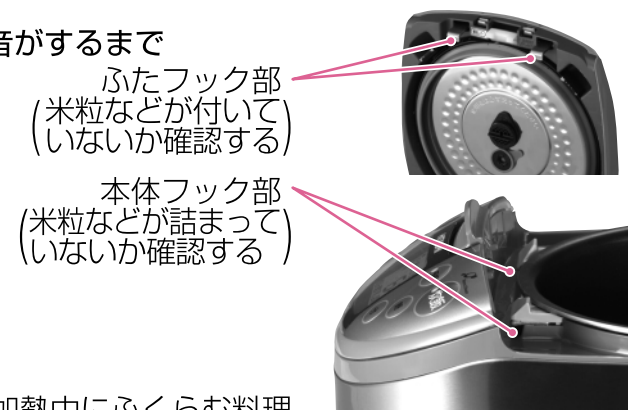
高温の蒸気が勢いよく出てやけどの恐れ

- 蒸気口に手や顔を近づけない
炊飯中は高温の蒸気が勢いよく出ます。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、持ち運びしたりしない

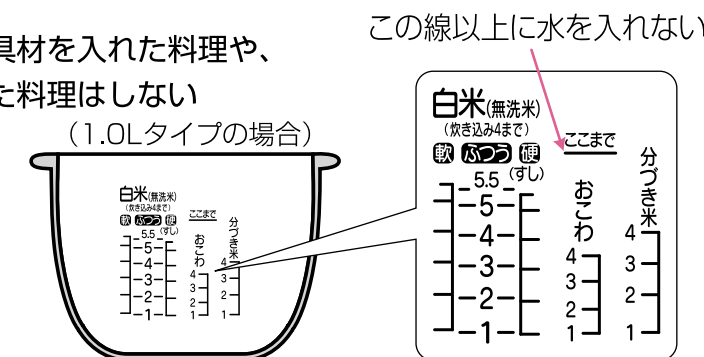


食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどの恐れ

- ふたは前方の中央部を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める
- フック部に米粒などがつまったときは、ようじなどでかき出す
- 取扱説明書・料理集に記載の炊飯以外の用途には使わない
次のような料理には使わない
 - なりもの(はんぺんなど)や豆類などの加熱中にふくらむ料理
 - 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



- 青菜など薄皮状のものが浮きやすい具材を入れた料理や、クッキングシートなどの落し蓋をした料理はしない
七草がゆなど青菜を入れるときは最初から入れず、ゆでた青菜を炊き上がった後で入れてください。
- 内がまの「ここまで」の線以上に水を入れない



安全上のご注意 つづき

⚠️ 注意

こんなところで使わない

- 水のかかるところや、火気の近く
(感電・漏電・火災の原因)
- 不安定な場所や熱に弱い敷物の上
(けが・火災の原因)
- 吸気口・排気口をふさぐような敷物の上、アルミ箔の上
(過熱・やけどの原因)
- 壁や家具の近くまた、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
(結露で壁や家具の変色・変形の原因)
- ふたが完全に開かない場所
(ふた加熱板に触れたり、熱いしずくが垂れて、やけどの原因)

プラグの取り扱い

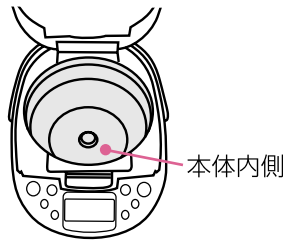
- 使用時以外はプラグをコンセントから抜く
(絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・けがの原因)
- プラグを抜くときや、巻き取るときはコードを持たずにプラグを持つ
(けが・火災の原因)

やけどを防ぐために

- お手入れは本体が冷めてから行う
- ふた加熱板は冷めてからはずす
- ふたを完全に開けてからごはんをよそう
(ふたから熱いしずくがたれる恐れ)
- 使用中や使用直後は、内がま、ふた加熱板や蒸気口キャップなどの高温部に触れない
接触禁止
- 本体を持ち運ぶときはフックボタンに触れない
(ふたが開く恐れ)
- 炊飯中はハンドルを立てない
(ハンドルが蒸気で高温になる恐れ)

事故をさけるために

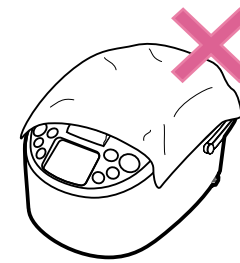
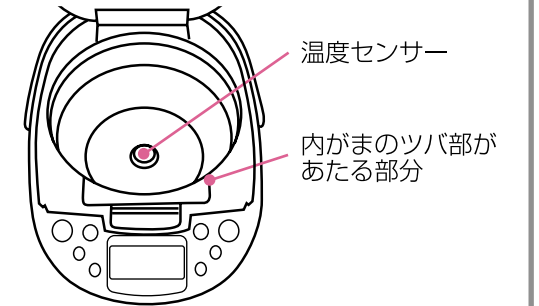
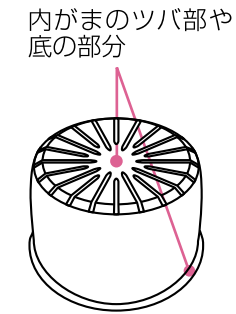
- 専用の内がま以外は使用しない
(過熱・異常動作の原因)
- 本体内部に金属性の小物やアルミ箔などが入ったまま使わない
(過熱・火災の原因)
- 心臓用のペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたって、医師とよくご相談ください
(本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため)
- 磁気に弱いものを近づけない
(キャッシュカード・自動改札用定期券など磁気記憶が消える恐れ)



お願い

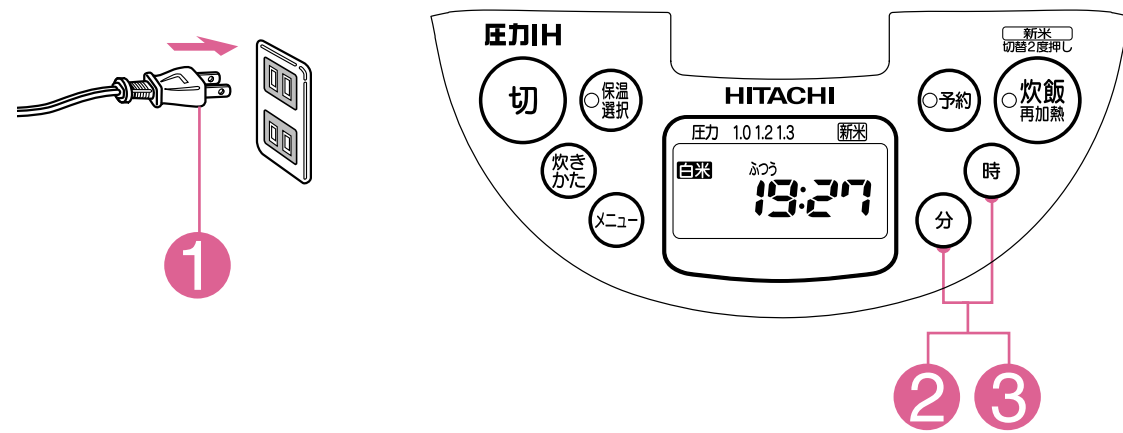
故障や誤動作を防ぐために

- 空炊きはしない (過熱の原因)
- 異物がついたまま使わない
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
(変形したり、フッ素被膜が剥がれる原因)
- 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)
- 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)
- 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



現在時刻の合わせかた

- 時計はプラグを抜いても動作、表示します。
- 室温により1ヶ月に約2分程ずれることがあります。ずれているときは、以下の手順で現在時刻に合わせてください。



例) 現在20:30で、表示が19:27のとき(お米の種類・炊きかたの表示は一例です。)

1 プラグを差し込む

2 「時」または「分」を約0.5秒間押す

ピッと鳴って時刻表示が点滅します。

●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。

時刻合わせができないとき
(「時」または「分」を0.5秒間押しても時刻表示が点滅しないときは、「早送り機能」が停止に設定されています。設定を解除してください。→ P.11)

3 「時」および「分」を押し、時刻を合わせる

「時」ボタンで合わせる 「分」ボタンで合わせる

●ボタンを押し続けると、早送りになります。
●時計は24時間表示です。夜中の12時は0:00に、昼の12時は12:00に合わせてください。

4 時刻を合わせた後、5秒間待つ

ピッと鳴って時刻表示の点滅が点灯に変わったら、時刻合わせ完了。

メロディー音の切り替えかた

- 炊飯開始と炊き上がりをメロディーでお知らせします。
- 次の方法でメロディー(標準)とメロディー(低音)及びブザーを切り替えられます。(工場出荷時はメロディー(標準)です。)

1 「保温選択」を押す

2 「予約」を5秒間押し続ける

3 「切」を押す

ご使用前に

時刻合わせの「早送り機能」の停止について

- 現在時刻や予約時刻合わせは、早送りしない操作方法(「時」「分」ボタンを押すごとに時間表示が1つずつ繰り上がる操作方法)に切り替えることができます。これは目の不自由な方に使いやすい機能です。
- 内がまをセットした状態で切り替え操作をしてください。

「早送り機能」停止方法 (元に戻すとき(解除するとき)も同じ方法)

1 プラグを差し込む

2 「保温選択」を押す

●ピッと鳴って「保温」ランプが点灯します。

3 「炊きかた」を10秒間押し続ける

●ブザーが短く8回鳴って「早送り機能」停止になります。
●「早送り機能」に戻すときは、ブザーが長く鳴ります。

4 「切」を押す

●低い音でピッと鳴って「保温」ランプが消灯します。

- 「早送り機能」を停止に切り替えると、各種設定が以下の状態になります。
- 炊きかた選択：白米極上
 - メニュー選択：炊き込み
 - 「予約1」6:00、「予約2」18:00
 - 「浸し」30分

「早送り機能」停止中での現在時刻の合わせかた

1 プラグを差し込む

2 「時」または「分」をピッと鳴るまで約5秒間押し続ける

●時刻表示が点滅します。

3 「時」または「分」を押し、時刻を合わせる

●「時」「分」ボタンを押すごとに、「時」は1時間単位、「分」は1分単位で繰り上がります。
●時刻合わせ中に、「保温選択」ボタンを0.5秒間押しすと、ブザーがピピッと鳴って、12:00(正午)になります。
●予約時刻・浸し時間を変えるときにも早送りしません。

4 「炊きかた」を押す

●ピッと鳴って時刻表示の点滅が点灯に変わったら、時刻合わせ完了。

炊飯の準備 (おいしく炊くポイントとお願い)

1 付属の計量カップでお米をはかる



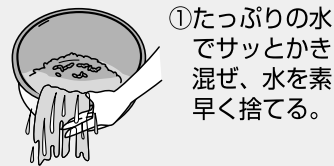
すりきり1杯

●お米は、付属の計量カップで正しく計ってください。
白米と無洗米で計量カップを使い分けます。
市販の計量米びつは、付属の計量カップの量と異なる場合があります。

白米用計量カップ
すりきり1杯：約180mL(約1合)
無洗米用計量カップ(グリーン)
すりきり1杯：約170mL(約1合)

2 お米を研ぐ

●無洗米は底からかき混ぜ、お米と水をなじませてください。にごる場合はすすいでください。
(にごりは、うまく炊けない原因になることがあります。)



①たっぷりの水でサッとをかき混ぜ、水を素早く捨てる。



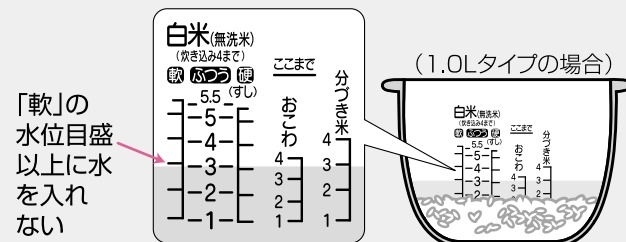
②「研ぐ→すすぐ」を水がきれいになるまでくり返す。

●お米は最初の水をいち早く吸収します。ヌカの臭いが付かないよう最初の水は素早く捨てます。
●研いだ後は、水がきれいになるまでよくすすぎましょう。
(おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因)

お願い ●泡立て器などを使わないでください。(フッ素被膜がはがれる原因)

3 炊きかたに合った水位目盛で水加減をする

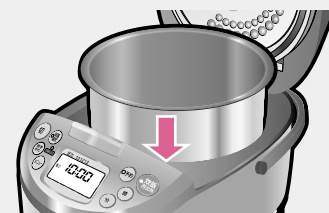
例)「白米ふつう」で3カップのお米を炊くとき



お米の種類	使用する水位目盛
新米	白米(無洗米)硬
軟質米	白米(無洗米)ふつう
硬質米	白米(無洗米)軟
胚芽米	
古米	
長粒種(輸入米)	

お願い ●お米は平らにならし、水平なところで水加減してください。
●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、ごはんが黄変したり、ベタついたりする場合があります。

4 内がまを本体にセットする

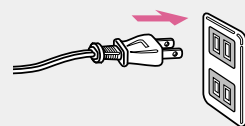


お願い ●内がまのまわり、底の水気や異物をふき取ってください。

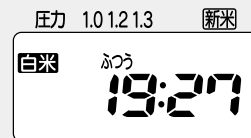
5 ふたを閉める

お願い ●圧力式は密閉度が高いため、ふたを閉めるのに重く感じる場合があります。
「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉めてください。
(ふた加熱板を付けないとふたが閉まりません。)

6 プラグを差し込む



■プラグを差し込むと、現在選択されている炊きかたの設定と現在時刻を表示します。



お願い ●プラグを差し込むときカチッと音がしたり、火花がで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、ごはんの炊きかたを選ぶ

●すぐに炊く場合

→ P.14、15

●予約して炊く場合

→ P.16

●浸してから炊く場合

→ P.17

●いろいろなごはんを炊く場合

→ P.18、19

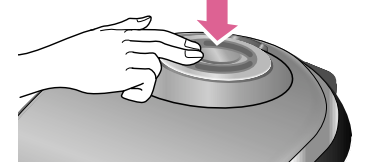
標準水量

カップ数	お米の量 白米(無洗米)の質量	標準水量	
		1.0Lタイプ	1.8Lタイプ
1カップ	150g	270g	280g
2カップ	300g	460g	480g
3カップ	450g	650g	660g
4カップ	600g	840g	870g
5カップ	750g	1,020g	1,080g
5.5カップ	825g	1,120g	—
6カップ	900g	—	1,260g
7カップ	1,050g	—	1,450g
8カップ	1,200g	—	1,660g
9カップ	1,350g	—	1,870g
10カップ	1,500g	—	2,090g

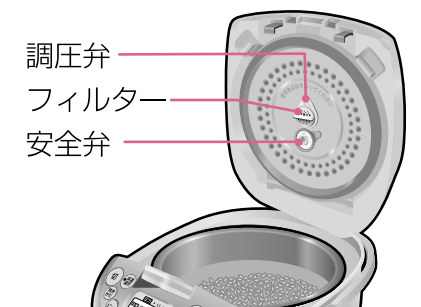
※炊飯するお米の量に対する標準水量(質量)です。
(洗米の際に付着する水の質量も含まれます。)

警告

●蒸気口キャップを必ずつける
(ふきこぼれや、蒸気が勢よく出てやけどの恐れ)



●炊飯の前にフィルターを取り付ける
また、フィルター・調圧弁・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
(湯がふき出したり突然ふたが開いてやけどの恐れ)



●ふたは「カチッ」と音がするまでゆっくり確実に閉める

