

HITACHI

取扱説明書 ・料理集

保証書付

(保証書は裏表紙に付いています)

日立 **IH** ジャー炊飯器
圧力 **IH** タイプ **家庭用**

型式

アール セット エッチ イー ジェー

RZ-H10EJ

(1.0Lタイプ)



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.8~12 をお読みいただき、正しくお使いください。

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。

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



登録は
こちら

詳しくは → P.61

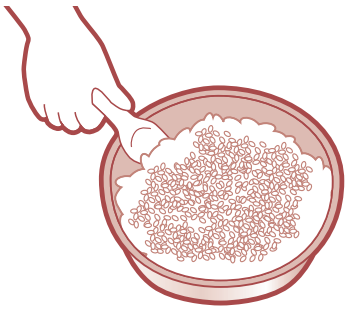


RZ-H10EJ
メタリックレッド(R)
シルバーメタリック(S)

お 願 い

「エコ炊飯」は消費電力量を抑えて炊飯するため、炊飯する量が多いなど、条件によっては表面が硬く、底部が軟らかくなる場合があります。

炊き上がったらすぐにごはんを底から良くほぐしてください。



底から掘り起こすようにかき混ぜ、ごはんが固まらないように、しゃもじで切るようにしてほぐすのがコツです。

工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

「極上ふつう」「極上しゃっきり」「極上もちもち」のコースもお試しく下さい。

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・調理中にふたを開けない

- 炊飯・調理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場合があります → P.43

- 炊飯・調理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・調理中に動かしたり、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。

もくじ

ご使用の前に 4~18

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	13
現在時刻の合わせかた	15
液晶表示の切り替えかた	16
メロディー音の切り替えかた	17
炊飯直後のふた加熱板のつゆを 少なくするモードへの切り替えかた	18

炊飯 19~30

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
少量炊飯をする	26
(少量のごはんを炊くときに)	
快速炊飯をする	27
(短時間で炊飯したいときに)	
予約炊飯をする	28
(食べたい時刻に炊き上げる)	
浸し炊飯をする	30
(お米を長めに浸したいときに)	

保温 31~33

保温をする	31
保温方法の使い分け	31
「保温低」「保温高」の切り替えかた	31
保温に適さないごはん	32
保温をやめるときは	32
「切」状態から保温にする	32
おいしく保温するポイント	32
保温中のごはんを再加熱する	33

調理 34

調理をする(雑炊、温泉卵、ケーキ)	34
-------------------	----

お手入れ 35~39

お手入れをする	35
本体・本体の内側	35
吸気口・排気口	35
温度センサー	35
フック部	35
しゃもじ・計量カップ	35
内がま	36
ふた加熱板	36
蒸気キャップ	38
においが気になるときは	39

お困りのときは 40~47

お困りのときは	40
おいしく炊けないときは(お試しいただきたいこと)	40
炊飯について	41~43
予約炊飯について	43
保温について	44
液晶表示について	45
内がまのフッ素被膜について	45
お知らせ表示について	46
停電について	46
ふたについて	46
本体とふたのすき間についてなど	47
音が気になる	47

料理集 48~60

別売り部品 61

別売り部品	61
日立家電メンバーズクラブのご案内	61

仕様・その他 62・63

仕様	62
保証とアフターサービス	62
ご相談窓口	63

保証書 裏表紙

ご使用の前に

炊飯

保温

調理

お手入れ

お困りのときは

料理集

別売り部品

仕様・その他

保証書

各部のなまえ (本体・付属品・操作部・表示窓・水位目盛)

初めてお使いになるときは、付属品、内がま、ふた加熱板、蒸気キャップを洗ってください。 (→ P.35)

本 体

内がま

(→ P.8、11~14、36)

水位目盛 (3箇所)

(→ P.7)

着脱レバー (→ P.37)

ふた加熱板を着脱するときには上方に押し上げる。

ふた加熱板

(→ P.10、12、36~38)

調圧弁 (→ P.36)

フィルター (→ P.36)

負圧弁 (→ P.36)

お願い

小さい部品のため、外したときはなくさないようにしてください。

安全弁

(→ P.36)

ふたパッキン

(→ P.36)

内がま保持部

引っ張らないでください。

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)



→ 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
圧力表示が消えて
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・調理中は
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・調理
直後はフックボタン
が重く感じることに
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・調理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

蒸気キャップ

取り付けるときは蒸気キャップ
をふたの凹み部に合わせ、蒸気
キャップ上面前方中央部を止ま
るまで押し下げて取り付ける。

ふた

ふたを閉めるときはふた
の前方中央部(手前側)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、
蒸気が抜けにくいので、
炊飯・調理直後はふたを閉
めるときに重く感じるこ
とがあります。少し強めに
ふたを押しながらか
ゆっくりと閉めてくだ
さい。

操作部・表示窓

→ P.6、7

本体底面

排気口

持ち手

→ P.8

吸気口

本体後面

赤マーク

赤マーク以上は
引き出さない。
(破損の原因)

電源コード

→ P.9

電源プラグ

ご注意

電源コードは引き出してゆっくり戻すと、巻き取りが停止し、長さを調整できます。巻き取るときは一度赤マークまで引き出してから、巻き取ってください。(ゼンマイ式のため、少し引き出した状態からは巻き取れないことがあります。)

電源コードにねじれや、折り癖があると巻き取れません。

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。

操作部

切/とりけしボタン

炊飯や調理、保温を停止したり、予約炊飯、浸し炊飯の取消しをします。

お米 (調理) ボタン

お米の種類や調理を選択したり、設定変更モードへの切り替えをしたり、設定変更時の決定を行います。

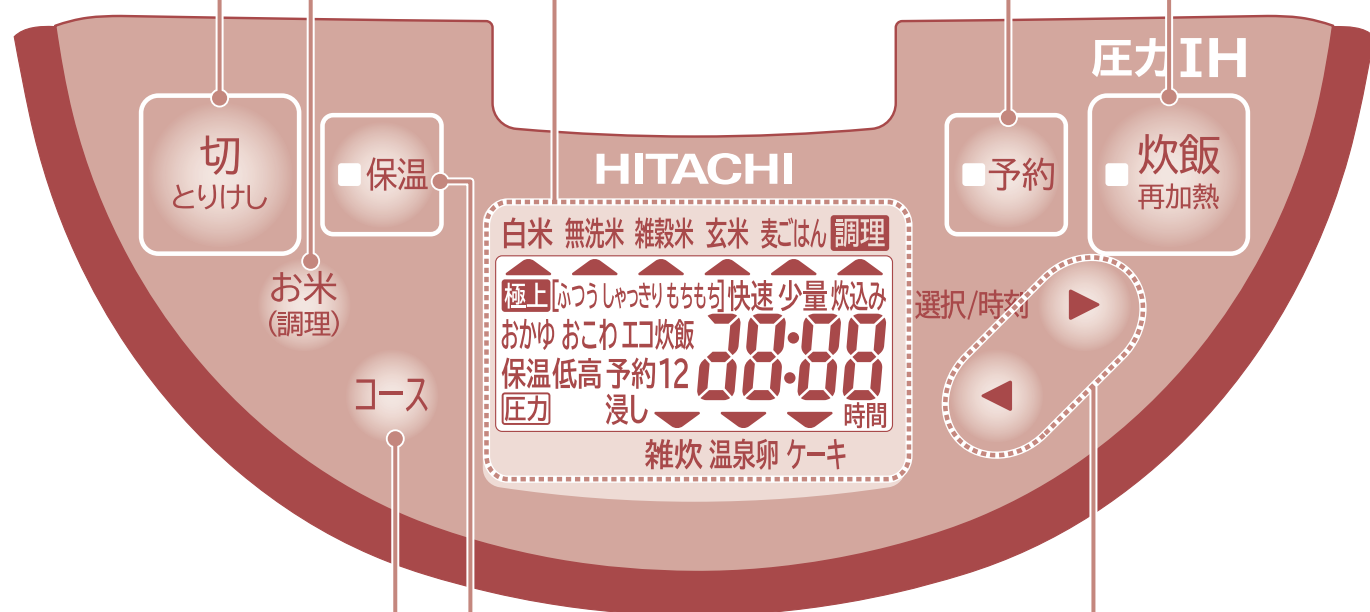
予約ボタン

予約炊飯や浸し炊飯の選択を行います。

炊飯/再加熱ボタン

炊飯や調理、予約炊飯、浸し炊飯を開始します。
保温中は再加熱を開始します。

表示窓 → P.7



コースボタン

炊飯コースや、調理コースを選択します。

保温ボタン

保温のスタートや「保温低」「保温高」を選択します。

選択/時刻ボタン

現在時刻や予約炊飯時刻の設定を行います。
浸し時間や調理時間の設定を行うほか、設定変更モードでの表示送りなどに使用します。

目の不自由な方への配慮です。

凸マーク 炊飯／再加熱ボタンに「○」、切／とりけしボタンに「—」の凸部をつけています。

ブザー音 コース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.15

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.16

お米（調理）表示

▲ の点滅・点灯で、選択したお米の種類や、「調理」を表示します。

炊き方表示

炊き方の文字の点滅・点灯で、選択した炊き方を表示します。

保温表示

「保温低」「保温高」の文字の点灯で、選択した保温の設定を表示します。

圧力表示

圧力がかかるコースの炊飯中に「圧力」の文字を表示します。

予約炊飯表示

「予約1」か「予約2」の文字の点灯で、選択した予約を表示します。

浸し炊飯表示

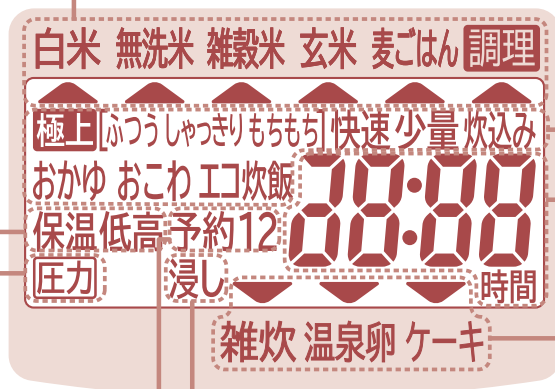
「浸し」の文字の点灯で、浸し炊飯の選択を表示します。

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。

コース表示

▼ の点灯で、選択した調理コースを表示します。

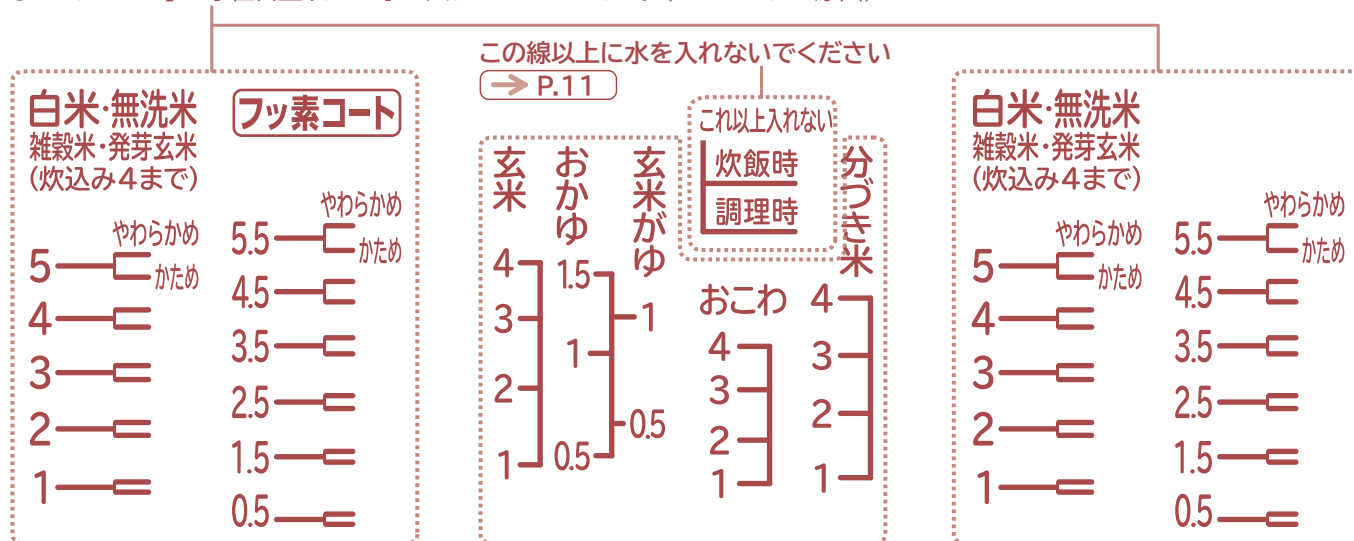


内がまの水位目盛

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・発芽玄米を炊くとき

- お好みにより「やわらかめ」「かため」の水位目盛の範囲で水加減をしてください。
- 炊込みは4カップ（水位目盛4）まで炊飯できます。
- 「やわらかめ」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）



■玄米・おかゆ・玄米がゆ・おこわ・分づき米を炊くとき 指定の水位目盛を使う

安全上のご注意 (必ずお守りください)

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。

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（サービスエンジニア）以外の方は修理・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



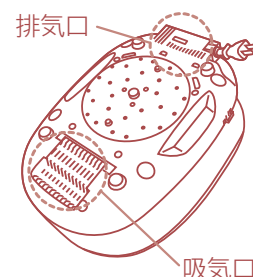
指示

- 直ちに電源プラグをコンセントから抜き、使用を中止する
火災・感電・けがの原因になります

すぐに電源プラグをコンセントから抜き、
お買い上げの販売店に点検・修理をご依頼ください

- ・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する
- ・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ずる ・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

本体底面



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
- ふたを開閉する際は、回転の根元付近に、手指や物を置かない（挟まれる恐れ）
- 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

死亡または重傷を負うことが想定されるもの。



してはいけない「禁止」内容です。



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。



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100V・定格15A以上のコンセントを単独で使用する



禁止

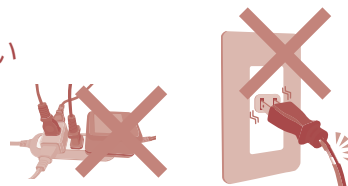
- 傷ついたり、ゆるんだりしたコンセントを使用しない
- タコ足配線はしない

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や、巻き取るときは、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・調理時のやけどやけがを防ぐために

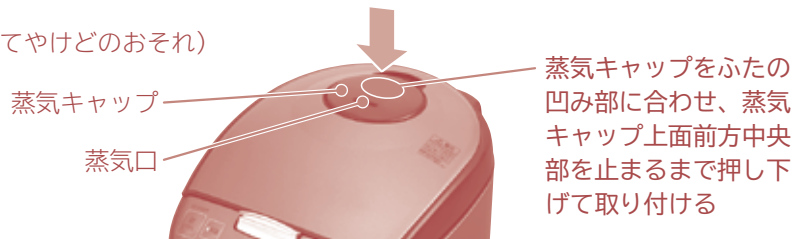
やけど・けがのおそれ（炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です）

警告

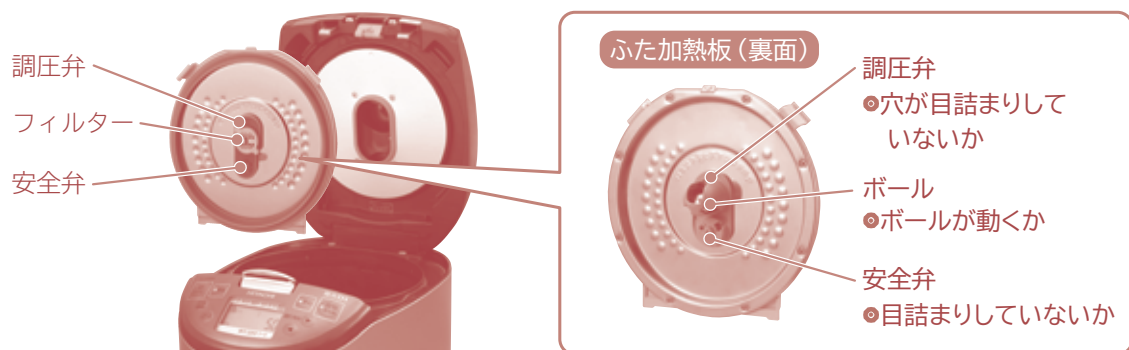


指示

- 蒸気キャップを取り付ける
（ふきこぼれや、蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ）



- 炊飯・調理の前にふた加熱板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、フィルター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



- ふたは前方中央部を押して「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「**圧力**」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・調理中はふたを開けない



- 炊飯・調理中にやむをえずふたを開けるときは、「切/とりけし」ボタンを押して炊飯・調理を中止できます
圧力が抜けて蒸気口から勢いよく蒸気が出ますので、やけどに注意し、約30秒後に点滅している「**圧力**」の表示が消えてから、ふたを開けてください
・おかゆ等のコースの場合、勢いよくおねばがでることがあり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のおそれがあります）



炊飯・調理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）



警告

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（**圧力**）の表示時はふたを開けない
- 蒸気口や蒸気キャップ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・調理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

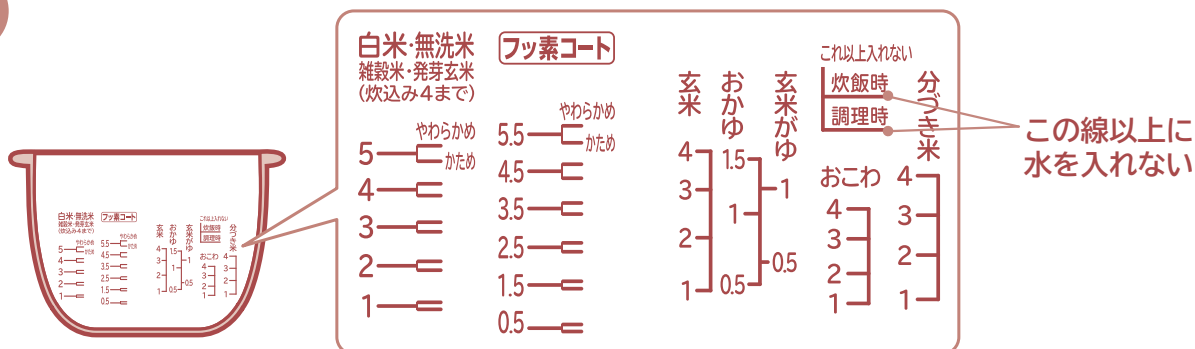
- 炊飯をするときは、「コース」を確認する
・「雑炊」や「おかゆ」を他のコースで炊くと、多量にふきこぼれて危険です
- 炊飯・調理中にやむをえずふたを開けるときは、「切/とりけし」ボタンを押して炊飯・調理を中止できます
圧力が抜けて蒸気口から勢いよく蒸気が出ますので、やけどに注意し、約30秒後に点滅している**圧力**の表示が消えてから、ふたを開けてください
・おかゆ等のコースの場合、勢いよくおねばがでることがありますので注意してください
・炊飯を続ける場合は、お米・コースの選択を確認し、「炊飯/再加熱」ボタンを押してください
炊飯を中止した状態によってはうまく炊き上がらないことがあります
- 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「これ以上入れない」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および調理コース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・調理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）



禁止

- 「保温低」の場合は24時間、「保温高」の場合は12時間以上の保温をしない
- 再加熱を繰り返し行わない
- 「発芽玄米」「玄米」「分づき米」「麦ごはん」「もち米（おこわ）」を炊飯したときや、「炊込み」「おかゆ」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



指示

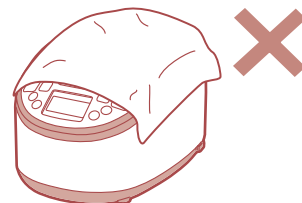
- 使用中や使用直後は、蒸気口、蒸気キャップ、内がま、ふた加熱板などの高温部に触れない
- 炊飯直後に内がまに触れるとき（飯台に移してすしめしを作るなど）は、ミトンなどを用い、やけどに注意する
- お手入れは電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う
- ふた加熱板は、冷めてから外す

使用上のご注意

故障や誤動作を防ぐために、次のことをお願いします。

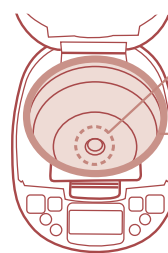
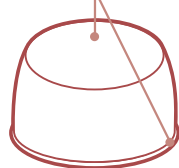
本体の取り扱い

- 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

使用上のご注意 つづき

内がまの取り扱い

内がま内面フッ素被膜の保証について

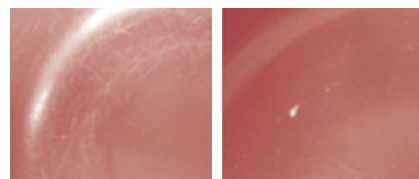
- 内がま内面フッ素被膜の保証条件と期間は保証書記載のとおりです
- 誤った使い方による被膜の傷つき、はがれについては保証対象外です
これらの場合は、保証期間内でも「有料」の対応とさせていただきます
また内がま外面の塗装も保証対象外です

<保証対象の不具合例>

フッ素被膜の部分的なふくれや
広範囲のはがれ、底面全体に泡
状のブツブツしたものが発生し
た時など製造に起因する不具合。

<誤った使い方による保証対象外の不具合例>

点状、線状の傷、あるいは
凹みにより被膜がはがれて
いる状態。傷で金属素地が
見えている状態。



- 内がまの塗装が気になる場合や、内がまが変形した場合は購入いただけます [→ P.61](#)

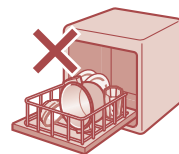
フッ素皮膜の傷つき、はがれなどを防ぐために、 次のことをお守りください

- 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



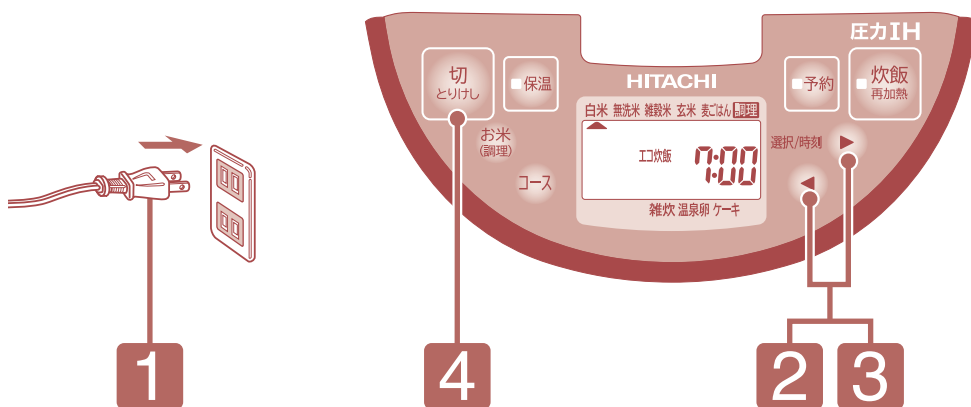
お手入れのとき

- ・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）
- ・やわ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・コースの表示は一例です。

- 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・コースと、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**

時刻点滅中に「保温」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。

●「切/とりけし」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 切/とりけし 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変わります。

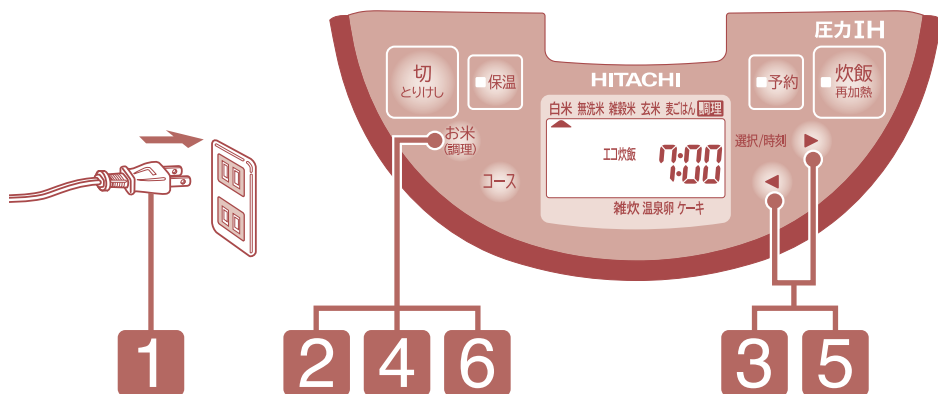
炊飯中、保温中、予約中、再加熱中に現在時刻を確認したいとき

●◀ 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。

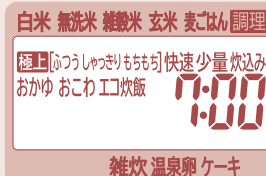
液晶表示の切り替えかた

(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。
- 液晶表示を「点灯」に設定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。



時計表示を点灯に切り替えた後の表示
(電源プラグがコンセントに差し込まれていないとき)

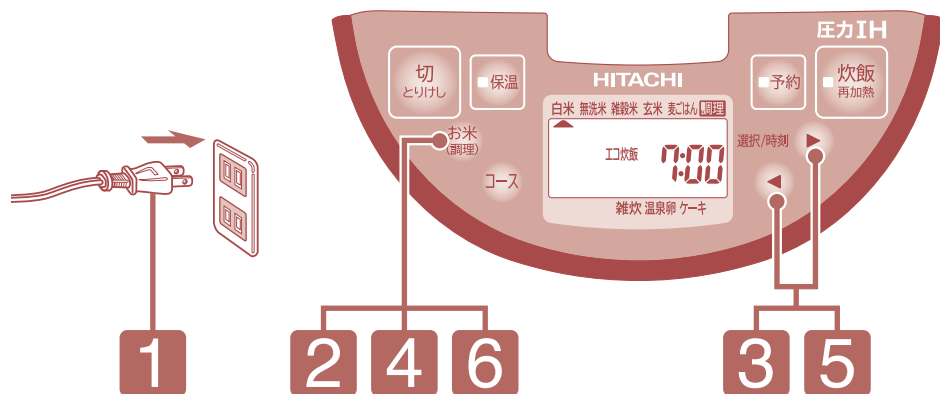


※お米・コースの表示は一例です。

1	電源プラグをコンセントに差し込む		●「切」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻ります。設定の途中だったものはリセットされます。
2	お米 (調理) 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	お米 (調理) を押す。 ● 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	お米 (調理) を押し、設定を確定させる。 ● 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。

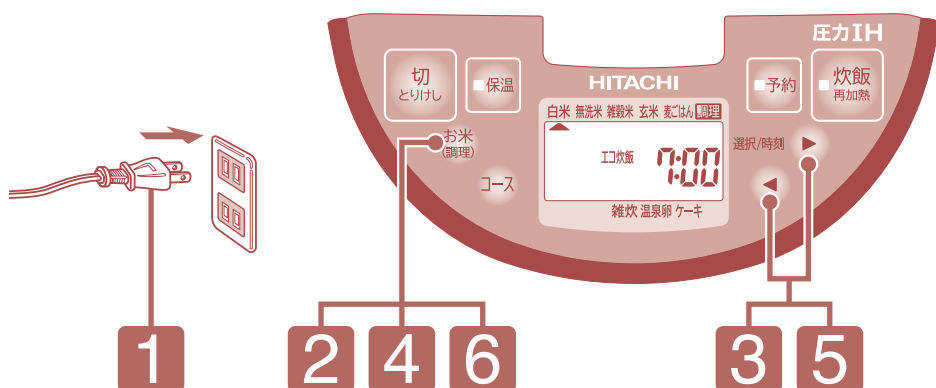


※お米・コースの表示は一例です。

1	<p>電源プラグをコンセントに差し込む</p>		<p>●「切」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>
2	<p>お米(調理)を約5秒間長押しし、設定変更モードに切り替える。</p>		
3	<p>◀ または ▶ を押し、画面に「P1-」を表示させる</p> <p>●画面の表示は ▶ を押すと進み ◀ を押すと戻ります。</p>		
4	<p>お米(調理)を押す。</p> <p>●お米を押すと「メロディー音の設定」の変更に入ります。</p>		
5	<p>◀ または ▶ を押し、設定を切り替える</p> <p>●◀ または ▶ を押すごとに表示が切り替わります。</p> <p>●▶ を押すと進み ◀ を押すと戻ることもできます。</p>		<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>
6	<p>お米(調理)を押し、設定を確定させる。</p> <p>●お米を押すと、設定が確定し、最初の画面に戻ります。</p>		<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>

炊飯直後のふた加熱板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。



1 電源プラグをコンセントに差し込む



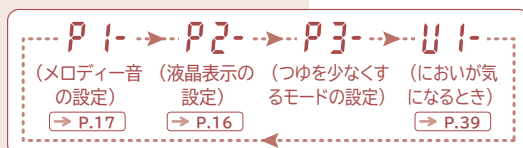
- 「切」ボタンを押すと、設定の途中でも、最初の画面に戻れます。設定の途中だったものはリセットされます。

2 お米(調理) 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「P3-」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。



つゆを少なくするモードに切り替えると

- 炊飯時間が約5分長くなります。
- 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。

保温中につゆが気になるときは「保温高」を選んでください。

→ P.31

4 お米(調理) を押す。

- 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。



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 お米(調理) を押し、設定を確定させる。

- 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。

おいしく炊くコツ

次のページは「炊飯コースの使い分け」

ご使用の前に

炊飯

お米を計量する

- 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)

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)



お米を研ぐ

- お米はやさしく研ぐ
- お米は(無洗米の場合でも)、底からかき混ぜ、にごる場合はすぐに
にごりがあると、焦げ、炊きむらが多くなったり、
うまく炊けない場合があります。→ P.41

最初はたっぷりの水でかき
混ぜ、水を素早く捨てる



お米は最初の水
を吸いやすいの
で、ヌカ臭が付
かないように素
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



おこげやヌカ臭
を防ぐためよく
すすぐ

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)
内がまを置く場所の材質によっては、内がまの色が移ったり、傷ついたりする場合があります。
気になる場合は、ふきんなどの上に置いてください。

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、
炊き方に合った水位目盛を使う

- ・水位目盛は目安です。お好みにより「やわらかめ」「かため」の
水位目盛の範囲で水加減をしてください。
- ・「やわらかめ」の水位目盛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。



[ふつう]の目盛
[やわらかめ]の目盛
3
[かため]の目盛
内がま水位目盛(3カップの例)

- 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(海外の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、「かため」の水位目盛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

- 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。



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
切るようにほぐす

浸し・蒸らしは必要ない?

本製品では、炊飯前の浸しや炊き上がり後の蒸らしは、炊飯時間に含まれているため不要です。炊き上がると自動で保温になります。

炊飯開始

浸し

お米に十分な水を吸わせます。圧力をかけながら高温をキープし、ごはんをふっくら炊き上げます。

炊飯

蒸らし

圧力をかけながら高温をキープし、蒸らします。

炊き上がり

炊飯コースの使い分け

こんなときに	お米の 選択	コース	水位 目盛	炊飯できる量 (カップ数)	炊飯時間の 目安(分)
お好みの仕上がりを選ぶ [ふつつ] 粒感と甘みを引き出したいとき [しゃっきり] 新米や吸水が早くベタつきやすいお米、水分の多いお米をベタつきを抑えて炊き上げます。 [もちもち] すしめし・カレー・炒飯など硬めのごはん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	白米・無洗米	極上 ふつつ	白米 無洗米	0.5~5.5	45~60
		極上 しゃっきり	白米 無洗米	0.5~5.5	30~45
		極上 もちもち	白米 無洗米	0.5~5.5	80~100
短時間で炊飯したいときに ・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。		快速	白米 無洗米	1~5.5	25~35
少量で炊飯したいときに ・少量(2カップまで)で炊飯するときに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。		少量	白米 無洗米	0.5~2	45~50
炊込み(具を入れた)ごはん ・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。油分が沈殿し、うまく炊けない場合があります。		炊込み	白米 無洗米	1~4	45~65
おかゆ(全がゆ)に ・五分がゆは、お米の量を「おかゆ」の約半分にしてください。		おかゆ	おかゆ	0.5~1.5	60~80
もち米でおこわなどを作るときに ・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。 ・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) お赤飯は(➡P.50)の割合を目安に混ぜてください。		おこわ	おこわ	1~4	45~60
消費電力を抑えて炊飯したいときに ・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。		エコ炊飯	白米 無洗米	1~5.5	45~60
発芽玄米を白米に入れて炊飯するときに ・発芽玄米は白米の5割未満の量を混ぜてください。 ・おすすめの割合: 白米(無洗米)2カップ、発芽玄米1カップ ・発芽玄米の割合が増えると、硬めの炊き上がりになります。5割以上を混ぜる場合は、お米の種類・水位目盛とも「玄米」で炊飯してください。		炊込み	発芽玄米	1~4	40~60

こんなときに	お米の 選択	コース	水位 目盛	炊飯できる量 (カップ数)	炊飯時間の 目安(分)
雑穀を白米に入れて炊飯するときに <ul style="list-style-type: none"> ・ 雑穀は白米の3割以下の量を混ぜてください。 ・ 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。 ・ 少量(2カップまで)で炊飯するときは、「少量」を選んでください。 ごはんの煮くずれや焦げを抑えます。	雑穀米	極上	雑穀米	1~5.5	70~95
		少量	雑穀米	1~2	70~90
		炊込み	雑穀米	1~4	70~90
発芽玄米、玄米、分づき米だけで炊飯するときに <ul style="list-style-type: none"> ・ 分づき米は、精白米に近い7分づきの場合、白米の水位目盛で水加減し「白米」「極上もちもち」で炊いてください。 ・ 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。油分が沈殿し、うまく炊けない場合があります。 ・ 少量(2カップまで)で炊飯するときは、「少量」を選んでください。 ・ ごはんの煮くずれや焦げを抑えます。 ・ 保温はしないでください。(におい・変色の原因になります) 	玄米	極上	玄米 分づき米は 分づき米	1~4	75~100
		少量	玄米 分づき米は 分づき米	1~2	75~95
		炊込み	玄米	1~4	85~110
		おかゆ	玄米がゆ	0.5~1	70~95
押し麦・もち麦を白米に入れて炊飯するときに <ul style="list-style-type: none"> ・ おすすめの割合: 白米(無洗米)2カップ、押し麦1カップ ・ お好みで水加減を調整してください。 	麦ごはん	極上	分づき米	1~4	40~55

炊飯

- 炊飯時間の目安は、電圧100V・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。「玄米」「おかゆ」などは蒸気がでる場合があります。(→ P.43)
- すべての炊飯コースで圧力がかかります。

調理をする 詳細は料理集(P.48~P.60)を参照してください。

本体の準備をする

1

内がまを本体に
セットする

内がま外側や底部の、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

フィルター、調圧弁、安全弁、負圧弁に詰まりや汚れがないことを確認する

→ P.36



米粒などの異物は
取り除く



警告



炊飯・調理の前にふた加熱板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、フィルター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、
蒸気キャップを
取り付ける

●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。

ふたは、「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと
確実に閉め、蒸気キャップを取り付ける

蒸気キャップをふたに差
し込み、蒸気口の後方部
を止まるまで押す



ふたから少し浮いた状態
で固定されます

蒸気キャップ 蒸気口



カチッ

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、ふた加熱板を
取り付けないと閉まり
ません。



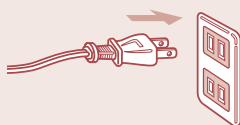
警告



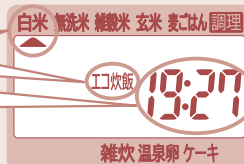
●ふたは前方中央部を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める
(突然ふたが開いてやけどのおそれ)
●蒸気キャップを必ず取り付ける
(ふきこぼれや、蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ)

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・
コースと、現在時刻を
表示する



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。

操作手順および と の選択方法

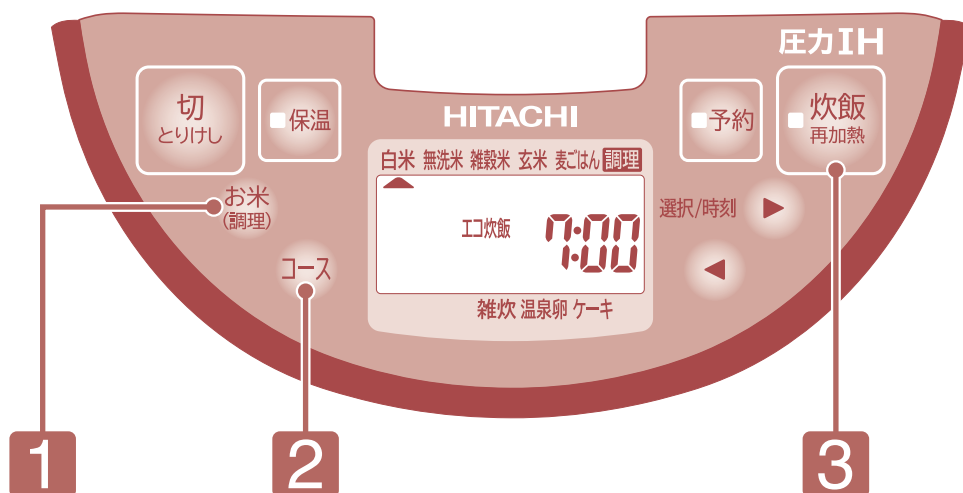
- [illegible]

- | | | |
|--|---|-------------------------------------|
| すぐ炊飯する場合
炊飯をする → P.24、25 | 2カップ以下で炊飯する場合
少量炊飯をする → P.26 | 短時間で炊飯する場合
快速炊飯をする → P.27 |
| 炊き上がり時刻を設定する場合
予約炊飯をする → P.28、29 | お米を長く浸して炊飯する場合
浸し炊飯をする → P.30 | 調理をする場合
調理をする → P.34 |

23

炊飯をする(白米・無洗米・雑穀米・玄米・麦ごはん・)

- 工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。「エコ炊飯」は消費電力を抑えて炊飯しますが、少し硬めに炊き上がります。
おいしさにこだわった「極上」コースもお試ください。「極上」コースはお米の種類によって選べるコースが異なります。詳しくは(→ P.20、21)
- 少量(0.5~2カップ)を炊飯する場合は「少量」コースもお試ください。
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。(→ P.26)



例:「白米」の「極上しゃっきり」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

お米(調理) を押し、炊飯する「お米」を点滅させる

- **お米(調理)** 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。

白米 無洗米 雑穀米 玄米 麦ごはん 調理

移動

点滅

白米 無洗米 雑穀米 玄米 麦ごはん 調理

エコ炊飯

雑炊 温泉卵 ケーキ

50

2 「コース」を選ぶ

コース を押し、希望の「コース」を点滅させる

- **コース** 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。

極上 ふつ 極上 しゃっきり 極上 もちもち 快速 少量 炊込み

点滅

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。

●初めて炊飯するときは、「白米」に設定されています。「白米」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。

●「白米」と「無洗米」の「極上」、「快速」、「少量」、「エコ炊飯」と「雑穀米」の「極上」、「少量」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.45)

●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。

警告



圧力炊飯中（**圧力**）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。



炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは、「切/とりけし」ボタンを押して炊飯を中止し、約30秒後に点滅している**圧力**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、「炊飯/再加熱」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



コースを確認する
水量の多い「おかゆ」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。

3

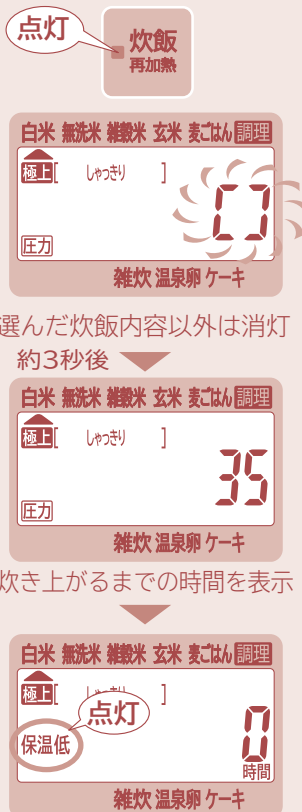
**炊飯
再加熱** を押す

メロディー（ブザー）が鳴って炊飯開始

- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。
- 炊飯中は**圧力**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

- 保温ランプが点灯します。
- 「保温低」または「保温高」を表示します。
- 保温の経過時間を表示します。
- 保温になると**圧力**が消灯します。



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.47

- 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、止まることがあります。これはおいしく炊くための調整です。
- お米「玄米」「麦ごはん」やコース「炊込み」「おかゆ」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。

4

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.31、32
- 炊き上がったごはんの一部が盛り上がったり、くぼんだり、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

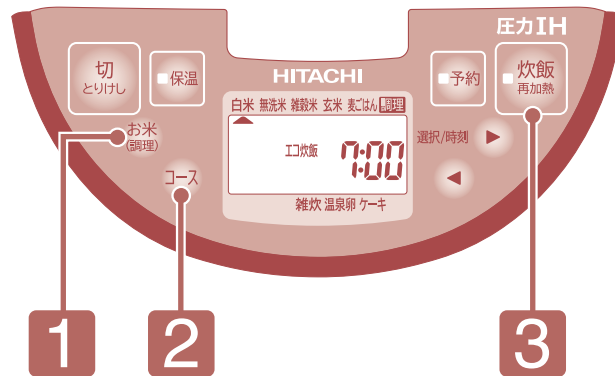
- 圧力式で蒸気が抜けにくいので、炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれることがあります。異常ではありません。
つゆが気になる場合 → P.18

ふたが開かないとき



少量炊飯をする (少量のごはんを炊くときに)

●0.5～2カップまでのお米を炊くときに、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。



例)「白米」「少量」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

「お米 (調理)」を押す、

炊飯する「お米」を点滅させる

- 「お米」を押すごとに点滅が移動します。
- ▶を押すと進み ◀を押すと戻ります。



- 工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

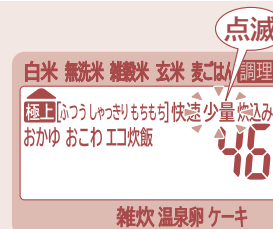
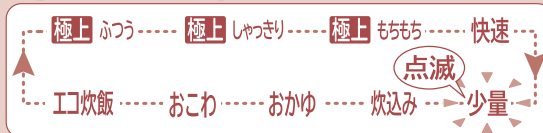
少量コースを選べるお米

白米	無洗米	雑穀米	玄米	麦ごはん
○	○	○	○	×

2

コースを押す、「少量」を点滅させる

- コースを押すごとに点滅が移動します。
- ▶を押すと進み ◀を押すと戻ります。



- 炊飯したコースは自動で記憶されます。

3

「炊飯再加熱」を押す

メロディー(ブザー)が鳴って炊飯開始

- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。
- 炊飯中は「圧力」を表示します。

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

- 「保温低」または「保温高」が点灯します。
- 保温ランプが点灯します。
- 保温になると「圧力」が消灯します。



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.47

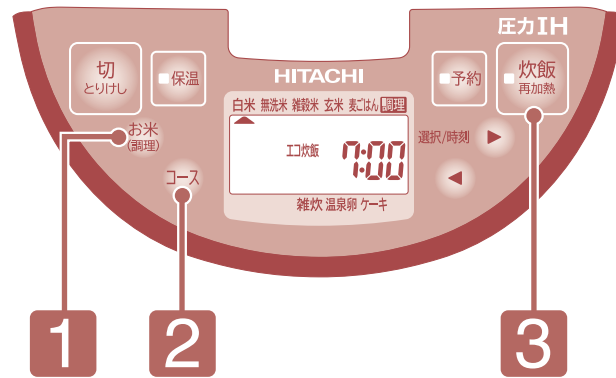
4

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ったり、固まることを防ぎます。
- 保温のしかた → P.31、32

快速炊飯をする（短時間で炊飯したいときに）

●時間を優先した炊き方のため、ごはんの表面が水っぽくなったり、硬めに炊き上がる場合があります。



炊飯

例)「白米」「快速」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

お米 (調理) を押し、

炊飯する「お米」を点滅させる

- を押すごとに点滅が移動します。
- を押すと進み を押すと戻ります。
- 快速は「白米」「無洗米」以外では使えません。

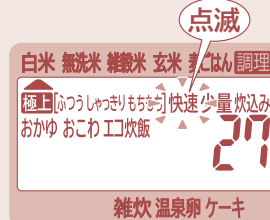
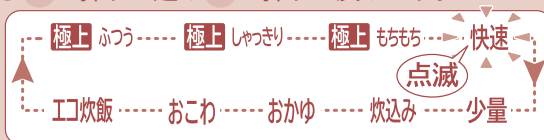


- 工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

2

コースを押し、「快速」を点滅させる

- コースを押すごとに点滅が移動します。
- を押すと進み を押すと戻ります。



- 「白米」「無洗米」以外では快速は選べません。
- 炊飯したコースは自動で記憶されます。

3

炊飯
再加熱

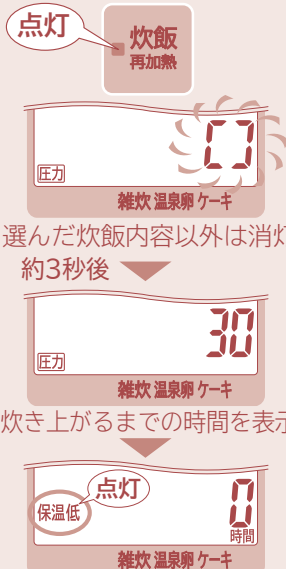
を押す

メロディー（ブザー）が鳴って
炊飯開始

- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。
- 炊飯中は「圧力」を表示します。

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

- 「保温低」または「保温高」が点灯します。
- 保温ランプが点灯します。
- 保温になると「圧力」が消灯します。



- 炊飯・保温時に音が発生することがあります。→ P.47

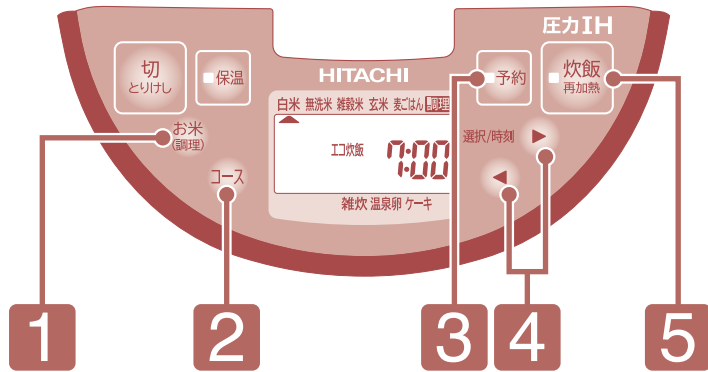
4

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.31、32

予約炊飯をする（食べたい時刻に炊き上げる）

- 予約時刻は「予約1」と「予約2」の2通り設定できます。工場出荷時は「予約1」に6:00、「予約2」に18:00が設定されています。
- 予約時刻は24時間表記です。
- 予約時刻は炊き上がりの時刻です。
- 予約時刻までの時間が短すぎる場合は、すぐに炊飯が始まります。（予約ランプは点灯しません）



- 表示は「白米」の「極上しゃっきり」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.15

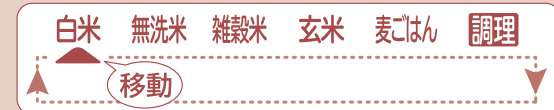
例)「予約1」に「7:30」の予約炊飯を設定するとき

1

「お米」を選ぶ

お米(調理) を押し、
炊飯する「お米」を点滅させる

- お米を押すごとに点滅が移動します。
- ▶を押すと進み ◀を押すと戻ります。



- 工場出荷時は「エコ炊飯」に設定されています。

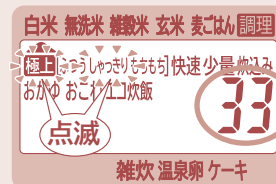
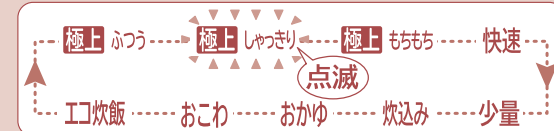
- 「白米」と「無洗米」の「極上」、「快速」、「少量」、「エコ炊飯」と「雑穀米」の「極上」、「少量」以外のコースを選んだときは現在時刻が表示されます。→ P.45

2

「コース」を選ぶ

コース を押し、
希望の「コース」を点滅させる

- コースを押すごとに点滅が移動します。
- ▶を押すと進み ◀を押すと戻ります。



- 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。

警告



圧力炊飯中（**圧力**）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。



炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは、「切/とりけし」ボタンを押して炊飯を中止し、約30秒後に点滅している**圧力**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、「炊飯/再加熱」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



コースを確認する
水量の多い「おかゆ」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。

3

「予約」を選ぶ

予約 を押し、「予約1」を点灯させる

- 炊飯/再加熱ランプが点滅します。
- 予約** を押すごとに点灯が変わります。



- 工場出荷時設定時刻が前回設定時刻を表示します。

4

◀ または ▶ を押し、
炊き上がり時刻「7:30」を設定する

- ◀ または ▶ を押す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



5

炊飯 再加熱 を押す

ブザーが「ピーピー」と鳴って予約完了

- 炊飯/再加熱ランプが消灯し、予約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

- 保温ランプが点灯します。



- 「予約2」のブザー音は「ピーピーピーピー」です。
- 設定時刻は記憶されます。
- 予約炊飯の取り消しは「切/とりけし」ボタンを押します。

炊き上がりまで
予約時刻を表示

- 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。異常ではありません。
- つゆが気になる場合 → P.18

6

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.31、32
- 炊き上がったごはんの一部が盛り上がり、くぼんだり、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。

ふたが開かないとき

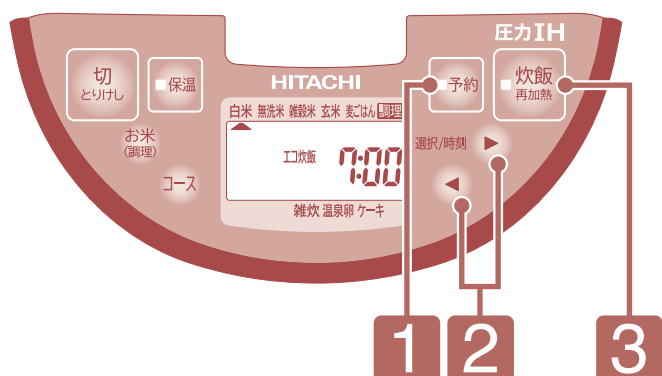
- 1 ふたの前方中央部を押しながら
- 2 フックボタンを押す



炊飯

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

「炊込み」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「白米」の「極上しゃっきり」を選んでいた場合の一例です。

1

お米とコースを選んでから

「予約」を押し、
浸し時間（例：30分）を点滅させる

- 炊飯/再加熱ランプが点滅します。
- 「予約」を押すごとに点灯が変わります。



点滅



- お米とコースの選びかた

→ P.20~21



- 工場出荷時設定時間か前回設定時間を表示します。

2

◀ ▶ を押し、浸し時間「60」を選ぶ

- ◀ または ▶ を押す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。

3

「炊飯再加熱」を押す

ブザーが「ピーピーピピピ」と
鳴って浸し炊飯開始

- 炊飯/再加熱ランプが消灯し、予約ランプが点灯します。

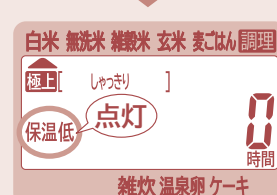
メロディー（ブザー）が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります

- 保温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「切/とりけし」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



4

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.31、32

保温をする

- 保温には、「保温低」「保温高」の方法があります。
- 炊飯が終了すると自動的に「保温低」または「保温高」になり、保温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

「保温低」

約60℃の低い温度で保温し、定期的に一時温度を上げます。
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24時間以内にしてください。（24時間を過ぎても保温は継続します）

「保温高」

70℃以上の食べ頃の温度に保ちます。
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）

「保温低」「保温高」の切り替えかた

保温開始後1時間のみ「保温低」「保温高」の切り替えができます。（工場出荷時の設定は「保温低」です）

1

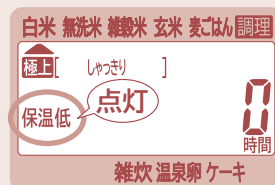
保温中に  を押す

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

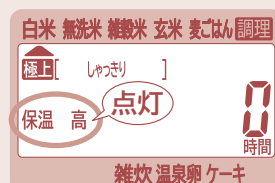


- 保温開始後1時間経過すると、ボタン操作を受け付けず、保温の切り替えができなくなります。
（ごはんの変色や臭いを防ぐためです）

「保温低」の表示



「保温高」の表示



- 一度設定した「保温低」「保温高」は、炊飯器が記憶します。

⚠ 注意



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

保温をする つづき

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)

「発芽玄米」「玄米」「分づき米」「麦ごはん」「もち米(おこわ)」を炊飯したときや「炊込み」「おかゆ」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。
- 雑穀米を「極上」コースで炊飯した場合は、12 時間以上保温しないでください。
雑穀米の種類によっては、保温時間が 12 時間以内でも苦み、におい、ベタつきが生じる場合があります。
上記の時間を過ぎても保温は継続します。

保温をやめるときは

1

保温中に **切** を押す

とけし

- 保温ランプが消灯します。

例:「白米」の「極上しゃっきり」の場合



- 保温をやめた後、内がまの中にごはんを入れたままにしないでください。(ベタつき、におい、腐敗の原因になります)
誤って保温中に切ボタンを押した場合は下の方法で保温にしてください。

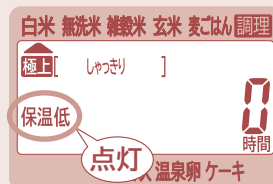
「切」状態から保温にする

1

保温 を押す

- 前回設定した「保温低」もしくは「保温高」になります。
- 保温ランプと前回設定の「保温低」もしくは「保温高」が点灯します。

例:「白米」の「極上しゃっきり」で「保温低」を選んだ場合



- 保温の経過時間を1時間単位で表示します。
「保温低」は 24 時間まで、「保温高」は 12 時間まで表示し、その後は現在時刻が表示されます。

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。「保温低」の場合は24時間、「保温高」の場合は12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。

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」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)

すぐに再加熱をする

1

保温中に  を押す

- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。
- 最大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

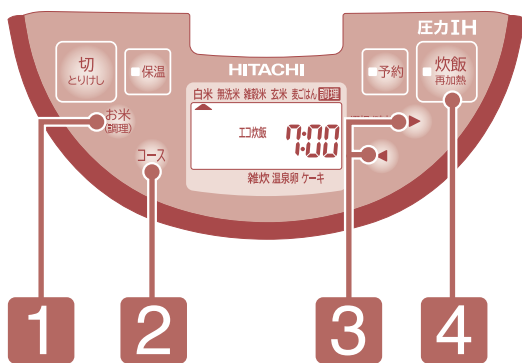
- 炊飯/再加熱ランプが消灯します。



- 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。
- ごはんの量により、10分より短い時間で終了する場合もあります。
- 途中で止めるときは「切/とりけし」ボタンを押してください。

保温

調理をする (雑炊、温泉卵、ケーキ)



例)「ケーキ」の「45分」を選んだ場合

警告



- 取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理コース以外の用途には使わない
- 調理中はふたを開けない
ふたをやむを得ず開けるときは、「切/とりけし」ボタン押して調理を中止してから(約30秒後)、ふたを開けてください。
(やけどに注意してください)

注意



- 調理をするときは調理コースを確認する
水量の多い「雑炊」を他の調理コースで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

1

お米 (調理) を押し、「調理」を点滅させる

- お米** を押すごとに点滅が移動します。
- ▶** を押すと進み **◀** を押すと戻ります。



- 調理コースは蒸気が出ます。
- 前回選択したコースと、設定した時間が点灯します。

2

コース を押し、
希望の調理コースを点滅させる

- ボタンを押すごとに **▼** が移動します。



- 「雑炊」加熱時間の設定はできません。ごはんの温度や具材の量により、自動設定されます。

3

◀ ▶ を押し、
加熱時間「45」を設定する

- ボタンを押すごとに時間が変わります。

- ・10分から90分まで5分単位で設定できます
- ・設定した加熱時間は記憶されます



- 加熱時間を表示しません。
- 選んだコースと加熱時間は、調理すると記憶されます。

4

炊飯 再加熱 を押し

メロディー (ブザー) が鳴って加熱開始

- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。

メロディー (ブザー) が鳴ったら加熱終了
調理品を別の容器に移します

お願い 内がまで調理品の保温や保存はしないでください。
(内がまのフッ素被膜が傷みます)



終了時間まで
残り加熱時間
を分単位表示

- 加熱時間や調理のしかたは料理集を参照してください。

- 雑炊 → P.56
(加熱時間は自動設定されます)
- 温泉卵 → P.57
- ケーキ → P.58、59、60

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）

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。（変形・変色の原因）
- ふた加熱板や蒸気キャップを外した状態で、ふたを開けると勢いよく開きますので、ふたの手前側を支えて開くよう注意してください。

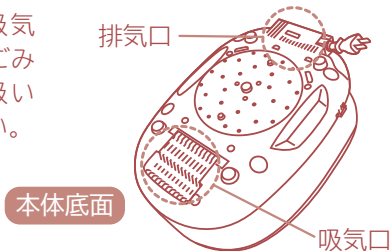
本体・本体の内側（汚れのつど）

- 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。



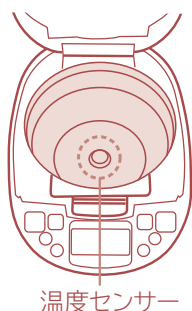
吸気口・排気口（月に1度程度）

- 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。



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、固くしぼ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。



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にお手入れをしてください。

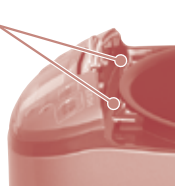
ふたフック部

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。

本体フック部内側
内がまを外して、
本体内側からようじ
などでかき出す



お手入れをする つづき

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（研磨粒子で粗い素材の部分）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。
- 内がまの塗装が気になる場合や、内がまが変形した場合は購入いただけます。 → P.61
- 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。
- お手入れや洗米の際に、内がまが接するシンクやテーブルなどの材質、特に人工大理石（人工大理石を含む）のキッチンでは、内がまの外側に傷がつき、塗装の色が落ちて、黒くなることがあります。お手入れや洗米の際は、内がまの下にやわらかいふきんなどをしくと、底面に傷がつきにくくなり色落ちも予防できます。なお、内がまに傷がついても、炊飯や保温等の動作に支障はありません。また、人工大理石のキッチンについて黒色はメラミンスポンジ等で低減または除去に効果があります。



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。

ふた加熱板

- 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。

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。

フィルター（使うたびに洗う）

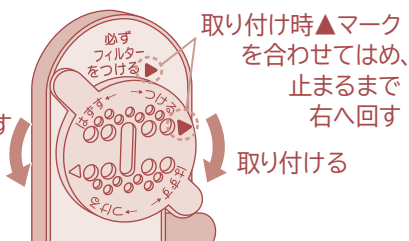
- フィルターにごはんなど異物が詰まっているときは、外して洗ってください。洗った後は忘れずに取り付けてください。
- フィルターは小さい部品ですので、外したときはなくさないようにしてください。

■外しかた

左に回して手前に引く。

■取り付けかた

▲マークを合わせて差し込み、「カチッ」と止まるまで右に回す。



ふた加熱板（使うたびに洗う） ・ふたパッキン（取り外さない）

- 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ときは、取り除いてください。



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度押して動くことを確認してください。

蒸気センサー・圧力調整装置

- 押したり、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。



ふた加熱板（使うたびに洗う）

●ふたから外して、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。

1

ふた加熱板をふたから外す

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。



2

ふた加熱板の汚れや詰まりを洗い落とす

3

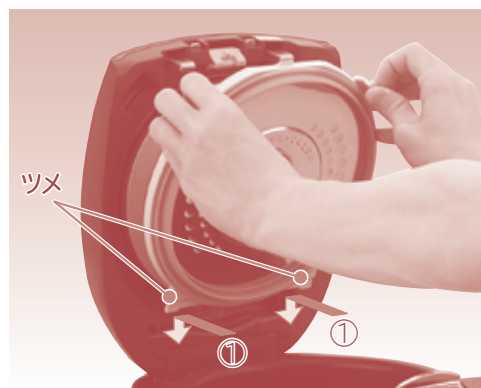
洗ったあとは、水分をよくふきとり十分に乾かす

4

ふた加熱板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。



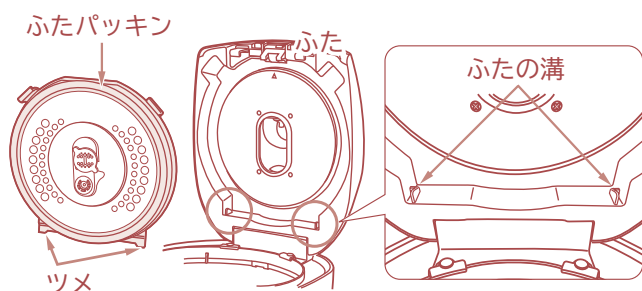
②着脱レバーを上方向に押し上げながら、ふた加熱板の上側を押し込み、

③着脱レバーを下げる。

付け忘れて炊くことを防ぐため、ふた加熱板を取り付けしないと、通常の力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）

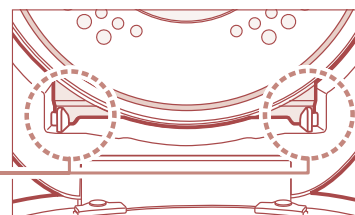


ふた加熱板を取り付けるときのご注意

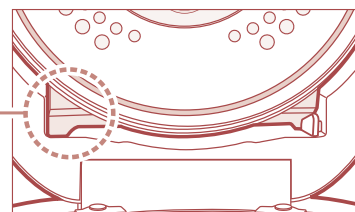


両側のツメがふたの溝に差し込まれていないと、ふたを閉めるときにツメが破損したり、変形することがあります。

○
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



お手入れをする つづき

蒸気キャップ(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。

1

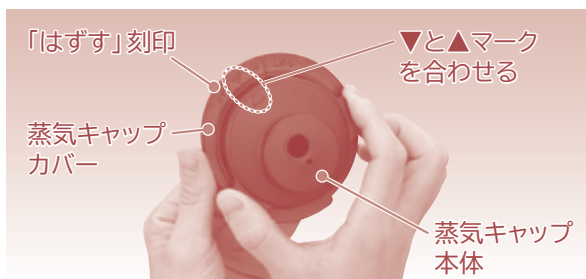
蒸気キャップをふたから外す



本体から引き上げて外す。

2

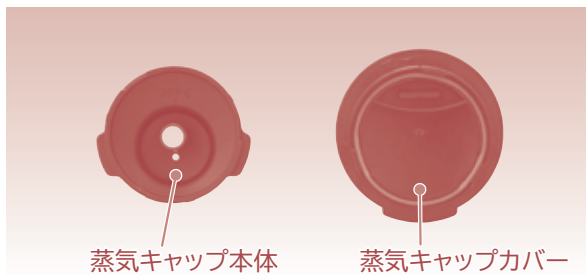
蒸気キャップカバーから蒸気キャップ本体を外す



上図のように持ち、蒸気キャップ本体の▲マークを「はずす」の方向に回し、カバーの▼マークと位置を合わせて外す。

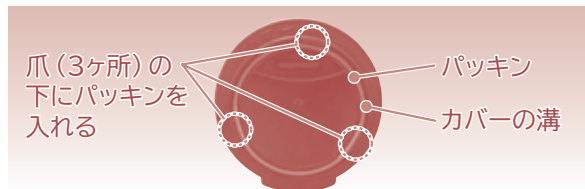
3

蒸気キャップ本体と、蒸気キャップカバーの汚れや詰まりを洗い落とす



4

パッキンが外れた場合は蒸気キャップカバーの溝に入れる



5

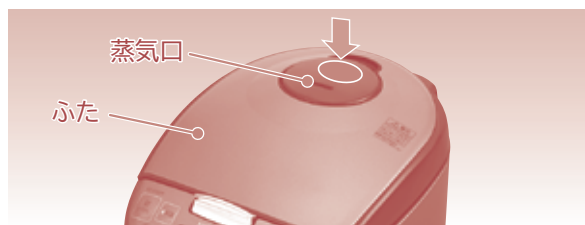
蒸気キャップカバーに蒸気キャップ本体を取り付ける



蒸気キャップ本体の▲マークをカバーの▼マークの位置と合わせ、3ヶ所の爪を確実にはめ込み「しめる」の方向に回してカバー●のマークの位置まで回して取り付ける。

6

蒸気キャップをふたに取り付ける



蒸気キャップをふたに差し込み、蒸気口の後方部を止まるまで押し下げて取り付ける。

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、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丸めたもので、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

- 炊込みごはんや調理、雑炊などの後は、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、「白米（無洗米）」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

お米（調理）を約5秒間長押しし、設定変更モードに切り替える。



- 「切」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。

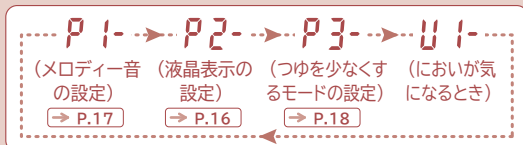
それでもにおいが気になるときは

- ①ふた加熱板の入る大きさの鍋・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、ふた加熱板を入れて15分程度加熱する。
 - ③湯を捨て、ふた加熱板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。

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◀ を押すと戻ります。



4

炊飯 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。
- 炊飯/再加熱ランプが点灯します。



- 蒸気でおいを軽減させるため、加熱中に蒸気がでます。壁などへの結露や、やけどにご注意ください。
- 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。

5

メロディー（ブザー）が鳴ったら加熱終了

- 炊飯/再加熱ランプが消灯します。



6

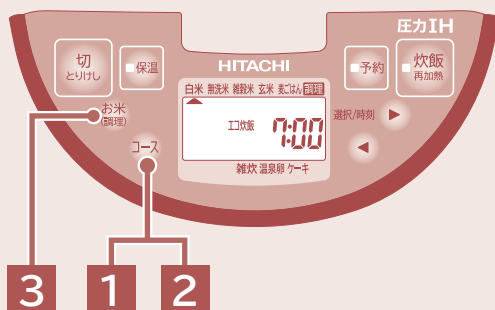
本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取る

お手入れ

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）



設定のしかた → P.23

1 [極上] コースを試す

- 工場出荷時は[エコ炊飯]に設定されています。
[極上]コースをお試しく下さい。[しゃっきり][ふつう][もちもち]の3種類からお好みの食感を選べます。
浸しや、蒸らしの温度や圧力を調整しておいしく炊飯します。

2 [少量] コースを試す

- 少量（2カップまで）を炊飯する場合は[少量]コースを選んでください。
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。

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のものがあ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。
ほぐさないで固まったり、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

- 15A以上の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、電圧が下がりうまく炊き上がりません。
- 炊飯中に[切/とりけし]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。

内がまやセンサーの汚れ

→ P.22、36

- 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.35

ふた加熱板の汚れ

→ P.10、22、36

- 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。

3 無洗米をお使いの場合は〔無洗米〕を選ぶ

●工場出荷時は〔白米〕に設定されています。無洗米をお使いの場合は、〔無洗米〕を選んでください。

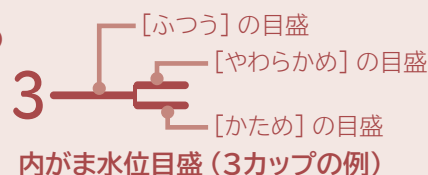
お願い

●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〔やわらかめ〕〔かため〕の線の範囲内で調整してください。



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。
- 〔かため〕の水位目盛をお試しいただきましたか。

コース

- 〔極上しゃっきり〕のコースをお試しいただきましたか。
- 〔少量〕コースで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、〔少量〕コースを選んでください。ベタつきを抑えます。
- 無洗米の場合は、〔無洗米〕を選びましたか。

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。
- お米は、ぬかやデンプン質が釜底に沈殿しやすく、また無洗米でも米が擦れた粉が付着している場合があるため、お米を底からかき混ぜ、にごりがなくなるまですすいでください。
- 〔やわらかめ〕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)
- 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

- 〔極上ふつ〕〔極上もちもち〕のコースをお試しいただきましたか。〔エコ炊飯〕や〔快速〕で炊くと硬めになります。
- 無洗米の場合は、〔無洗米〕を選びましたか。
- 〔少量〕コースで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〔少量〕コースもお試しください。

炊いた後

- 炊き上がり後すぐに、ごはんをほぐしましたか。

こんなときは

ここを確認

炊飯について

●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)
- 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

- [極上ふつつ][極上しゃっきり][極上もちもち]などのコースをお試しいただきましたか。
([白米][無洗米]のみ)[エコ炊飯]や[快速]はムラが出来やすくなります。
- 無洗米の場合は、[無洗米]を選びましたか。
- [少量]コースで規定量以上の炊飯をしていますか。

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

- 無洗米の場合は、[無洗米]を選びましたか。
- 少量を炊飯する場合は[少量]コースを選んでください。

●ふきこぼれる

炊く前

- 計量米びつは操作方法によって、お米が少なく出る場合があります。
付属の計量カップをお使いください。
- 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。
- [やわらかめ]の水位目盛以上に水を入れていませんか。
- ふた加熱板、蒸気キャップ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

- 無洗米の場合は、[無洗米]を選びましたか。
- 少量を炊飯する場合は[少量]コースを選んでください。

注意

水量の多い[おかゆ]や[玄米][雑炊]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にのせて炊飯し、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。

炊飯コース・方法

- [炊込み]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.20

●雑炊がうまくできない

だし汁の量

●だし汁は、お米と具が隠れる程度に入れ、入れすぎないでください。

卵の入れかた

●卵は溶き卵にして、炊き上がった雑炊に全体にかけるように入れてください。先に入れると底部で卵が固まり、うまくできません。

●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。

●蒸気セーブなのに蒸気が出る

●外部への排出蒸気を減らす蒸気セーブは、炊飯コース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。「玄米」「おかゆ」などは蒸気が出る場合があります。

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、切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。

●極上もちもちは低温で長く浸すため、90分程度かかります。

炊飯コース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ことがあります。

●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も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.39

●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。（ぬかのにおいの原因）

●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.18

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.28～30

こんなときは

ここを確認

保温について

- 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.32

- 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.35~38

- 蒸気キャップ、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.32

- 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.35~38

- 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.37、38

- 蒸気キャップ、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.31

- 「保温高」に切り替えてください。

保温ごはんの量

→ P.32

- 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.33

- 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.31

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

- 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.33

こんなときは

ここを確認

液晶表示について

炊飯時間

● いっきになる

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っきになることがあります。異常ではありません。

● 表示されない

「白米」「無洗米」の「極上」「快速」「エコ炊飯」、「雑穀米」の「極上」以外のコースは炊飯時間を表示せず、現在時刻を表示します。また、本体が熱いときも、現在時刻を表示します。

● 圧力表示 (圧力) が点滅している

炊飯の中断

● 圧力炊飯中に「切 / とりけし」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、29

● 「- : -」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。

→ P.15

● 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.16

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「- : -」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で異常ではありません。

● 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。「切 / とりけし」ボタンを 5 秒間押し続けると、表示窓の表示が通常表示に戻り、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.36

● 内がまの塗装が気になる場合や、内がまが変形した場合は購入いただけます。

→ P.61

● 傷がある

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。

「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.36

● 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。

● 内がまの塗装が気になる場合や、内がまが変形した場合は購入いただけます。

→ P.61

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

お知らせ表示について

●「C1」または「C2」を表示する

●「C6」を表示する

●「C7」を表示する

●「H1」～「H12」を表示する

使用中に停電した

●閉まりにくい

●閉まらない

●ふた加熱板が外れる

●開きかたが遅い

●開かない

●保温中にふたが熱くなる（特に夏場）

ここを確認

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。
お知らせ表示は「切 / とりけし」ボタンで解除できます。
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。

内部の温度が異常に高いときに炊飯を停止し、表示します。
お知らせ表示は「切 / とりけし」ボタンで解除できます。
炊飯器の下敷物や、ごみなどで吸気口・排気口が塞がれていないか確認してください。
本体が熱い状態から炊飯して表示された場合は、本体を冷ましてから炊飯してください。

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。
お知らせ表示は「切/とりけし」ボタンで解除できます。

「切 / とりけし」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。

炊飯中

保温中

予約（浸し）中

再通電後、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。

再通電後、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。

再通電後、予約（浸し）を続けます。

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ゆっくりと閉めてください。

ふた加熱板の取り付け

→ P.37

●ふた加熱板を取り付けていないと、通常の力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フックボタンを押すと、ふたを開くことができます。

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ふた加熱板が外れる場合があります。ゆっくりと閉めてください。

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。

●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、通常の力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フックボタンを押すと、ふたを開くことができます。

定期的に保温温度を上げています。
この間はふたの温度が高く感じますが異常ではありません。

こんなときは		ここを確認
本体とふたについて	●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>ふた加熱板部品の汚れ → P.36、37</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>ふた加熱板の変形</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.17</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点で支持しているため、端部を押すと本体がガタつくことがあります。異常ではありません。その他の脚部は床面から浮かせて設けていますが、傾斜時の転倒を防止するため異常ではありません。</p>
●電源コードが最後まで巻き取れない		<p>電源コードを少し引き出してから手を離してください。もどりきらない場合は、何度か繰り返してください。</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は次のような音がします。異常ではありません。



マークの音は、ホームページからサンプル音が試聴できます。



2017_kw

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
ふたを開けたとき/ 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

野菜ピラフ	49
さつまいもと黒ごまのごはん	49
お赤飯	50
山菜おこわ	50
栗五目おこわ	50
鶏がゆ	51
青菜がゆ	51
すしめし	52
五目ちらし	52

麦ごはんメニュー

麦とろごはん	53
--------	----

雑穀米・玄米メニュー

雑穀ごはん	53
黒米の中華風炊き込みごはん	54
きのこごはん	54
かやくごはん	54
えびピラフ	55
ひじき入り玄米ごはん	55

いろいろな調理メニュー

たまご雑炊	56
リゾット風雑炊	56
中華風雑炊	56
温泉卵	57
マールケーキ	58
ヨーグルトチーズケーキ	59
おかからケーキ	59
スポンジケーキ (デコレーションケーキ)	60

●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)

●料理集に記載されている分量は一例です。
実際に炊飯されるお米の量に合わせて、具材や調味料の分量も調節してください。

●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

〇〇白米メニュー



野菜ピラフ

●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）

■選ぶお米とコース：「白米」「炊込み」
 ■でき上がり目安時間：約60分
 ■1人分：約500kcal

●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、④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、お米（調理）ボタンで「白米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑥炊き上がったたらほぐして器に盛ります。



さつまいもと黒ごまのごはん

■選ぶお米とコース：「白米」「炊込み」
 ■でき上がり目安時間：約55分
 ■1人分：約500kcal

●材料（4人分）

お米（うるち米）……………カップ3
 さつまいも（さいの目切り）……………200g
 黒すりごま……………大さじ4
 しょうゆ……………大さじ2
 だし汁……………200mL
 塩……………小さじ1/2弱

●作りかた

- ①さつまいもは皮を厚くむいてさいの目に切り、しばらく水にさらしてから、水気をきります。
- ②お米は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④を加えます。
- ④③に水を「白米・無洗米」の水位目盛3まで加えてかき混ぜます。
- ⑤お米の上に①のをのせ、かき混ぜずに、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「白米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑥炊き上がったたらほぐして器に盛ります。

白米・無洗米 （炊込み4まで）	ツツ葉コート
5	5.5
4	4.5
3	3.5
2	2.5
1	1.5
	0.5

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）
- ★予約炊飯・保温はしないでください。においや変質の原因になります。
- ★具の量はお米の重量の30～50%が適当です。（お米1カップ分につき具の量は45～75g）
- ★水を吸いやすい具は、あらかじめ火を通しておきます。



お赤飯

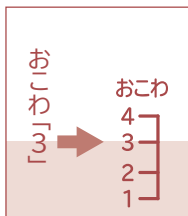
- 選ぶお米とコース:「白米」「おこわ」
- でき上がり目安時間:約50分
- 1人分:約440kcal

●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まします。
- 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を入れ、
①のゆで汁と水を「おこわ」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、お米 (調理) ボタンで「白米」を、コースボタンで「おこわ」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったたらほぐして器に盛り、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

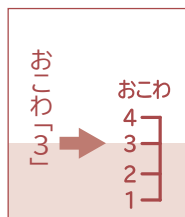
- 選ぶお米とコース:「白米」「おこわ」
- でき上がり目安時間:約55分
- 1人分:約480kcal

●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を入れてから、水を「おこわ」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、お米 (調理) ボタンで「白米」を、コースボタンで「おこわ」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったたらほぐして器に盛り、白ごまをふりかけます。



栗五目おこわ

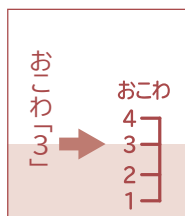
- 選ぶお米とコース:「白米」「おこわ」
- でき上がり目安時間:約55分
- 1人分:約490kcal

●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 (いちょう切り)20g
 ごぼう (さ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「おこわ」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、お米 (調理) ボタンで「白米」を、コースボタンで「おこわ」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったたらほぐして器に盛ります。





鶏がゆ

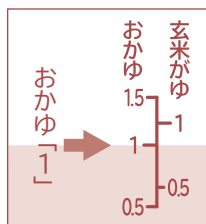
●材料（4人分）

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
 A { 長ねぎの葉……………少々
 しょうがの皮……………少々
 B { 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

■選ぶお米とコース：「白米」「おかゆ」
 ■でき上がり目安時間：約75分
 ■1人分：約160kcal

●作りかた

- ①お手持ちのなべに鶏肉を入れ、水600mLとA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、B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「おかゆ」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、お米（調理）ボタンで「白米」を、コースボタンで「おかゆ」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤炊き上がったら、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。



青菜がゆ

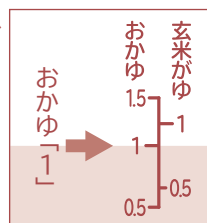
■選ぶお米とコース：「白米」「おかゆ」
 ■でき上がり目安時間：約75分
 ■1人分：約130kcal

●材料（4人分）

お米（うるち米）……………カップ1
 大根の葉またはお好みの青菜……………20g
 塩……………少々

●作りかた

- ①お米を研いでから、水を「おかゆ」の水位目盛1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、お米（調理）ボタンで「白米」を、コースボタンで「おかゆ」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ③大根の葉または青菜はサッとゆでて水気をきり、みじん切りにしておきます。
- ④炊き上がったら、③を入れ、お好みで塩を加えて軽く混ぜ、器に盛ります。



⚙️ 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。

⚠️ 警告

青菜などの葉ものは炊き上がった後に入れる

炊く前に入れると、調圧弁が目詰まりするなど、やけどのおそれがあります。



すしめし

- 選ぶお米とコース：
「白米」「極上しゃっきり」
- 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角
 【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「白米・無洗米」の「かため」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、お米（調理）ボタンで「白米」を、コースボタンで「極上しゃっきり」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ④ 炊き上がったら、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。

か た め	白米・無洗米 （炊込み4まで）	フツ煮モード
5	やわらかめ	5.5
4	かため	4.5
3	→	3.5
2		2.5
1		1.5
		0.5



五目ちらし

- 1人分：約600kcal

●材料（4人分）

- 干しいたけ（水で戻していしづきを取る）…………… 8枚
 にんじん…………… 30g
 干びょう…………… 30g
 A { だし汁…………… 400mL
 砂糖…………… 大さじ6
 しょうゆ…………… 大さじ4
 みりん…………… 大さじ3
 塩…………… 少々
 れんこん…………… 80g
 B { だし汁…………… 大さじ2
 酢…………… 大さじ2
 砂糖…………… 大さじ1
 塩…………… 少々
 えび…………… 10尾
 錦糸卵…………… 卵1個分
 木の芽…………… 10枚
 白ごま…………… 大さじ2
 桜でんぶ…………… 少々
 紅しょうが…………… 少々

※他に「すしめし」の材料が必要です。

●作りかた

- ① すしめしは「すしめし」の作りかたで作ります。
- ② 干しいたけはにんじんと合わせてせん切りにします。干びょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでてから1cm角の長さに切ります。
- ③ ②をAで汁がなくなるまで煮つめます。
- ④ れんこんは薄切りにしてから酢水につけてアクを抜き、軽く湯がいてBにつけておきます。
- ⑤ えびは殻をむいて背わたを取り、ゆでておきます。
- ⑥ ①に③と白ごまを混ぜ合わせて器に盛り、④、⑤、桜でんぶ、錦糸卵、紅しょうが、木の芽をちらします。

〇〇 麦ごはんメニュー 〇〇 雑穀米・玄米メニュー



❖❖ 麦とろごはん

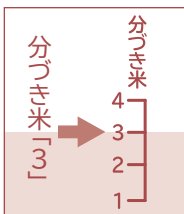
- 選ぶお米とコース:「麦ごはん」「極上」
- でき上がり目安時間:約55分
- 1人分:約440kcal

●材料(4人分)

お米(うるち米).....カップ2
 押し麦.....カップ1
 山芋.....250g
 だし汁.....100mL
 A { しょうゆ.....大さじ1
 みりん.....小さじ1
 青のり粉.....少々

●作りかた

- ①お米と押し麦は合わせて軽く研いでから、水を「分づき米」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、お米(調理)ボタンで「麦ごはん」を、コースボタンで「極上」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ③Aを合わせます。
- ④山芋は酢水につけながら皮をむき、おろしがねでおろし、すり鉢でよくすり、③を少しずつ加えてのばします。
(③の量はお好みで加減してください)
- ⑤器に②の麦ごはんを盛り、④のとろろ汁をかけ、青のり粉をちらします。
※押し麦の量はお好みでカップ $\frac{1}{2}$ ~1の間で調節してください。



❖❖ 雑穀ごはん

- 選ぶお米とコース:「雑穀米」「極上」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約400kcal

●材料(4人分)

お米(うるち米).....カップ $2\frac{1}{3}$
 雑穀.....カップ $\frac{2}{3}$

●作りかた

- ①お米と雑穀は別々に研いでから合わせ、水を「雑穀米」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、お米(調理)ボタンで「雑穀米」を、コースボタンで「極上」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ③炊き上がったらほぐして器に盛ります。

雑穀米	白米・無洗米 雑穀米・発芽玄米 (炊込み4まで)	フッ素コート
5	5.5	やわらかめ
4	4.5	かため
3	3.5	
2	2.5	
1	1.5	
	0.5	

❖❖ 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:「雑穀米」「炊込み」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約580kcal

●材料(4人分)

お米(うるち米)……………カップ2 $\frac{2}{3}$
 黒米……………カップ $\frac{1}{3}$

A { 鶏がらスープの素(顆粒状のもの)……………小さじ1 $\frac{1}{2}$
 しょうゆ・酒……………各大さじ1 $\frac{1}{2}$
 塩……………小さじ $\frac{2}{3}$

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、②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でから合わせておきます。
- ③内がまに②とAとえびの戻し汁を加えてから水を「雑穀米」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、お米(調理)ボタンで「雑穀米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤炊き上がったらほぐして器に盛り、香菜を飾ります。

雑穀米	白米・無洗米 雑穀米・発芽玄米 (炊込み4まで)	フッ素コート
3	5	5.5
4	4	4.5
5	3	3.5
6	2	2.5
7	1	1.5
8	0	0.5



きのこごはん

- 選ぶお米とコース:「雑穀米」「炊込み」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約470kcal

●材料(4人分)

お米(うるち米)……………カップ2 $\frac{2}{3}$
 雑穀……………カップ $\frac{1}{3}$

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 $\frac{1}{2}$
 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でから合わせて、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「雑穀米」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、お米(調理)ボタンで「雑穀米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤炊き上がったらほぐして器に盛り、お好みで香菜を飾ります。

雑穀米	白米・無洗米 雑穀米・発芽玄米 (炊込み4まで)	フッ素コート
3	5	5.5
4	4	4.5
5	3	3.5
6	2	2.5
7	1	1.5
8	0	0.5



かやくごはん

- 選ぶお米とコース:「雑穀米」「炊込み」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約480kcal

●材料(4人分)

お米(うるち米)……………カップ2 $\frac{2}{3}$
 雑穀……………カップ $\frac{1}{3}$

A { だし汁……………200mL
 酒……………大さじ3
 しょうゆ……………大さじ $1\frac{2}{3}$
 塩……………小さじ $\frac{2}{3}$

B { 鶏もも肉(1cm角切り)……………70g
 酒……………小さじ $\frac{1}{2}$

C { ごぼう(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…………… $\frac{1}{2}$ 枚
 こんにゃく…………… $\frac{1}{4}$ 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。
- ②B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「雑穀米」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、お米(調理)ボタンで「雑穀米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑥炊き上がったらほぐして器に盛り、お好みで木の芽を飾ります。

雑穀米	白米・無洗米 雑穀米・発芽玄米 (炊込み4まで)	フッ素コート
3	5	5.5
4	4	4.5
5	3	3.5
6	2	2.5
7	1	1.5
8	0	0.5



えびピラフ

- 選ぶお米とコース:「雑穀米」「炊込み」
- でき上がり目安時間:約85分
- 1人分:約480kcal

●材料 (4人分)

- お米 (うるち米)カップ $2\frac{2}{3}$
 雑穀カップ $1\frac{1}{3}$
 大きめのむきえび200g
 玉ねぎ (みじん切り) $\frac{1}{4}$ 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 $\frac{2}{3}$

●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「雑穀米」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、お米 (調理) ボタンで「雑穀米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑥炊き上がったらほぐして器に盛り、お好みでパセリをふりかけます。

雑穀米	白米・無洗米 雑穀米・発芽玄米 (炊込み4まで)	フッ素コート
5	5.5	やわらかめ
4	4.5	かため
3	3.5	かため
2	2.5	かため
1	1.5	かため
	0.5	かため



ひじき入り玄米ごはん

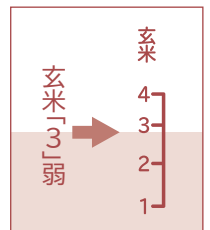
- 選ぶお米とコース:「玄米」「炊込み」
- でき上がり目安時間:約100分
- 1人分:約460kcal

●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 $1\frac{1}{2}$
 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、⑥を入れて水を「玄米」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、お米 (調理) ボタンで「玄米」を、コースボタンで「炊込み」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤炊き上がったらほぐして器に盛ります。



○ いろいろな調理メニュー



タマゴ雑炊

- 選ぶお米とコース：「調理」「雑炊」
- でき上がり目安時間：約13分
- 1人分：約130kcal

●材料（4人分）

保温中のごはん、または冷ごはん ……300g
だし汁（粉末だし 小さじ1を水で溶いたもの）
……………400～500mL
卵（溶きほぐす）……………1個
刻みねぎ……………適量

●作りかた

- ① 保温中のごはんを使う場合は、切/とりけしボタンを押し、保温をやめます。冷ごはんを使う場合は、内がまに冷ごはんを入れます。
- ② 内がまのごはんのだし汁を加え、ごはんをほぐしておきます。
- ③ 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「雑炊」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ④ 調理が終わったら、溶きほぐした卵をまんべんなくかけ、軽くかき混ぜてから、器に盛り、お好みで刻みねぎを加えます。

❖ だし汁のポイント

- ★粉末だしが水で溶けにくい場合は、少量のお湯で溶かしてご使用ください。
- ★だし汁は「市販の雑炊のもと＋水」でもおいしくできます。だし汁の量はごはんの量に合わせて調節してください。

❖ 雑炊のポイント

- ★だし汁（スープ）を入れたら、よくごはんをほぐしてください。
- ★具はごはんとは混ぜずに、ごはんの上のせてください。
- ★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。
- ★すでに火の通った具（おかずの残り物など）や、にらなどの火の通りやすい野菜を入れてもおいしくできます。



リゾット風雑炊

- 選ぶお米とコース：「調理」「雑炊」
- でき上がり目安時間：約15分
- 1人分：約260kcal

●材料（4人分）

保温中のごはん、または冷ごはん ……300g
スープ（固形コンソメ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて）
……………300～400mL
ウィンナー……………6本
しめじ（小房に分ける）……………100g
A { ピザ用チーズ……………30g
粉チーズ……………大さじ2
塩・こしょう……………各少々
パセリ……………少々

●作りかた

- ① ウィンナーは斜め半分に切り、しめじとともに軽くゆがいて冷ましておきます。
- ② 保温中のごはんを使う場合は、切/とりけしボタンを押し、保温をやめます。冷ごはんを使う場合は、内がまに冷ごはんを入れます。
- ③ 内がまのごはんにはスープを加えてごはんをほぐし、ごはんの上に①のをせます。
- ④ 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「雑炊」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑤ 調理が終わったら、Aを加えて軽くかき混ぜてから、塩・こしょうで味をととのえて器に盛り、お好みでパセリをふります。

⚠ 警告

ピザ用チーズなどのチーズ類は調理が終わった後に入れる調理前に入れると、調圧弁が目詰まりするなど、やけどのおそれがあります。



中華風雑炊

- 選ぶお米とコース：「調理」「雑炊」
- でき上がり目安時間：約15分
- 1人分：約160kcal

●材料（4人分）

保温中のごはん、または冷ごはん ……300g
塩昆布……………10g
キャベツ（ざく切り）……………100g
中華スープ（鶏がらスープの素大さじ1を少量のお湯で溶いたものに水を加えて）
……………400～500mL
ごま油……………大さじ1

●作りかた

- ① 保温中のごはんを使う場合は、切/とりけしボタンを押し、保温をやめます。冷ごはんを使う場合は、内がまに冷ごはんを入れます。
- ② 内がまのごはんには中華スープを加え、ごはんをほぐし、ごはんの上にキャベツをのせます。
- ③ 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「雑炊」を選び、炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ④ 調理が終わったら、塩昆布を加え、ごま油をかけて軽くかき混ぜ、器に盛ります。

⚠ 警告

塩昆布は調理が終わった後に入れる

調理前に入れると、調圧弁が目詰まりするなど、やけどのおそれがあります。



温泉卵

- 選ぶお米とコース：「調理」「温泉卵」
- でき上がり目安時間：約35分
- 1個分：約80kcal

●材料（4個分）

卵（冷蔵庫から出したてのもの）……………4個
めんつゆ（市販品）……………適量

●加熱時間の目安

卵の数量	加熱時間	
	やわらかめ	かため
1～10個	30分	35分

●作りかた

- 炊飯器に内がまをセットし、水を「白米・無洗米」の水位目盛2まで加え、卵を入れます。
- ふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「温泉卵」を選び、加熱時間を◀▶で30～35分に設定して炊飯/再加熱ボタンを押します。
※最大量10個までできますが、加熱時間は「加熱時間の目安」を参考にしてください。
- 調理が終わったら、卵を取り出し、殻を割って器に盛り、お好みでめんつゆなどをかけます。

白米・無洗米	白米・無洗米 （炊込み4まで）	フツ煮コード
5	やわらかめ かため	5.5 4.5
4		3.5
3		2.5
2		1.5
1		0.5

●調理後ににおいが気になるときは ➡ P.39



❖ マーブルケーキ

■選ぶお米とコース:「調理」「ケーキ」

■でき上がり目安時間:約50分

■ $\frac{1}{8}$ 切れ分:約380kcal

●材料

バター(室温に戻す)150g
 小麦粉(薄力粉)150g
 砂糖140g
 卵(溶きほぐす)3個
 ラム酒大さじ $\frac{1}{2}$
 アーモンドパウダー45g
 牛乳大さじ2強
 チョコレート70g

●作りかた

- ① バターはかき混ぜてクリーム状にし、砂糖を加え、白くふんわりとした状態になるまでよく混ぜます。
- ② 卵を少量ずつ数回に分けて加え、さらにアーモンドパウダー、ラム酒、牛乳を加え、ムラのないようによく混ぜます。
- ③ ②によくふるった小麦粉を加え、木しゃもじでさっくりと混ぜ合わせます。
- ④ チョコレートは湯せんにかけて溶かします。
- ⑤ ③の生地の $\frac{1}{3}$ 量をとって④のチョコレートを混ぜ込み、チョコレート生地を作ります。
- ⑥ ⑤を③に加え、混ぜ込み、マーブル模様を作ります。
- ⑦ 内がまに⑥を流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- ⑧ 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、コースボタンで「ケーキ」を選び、加熱時間を◀▶で50分に設定して炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑨ 焼き上がったら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- ⑩ 内がまから取り出して冷まします。

●調理後ににおいが気になるときは → P.39



ヨーグルトチーズケーキ

- 選ぶお米とコース：「調理」「ケーキ」
- でき上がり目安時間：約45分
- $\frac{1}{8}$ 切れ分：約230kcal

●材料

クリームチーズ（室温に戻す）……………250g
 砂糖（20gと60gに分けておく）……………80g
 卵（卵黄と卵白に分けておく）……………3個
 プレーンヨーグルト……………200mL
 小麦粉（薄力粉）……………40g
 溶かしバター……………20g
 レモン汁……………大さじ1

●作りかた

- ①ボウルに卵白を入れ軽く泡立て、砂糖を20g加え、ツノが立つまでしっかりと泡立てます。
- ②やわらかくしたクリームチーズに砂糖を60g加え、なめらかなクリーム状になったら卵黄、プレーンヨーグルト、レモン汁を加え混ぜ合わせます。
- ③②に、ふるった小麦粉と、溶かしバターを加えてよく混ぜます。
- ④③に①を加え、卵白の泡が残らないように混ぜます。
- ⑤内がまに④を流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- ⑥炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「ケーキ」を選び、加熱時間を◀▶で45分に設定して炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑦焼き上がったたら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- ⑧あら熱が取れたら内がまから取り出して冷蔵庫に入れ十分に冷やします。



おからケーキ

- 選ぶお米とコース：「調理」「ケーキ」
- でき上がり目安時間：約45分
- $\frac{1}{8}$ 切れ分：約220kcal

●材料

おから……………150g
 コーンスターチ……………大さじ2
 バター（室温に戻す）……………100g
 黒砂糖（粉末のもの）……………50g
 はちみつ……………大さじ1 $\frac{1}{2}$
 牛乳……………大さじ2
 黒豆（市販の煮豆）……………150g
 卵（溶きほぐす）……………3個

●作りかた

- ①おからはから煎りして水分をとばし、冷ましておきます。
- ②あら熱が取れたら、コーンスターチをおから全体にまぶします。
- ③ボウルにバターを入れ、黒砂糖を加え、ハンドミキサーでなめらかなクリーム状になるまでよく混ぜます。
- ④③にはちみつ、卵、牛乳を少しずつ加え、混ぜ合わせます。
- ⑤生地が均一に混ざり合ったら、②のおからと黒豆を加えしっかりと合わせ、内がまに流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- ⑥炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米（調理）ボタンで「調理」を、コースボタンで「ケーキ」を選び、加熱時間を◀▶で45分に設定して炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑦焼き上がったたら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- ⑧内がまから取り出して冷まします。

●調理後ににおいが気になるときは → P.39



スポンジケーキ (デコレーションケーキ)

- 選ぶお米とコース:「調理」「ケーキ」
- でき上がり目安時間:約45分
- $\frac{1}{8}$ 切れ分:約190kcal

●材料

小麦粉 (薄力粉)	120g
砂糖	120g
卵 (卵黄と卵白に分けておく)	4個
バニラエッセンス	少々
A {	
	牛乳 (室温に戻す)
バター (溶かしておく)	20g
ホイップクリーム	適量
くだもの	適量

●作りかた

- ① ボウルに卵白を入れ、ハンドミキサーで軽く泡立ててから砂糖を加え、ツノが立つまでしっかり泡立てます。さらに卵黄を加えてもったりするまで十分泡立ててからバニラエッセンスを加えます。
- ② Aは、牛乳とバターをよく混ぜ合わせておきます。
- ③ ①に小麦粉をふるい入れ、木しゃもじなどを使い、練らないように粉気がなくなるまでさっくりと混ぜ、②を加えて手早く混ぜます。
- ④ 内がまに③の生地をいっきに流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- ⑤ 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「調理」を、コースボタンで「ケーキ」を選び、加熱時間を ◀ ▶ で45分に設定して炊飯/再加熱ボタンを押します。
- ⑥ 焼き上がったら、取り出し、十分に冷まし、ホイップクリームやくだものなどで飾ります。








⚠ 警告

スポンジケーキを取り出す際は、ミトンなどを用い、内がまに直接素手で触れないでください。(調理直後は内がまが熱くなっているため、やけどするおそれがあります。)

●調理後ににおいが気になるときは → P.39

別売り部品

補修用性能部品もお買い求めいただけます。

内がま		ふた加熱板		フィルター			
							
サービスパーツ RZ-H10BJ 001 カマ(ウチガマ) とご指定ください		サービスパーツ RZ-WG10M 001 イタ(フタカネツパン) とご指定ください		※それぞれ、調圧弁・安全弁・ ふたパッキン・フィルター を含みます。 サービスパーツ RZ-HV100K 004 フィルター とご指定ください			
蒸気キャップ		蒸気口パッキン		計量カップ		しゃもじ	
							
※蒸気口パッキンを含みます。 サービスパーツ RZ-G10EM 002 クチミ(ジョウキコウ) とご指定ください		※蒸気キャップにも 含まれています。 サービスパーツ RZ-YG10M 010 パッキン(ジョウキコウパッキン) とご指定ください		サービスパーツ RZ-IHE10 018 カップ(ケイリョウカップ) とご指定ください		サービスパーツ RZ-VS2M 001 しゃもじ とご指定ください	

部品のご購入について

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。

<https://store.kadenfan.hitachi.co.jp/store/pages/parts.aspx>

日立家電 部品 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



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。
保証書または製品本体をご確認ください。

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のパスワード変更手順

- ①上記のコードを読み取る
- ②「メニュー」を開いて「パスワードの再設定」からパスワードを変更する

■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

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。

※上記内容は予告なく変更する場合がございます。

■ご利用の際は、通信費などの費用がかかります。

■「使いかた動画」のホームページ掲載は、予告なく中止することがございます。

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。

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

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、やけどやけがのおそれがありますので、やめてください。

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。
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-H10EJ
炊 飯 容 量		1.0Lタイプ 0.09L (0.5合) ~ 1.0L (5.5合)
電 源		交流100V
定 格 周 波 数		50-60Hz 共用
定 格 電 力		1400W
コ ー ド の 長 さ		1.0m
大 小 寸 法	幅	24.2cm
	奥 行	34.7cm
	高 さ	22.1cm
質 量 (重 さ)		約5.1kg

■家庭用品品質表示法に基づく省エネ関連表示(消費電力量の目安)

型 式	RZ-H10EJ
最 大 炊 飯 容 量	1.0L
区 分 名	B
蒸 発 水 量	4.9g
年 間 消 費 電 力 量	83.0kWh/年
1 回 当 た り の 炊 飯 時 消 費 電 力 量	145Wh
1 時 間 当 た り の 保 温 時 消 費 電 力 量	19.8Wh
1 時 間 当 た り の タイマー予約時消費電力量	0.82Wh
1 時 間 当 た り の 待 機 時 消 費 電 力 量	0.73Wh

※室温23℃、水温(炊飯前)23℃、炊飯水量600g、炊飯米量450g、1回当たりの炊飯時消費電力量は、「白米」「エコ炊飯」の炊き方、1時間当たりの保温消費電力量は「保温低」の設定の電力量です。

※実際にお使いになるときの消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用の炊き方、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。

※年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいています)

※蒸発水量は、1回当たりの炊飯時に炊飯器機体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。

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。

●保証期間はお買い上げの日から1年間です。

■補修用性能部品の保有期間

[IH] ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は製造打切り後6年です。

●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。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は、弊社にて引き取らせていただきます。

補修用部品は改良や他機種との共用化等により、形状・色相が変わることがあります。

■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を受けられなくなる場合は、前もって販売店にご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店を紹介させていただきます。

■修理を依頼されるときは **持込修理**

「お困りのときは」 **→ P.40~47** を調べていただき、なお異常のあるときは、「切/とりけし」ボタンを押しコンセントから電源プラグを抜き、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

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、修理させていただきます。

●保証期間が過ぎているときは

修理して使用できる場合には、ご希望により有料で修理させていただきます。

■修理料金の仕組み

修理料金=技術料+部品代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などを含む場合もあります。
-------	---

ご相談窓口

この製品の使いかた・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。

または「日立家電品についてのご相談窓口」(下記)にご相談ください。

ご相談の前に本取扱説明書の「お困りのときは」をご確認ください。

また日立家電品サポートページで、「よくあるご質問」や「使いかた動画」など各種情報をご覧ください。

「日立家電品サポートページ」はこちら



※下方の内容は予告なく変更させていただく場合がございます。

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。

日立家電 サポート 検索

商品情報や使い方に関するご相談

機能・操作・設定などのご相談ができます。
電話のほかLINE、チャット、メールなど様々なお問合せ方法を準備しております。
詳しくは日立家電品サポートページをご覧ください。

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、年末年始は休ませていただきます

修理に関するご相談

修理のご依頼やご相談ができます。
24時間、修理のご依頼ができる
「Web修理受付」はこちら



日立家電 修理 Web 検索

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)

- 通話内容の確認と対応品質向上のため、録音させていただきます。
- 予期せぬ障害などでお電話が切れてしまった際、折り返し電話を差し上げられるよう、発信者番号の通知をお願いします。
「非通知」設定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。
- 営業時間外やお電話が繋がりにくい場合は、時間を変えてお掛け直しをお願いします。
- 修理ご依頼の前に、当社の修理対応方針につきまして、「修理ご利用規約」をご覧ください。



日立修理ご利用規約 検索

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報取り扱いについて】

- 個人情報は当社の個人情報保護方針に則り適切に管理いたします。
- 当社の個人情報保護方針につきましては、<https://corp.hitachi-gls.co.jp/utility/privacy> をご覧ください。
※URLは変更する場合があります。日立の家電品ホームページにてご確認ください。
- 製品のサービスの提供、各種お問い合わせへの対応に利用させていただきます。また、アンケートをもとにした製品やサービスを向上させるための分析に利用させていただく場合があります。

愛情点検



★長年ご使用のIHジャー炊飯器の点検を!

●IHジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後6年です。

ご使用の際
このようなことは
ありませんか

- 電源コードや電源プラグが異常に熱い。
- 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。
- いつもより異常に熱くなったり、焦げ臭いにおいがする。
- 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。
- 運転中に異常な音をする。
- 水漏れする。
- その他の異常・故障がある。

ご使用
中止

故障や事故防止のため、スイッチを切り、コンセントから電源プラグを抜き、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。

仕様・その他

保証書

日立IHジャー炊飯器保証書

持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きにしたがって正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容にもと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、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

型式	RZ-H10EJ		※ お 買 い 上 げ 日	保 証 期 間
			年 月 日	本体：1年 内がま内面フッ素被膜：3年
※ お 客 様	ご 住 所 ご 芳 名	〒	様	
※ 販 売 店	住 所 名 店 名		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
い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または損傷。
- (ロ) お買い上げ後の落下、引越し、輸送等による故障または損傷。
- (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障または損傷。
- (ニ) 車両、船舶にとう載して使用された場合に生じた故障または損傷。
- (ホ) 業務用に使用されて生じた故障または損傷。
- (ヘ) 本書のご提示がない場合。
- (ト) 本書に型式、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。
- (チ) 昆虫類や小動物の侵入が起因する故障及び損傷。
- (リ) 下記の使いかたをした場合の内がま内面フッ素被膜のふくれ、はがれ、変色、色むら、変形。
 - 金属製のおたま、スプーン、フォーク、泡立て器、食器などを入れて出来た傷がある場合。
 - 内がまをお手入れの際に金属たわし、ナイロンたわしなどを使用した傷、摩耗がある場合。
 - 台所用中性洗剤以外の洗剤や漂白剤、クレンザーなどを使った場合。
 - 内がまの中で酢を使った場合。
 - ごはん以外(みそ汁や甘酒など)の保温をした場合。
 - お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
 - その他取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使いかたをした場合。

※保証期間内に内がまを交換した場合、内がま内面フッ素被膜を交換日から再度3年保証するものではありません。製品本体のご購入日からの保証期間になります。

- 2. この商品は持込修理の対象商品です。郵送などで修理依頼された場合の送料などはお客様の負担となります。また出張修理をご希望の場合には、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なれない場合には取扱説明書の63ページの「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。
- 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存してください。
- 7. 本書は日本国内においてのみ有効です。Effective 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取扱説明書の63ページの「ご相談窓口」にお問い合わせください。
- お客様に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記載内容を利用させ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、取扱説明書をご覧ください。

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 電話03(3502)2111

H5 (DS)

2-N0011-5A

RZ-H10EJ