

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。

※ 型名			※ お 買 い 上 げ 日	保 証 期 間
			平成 年 月 日	本 体： 1 年
※ お 客 様	ご 住 所 〒			
	ご 芳 名			様
※ 販 売 店	住 所			
	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。

- 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、引っ越し、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。
- この商品について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。
- 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。
- 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30～31ページの日立家電品ご相談窓口一覧表をご覧のうえ、お近くの窓口にご相談ください。
- 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。
- 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30～31ページの日立家電品ご相談窓口一覧表の窓口にお問い合わせください。
- 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。

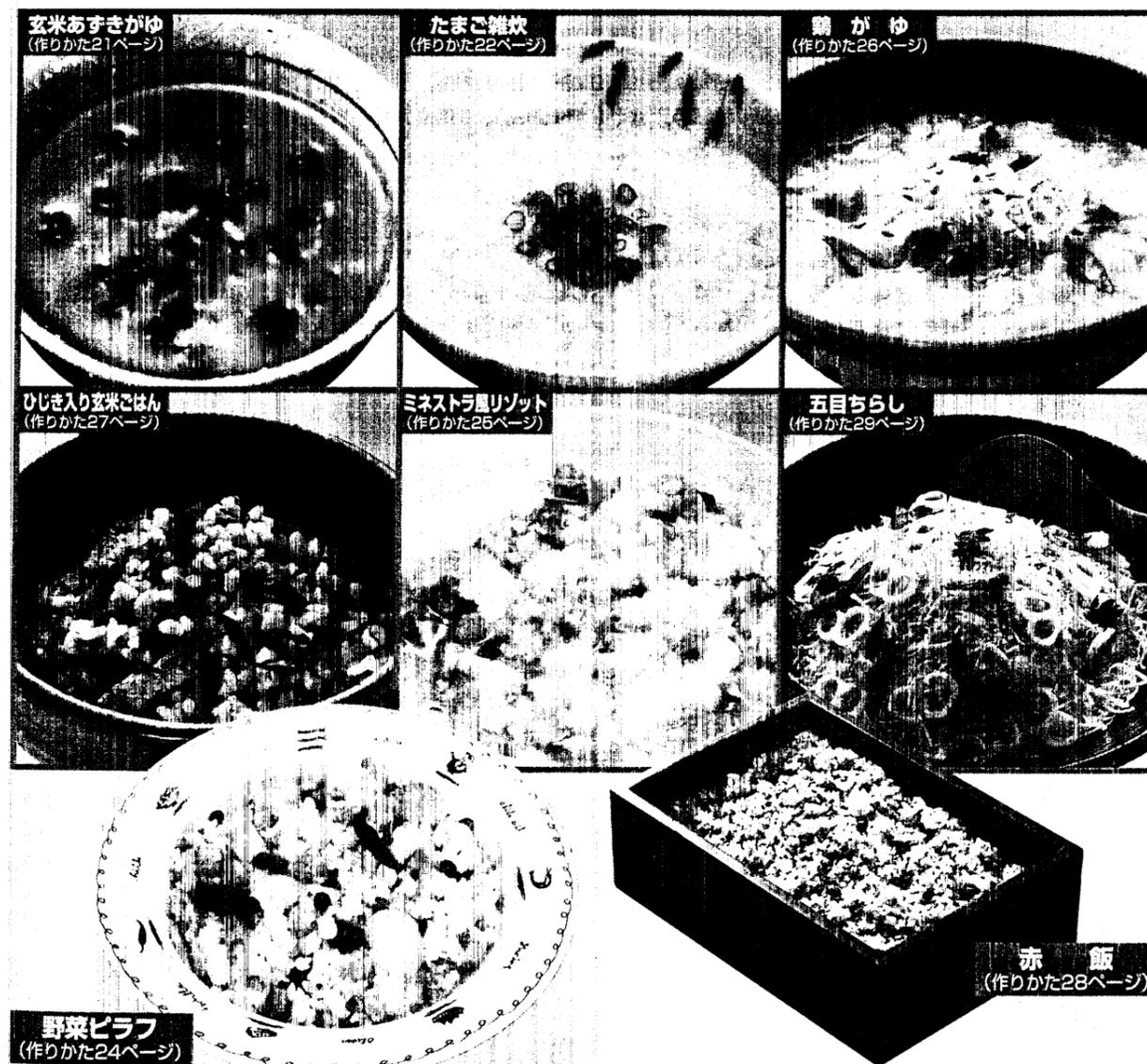
修理メモ

株式会社 日立製作所

〒105-8430 東京都港区西新橋 2-15-12 電話 (03)3502-2111

日立IHジャー炊飯器
取扱説明書・料理集
 RZ-WS10形/RZ-WS18形 家庭用

《保証書付》保証書は裏表紙についています。



- ご使用になる前に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、必要なときにお読みください。
- 保証書は必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をご確認ください。

おいしさ&ヘルシー

むらし・保温を蓄熱効果でおいしく

IH&黒丸羽釜

底面のIH加熱と側面ヒーターの熱をハネの部分に逃さず、お米を強火で包み込みます。炊きムラが少なくおいしく強火炊き。さらに、むらし・保温も蓄熱効果で一段とおいしくします。



V・Dインバーター

コンセントの電圧が低いときでも、最適な火加減を保ち、毎回おいしく炊きあげます。

高温予熱

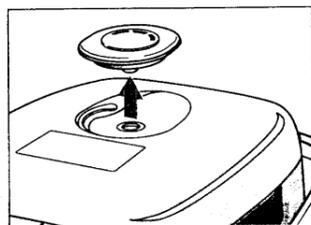
高温予熱でお米の芯までしっかり吸水させ、ふっくら、おいしく炊きあげます。

健康・栄養メニュー

おかゆ/炊き込み/麦ごはん/リゾット/玄米がゆ/玄米/分づき米の7種類の健康・栄養メニューがおいしく炊けます。

かんたん雑炊キー

残りごはん、だし汁等を入れ、ボタンひとつで簡単に雑炊ができます。



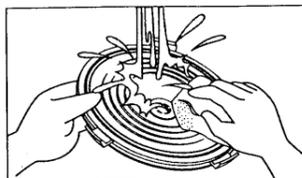
ふっくら調圧キャップ&ふっくらセンサー

羽釜の「木のふた」効果でふっくらおいしい。調圧キャップは、はずせて洗えます。蒸気口の近くにセンサーを配置し、炊飯状態を常にチェックして、いつもふっくら炊きあげます。

お手入れ簡単

洗える、ふた加熱板

ふた内面が、はずせて洗えます。



クリーニング機能

気になるニオイやガンコな汚れとりが楽になります。

目次

ご使用前に

安全のため必ずお守りください	4・5
各部のなまえ	6

使いかた

ごはんを炊く前に	7
ごはんの炊きかた	
白米(やわらかめ・かため・少量・快速・すし)	8・9
健康・栄養メニュー おかゆ/炊き込み/麦ごはん/リゾット/ 玄米がゆ/玄米/分づき米	10
かんたん雑炊	11
予約炊飯のしかた	
予約炊飯	12
浸し炊飯	13
現在時刻の合わせかた	13
保温について	
おさえめ保温	14
保温中のごはんの再加熱	14
音で確認できる時刻合わせ操作	15

扱いかた

お手入れ	16・17
こんなときは	18
おいしく食べるひとくふう	19
仕様	20
保証とアフターサービス	20

料理集

お客様ご相談窓口一覧表	30・31
保証書	裏表紙

ご使用前に

使いかた

扱いかた

安全のため必ずお守りください

●ここに示した注意事項は、危害や損害を未然に防止するために重要な内容ですので、必ず守ってください。

- 警告** 人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容。
- 注意** 人が傷害を負う可能性及び物的損害のみの発生が想定される内容。

絵表示の例

- 〇記号は「禁止」(しないでください)を示します。
- 記号は「強制」(必ずしてください)を示します。

警告	
<p>改造はしない 修理技術者以外の人は、絶対に分解したり修理をしない 火災・感電・けがの原因 修理はお買い上げの販売店または日立家電品のお客様ご相談窓口にご相談ください</p>	<p>プラグの刃や刃の取付部分にほこりが付着している場合はよく拭く 火災の原因</p>
<p>吸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 感電や異常動作によるけがの原因</p>	<p>定格15A以上のコンセントを単独で使用する他の器具と併用すると分岐コンセント部の異常発熱による発火の原因</p>
<p>プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む 感電・ショート・発煙・発火の原因</p>	<p>ぬれた手でプラグの抜き差しはしない 感電・けがの原因</p>
<p>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 感電・ショート・発火の原因</p>	<p>コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、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、はさみ込んだりしない コードが破損し、感電・火災の原因</p>
<p>交流100V以外の電源は使用しない 感電・火災の原因</p>	<p>炊飯中は絶対にふたを開けない やけどの原因</p>
<p>水につけたり、水をかけたりしない 感電・ショートの原因</p>	

注意

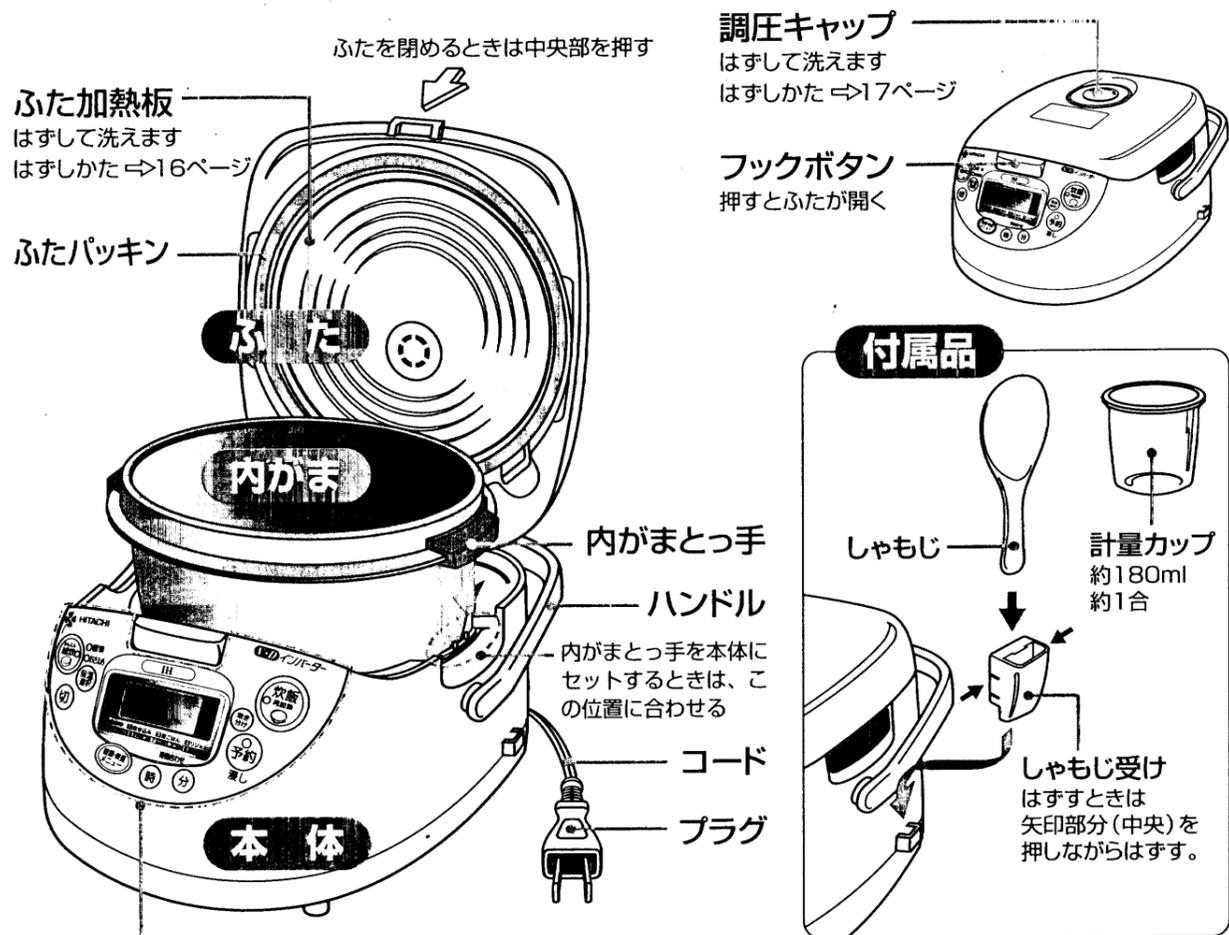
<p>水のかかるところや、火気の近くでは使用しない 感電・漏電の原因</p>	<p>使用時以外は、プラグをコンセントから抜く 絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・けがの原因</p>
<p>不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない 火災の原因</p>	<p>心臓用のペースメーカーをご使用の場合は、本製品の使用にあたっては、医師とよくご相談ください 本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため</p>
<p>専用の内がま以外は使用しない 過熱・異常動作の原因</p>	<p>プラグを抜くときは、コードを持たずに必ずプラグ部分を持って引き抜く 感電・ショート・発火の原因</p>
<p>内がまとっ手で本体を持ち運ばない ふたを閉め、本体のハンドルを持つ けがややけどの原因</p>	<p>コードを巻き取るときは、プラグを持っておこなう コードがあたってけがの原因</p>
<p>蒸気口に手を触れない やけどの恐れ 特に乳幼児には触れさせない</p>	<p>お手入れは本体が冷めてから行う 高温部に触れ、やけどの恐れ</p>
<p>使用中や使用直後は、内がまとっ手や調圧キャップなどの高温部に触れない やけどの原因</p>	<p>壁や家具の近くで使わない また、キッチン用収納棚等を使用するときは、中に蒸気がこもらないようにする 蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因</p>
<p>本体を持ち運ぶときは、フックボタンに触れない ふたが開いて、けがややけどの原因</p>	

お願い

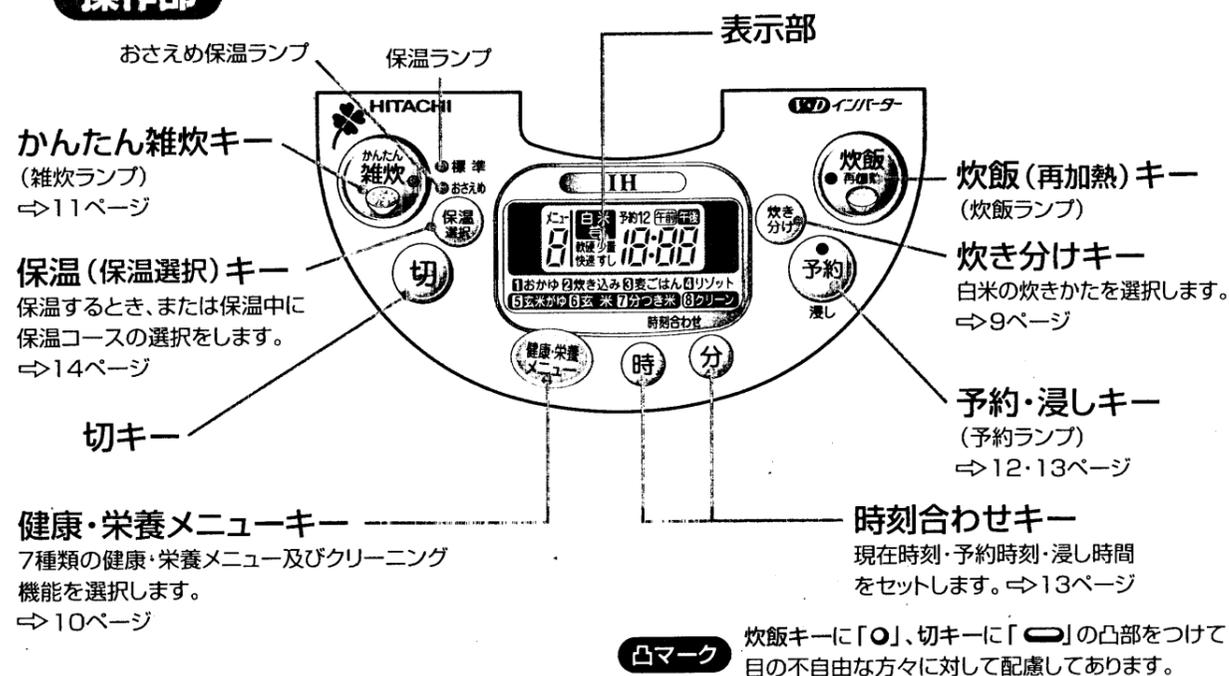
<p>●吸排気口をふさぐような場所(壁から10cm以内、じゅうたんやビニール袋などの上)で使用しないでください。 故障の原因になります。</p>	<p>●異物がついたまま使わないでください。 故障やうまく炊けない原因になります。 内がまとっ手部や底</p>
<p>●ふきんをかけて使わないでください。 変色・変形・故障の原因になります。</p>	<p>●内がまを直火にかけないでください。 内がまとっ手が変形したり、フッ素被膜がはがれる原因になります。</p>
<p>●磁気に弱いものを近づけないでください。 キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなどの記憶が消える恐れがあります。 またテレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の雑音の原因となる恐れがあります。</p>	<p>●炊飯中はハンドルを立てたり、本体を持ち運ばないでください。 蒸気が出てやけどの原因になります。</p>

ご使用前に

各部のなまえ



操作部



ごはんを炊く前に

準備 *かんたん雑炊は11ページを参照

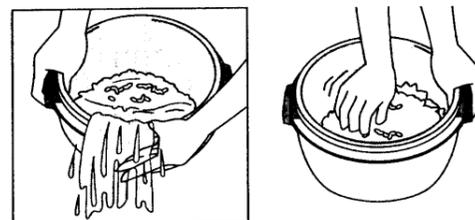
例) 白米で3カップのお米を炊くとき

1 付属の計量カップでお米をはかる

●すりきり1杯が約180ml(約1合)です。



2 内がまでお米を研ぐ



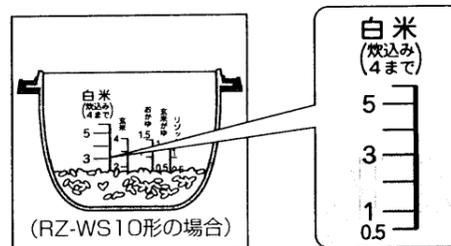
①たっぷりの水でサッと
かき混ぜ、水を素早く
捨てる。

②「研ぐ→洗い流す」を
くり返し、水がきれい
になるまで洗う。

お願い

- 十分に洗い流してください。
(おこげが出来たり、ヌカ臭
くなる原因)
- 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 メニューに合った水位目盛で水加減をする



お願い

- お米は水平にならしてくださ
い。(炊きむらの原因)
- お米を平らにならし、水平な
ところで水加減してくださ
い。
- お湯やpH9を超えるアルカ
リ水は使わないでください。
(べちゃつきの原因)

4 内がまを、本体にセットする

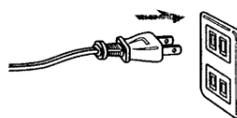
※内がまとっ手の位置を
確実に合わせてください。



お願い

- 内がまのまわり、底の水気・
異物をふき取ってください。

5 ふたを閉めプラグを差し込む

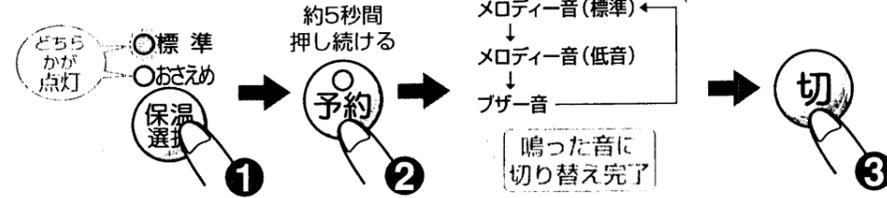


お願い

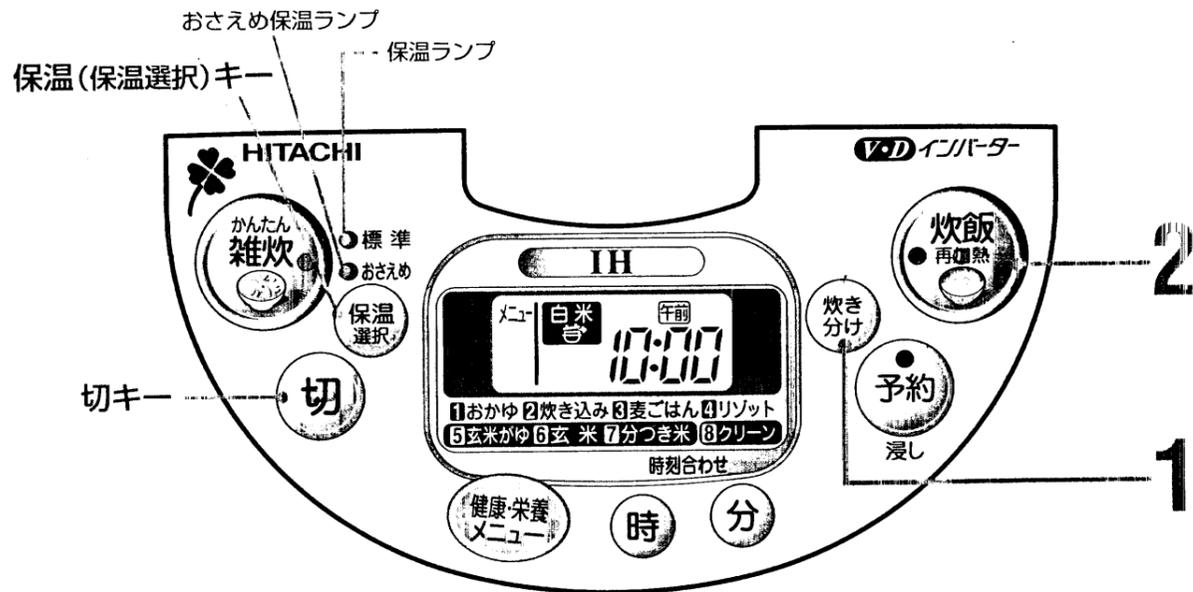
- ふた加熱板・調圧キャップがついているか確か
めてください。
- ふたは「カチッ」と音がするまで、ゆっくと
確実に閉めてください。

メロディーとブザーの切り替えかた

- 炊飯開始と炊きあがり
をメロディーでお知らせ
します。
- 次の方法でメロディーの
標準と低音及びブザーを
切り替えられます。



ごはんの炊きかた 白米・胚芽米



軟(やわらかめ) / 硬(かため) / 少量 / 快速 / すし

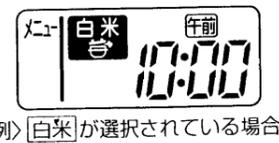
1 炊き分けの設定内容を確認する

炊き分け

6種類の炊き分けが選択できます。

- 白米(ふつう)
- 白米・軟(やわらかめ)
- 白米・硬(かため)
- 白米・少量
- 白米・快速
- 白米・すし

■プラグを差し込むと、現在選択されている炊き分けの設定を表示します。



■**炊き分け**を押して、炊き分けを選択してください。押しごとに切り替わります。

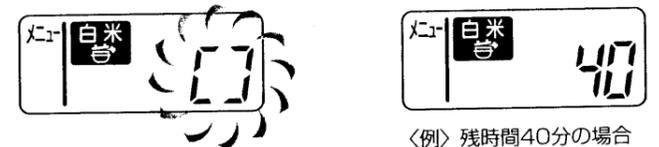


●点滅が選択している炊き分けです。
 [白米]の[[ふつう]・軟・硬・少量]は一度設定すると、次回もその設定を記憶しています。
 [白米]の[快速・すし]は記憶しません。
 次回は[白米(ふつう)]に戻ります。

2 炊飯再加熱を押す



メロディー(ブザー)が鳴って炊飯がはじまります。

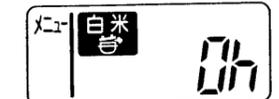


●表示部に炊きあがりまでの残時間(目安)を、分単位で表示します。
 炊きあがりまでの残時間表示
 ●表示する残時間は目安であり、炊き分け・水温などの条件により毎回同じ時間にはなりません。
 ●本体が温かい場合などは、残時間表示が出ない場合があります。(現在時刻の表示になります。)炊飯ランプが点灯していれば炊飯中です。

3 炊きあがりメロディー(ブザー)が鳴ったらすぐに、ごはんをほぐす



■保温ランプが点灯し、自動的に保温
 ●保温の設定の切り替えは14ページを参照してください。



●表示部に保温経過時間を0h~24hまで1時間単位で表示します。(25時間以上になると現在時刻の表示になります。)

●炊きあがったごはんの中央部が、ややくぼんだり、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加熱の特長で、内がま自体が発熱し、ごはんをつつみ込んで炊きあげるためです。

炊飯容量と炊きあがるまでの時間の目安 ※電圧100V・室温20℃・水温18℃の場合 ※炊飯時間は、電圧・室温・水温・水加減・お米の種類などにより変わります。

炊き分け	炊飯容量		炊きあがるまでの時間の目安
	RZ-WS10	RZ-WS18	
白米	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	40~60分
白米 軟	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	45~60分
白米 硬	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	35~55分
白米 少量	0.5~3.0カップ	1.0~ 5.0カップ	40~55分
白米 快速	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	22~38分
白米 すし	1.0~5.5カップ	2.0~10.0カップ	45~60分

炊飯

- ごはんを少量炊いたときの、水っぽさやコゲを少なくします。
- 最少炊飯量 (RZ-WS10: 0.5カップ、RZ-WS18: 1カップ)を炊くときは、必ず[少量]で炊いてください。コゲやふきこぼれの原因になります。

保温

- 長時間の保温はしないでください。においや変色の原因になります。
 標準保温のとき……12時間まで
 おさえめ保温のとき……24時間まで
- 保温中は、つゆがふたの内側・ふたパッキン・内がまにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐため故障ではありません。

快速

- 急いで炊きたい場合にご使用ください。
- 最少炊飯量 (RZ-WS10: 0.5カップ、RZ-WS18: 1カップ)は[快速]で炊飯しないでください。かためになったり、ふきこぼれたりすることがあります。

ごはんがなくなったら → **切** を押し、プラグを抜く。

使いかた

ごはんの炊きかた **健康・栄養メニュー**



- おかゆ
- 炊き込み・おこわ
- 麦ごはん
- リゾット
- 玄米がゆ
- 玄米
- 分づき米

注1) おこわは2炊き込みで炊いてください。
注2) 5分がゆを炊く場合は、お米の量を約半分にしてください。

健康・栄養メニュー	表示	使用する水位目盛	炊飯容量		炊き上がりまでの時間の目安	料理集参照ページ
			RZ-WS10	RZ-WS18		
1 おかゆ	1	おかゆ	0.5~1.5カップ <small>注2)</small>	1~2.5カップ <small>注2)</small>	55~75分	26ページ
2 炊き込み(おこわ) <small>注1)</small>	2	炊込み	1~4カップ	2~7カップ	50~65分	24, 28ページ
3 麦ごはん	3	麦ごはん	1~4カップ	2~7カップ	55~65分	27ページ
4 リゾット	4	リゾット	0.5~1カップ	1~2カップ	30~45分	25ページ
5 玄米がゆ	5	玄米がゆ	0.5~1カップ	0.5~1.5カップ	105~135分	21ページ
6 玄米	6	玄米	1~4カップ	2~7カップ	90~110分	27ページ
7 分づき米(3分~7分づき)	7	分づき米	1~4カップ	2~7カップ	55~65分	分づき米について 19ページ

1 **健康・栄養メニュー** を押して、**メニュー** を選択する

健康・栄養メニュー を押す毎に ①→②→③→④→⑤→⑥→⑦→⑧ と設定がかわるので、炊飯するメニューを選択してください。
お願い ● ⑧ クリーンは、お手入れのための機能です。炊飯はしないでください。⇒ 17ページ

2 **炊飯再加熱** を押す
点灯
メロディー(ブザー)が鳴って炊飯がはじまります。

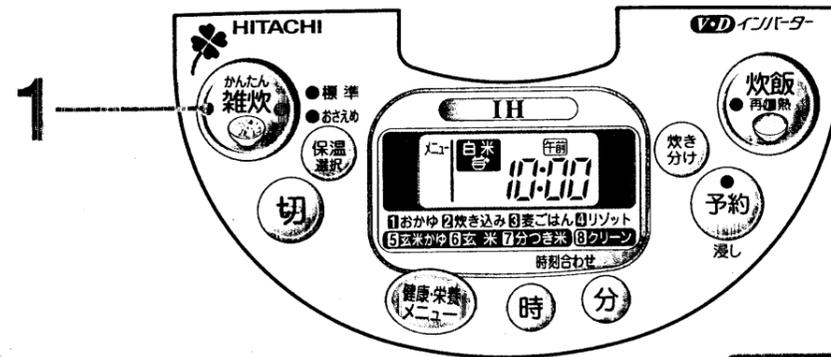
炊き上がりまでの残時間は表示はできません。

3 メロディー(ブザー)が鳴り、「保温ランプ」が点灯したら、出来上がり。

できあがったら、なるべくお早めにお召しあがりください。
お願い ● 健康・栄養メニューの保温はしないでください。(変色や、においの原因)

ごはんがなくなったら → **切** を押し、プラグを抜く。

ごはんの炊きかた **かんたん雑炊**



かんたん雑炊

- 保温中のごはんや、冷やごはんで作ります。
- 火の通りにくい具を入れるときは、あらかじめ火を通しておいてください。
- レトルトパックのリゾットなどのあたために便利です。

メニュー	炊飯容量		炊き上がりまでの時間の目安	料理集参照ページ
	RZ-WS10	RZ-WS18		
かんたん雑炊	ごはん600gまで <small>注1)</small>	ごはん900gまで <small>注1)</small>	4~12分 <small>注2)</small>	22, 23ページ

※レトルトパックのリゾットをあたためる場合は、RZ-WS10：4~5人分、RZ-WS18：7~8人分までにしてください。
注1) ごはんの重さの目安：茶わんに1杯で約200g
注2) 冷やごはんからの場合、約4分程度長くなります。また、入れる具によっても多少変わります。

1 **かんたん雑炊** を押す



メロディー(ブザー)が鳴って炊飯がはじまります。

- だし汁等を入れてから、ごはんをほぐしておいてください。
- 炊き上がりまでの残時間表示はしません。

お願い ● たまごを入れる場合は、ほぐしたごはんの上にかけるか、でき上がってから混ぜてください。あらかじめたまごを入れて混ぜておくとうまくできない場合があります。

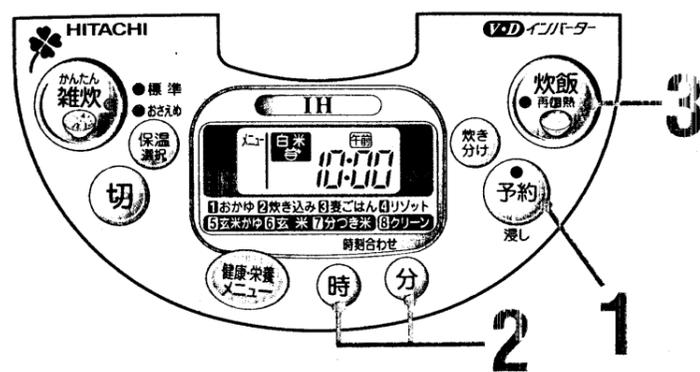
2 メロディー(ブザー)が鳴り、「保温ランプ」が点灯したら、出来上がり。

できあがったら、なるべくお早めにお召しあがりください。
お願い ● 雑炊は保温しないでください。(変色や、においの原因)

ごはんがなくなったら → **切** を押し、プラグを抜く。



予約炊飯のしかた 予約炊飯



予約できない時間(すぐに炊飯を始める)					
炊き分けメニュー			健康・栄養メニュー		
メニュー	現在時刻から		メニュー	現在時刻から	
	RZ-WS10	RZ-WS18		RZ-WS10	RZ-WS18
白米(炊)	55分以内	63分以内	おかゆ	70分以内	75分以内
白米軟	60分以内	60分以内	麦ごはん	62分以内	65分以内
白米硬	48分以内	57分以内	玄米がゆ	120分以内	135分以内
白米少量	52分以内	52分以内	玄米	110分以内	105分以内
白米快速	35分以内	40分以内	分づき米	65分以内	65分以内
白米すし	60分以内	65分以内			

※炊き込み・リゾットは予約炊飯しないでください。

食べたい時刻に炊きあげるとき(予約炊飯)

例) 予約1に炊き上がり時刻を午前7:30と予約する場合

現在時刻が合っていることを確認してから

1 予約を押して 予約1を選ぶ



● 予約を押す毎に
予約1 → 予約2 → 浸し時間
の表示にかかります。



● 炊き分け設定(9ページ)または健康・栄養メニュー設定(10ページ)を確認してください。

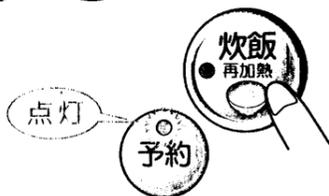
2 時/分を押して 炊き上がり時刻を合わせる

● 時は1時間単位で、
分は10分単位で進みます。



● 押し続けると、早送りになります。
● 一度セットした予約時刻は、変更するまで記憶しています。

3 炊飯再加熱を押す



● ブザーが鳴り、予約ランプが点灯。→予約完了。

● 炊飯再加熱を押さずにおくと、
約10分後に表示されている予約が自動的にスタートします。



※予約炊飯の場合、炊きあがるまで予約した時刻を表示します。

● 予約の取り消しは 切 を押してください。

● 予約2にセットするときも、同じ要領で行います。

浸し炊飯

予約

● 2種類の予約時刻を記憶できます。
「予約1と2」によく使う時刻を記憶させると便利です。
次からは
予約で予約1か予約2を選び、炊飯再加熱を押すだけでセットできます。

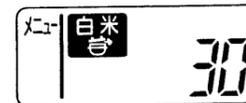
浸し

● 浸し中の温度を制御し、お米に水を充分吸わせておいしく炊きあげます。
浸す時間の目安は夏場30分程度、冬場60分程度をおすすめします。
予約炊飯との組合せはできません。

お米を浸してから炊くとき(浸し炊飯)

例) 60分浸してから炊く場合

1 予約を押して、浸し時間表示にする



● 予約を押す毎に
予約1 → 予約2 → 浸し時間
の表示にかかります。

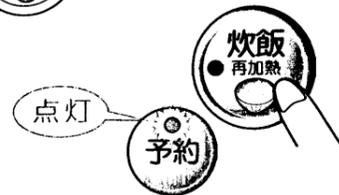
● 炊き分け設定(9ページ)または健康・栄養メニュー設定(10ページ)を確認してください。
● 浸し時間は前回セットした時間を記憶しています。

2 分を押して、浸し時間を合わせる



● 押す毎に以下の順で
時間が変わる
30分 → 40分 → 50分 → 60分 → 10分 → 20分
の順に表示が変わります。

3 炊飯再加熱を押す



● ブザーが鳴り、予約ランプが点灯。→セット完了。

● 炊飯再加熱を押さずにおくと、
浸し中は炊き始めまでの残時間を分単位で表示
約10分後に表示されている
浸し時間で浸し炊飯が自動的にスタートします。
● 炊飯を開始すると、炊飯ランプが点灯します。

現在時刻の合わせかた

例) 現在午後8:30で、
表示が午後7:27のとき



1. プラグを差し込む
2. 時または分を0.5秒間押す(時刻が点滅)
3. 時および分を0.5秒間押す(時刻が点滅)

お願い

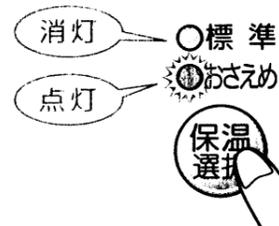
- 予約は12時間以内を目安にしてください。(お米の変質を防ぐため)
- 具や調味料の入るものは予約炊飯・浸し炊飯をしないでください。(沈殿してうまく炊けない)
- かんたん雑炊は予約・浸しをセット出来ません。

保温について

おさえめ保温

*ごはんの温度を下げて、乾燥を防ぎます。

1 保温中に を押す



- 「おさえめ保温」を選択すると、次回もその設定を記憶しています。
- おさえめ保温中は、つゆがふたの内側、ふたパッキン、内がまにつきますが、ごはんの乾燥を防ぐため故障ではありません。
- もう一度  を押すと、通常の保温に戻ります。

保温中のごはんの再加熱

*保温中のごはんをさらに温めたいとき

1 ごはんをほぐして、平らにする

お願い

- ごはんの量は「白米」の水目目盛の3以下を目安にしてください。(加熱ムラの原因)

2 保温中に を押す



- 炊飯ランプが点滅し、再加熱を行います。
- 炊飯直後など本体が熱いとき、または本体が冷たいときは、ブザーが鳴り再加熱できません。
- 途中で止めるときは  を押してください。保温に戻るときは、さらに  を押してください。

お願い

- 何度もくり返して再加熱しないでください。(乾燥やおこげの原因)
- 冷めたごはんの温めなおしはしないでください。

メロディー(ブザー)が鳴って、炊飯ランプが消えたら再加熱終了です。(約6分)

音で確認できる時刻合わせ操作

時計の時刻合わせ・予約の時刻合わせの操作は音で確認できる操作方法に切り替えることができます。これは特に目の不自由な方々にむいた機能です。

音で確認できる操作の選びかた

(工場出荷時は通常の操作方法に設定されています。)

●内がまをセットした状態でおこなってください。

1  を押す	2  を約5秒間押す	3  を押す
ピッと鳴って保温になる	ブザーが短く8回鳴る	低い音でピッと鳴って保温が切れる

通常の操作方法に戻るときも同じ方法です。このとき2の操作時のブザーは1回だけ鳴ります。

- 「音で確認できる時刻合わせ操作」は一度切り替えるとプラグを抜いても記憶しています。
- 「音で確認できる時刻合わせ操作」へ切り替えると、以下の通り初期状態となります。

炊き分け: 「白米(ふつう)」、健康・栄養メニュー: 「 おかゆ」
 予約1: 「午前6:00」、予約2: 「午後6:00」、 : 「30分」

「音で確認できる時刻合わせ操作」を選んだときは、以下の操作方法に変わります。

現在時刻の合わせかた

(時刻合わせは、「切」の状態のときに行ってください。)

1  を約5秒間押す	2  で時刻を合わせる	3  を押し、時刻合わせを終了する
ピッと鳴って「時刻合わせ」の設定になります。	キーを押し続けも、早送りしません。	ピッと鳴って「時刻合わせ」が終了します。

- 時刻合わせ中に  を0.5秒間押すと、ブザーがピピッと2回鳴って、午後0:00(正午)になります。

予約時刻の合わせかた

基本操作は12・13ページの「予約炊飯のしかた」と同じです。以下が通常の操作方法と異なります。

- 記憶している予約時刻を変えるとき、キーを押し続けても早送りしません。
- 予約時刻・浸し時間を合わせているときに、 を0.5秒間押すと、ブザーがピピッと2回鳴って、合わせている時刻を初期状態に戻すことができます。

予約1: 「午前6:00」、予約2: 「午後6:00」、 : 「30分」

お手入れ

- お手入れするときは、必ずプラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
- ベンジンやシンナー、みがき粉、たわし類は使わないでください。(表面を傷つける原因)

本体・ふた

固く絞ったふきんでふく。

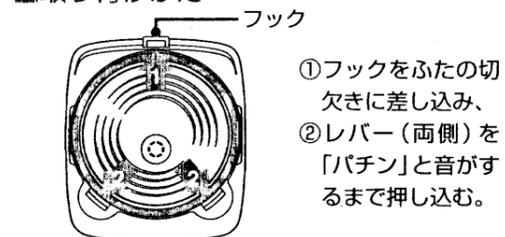
ふた加熱板

ふたからはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗い、水をふき取る。

はずしかた



取り付けかた



- お願い**
- ふた加熱板は分解しないでください。(ふたパッキンは無理に引っ張らない。)
 - 食器乾燥器や食器洗い器は使わないでください。

内がま

内側は、スポンジなどのやわらかいもので洗う。外側は、洗って水気をふき取り、さびがでたらナイロンたわしでこすり落とす。

お願い

- 変形するとおいしく炊けなくなることがあります。取り扱いはいねいをお願いします。
 - フッ素被膜をいためないために、次のことをお守りください。
 - ◀ 付属のしゃもじを使う ▶ スプーンや茶わんなどを入れて洗わない
 - ◀ 酢は使わない ▶ 内側は、みがき粉やたわしで洗わない
- 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。

温度センサー

こびりつきができたなら、細かい紙ヤスリ(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る。

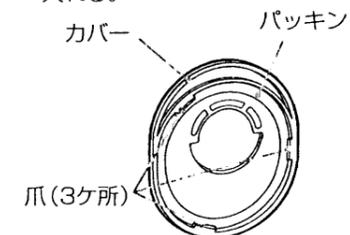
しゃもじ・しゃもじ受け

食器用洗剤を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗う。



取りつけかた

①パッキンをカバーの爪の下側に入れる。



本体からはずして、食器用洗剤を使いスポンジなどのやわらかいもので洗う。

はずしかた

①本体から取りはずします。



②図のようにもち、キャップ本体の■マークを「はずす」の位置まで回すとはずれる。



②キャップ本体の■マークを「はずす」の位置に合わせ、3ヶ所の爪を確実にはめ込み「しめる」の位置まで回して取りつける。



③調圧キャップの中央部を押さえて、確実に差し込む。



お願い ●キャップ本体は分解しないでください。

においや汚れが取れにくい場合は (クリーニング機能)

炊き込みごはん・雑炊や保温の後のにおいが気になるときや、ふた加熱板・調圧キャップの汚れが落ちにくいときに使います。

使いかた

1 内がまに水を入れる

- 水の量は、RZ-WS10では「白米」の水位目盛1まで、RZ-WS18では「白米」の水位目盛2まで。
- 水以外(洗剤など)は絶対に入れないでください。

2 を押して クリーン を選択する

3 を押す

- クリーニング開始をメロディー (ブザー) でお知らせします。(残時間表示はしません)

■メロディー (ブザー) が鳴り、「保温ランプ」が点灯したら、クリーニング完了。(約20分かかります)

- クリーニング直後は、内がまやふた加熱板が熱くなっていますので、 を押して(保温を止めて)、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。

こんなときは

修理サービスを依頼される前に、次の点をお調べください。

お調べいただくこと		参照ページ													
		7	7	16	16	16	17	9-10-11	—	—	—	9-14	8-10-11-14	—	
炊きあがったごはんが	かたすぎる	●		●	●			●	●	●	●				
	しんが残る(生煮えになる)	●		●	●			●	●	●	●			●	
ひどくこげる	やわらかすぎる	●		●				●	●	●	●				
	におう		●			●									
ふきこぼれる		●	●	●	●	●	●							●	
蒸気口以外から蒸気がもれる					●										
ごはん中の	におう		●			●			●		●	●	●		
	黄変する	●	●	●	●		●				●	●	●		
多量につゆがつく		●			●		●				●	●	●		
キー操作できない	●内がまは入っていますか?→内がまを本体に入れてください。 ●保温ランプが点灯していませんか?→ ④ を押してください。														
使用中に音がる	●「ブーン」と音がするのは、内部の熱を外へ逃がすためにファンが回っているからです。 ●炊飯、浸し、保温時は、「カチッ」または「ジー」と音がすることがありますが、異常ではありません。 ●炊飯中は、間欠的に蒸気の出る音がしますが、異常ではありません。														
予約時刻に炊けない	●現在時刻が合っているか、確認してください。→13ページ参照														
炊飯開始すると「」の表示がまわる	●炊飯残時間を表示するまでの間、回転します。														
炊飯残時間表示が、一度に数分進んだり、止まったりして、時間どおりに炊けない	●おいしく炊きあげるために、途中で、残時間が変わることがあります。														
炊飯残時間表示が出ない	●本体が温かいときは、残時間表示が出ないことがあります。														
炊飯するとき、においがする	●お求め後、最初に炊飯するときにはにおいがする場合があります。ご使用とともになくなりますがお気になる場合はクリーニング機能を使用してください。→17ページ参照														
ふたが閉まりにくい ふたが閉まらない	●内がまの縁・ふたパッキンにごはん粒などがついていませんか? ●ふた加熱板は正しく取り付けられていますか?→16ページ参照														
--- または H ₀ 表示になる	●H ₀ 表示のときは ④ を押しと --- になります。 現在時刻を合わせなおしてください。→13ページ参照 ●プラグを抜いて入れる毎に --- または H ₀ 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。プラグを差し込むと、炊飯・保温はできますが、現在時刻を合わせないと予約ができません。早めにお求めになった販売店に電池交換をご依頼ください。														
表示部に [1]、[2] を表示した	●延長コードの使用、たこ足配線などで電源電圧が異常に低くなったときなどに表示します。 ④ を押し、別のコンセントをお使いください。														
表示部に H1 ~ H7 を表示した	●お求めになった販売店にご相談ください。														

■以上の点をお調べいただき、その上でご不審な点がございましたら、お求めになった販売店などにご相談ください。
■内がまが変形・フッ素被膜がはがれた場合は、お求めになった販売店などで新しくお買い求めください。
●1.0Lタイプ(ウチガマ:RZ-WS10-001) 6,600円 ●1.8Lタイプ(ウチガマ:RZ-WS18-001) 7,400円 (税別・平成12年8月現在)

使用中、停電になったとき	炊飯中 再通電後、炊飯を続けます。	保温中 再通電後、保温を続けます。 (ごはんが冷めたときは、保温をやめます。)	予約(浸し)中 再通電後、予約(浸し)を続けます。
---------------------	----------------------	---	------------------------------

おいしく食べるひとくふう

おいしく炊くには

お米は正しくはかる

- 必ず、付属の計量カップ(約180ml)ではかってください。
- 計量米びつは、付属の計量カップ(約180ml)の量と異なる場合があります。使いかたによっては誤差がでることがあります。

手早く十分に研ぐ

- お米は最初の水をいち早く吸収します。又カのにおいがつかないように最初の水は手早く捨てましょう。
- 研いだ後は、水がきれいになるまで十分洗いましょう。

炊きあがったらほぐす

- 底のほうからごはんをつぶさないように、大きく掘りおこすようにほぐします。余分な水分が逃げ、ふっくらおいしくなります。
- 炊きあがった後、そのまま保温する場合でも必ずほぐしてください。

おいしく保温

少量のごはんは

- 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ようにしてください。
- 長時間保温すると、ごはんが乾燥して黄変し、風味が損なわれます。

おいしく保温するために次の保温はやめましょう

- 12時間以上の標準保温、24時間以上のおさえめ保温。
- 冷めたごはんの温め直しやごはんのつぎだし。
- しゃもじを入れたままの保温。
- 白米以外(炊き込み、おこわ、玄米、おかゆ、雑炊など)の保温。
- お米をよく研がないで炊いたごはんの保温。

お米の知識

分づき米とは

分づき米とは、上図のように、精米するときに栄養素を残したお米のことです。
3分づき、5分づき、7分づきとも「分づき米」の水位目盛で、健康・栄養メニュー**7**分づき米で炊いてください。

水加減と炊き分け

- お米の種類やお好みに合わせて水加減をしてください。

お米の種類	水加減	炊き分け
軟質米	白米の水位目盛どおり	白米(ふつう)
新米		
硬質米		
胚芽米	白米の水位目盛りやや多め	白米・軟
古米		
長粒種(輸入米)	1カップあたり白米の水位目盛より約30ml多め	

玄米の豆知識

- 玄米は白米に比べ、食物繊維が4倍、ミネラルは2~5倍、ビタミン類も2~4倍と普段不足しがちな栄養素を豊富に含んでおり、便秘や肌荒れ、成人病の予防などに効果が期待されています。
- 玄米はよくかんで食べることで、栄養素の吸収率がより高くなります。

扱いかた

仕様

形名	RZ-WS10	RZ-WS18	
炊飯容量	0.09L(0.5合)~1.0L(5.5合)	0.18L(1合)~1.8L(1升)	
電源	交流100V		
定格周波数	50/60Hz共用		
消費電力	1060W	1270W	
炊飯時	35W (おさえめ保温の場合27W)	45W (おさえめ保温の場合35W)	
保温時(平均)			
コードの長さ	1.0 m		
大きさ	幅	25.0cm	28.3cm
	奥行	33.9cm	37.7cm
	高さ	18.6cm	21.1cm
質量(重さ)	約3.3kg	約4.0kg	

※保温時(平均)の電力は、安定時1時間あたりの保温消費電力です。(室温20℃の場合)
 ※「切」の状態での1時間あたりの消費電力は約3W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年です。

■補修用性能部品の最低保有期間

IHジャー炊飯器の補修用性能部品の最低保有期間は、製造打切り後6年です。
 ●この期間は通商産業省の指導によるものです。
 ●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。

■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最寄りの「ご相談窓口」(30、31ページ)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**

「こんなときは」(18ページ)を調べていただき、なお異常のあるときは、運転を中止し、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販売店が修理させていただきます。

●保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により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

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。

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最低保有期間は、製造打切り後6年です。

こんな症状はありませんか	お願い
<ul style="list-style-type: none"> ●プラグやコードが異常に熱くなる。 ●コードに傷がついていたりふれると通電したりしなかったりする。 ●こげくさいにおいがする。 ●炊飯中底部のファンが回っていない。 ●その他の異常・故障がある。 	故障や事故防止のため、スイッチを切りコンセントからプラグを抜き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。

株式会社 日立ホームテック 株式会社 日立製作所

〒105-8430 東京都港区西新橋2-15-12 電話03(3502)2111

料理集

炊き込みのポイント

- 調味料を入れたら、よくかき混ぜてください。沈澱するとうまく炊けないことがあります。
- 具は米と混ぜず、米の上のせて炊飯してください。
- 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。

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、ごはんの上のせてください。
- 保温はせず、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。

おかゆポイント

- 保温はせず、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。

●この料理集で使用しているカップは
 お米……………1カップ 0.18L(約1合)
 その他の材料……1カップ 0.2L

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

●この料理集に使用しているスプーン(重量)は

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

玄米がゆ

健康・栄養メニュー

5 玄米がゆ

でき上がり目安：約120分

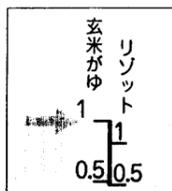
●1人分 約130kcal

材料(4人分)

玄米……………カップ1
 あずき……………30g

作りかた

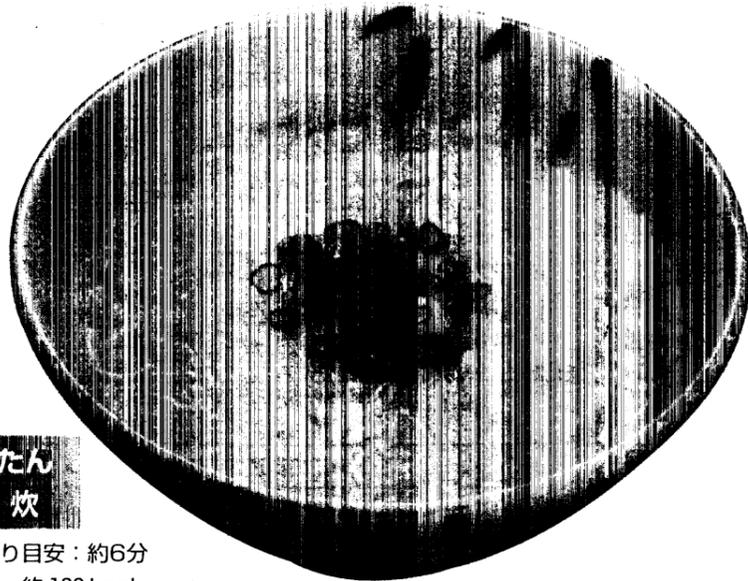
- ①あずきは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、あずきとゆで汁とに分けて冷まします。
- ②玄米は軽く洗い、①のゆで汁と水を加え「玄米がゆ」の水位目盛1に水加減します。
- ③ゆであずきをのせ健康・栄養メニューの「5」玄米がゆを選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。



ワンポイント

- ビタミンB1・ビタミンE・食物繊維などを多く含む玄米を、食べやすいおかゆでどうぞ!
- あずきの量とゆで具合はお好みで調整してください。





かんたん
雑炊

でき上がり目安：約6分
●1人分 約130 kcal

材料 (4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん…………… 300 g
だし汁 (水+粉末だし1袋)…………… 400~450 ml
とき卵…………… 1個

作りかた

- ①保温中の場合[切]キーを押して保温を切り、残りごはんがひたひたになるよりも少し多めになる程度のだし汁を入れ、ごはんをほぐしておきます。
- ②とき卵をまんべんなくかけ、**かんたん雑炊**キーを押します。
- ③できあがったら、軽くかき混ぜ、器に盛ります。

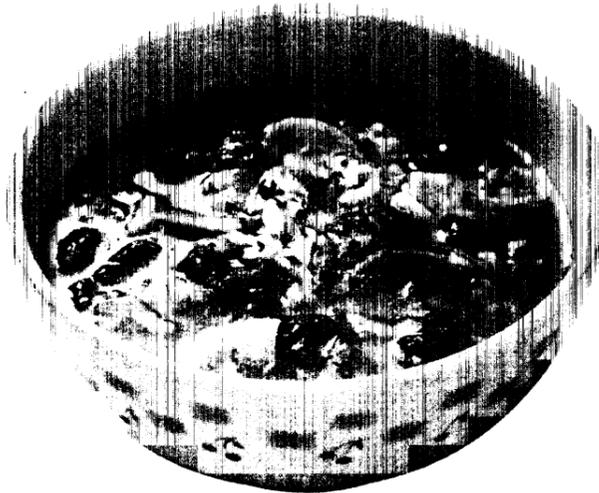
- たまごを入れる場合は、ほぐしたごはんの上にかけるか、できあがってから混ぜてください。

ワンポイント

- 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あわせて調節してください。
- 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。

たまご雑炊

トマトとツナの
リゾット風雑炊



かんたん
雑炊

でき上がり目安：約12分
●1人分 約300 kcal

材料 (4人分)

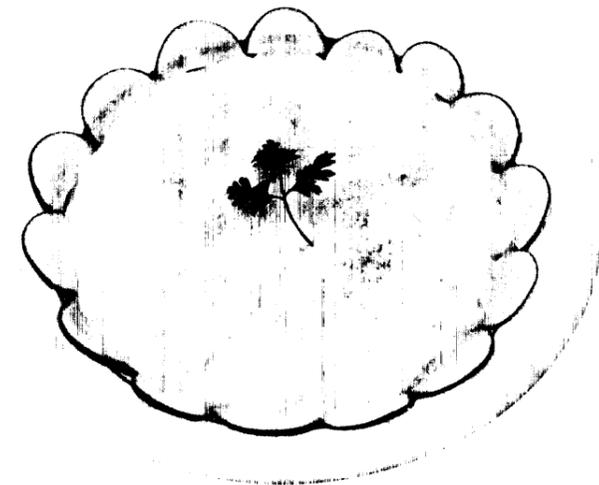
保温中のごはんまたは冷やごはん…………… 300 g
 トマトの水煮 (缶詰)…………… 小1缶 (200 g)
 ツナ (缶詰・ノンオイル)…………… 小1缶 (165 g)
 A { 玉ねぎ (みじん切り)…………… 小1個
 マッシュルーム (スライス)…………… 6~8個
 バター…………… 20 g
 スープ (固形スープ1個をとく)…………… 500 ml 程度
 塩・こしょう…………… 少々
 パセリ (みじん切り)…………… 少々

作りかた

- ①トマトの水煮は、汁を別の容器に取っておき、1cm角に切っておきます。ツナは汁気を切ってほぐしておきます
- ②保温中の場合[切]キーを押して保温を切り、残りごはんにとマトの水煮の汁とスープを入れて塩、こしょうをし、軽く混ぜます。
- ③Aとツナをのせ、**かんたん雑炊**キーを押します。
- ④できあがったら、器に盛り、パセリを散らします。

ワンポイント

- 具やスープの量は、ごはんの量にあわせて調節してください。
- 市販のレトルトパック等を利用すると、簡単においしくできます。



かんたん
雑炊

でき上がり目安：約10分
●1人分 約410 kcal

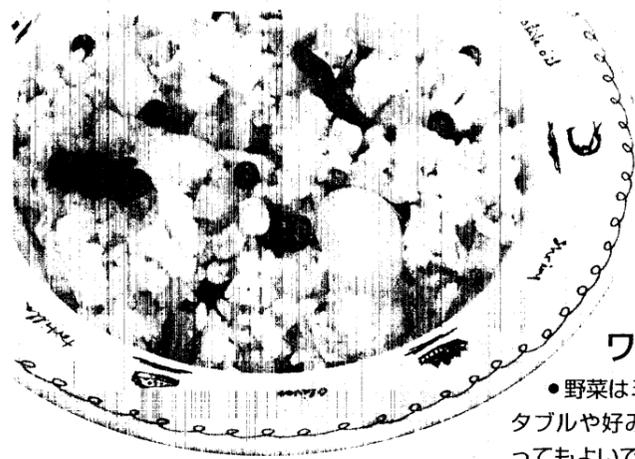
材料 (4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん…………… 300 g
 ホワイトソース (缶詰)…………… 1缶 (290 g)
 マッシュルーム (缶詰)…………… 小2缶 (100 g)
 牛乳…………… 300 ml
 塩・こしょう…………… 少々

作りかた

- ①保温中の場合[切]を押して保温を切り、残りごはんにはホワイトソースと牛乳を入れ、こせはんをほぐしておきます。
- ②マッシュルーム (缶詰)を汁ごと入れて塩・こしょうをし、軽く混ぜ、**かんたん雑炊**キーを押します。
- ③できあがったら軽くかき混ぜ、器に盛ります。

洋風ミルク雑炊



ワンポイント

●野菜はミックスベジ
タブルや好みの野菜を使
ってもよいでしょう。

たっぷり野菜でヘルシー



ワンポイント

●さつまいもの
かわりに栗を
使ってもよい
でしょう。

野菜ピラフ

でき上がり目安：約 52 分
●1人分 約 460 kcal

2 炊き込み

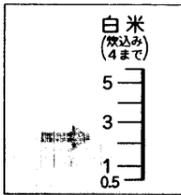
材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ2
 小玉ねぎ (半分切る) 4個
 じゃがいも (1cm角切り) 中1個
 にんじん (7mm角切り) 中1/2本
 グリーンアスパラガス (1cmの長さに切る)
 3本
 カリフラワー (小房に分ける) 100 g
 ホールコーン (缶詰・水気をきる) カップ1/2
 グリンピース缶 (缶詰・水気をきる) カップ2/3
 サラダ油 大さじ2
 チキンスープ 200 ml
 塩・こしょう 少々



作りかた

- ①米は研いであら、ざるにあげて水気をきっておきます。
- ②フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、Aをさっと炒め、軽く塩、こしょうをし、器にあけておきます。
- ③フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、米がすき通るまで炒めます。
- ④炒めた米にチキンスープを加え「白米」の水位目盛2よりやや多めに水加減し、塩、こしょうをしてからよく混ぜます。
- ⑤2を上のにせ、健康・栄養メニューの②炊き込みを選び、「炊飯」キーを押します。
- ⑥炊きあがったら、ほくして器に盛ります。



2 炊き込み

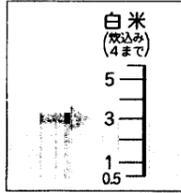
でき上がり目安：約 48 分
●1人分 約 800 kcal

材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ3
 さつまいも (さいの目切り) 200 g
 黒すりごま 大さじ4
 A { しょうゆ 大さじ2
 だし汁 200 ml
 塩 少々

作りかた

- ①米は研いであら、ざるにあげて水気をきり、Aに30分ほどつけます。
- ②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。
- ③1に水を加え、「白米」の水位目盛3に水加減し、かき混ぜ、さつまいもをのせます。
- ④健康・栄養メニュー②炊き込みを選び、「炊飯」キーを押します。
- ⑤炊きあがったら、ほくして器に盛ります。



4 リゾット

でき上がり目安：約 45 分
●1人分 約 370 kcal

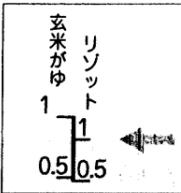
材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ1
 かぶ (7mm角切り) 2個
 かぶの葉 (小口切り) 1個分
 にんじん (7mm角切り) 1/3本
 しめじ (小房に分ける) 1/2パック
 えのきだけ (半分に切る) 1/2袋
 ちりめんじゃこ 30 g
 だし汁 400 ml
 酒 大さじ1
 しょうゆ 小さじ1
 塩 小さじ1
 野菜菜づけ (小口切り) 50 g
 たくあん (せん切り) 30 g



作りかた

- ①ちりめんじゃこはさっと湯通して水気をきっておきます。
- ②米は研いであら、Bを加え、「リゾット」の水位目盛1に水加減し、軽くかき混ぜて、合わせたAをのせます。
- ③健康・栄養メニュー④リゾットを選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、器に盛り、つけものをのせます。

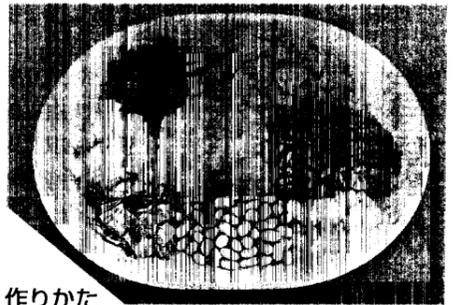


4 リゾット

でき上がり目安：約 45 分
●1人分 約 370 kcal

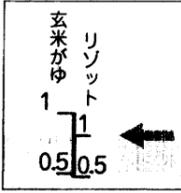
材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ1
 玉ねぎ 大1/2個
 にんじん 1/2本
 セロリ 1/2本
 A { かぶ 1個
 じゃがいも 1個
 さやいんげん 40 g
 ゆでた白いんげん または
 大豆の水煮 (缶詰) カップ2/3
 ベーコン 50 g
 チキンスープ 400 ml
 バター 大さじ1~2
 B { 塩 小さじ1/3
 こしょう 少々
 パルメザンチーズ 大さじ3~5

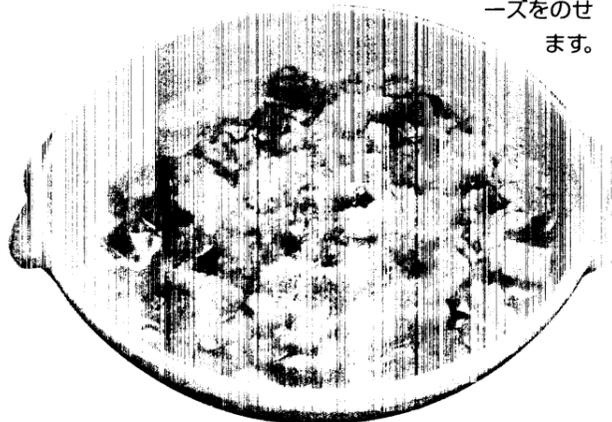


作りかた

- ①Aの野菜は1cmの色紙み切りにし、バターでさっと炒め、軽く塩、こしょうをします。
- ②米は研いであら、チキンスープを加え、「リゾット」の水位目盛1に水加減し、軽くかき混ぜてパルメザンチーズ以外の材料を全部のせます。
- ③健康・栄養メニュー④リゾットを選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、器に盛り、パルメザンチーズをのせます。



ミネストロ風リゾット





健康・栄養メニュー

1 おかゆ

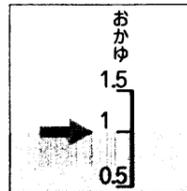
でき上がり目安：約70分
●1人分 約130 kcal

材料 (4人分)

- 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大根の葉はみじん切りにします。
- ②米は研いでから、「おかゆ」の水位目盛1に水加減し、1を入れます。



- ③健康・栄養メニューの「1」おかゆを選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。



健康・栄養メニュー

1 おかゆ

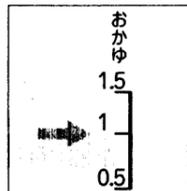
でき上がり目安：約80分
●1人分 約400 kcal

材料 (4人分)

- 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 (しらがねぎ).....少々
- 白ごま.....少々

作りかた

- ①なべに鶏肉をいれ、水3カップと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。鶏肉は手で細かくさき、Bをふりかけて下味をつけます。
- ②米を研いでから、1のゆで汁を加え「おかゆ」の水位目盛1に水加減し、塩とスープの素を加えて軽く混ぜます。
- ③健康・栄養メニュー「1」おかゆを選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、1の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛って、しらがねぎ、白ごまをのせます。



ワンポイント

- トッピングは、オクラのしょうゆあえや、ねぎとわさび、たらこ、高菜炒めなどお好みのものを。



健康・栄養メニュー

3 麦ごはん

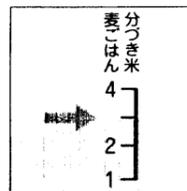
でき上がり目安：約55分
●1人分 約440 kcal

材料 (4人分)

- 米 (うるち米).....カップ2
- 押麦.....カップ1
- 山芋.....250g
- { だし汁.....カップ1/2
- 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米と押麦を混ぜて軽く研ぎます。
- ②「麦ごはん」の水位目盛3に水加減し、約1時間浸します。
- ③健康・栄養メニューの「3」麦ごはんを選び「炊飯」キーを押します。
- ④Aを合わせます。
- ⑤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、Aを少しずつ加えてのばします。(Aの量は好みで加減してください。)
- ⑥器に麦ごはんを盛り、5のとろろ汁をかけ、青のり粉を散らします。



※麦の量は、お好みに応じてカップ1/2~1の間で調整してください。

ひじき入り玄米ごはん

健康・栄養メニュー

6 玄米

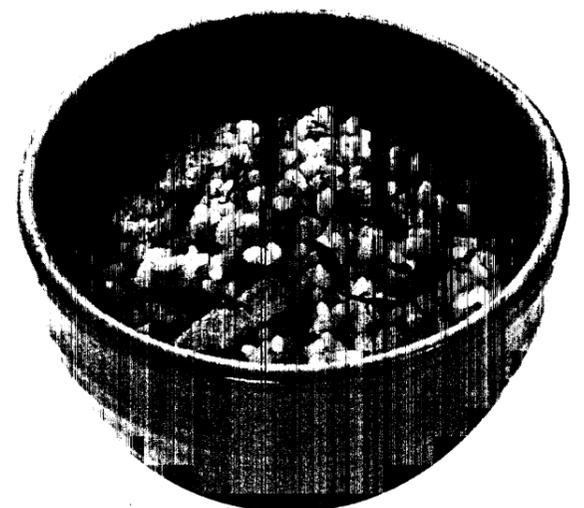
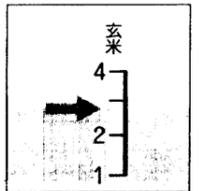
でき上がり目安：約90分
●1人分 約800 kcal

材料 (4人分)

- 玄米.....カップ3
- 油揚げ.....2枚
- A { もどしたひじき.....80g
- にんじん (せん切り).....60g
- 酒.....大さじ2
- B { しょうゆ.....大さじ1 1/2
- 塩.....小さじ1/3
- 白いりごま.....少々

作りかた

- ①油揚げは熱湯で油抜きしてから、たんざくに切ります。
- ②玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除いてから「玄米」の水位目盛3よりやや少なめに水加減して、Bを入れて軽くかき混ぜます。
- ③Aをのせ、健康・栄養メニューの「6」玄米を選び、「炊飯」キーを押します。
- ④炊きあがったら、ほぐして器に盛り、白いりごまを振ります。



ワンポイント

- ささは、弱火で20~30分硬めにゆでてください。
- 水加減したあとはすぐ炊いてください。時間がたつとささが水を吸って、うまく炊けないことがあります。



赤飯

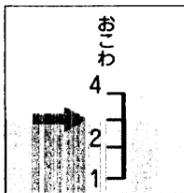
でき上がり目安：約50分
● 1人分 約440 kcal

材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ1/2
- もち米 カップ2 1/2
- ささが 50 g
- 塩 小さじ1/2

作りかた

- ①米ともち米は合わせて研ぎ、ざるにあげて水気をきります。
- ②ささがは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、ささがとゆで汁を分けて冷まします。



- ③1に、ゆで汁と水を加え、「おこわ」の水位目盛3に水加減し、塩を入れてかき混ぜます。



- ⑤炊きあがったら、ほぐして器に盛ります。



でき上がり目安：約50分
● 1人分 約620 kcal

材料 (4人分)

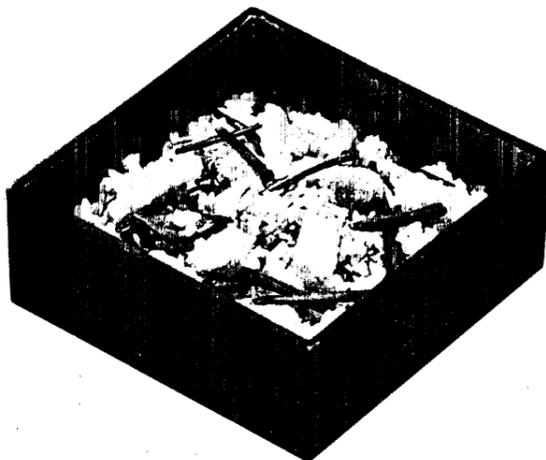
- 米 (うるち米) カップ1
- もち米 カップ2
- 山菜ミックス (水煮) 200 g
- 油揚げ 1枚
- 酒 大さじ2
- しょうゆ 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- 砂糖 大さじ1
- 白ごま 少々

作りかた

- ①米ともち米は合わせて研ぎ、ざるにあげて水気をきります。
- ②油揚げは熱湯で油抜きし、たんざくに切ります。山菜は水気をきっておきます。
- ③1に水を加え、「おこわ」の水位目盛3に水加減し、Aを入れて軽くかき混ぜます。



- ④2をのせて、健康・栄養メニュー [2] 炊き込みを選び、「炊飯」キーを押します。
- ⑤炊きあがったら、ほぐして器に盛り、白ごまをふりかけます。



すしめし

ワンポイント

- 合わせ酢は、好みにより調節してください。
- 魚介類を使ったおすしは、甘さを抑えた〔合わせ酢A〕を、ちらしすし・いなりすしは甘めの〔合わせ酢B〕をおすすめします。

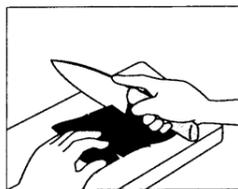


でき上がり目安：約45分
● 1人分 約420 kcal

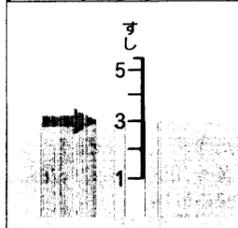
材料 (4人分)

- 米 (うるち米) カップ3
- 昆布 15 cm

- 〔合わせ酢A〕
- 酢 大さじ5
- 砂糖 大さじ1
- 塩 小さじ1
- 〔合わせ酢B〕
- 酢 大さじ5
- 砂糖 大さじ2
- 塩 小さじ1



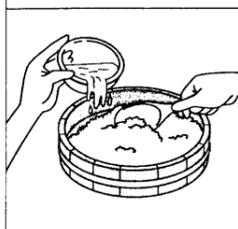
- ①下ごしらえ
昆布は、ふきんで拭いて汚れを取り、切り込みを4~5か所入れておきます。



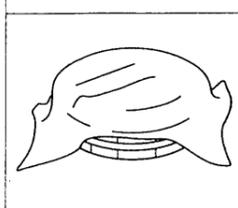
- ②水加減
米を研いでから、「すし」の水位目盛3に水加減し、昆布をのせます。



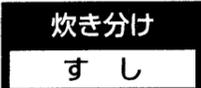
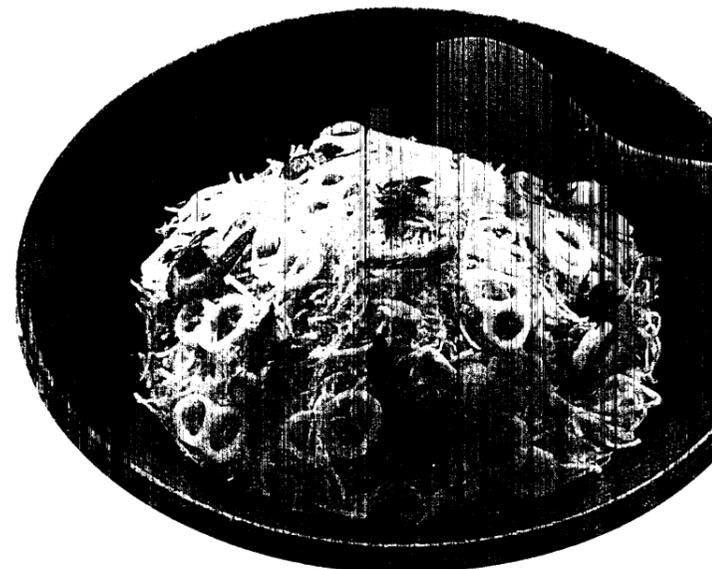
- ③炊き分けを「すし」にして炊飯
炊き分けの「すし」を選び、「炊飯」キーを押します。



- ④酢をかける
炊きあがったら、昆布を取り出し、飯台にごはんを移し、合わせ酢を全体にかけて切るように混ぜます。



- ⑤冷ます
混ぜて1分ほどしたら、うちわであおぎ、人肌程度に冷まし、ぬれぶきをかけておきます。



でき上がり目安：約45分
● 1人分 約610 kcal

材料 (4人分)

- 干しいたけ 8枚
- にんじん 30 g
- 干びょう 30 g
- だし汁 カップ2
- 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 80 g
- 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
- きんし卵 1個分
- 木の芽 10枚
- ごま 大さじ2
- 桜でんぶ 少々
- 紅しょうが 少々

作りかた

- ①すしごはんは「すしめし」で作ります。酢は〔合わせ酢B〕にします。
- ②水でもどして石づきを取った干しいたけ、にんじんはせん切りにします。干びょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでてから1cmの長さに切ります。
- ③2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酢水につけてアクを抜き、軽く熱湯に通してBにつけておきます。
- ⑤えびは背わたを取り、殻をむいてゆでます。
- ⑥1に2とごまを混ぜ合わせ、器に盛って4、5、桜でんぶ、きんし卵、紅しょうが、木の芽を散らします。

五目ちらし

日立家電品のお客様ご相談窓口一覧表

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

日立家電品についてのご相談や修理はお買上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに
関するご相談は

☎ 0120-3121-68

*フリーダイヤルされますと、お客様の地域を担当する
センターへおつなぎします。

商品情報やお取り扱いに
ついてのご相談は

☎ 0120-3121-11

修理ご相談窓口

担当地域	拠点名	所在地
北海道	札幌 旭川 北見 釧路 帯広 小樽 苫小牧 室蘭 函館	札幌市白石区東札幌2条4-1-10 旭川市東光10条3-4-14 北見市常盤町3-2-21 釧路市新橋大通1-1-5 帯広市緑ヶ丘2条通り1-2-7 小樽市錦町5-12 苫小牧市住吉町2-5-2 室蘭市中島町3-14-13 函館市亀田町7-12

担当地域	拠点名	所在地
青森県	青森 むつ 弘前 八戸	青森市青柳1-16-4 むつ市緑町17-56 弘前市外崎4-2-3 八戸市大字根城字白山平1-7
岩手県	岩手 水沢	盛岡市東仙北1-12-12 水沢市東中通り2-4-38
宮城県	宮城 古川 石巻	仙台市宮城野区扇町3-2-9 古川市古川字上古川150 桃生郡河南町鹿又道の前499-1
秋田県	秋田 大館 南	秋田市土崎港相染町字沖谷地151-1 大館市御成町3-1-9 大曲市福住町4-16
山形県	山形 庄内	山形市蔵王松ヶ丘1-1-33 酒田市東町1-7-1
福島県	いわき 福島 原町 郡山 会津若松	いわき市平塩字古川95 福島市春日町14-33 原町市栄町3-41 安達郡本宮町大字荒井字長山79 会津若松市西七日町6-15

担当地域	拠点名	所在地
東京都	北東京 西東京 南東京 三鷹	足立区千住閑屋町11-1 豊島区西池袋4-23-11 世田谷区三軒茶屋2-48-8 三鷹市上連雀7-32-32
神奈川県	横浜 厚木	横浜市戸塚区品濃町531-1 厚木市長谷260-27
埼玉県	大宮 越谷 三芳	大宮市東大成町2-246 越谷市大杉458-3 入間郡三芳町上富1828-1
千葉県	千葉 柏 船橋 銚子 東金 木更津 館山	千葉市花見川区幕張町1-7681 柏市中央2-9-16 船橋市高瀬町62-10 銚子市唐子町21-3 東金市福俵3-397 木更津市潮浜1-17-29 館山市八幡66-1
茨城県	水戸 日立 鹿嶋 土浦	水戸市水府町1548 日立市幸町2-2-10 鹿嶋市神向寺大芝311-1 土浦市荒川沖字一里塚5-102
栃木県	宇都宮	宇都宮市御幸ヶ原町40-5
群馬県	伊勢崎	伊勢崎市連取町329-8
山梨県	山梨	中巨摩郡田富町流通団地1-8-2
長野県	長野 本松	長野市南長池763-3 松本市芳川村井町1280-1
新潟県	新潟 佐渡 長岡 上越	新潟市紫竹山5-5-29 佐渡郡金井町泉1031-6 長岡市東蔵王2-7-37 上越市栄町6-4
静岡県 (富士川以東)	沼津	沼津市上香貫横島町1354-2
静岡県 (富士川以西)	静岡 浜松	静岡市豊田3-6-27 浜松市篠ヶ瀬町1255

修理ご相談窓口

担当地域	拠点名	所在地
愛知県	名古屋東 名古屋西 三河 豊橋	名古屋市守山区川宮町55 名古屋市中川区篠原橋通1-1 岡崎市大樹寺2-12-6 豊橋市東田町151-1
岐阜県	岐阜 高山 濃	岐阜市宇佐南2-3-8 高山市岡本町3-176 瑞浪市明世町山野内字沼305-1
三重県	北三重 南三重	四日市市羽津中2-1-6 度会郡玉城町佐田字銚子口1820-1
静岡県 (富士川以東)	沼津	沼津市上香貫横島町1354-2
静岡県 (富士川以西)	静岡 浜松	静岡市豊田3-6-27 浜松市篠ヶ瀬町1255
富山県	富山	富山市向新庄857-1
石川県	石川	石川郡野々市町堀内5-20
福井県	福井	福井市高木中央1-1402

担当地域	拠点名	所在地
大阪府	京阪 北大阪 阪南	門真市大字岸和田1551 大阪市福島区海老江1-5-79 堺市草部21-1
奈良県	奈良	天理市二階堂上ノ庄町342-1
兵庫県	神戸 西宮 姫路 阪神 豊岡	神戸市東灘区甲南町1-3-8 神戸市西区平野町下村251 姫路市飾磨区構4-81 伊丹市昆陽3-254 豊岡市桜町15-15
京都府	京都 福知山	京都市右京区西京極豆田町17 福知山市宇堀1965-2
滋賀県	滋賀 彦根	大津市玉野浦2-1 彦根市川瀬馬場町1010-1
和歌山県	和歌山 田辺 新宮	和歌山市井ノ口543-1 田辺市稲成町字沖代80-2 新宮市下田2-3-12

一般ご相談窓口

家電品についてのご意見やご要望は各地区のお客様相談センターへ

担当地域	電話番号	所在地
北海道地区	(011) 833-5088	札幌市白石区東札幌2条4-1-10
東北地区	(022) 232-5088	仙台市宮城野区扇町1-1-45
関東・甲信越地区	(03) 3834-8588	台東区東上野2-7-5 (日立家電上野ビル)
中部地区	(052) 795-5088	名古屋市守山区川宮町55 (日立家電守山ビル)
関西地区	(078) 431-5088	神戸市東灘区甲南町1-3-8
中国地区	(082) 231-5088	広島市西区観音新町1-7-17
四国地区	(0877) 47-1088	坂出市林田町4285-143
九州・沖縄地区	(092) 281-5088	福岡市博多区店屋町7-18 (博多渡辺ビル)

●ご相談窓口の名称、所在地等は変更になることがありますのでご了承ください。

担当地域	拠点名	所在地
鳥取県	鳥取	鳥取市千代水3-106
島根県	山陰 浜田	松江市西津田2-2-5 浜田市下府町388-40
岡山県	岡山 津山	岡山市延友189-3 津山市小原109
広島県	広島 備後 呉	広島市西区観音新町1-7-17 福山市高西町2-3-42 呉市阿賀中央3-1-7
山口県	山口 東山口	吉敷郡小郡町大字上郷字仁保津下5220 下松市潮音町2-2-5

担当地域	拠点名	所在地
徳島県	徳島	徳島市応神町古川字日の上15-2
香川県	香川	坂出市林田町4285-143
愛媛県	愛媛 東予	松山市内宮町2007 新居浜市菰生字岸ノ下1150-4
高知県	高知	高知市朝倉西町2-5-5

担当地域	拠点名	所在地
福岡県	福岡 北九州 久留米 大牟田	福岡市博多区諸岡3-21-28 北九州市小倉北区篠崎1-4-8 久留米市野中町1440-1 大牟田市天領町1-201
佐賀県	佐賀 唐津	佐賀市鍋島町大字八戸3181 唐津市町田1863-3
長崎県	長崎 佐世保 五島	西彼杵郡長与町高田郷1275-1 佐世保市山祇町329-4 福江市下大津町724-7
熊本県	熊本 八代 天草	熊本市新南部5-5-30 八代市田中西町10-10 本渡市今釜新町3444
大分県	大分 中津 佐伯	大分市豊海5-4-12 中津市大字下池永字北原564-1 佐伯市中村南町9-5
宮崎県	宮崎 延岡 都城	宮崎市大字芳士589-1 延岡市旭ヶ丘6-1-24 都城市菰浦原町24-2-5
鹿児島県	鹿児島 鹿屋	鹿児島市字宿2-8-2 鹿屋市新生町10-4
沖縄県	那覇	那覇市字安謝620-187