

SHARP®

過熱水蒸気

オーブンレンジ 家庭用

取扱説明書

形名

アール イー エス エス ディー

RE-SS10D



ご購入いただき、まことにありがとうございました。
この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

- ご使用前に、「安全上のご注意」を必ずお読みください。
- この取扱説明書は、クックブックと保証書とともに、いつでも見ることができる所に必ず保存してください。

※業務用として、使用しないでください。

もくじ

ページ

はじめに	初めてお使いのとき	2
	よくあるご質問	2
	安全上のご注意 必ずお守りください	4
	各部のなまえ	8
	加熱の種類としくみ	12
	調理のときのお願い	13
	使える容器・使えない容器	14
	電源を入れて、	16
カラ焼きをしてください		

使いかた	何をあたためますか？ (食品に合った加熱方法は？)	17
	あたため	18
	冷凍食品(市販品)	20
	サクリ解凍・全解凍	22
	自動加熱	24
	手動加熱	32

※詳しくは、3ページの
使い分けいろいろをご覧ください

必要なときに	お手入れ	42
	●使うたびに	
	●こまめに	
	●庫内のおいが気になるときは	
故障かな？	44	
●こんな表示が出たら		
保証とアフターサービス	46	
お客様ご相談窓口のご案内	47	
仕様	裏表紙	

製品登録の
お願い

オンラインでの各種サポートサービスをご利用いただくために、〈SHARP i CLUB〉で
ご愛用製品の登録をお願いいたします。(登録無料)

<http://iclub.sharp.co.jp/m/>

スマートフォンや
携帯電話はこちらから



初めて お使いのとき

1 安全上のご注意を
お読みください (4 ページ)

設置について (7 ページ)

2 アースを取り付けて
ください (7 ページ)

3 電源プラグを
差し込んでください (16 ページ)

4 ドアを開けてください
電源が入ります (16 ページ)

5 庫内のカラ焼きを
してください (16 ページ)

ご購入後、庫内に付着している油を
焼き切るために、おこなってください。
(角皿は入れません)

角皿 は金属製です

レンジ加熱では使わないで
ください。



火花が出て、製品を傷めます。
本書の説明で、このマークが
ある加熱方法では、絶対に
角皿を使わないでください。



よくあるご質問

● アースを取り付けないといけない?
(7 ページ)

→万が一のために取り付けをお願いします。

アース線が届かない(短い)

→ホームセンターなどで購入できます。
(導体径1.25mm²以上のもの)

アース線を取り付けるところがない

→お買いあげの販売店にご相談ください。

● どの加熱を使えばいいかわからない

→「使い分けいろいろ」(3 ページ)、

「加熱の種類としくみ」(12 ページ)、

「何をあたためますか?」(17 ページ)を
ご覧ください。

● 庫内灯を点けたい (10 ページ)

→加熱中に **庫内灯** を押します。

● 加熱終了後も音がる

→製品内部を冷却するファンの回転音です。
最大10分程度で自動的に止まります。
ファンが回転していても加熱できます。

その他、(44, 45 ページ) で、お調べくだ
さい。すぐに解決できるかもしれ
ません。

Webもご利用ください。

シャープ お問い合わせ **検索**

<http://www.sharp.co.jp/support/>



? Q&A情報

よくあるご質問などを掲載



故障診断ナビ

故障判定の場合、そのまま修理お申し込み



コールセンターからのアドバイス

お手入れのしかた、上手な使いかた

内の数字は、主な説明のあるページを示しています。


使い分けいろいろ

キーを選んで加熱


- **あたため** 18
ごはん・おかず
冷凍ごはんなど
レンジで早く
あたためるとき 
- **サククリ解凍/全解凍** 22
肉や魚などを解凍するとき 
- **冷凍食品(市販品)** 20
1人分の冷凍パスタなどを
あたためるとき
- **30秒あたため** 36
レンジ600Wで加熱するとき

自動加熱

番号を合わせて加熱

- **基本操作** 24
メニュー番号**5~26**の詳細は、
クックブックをご覧ください。
メニュー名は、製品の前面下または
10ページをご覧ください。
- **牛乳・酒** 26
飲み物をあたためるとき 
- **コンビニ弁当あたため** 27
コンビニエンスストアや
スーパーなどで売られている
お弁当をあたためるとき
- **ゆで野菜** 30
ほうれん草・ブロッコリー
などの野菜をゆでるとき
- **フライあたため** 28
天ぷらやフライなど
揚げ物をあたためるとき

手動加熱




- **好みの温度あたため** 32
バターなどを
やわらかくするとき
- **レンジ** 36
500W、600Wなど出力を
合わせて加熱をするとき
- **スチームあたため** 34
中華まんなど、
乾燥をおさえながら
あたためるとき 
- **グリル** 37
焦げ目をつけるとき
- **オーブン** 38
熱風で加熱するとき
- **発酵** 41
パン生地の発酵をするとき

本書内に記載の「クックブック」は、付属のクックブックのことを示しています。



安全上のご注意 (1)

人への危害、財産への損害を防ぐため、お守りいただくことを説明しています。

■ 誤った使いかたで生じる内容を、次のように区分して説明しています。

 危険 「死亡または重傷を負うおそれが高い」内容。
 警告 「死亡または重傷を負うおそれがある」内容。
 注意 「軽傷を負う、または財産に損害を受けるおそれがある」内容。

■ お守りいただく内容の種類を、次の図記号で説明しています。

 してはいけないこと。
 しなければならないこと。



危険

感電や火災などの事故や大けがを防ぐために

高圧部品に触らない



吸排気口や穴などに、ピンや針金などの金属物や異物を入れない
(感電・けが・故障の原因)



分解禁止

自分で絶対に分解・修理・改造をしない (感電・火災・けがの原因)
万一、異物が入った場合や修理は、お買いあげの販売店、またはお客様ご相談窓口にご連絡ください。(47 ページ)



警告

感電や漏電、発火などによる事故やけがを防ぐために

電源プラグやコード、アースについて



電源プラグやコードは、乱暴に扱わない

- ゆるんだコンセントは使わない
- 傷んだ電源プラグやコードは使わない
- 傷付けたり、変形させない
(加工する・高温部[排気口]に近付ける・無理に曲げる・引っ張る・ねじる・束ねる・重い物をのせる・挟み込むなどすると、コードが破損し、火災・感電・ショートの原因)



ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
(感電・けがの原因)



定格15A以上・交流100Vの専用コンセントを単独で使う
(他の器具と併用した分岐コンセント[延長コード]を使うと異常発熱し、発火・感電の原因)



電源プラグは、根元まで確実に差し込む
(発火の原因)



定期的に電源プラグに付いたほこりを乾いた布で拭き取る
(ほこりがたまると、火災の原因)



プラグを抜く

お手入れは、必ず電源プラグをコンセントから抜き、冷めてからおこなう
(感電・やけど・けがの原因)



アース線接続

アースを確実に取り付ける
(故障や漏電のときに、感電のおそれ)
水気や湿気の多い所に設置する場合やアース端子がない場合は、お買いあげの販売店にご相談いただき、必ずアース工事をしてください。

アースについて

7 ページ



警告

感電や漏電、発火や突沸などによる事故やけがを防ぐために
(突沸…突然の沸とうにより加熱中や加熱後に食品や液体が飛び散る現象)

加熱するときは



卵(ゆで卵・うずら卵含む)など、膜や殻付きのものはレンジ加熱しない(破裂・やけどの原因)

- おでんの卵、目玉焼きなどは、**爆発し、大変危険です**



※卵をレンジ加熱するときは、必ず溶きほぐしてください。

- 膜(いかなど)や殻付き(クリなど)のものは、切れ目や割れ目を入れる

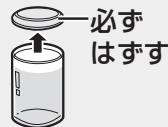


衝撃で食器やフラットテーブルなどが割れることがあります



ビン・密封容器の栓やフタをはずす

- 加熱のしすぎになり、破裂します(容器が破裂して、やけどやけがの原因)



ベビーフードやミルク、介護食をあたためるときは、加熱後、かき混ぜてから温度を確認する(やけどのおそれ)



食品・飲み物を加熱しすぎない

突然沸とう・発煙・発火のおそれがあるので、加熱方法をお守りください。加熱をしすぎたときは、そのまま1~2分程度庫内で冷ましてから取り出してください。

突然沸とうのおそれのある食品

- 飲み物は、1 牛乳・酒 に合わせて加熱する (26 ページ)



自動のあたため加熱は使わない

(突然沸とうによりやけどのおそれ)

- カレー・シチュー、煮物、汁物などは、分量・容器など本書の記載内容を守る (19 ページ)



- 油脂分の多いもの(バター・生クリームなど)は、手動レンジで様子を見ながら加熱する (36 ページ)

※低めの広口容器を使う

※加熱前・加熱後にかき混ぜる

発煙・発火のおそれのある食品

- 次のような食品は手動加熱で様子を見ながら加熱する

- ・ 少量のもの
- ・ 水分の少ないもの(パン、さつまいもなど)

- ・ 油が付いたもの(バター付きパン、フライものなど)

- ・ 高温になりやすいもの(あんまんなど)



使用するとき



熱に弱いものを近付けない

- たたみ・じゅうたん・テーブルクロスなどの敷物の上や、カーテンなどの燃えやすいものの近くに置かない(変形・変色・反りの原因)

- スプレー缶を近付けない(引火や破裂の原因)



子供だけで使わせない

- 幼児の手の届く所で使わない(感電・やけど・けがの原因)

異常・故障時には



直ちに使用を中止する

- すぐに電源プラグを抜いて、販売店へ点検・修理を依頼する(発煙・発火・感電・けがのおそれ)

異常・故障例

- 電源プラグやコードが異常に熱くなる。
- 自動的に切れないときがある。
- コゲ臭いにおいがしたり、異常な音や振動がする。
- スタート操作をしても加熱しない。
- ドアに著しいガタがある。
- 触れるとピリピリと電気を感じる。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- その他の異常や故障がある。

安全上のご注意 (2)



注意

発火や発煙によるやけどやけがを防ぐために

電源プラグについて



電源プラグを抜くときは、コードを持って引き抜かない
(断線やスパークして、発火の原因)



長期間使用しないときは、電源プラグを抜く
プラグを抜く (絶縁劣化などで感電や漏電・火災の原因)

加熱前に確認する



金属類やアルミホイルなどを使用して、レンジ加熱しない
● レトルト食品・缶詰・金串・アルミケース・アルミテープなどを加熱しない
※ 本書では、使いかたを限定して、アルミホイルを使用することがあります。記載通りにお使いください。



缶詰・ビン詰・袋詰・レトルト食品・真空パック入り食品は移し替える
(破裂・製品の破損・けが・やけどの原因)



加熱に合った容器を使う (14, 15 ページ)



鮮度保持剤(脱酸素剤)を入れたまま、加熱しない (火花が出て製品を傷めたり、食品の発煙・発火の原因)



調理以外に使わないカラ(食品なし)の状態
でレンジ加熱しない
● 庫内を収納庫として使わない
(過熱・異常動作して、発火の原因)

加熱中や加熱後は



接触禁止

高温部分に触らない
● 加熱中や加熱後しばらくは、フラットテーブル・ドア・キャビネット・庫内・排気口・付属品・容器などに触らない
(やけどの原因)
※ 食品や付属品の出し入れは、乾いたミトンなどをご使用ください。



庫内やドアに油・食品カス・煮汁を付けたままで放置したり、加熱したりしない
(発火・発煙・さびの原因)
お手入れ (42 ページ)



ラップをはずすときは、注意する
蒸気が一気に出て、やけどをすることがあるので、ゆっくりはずします。



庫内の食品が燃え出したときは、ドアを開けない
ドアを開けると酸素が入り、勢いよく燃えます
● 次の処置をしてください
1. ドアを閉めたまま、**とりけし**を押す。
2. 電源プラグを抜く。
3. 本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
● 鎮火しない場合は、水か消火器で消火する
● そのまま使用せずに、必ず販売店に点検を依頼してください



調理後の庫内やドアに水をかけない
● フラットテーブルに衝撃を加えたり、急冷したり、使用中のドアにも水をかけない
(割れるおそれ)

ドアは



ドアを傷めない、物を挟まない
● 庫内やドアに物をぶつかけたり、ドアに物を挟んだまま使わない
(電波漏れやドアガラスが割れるおそれ)



ドアやハンドルに無理な力を加えない。また、4kg以上の物をのせない
(本体が倒れて、けがをしたり、電波漏れの原因)

設置について



丈夫で安定した水平な場所に置く(騒音や振動、ガタ付きの原因)

- 製品が転倒・落下した場合は、外部に損傷がなくても使用せず、点検を依頼する(感電・電波漏れの原因)

【別売品】落下・転倒防止用金具「形名RK-TB1」希望小売価格900円+税(工事費別)
※金具取付け面(製品後方)と壁面との間は、18cm以上のスペースが空きます。

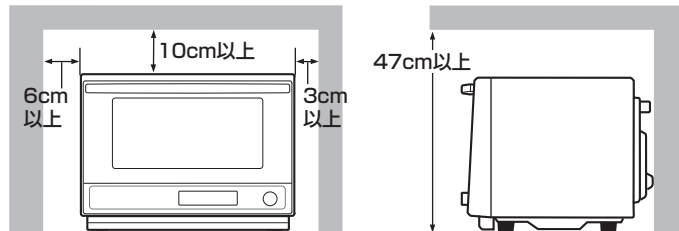


本体天面、壁との間は、下図の離隔距離以上の空間を設ける(過熱による変形・発火や故障の原因)

この製品は、「消防法 設置基準」に基づく試験基準に適合しています。

場所	離隔距離 (cm)
上方	10
左方	6
右方	3
前方	開放
後方	0
下方	0

「消防法 基準適合 組込形」



上記の記載寸法を離しても、排気に調理中の油や湯気が混じり、排気口付近の壁が汚れたりすることがあります。壁の汚れが気になる場合は、壁面にアルミホイルなどを貼ることをおすすめします。製品に貼らない

- 窓ガラスがある場合は、排気口(8ページ)と20cm以上離す(それでも温度差によって割れる場合あり)
- 熱に弱い家具やコンセントのある壁面に排気口が向き合うときは、熱変形するおそれがあるため、遠ざける
- 電源プラグやコードを製品で壁などに挟み込まないようにする(火災・感電・ショートの原因)



吸気口・排気口(8ページ)をふさがない(過熱による発火や故障のおそれ)

蒸気や水のかかる所や火気の近くで使わない(感電・漏電の原因)

製品の上は、高温になるため、物を置いたり、近付けない

アースについて

- アース端子付きコンセントがある場合(8ページ)

アース線の先端をはずし、アース端子に確実に固定します。

アース線の長さが足りないときは、市販の導体径1.25mm²以上の



アース専用端子
アース線

- アース端子付きコンセントがない場合

お買いあげの販売店にご相談いただき、アース工事*をおこなってください。

ガス管や水道管、電話や避雷針のアース線には絶対に接続しないでください。

次のような場所で使用する場合は、アース工事*が法律で義務付けられています。

- 水気のある場所：八百屋・魚屋の洗い場など水を扱う所、水滴の飛び散る所、地下室など結露が起きやすい所。漏電しゃ断器の取り付けも義務付けられています。
- 湿気の多い場所：飲食店の厨房、土間・コンクリート床、酒・しょうゆなどの醸造・貯蔵所。

※アース工事…電気工事士の有資格者によるD種接地工事。(本体価格に工事費は含まれていません)

お願い

- テレビ、ラジオから4m以上離す。(雑音や画像が乱れる原因)
- 製品の近くでは無線LAN機器の通信性能が低下することがあります。無線LAN機器の取扱説明書などをお読みのうえ、ご使用ください。

各部のなまえ (1)

本体

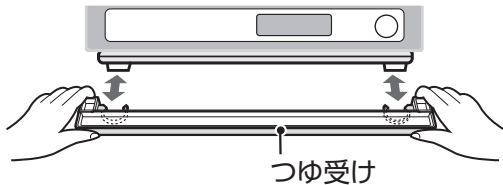


ドア(ハンドル)

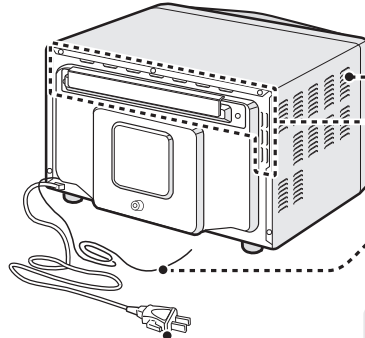
ドアを開けると電源が入ります。加熱中(運転中)にドアを開けると、加熱(運転)が停止します。

つゆ受け

手前に引き抜くとはずれます。取り付けは、本体の足にはめるように押し込みます。



つゆ受け



排気口 (背面・左側面)

吸気口

(つゆ受けの奥にあります)

アース線

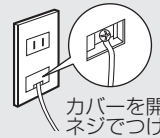
必ずアース端子に取り付ける

電源プラグ

[つまみタイプ] [カバー付きネジタイプ]



つまみに
巻きつける

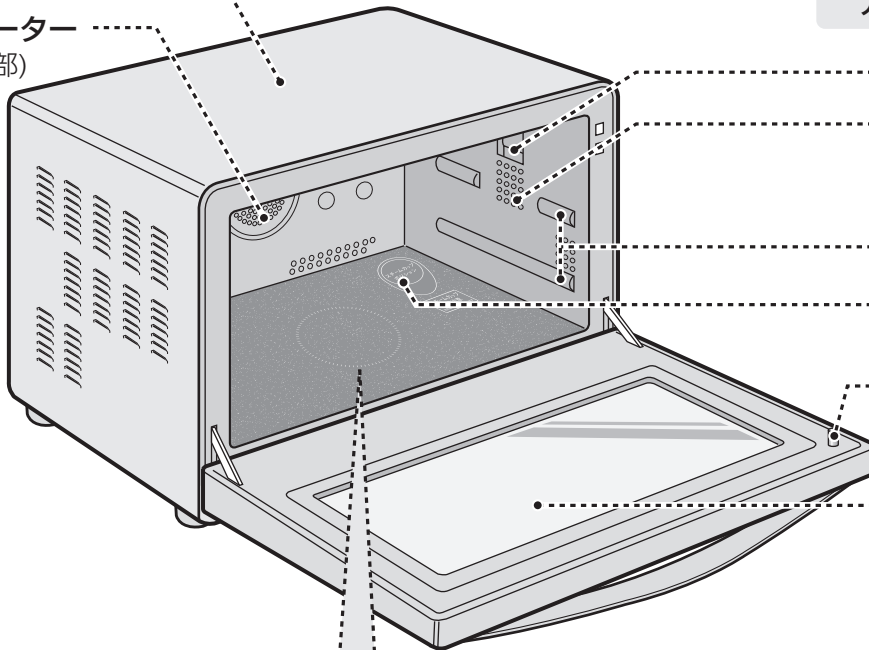


カバーを開けて
ネジでつける

アースについて (7 ページ)

キャビネット

背面ヒーター
(背面内部)



赤外線センサー

庫内灯 (右側面)

ドアを開けると点灯します。
(最大3分間)

角皿受け棚 (両側面)

スチームカップ ポジション

ドア突起部

食品の出し入れ時に
ご注意ください。

ドア (ガラス製)

食器などを当てたり
して傷を付けない

加熱中にひびが入り、
割れることがあります。

フラットテーブル

レンジ加熱のときは、角皿(金属)を絶対に使わないでください。
角皿を使用すると、フラットテーブルの下から出る電波が角皿に当たり
火花が出て、フラットテーブルが割れたり、製品を傷めます。
また、食品には電波が届かず、あたたまりません。

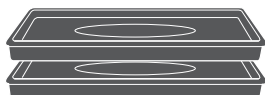
ご注意

- ヒーター加熱中や加熱終了後しばらくは、高温になっています。
直接手で触れるとやけどをしたり、熱に弱い容器を置くと溶けるおそれがあります。
- 急冷や衝撃を与えると割れることがあります。
- 食品カスが付着したままで使用すると、焦げたり火花が飛んだりします。
こまめにお手入れしましょう。(42 ページ)

付属品

本製品以外で使用しないでください。

● 角皿 (2枚)



中央部を少し高くしています。(反り軽減)

角皿は、必ず付属のものをお使いください。

ご注意

- レンジ加熱で使用したり、直火にかけないでください。

● スチームカップ

スチームカップの準備 について (28ページ)



● 保証書 ● 取扱説明書 ● クックブック

当商品は日本国内向けであり、日本語以外の説明書はありません。
This model is designed exclusively for Japan, with manuals in Japanese only.

※ 付属品や食品の出し入れ時には、必要に応じて市販のミトンや乾いた厚手のふきんなどをお使いください。

※ 使用中に破損したり、紛失したときは、お買いあげの販売店へご依頼ください。(有料)

お知らせ音について

● 加熱終了音などを鳴らないようにするには

1

電源を入れて、
ドアを閉める。

2

レンジ
出力切替



『ピピッ』と
鳴るまで
4秒間押します。

3

とりけし を押して
「0」表示にすると
設定完了です。

● 鳴らすときは レンジ出力切替 を『ピッ』と鳴るまで4秒間押し、 とりけし を押します。

※ 操作誤りなど、エラー音(ピピピピピ) (45ページ) は鳴ります。

各部のなまえ (2)

操作部・表示部



自動加熱メニュー番号表示

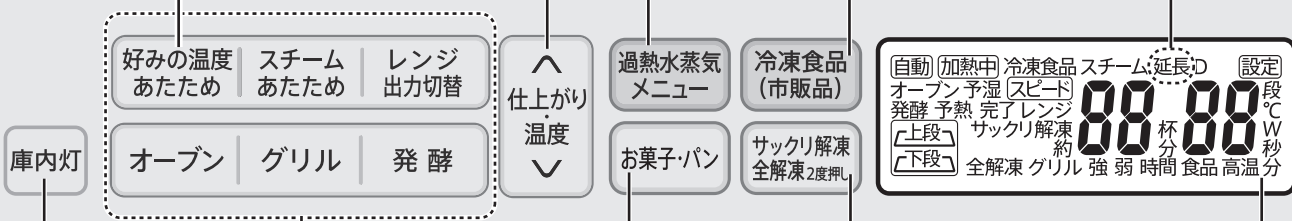
自動メニュー	スピードメニュー	お菓子・パン
1 牛乳・酒	7 3分どんぶり	10 お手軽おやつ
2 コビニ弁当あたため	8 5分おかず	11 スポンジケーキ
3 フライあたため	9 カンタン煮物	12 シフォンケーキ
4 ゆで野菜		13 ロールケーキ
5 酒蒸し		14 シュークリーム
6 グラタン		15 なめらかプリン
		16 ロールパン
		17 フランスパン
		18 ピザ

- 自動加熱の仕上がり調節に。
 ^ 強め / v 弱め(表示は「強」または「弱」)
- 手動加熱の温度設定に。
 ^ 上がる / v 下がる

- お好みの仕上がり温度(食品の表面温度)にあたためたいときに。

- 過熱水蒸気メニューを選ぶときに。

- 市販の冷凍食品をあたためるときに。



- ご自分で加熱温度や時間を合わせるときに。

- お菓子・パンメニューを選ぶときに。

- 冷凍した肉や魚を解凍するとき。

- 加熱中、庫内灯を点灯させるときに。もう一度押しすと消灯します。

表示部 (説明のためすべてを表示した状態です)

- 加熱時間・温度・加熱の進行などを表示。
 ※電源が入ると「0」を表示します。(16ページ)
 バックライトは点灯しません。

- お買いあげの機種によっては、本書で記載しているキーのデザインと異なっている場合がありますが、使いかたは同じです。

過熱水蒸気メニュー

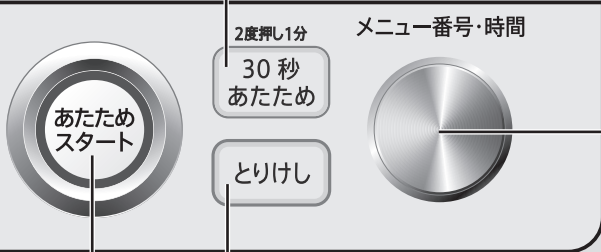
19 ▲ 3品献立セット 22 ▲ ハンバーグ 25 ▲ 焼きいも
 20 ▲ から揚げ 23 ▲ 塩ざけ・塩さば 26 ▲ 茶わん蒸し
 21 ▲ 鶏の照り焼き 24 ▲ 焼き野菜 27 ▲ スチーム発酵予湿

- ◆ マークについて……付属のスチームカップや角皿で蒸気が発生させながら、加熱するメニューです。

「延長」表示と操作について

- 加熱終了後、3分間表示しますが、一度ドアを開けると1分間表示になります。
- 加熱が足りないときは、回転つまみを回して加熱時間を合わせ、**スタート** を押します。
- 「延長」表示中に別の調理をするときは、**とりけし** を押してから操作します。

- レンジ600Wで30秒加熱するときに、2度押し1分、あたためると、1分加熱できます。



回転つまみ

- メニュー番号を合わせるときや手動加熱の時間合わせに。

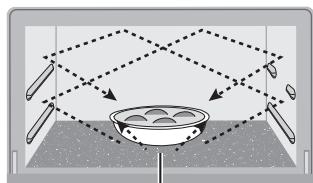
- ごはんやおかずのあたため加熱を自動でするときに。また、他の加熱のスタートキーとして使います。

- 途中で加熱をやめるときや、操作をやり直すときに。
 ※加熱中に一時停止するときは、ドアを開けます。再スタートはドアを閉め**スタート**を押します。

加熱の種類としくみ

こんな加熱です

主なメニュー



■電波の振動によって食品中の水分が摩擦熱を起こし、加熱します。

- 食品の種類・加熱前の温度によって加熱時間は、異なります。
- 食品の分量が2倍になると加熱時間は、2倍弱になります。

電波はフラットテーブル(底面内部)より出ます。

自動

あたため

冷凍食品(市販品)

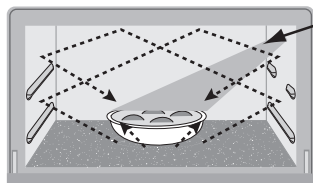
1 牛乳・酒

4 ゆで野菜 など

レンジ

レンジ加熱

赤外線センサー検知



■赤外線センサーが、フラットテーブルの中央に置いた食品の表面温度を検知します。

※**好みの温度あたため** のときは、高さの低い容器を使います。

(32 ページ)

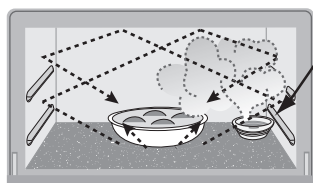
自動

サククリ解凍/全解凍

手動

好みの温度あたため

スチーム加熱



■スチームカップの水を加熱し、蒸気を発生させて、食品表面の乾燥をおさえながらレンジ加熱します。

自動

5 酒蒸し

27 スチーム発酵・予湿 など

手動

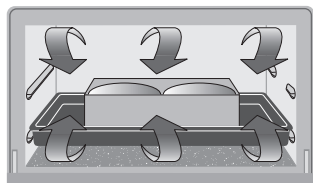
スチームあたため

ご注意

- 電波で加熱するため、角皿・金属類は、絶対に使わないでください。火花が出て、製品を傷めます。



オーブン加熱



■背面ヒーターからの熱風で、庫内の温度を一定に保ち、食品を包み込んで焼き上げます。

自動

3 フライあたため

10 お手軽おやつ

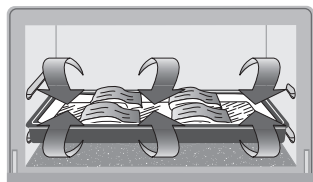
11 スポンジケーキ など

手動

オープン **発酵**

※過熱水蒸気メニューは、スチームカップや角皿に水や熱湯を入れて蒸気を発生させ、さらに加熱して過熱水蒸気を作り、食品表面の乾燥をおさえながら、加熱します。

グリル加熱



■背面ヒーターからの熱風で、食品に焦げ目を付けて焼き上げます。

自動

6 グラタン

23 塩さげ・塩さば など

手動

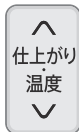
グリル

調理のときのお願い

自動加熱のとき

加熱が足りないときは、「延長」する
加熱終了後、「延長」の表示が出ているときは、
回転つまみを回して加熱時間を合わせ、
[スタート]を押します。(11ページ)
「延長」表示が消えているときは、手動加熱で
様子を見ながら加熱してください。

繰り返し続けて作るときは、
仕上がりキーを使って、
様子を見ながら加熱する



庫内や付属品が熱い場合は、濃いめに仕上がっ
たり、うまく仕上がらないことがあります。

記載の材料・分量を守る

この製品に合わせた内容を記載しています。
材料・分量を変えるときは、手動加熱で様子を見
ながら加熱してください。

レンジ加熱のとき (電波加熱)

角皿・金属類は、絶対に使用しない

火花が出て、製品を傷めたり、
付属品が破損することがあり
ます。



特殊な加熱方法でアルミホイル
などを使用することがありますが
が、本書の記載通りにお使い
ください。

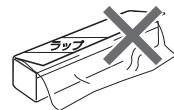


小さく切った根菜などの少量加熱は、 必ず浸るぐらいの水を入れる

少量の加熱(100g以下)は、火花が出たり食品が
焦げたり燃えたりして、故障の原因になります。

オープン・グリル加熱のとき (ヒーター加熱)

ラップやプラスチック容器を使わない
溶けたり、発火するので
使えません。



できあがったら、すぐに庫内から 取り出す

余熱で焼きすぎになることがあります。

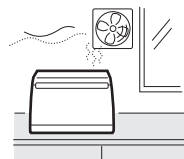
角皿は水平にゆっくり運ぶ

肉汁や油が溜まるため、こぼさないようにしてください。

すべての加熱において

換気をしながら調理する

煙が多く出る場合があります。



付属品・容器は、加熱・食品の分量に 合ったものを使う

付属品は、各メニューの説明ページまたは、
クックブックを参考にしてください。
容器は、「使える容器・使えない容器」を参考にし
てください。(14, 15ページ)
容器の大きさは、食品を入れて8分目ぐらいに
なるものを目安にしてください。

加熱中のドアの開閉は、なるべくしない

熱や蒸気が外に逃げてしまい、うまく仕上がりに
ません。

- 加熱状態の確認は、加熱終了間際にすばやく
おこないます。
- 自動加熱の途中で開けた場合は、クックブックの
「手動でするときは>>>」を参考にしてください。

市販の本や、ガスオープン・他の 電気オープンのレシピで作るときは、 様子を見ながら調理する

クックブックの類似メニューを参考に、様子を見ながら
加熱してください。ただし、オープンのサイズや構造など
の違いにより、加熱時間や温度が異なりますので、市販の
本などと同じ条件ではうまく仕上がらないことがあります。

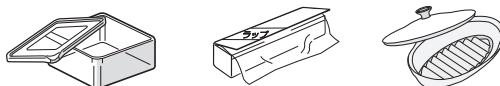
使える容器

加熱の
種類

○使えます

レンジ

耐熱140℃以上のプラスチック容器・ラップ、
シリコン容器



熱に弱いフタは、はずして加熱する

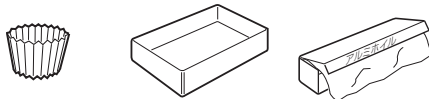
- ただし、砂糖や油分の多い料理は高温になり、変形したり、溶けたりするため使えません。
- 電子レンジ加熱用の表示のあるものをお使いください。
- 容器や皿にラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせてください。

大切▶ **あたため**で密閉容器などを使用するときは、フタをはずしてください。

フタをして加熱をすると、センサーが蒸気(湯気)を検知できずに加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とう(汁物など)の原因となります。

オーブン

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



- ただし、取っ手がプラスチックのものは、溶けるため使えません。

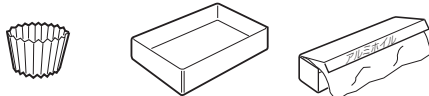
シリコン容器

- 設定するオーブン温度よりも30℃以上耐熱温度の高いシリコン容器をお使いください。
(設定温度200℃の場合、耐熱温度230℃以上の容器)
熱風吹き出し口(庫内奥側)付近は、設定温度より高温になるため、近付けて置くと、容器が変形することがあります。



グリル

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



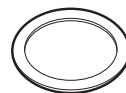
- ただし、取っ手がプラスチックのものは、溶けるため使えません。

耐熱性ガラス容器



- ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。

陶器、磁器



- ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。

- レンジ加熱の場合、色絵やひび、金・銀模様のある器は傷めたり、火花が出るので使えません。

お願い 上記以外の容器をご使用になる場合は、容器の販売元、または製造メーカーにお問い合わせください。

使えない容器

加熱の
種類

×使えません

使える容器・使えない容器

レンジ

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



- 火花が出て製品を傷めるので使えませんが、アルミホイルは、本書で記載している使いかたであれば、使えます。
(酒のかん・解凍など)

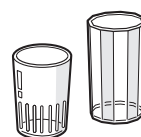
耐熱140℃未満のプラスチック容器
(発泡トレイなど)



- スチロール・ポリエチレン・メラミン(幼児用食器)・フェノール・ユリアなどは電波で変質するので使えません。

耐熱性のない
ガラス容器

〔強化ガラス・カット
グラス・クリスタル
ガラスなども含む〕



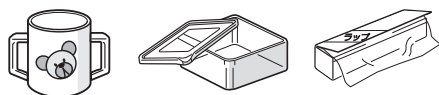
漆器



- 塗りがはげたり、ひび割れたり、燃えたりします。

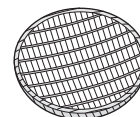
オーブン

プラスチック容器、ラップ



- 変形したり、焦げたりします。
- 溶けたり、発火することがあります。

竹・木・紙製品



- 次のものは、本書で記載している使いかたであれば使えます。

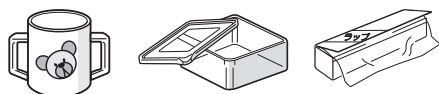
- ・竹串
- ・天ぷら敷紙
- ・キッチンペーパー
- ・耐熱加工されているオーブン用クッキングシートや硫酸紙(パッケージに記載の耐熱温度をお読みになりお使いください)

※庫内壁面に接触させないようにしてください。焦げることがあります。

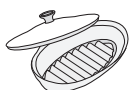
グリル

プラスチック容器、ラップ

- 変形したり、焦げたりします。
- 溶けたり、発火することがあります。



シリコン容器



電源を入れて、カラ焼きをしてください

⚠ 注意

加熱中や加熱後しばらくは
庫内・ドアに触らない
接触禁止

【やけどの原因】

カラ焼き時は、必ず窓を全開するか換気扇を回してください

ご購入後、庫内に付着している油を焼き切るために、おこなってください。(煙やにおいが出ます)

煙やにおいに敏感な小鳥などは、別の部屋に移しておきましょう。 ※操作を間違えたときは、「とりけし」を押してやり直してください。

電源を入れる

1

電源プラグを差し込む

表示部には何も表示しません。

2

ドアを開けて、閉める

「0」表示点灯
(電源が入ります)

0

電源オートオフ機能 (省エネ設計)

- ドアを開けると電源が入ります。(「0」点灯)
- ドアを閉めると1分後に電源が切れます。(「0」消灯)

ただし、次の場合は電源が切れません。

- ドアが開いている
- 「0」以外を表示している
- ファンが回転している (加熱終了後最大10分間)
- 庫内が高温のとき (加熱終了後最大30分間)

カラ焼きをすると

調理中の煙やにおいが、軽減されます。

フラットテーブルも熱くなります

カラ焼き後すぐは、熱に弱い容器を置くと溶けたり、変形することがあります。

庫内のカラ焼きをする

準備

庫内に何も入っていないことを確認する
※何も入れません。

1

ドアを開けて、閉める

2

1度押す
(予熱をしない設定です)

3

200℃に合わせる

オープン 200℃

4

20分に合わせる

オープン 20:00

5

あたためスタート

ご注意 ● 本体が熱くなります。ご注意ください。

カラ焼き終了

加熱

加熱終了音が鳴ります。

- 高温のため庫内壁が膨張するとき「ボン」と鳴ることがあります。冷めるときも鳴ることがあります。
- 加熱中や加熱後、製品内部を冷やすため、ファンの回転音がします。(44ページ)
- 自動的に電源が切れるのは最大30分後です。

何をあたためますか？

食品に合った加熱方法は？

必ず、各ページのご注意をお読みください。

おかず・ごはんなど



冷凍のごはんも、あたたかくなるまで加熱

あたため (18 ページ)

食品から蒸気がたくさん出てくると加熱が止まります。

市販の冷凍食品



冷凍食品(市販品) (20 ページ)

スーパーなどで売られている冷凍のパスタやお弁当などをあたためます。

コンビニの弁当など



コンビニ弁当あたため (27 ページ)

コンビニエンスストアやスーパーなどで売られているお弁当をあたためます。

中華まん・シュウマイなど



スチームあたため (34 ページ)

あらかじめ蒸気を発生させてから、食品を入れ、乾燥をおさえながらあたためます。



バターやアイスクリームの溶かしなど



好みの温度あたため (32 ページ)

好みの温度(食品の表面温度)を設定してあたためます。

天ぷら・フライなど (冷凍ものも含む)



27 スチーム発酵・予湿→3 フライあたため (28 ページ)

庫内に蒸気を発生させてから、食品を入れて加熱します。

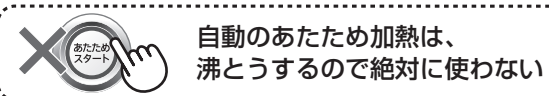


飲み物(牛乳・コーヒー・酒など)



1 牛乳・酒 (26 ページ)

突然沸とうを防いで、飲みごろの温度にあたためます。



水分の少ないもの、少量のものなど

レンジ (36 ページ)

ご自分で出力(W)と時間を合わせて加熱します。

電源を入れて、カラ焼きをしてください／何をあたためますか？

あたたため

レンジ加熱

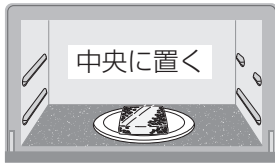
警告

卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うずら卵など)を加熱しない

【爆発し、大変危険】

例 冷凍ごはんをあたためる (他のメニューは右ページ参照)

自動



中央に置く

食品を入れる

- 耐熱性の平皿に、ラップのままの冷凍ごはんをのせます。極端に端へ置くと、上手に仕上がりません。

知っておいてください

- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせる。密閉容器などのフタははずす。食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して、加熱が終了するしくみとなっています。そのため、容器や皿にラップをしっかりとくばせたり、密閉容器などのフタをして加熱すると加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とう(汁物など)の原因になります。

- 加熱時間や出力(W)を合わせる時は手動レンジを使います。

36 ページ

レンジ
出力切替

- 使える容器 **レンジ** (14 ページ)
- 密閉したままの容器や袋は使わない。
- 角皿は使わない。



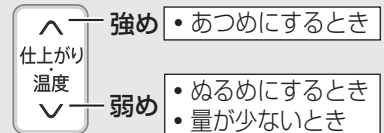
- 量が多いときは、2つに分けて、中央に置きます。
- ラップをするものについて

19 ページ

飲み物の加熱では、沸とうするので絶対に使わない。

1 牛乳・酒 で加熱します。(26 ページ)

- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近)
- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。



- ↑ (強め)の場合は、残り時間を表示します。

大切 食品の状態に合わせて、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(19 ページ)

- 加熱途中で混ぜるときは、ドアを開けると一時停止します。再スタートは、ドアを閉めて **スタート** を押します。

- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

準備

1



ご注意

- 以下の食品は、**あたたため** を使わないでください。(加熱のしすぎで、発煙・発火のおそれ)
 - ・水分の少ないもの(干もの・落花生など)・乾燥したもの・パセリ・はじけやすい食材の入ったもの(いかなど)・青じそなどの乾燥は、**レンジ** 200Wで様子を見ながら加熱します。(36 ページ)
- ラップをしていた場合は、加熱後、やけどに気を付けて、すぐにはずします。(食品・容器の変形の原因)
- 高温で使用したあとのフラットテーブルに、プラスチックなど熱に弱い容器を置いたり、ラップを敷かないでください。



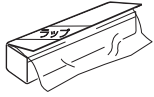
警告



あんまん・パン・焼きいも、水分の少ないもの、少量のものには使わない

【発煙・発火の原因】

食品別 自動レンジあたたためのコツ



- ○ はラップをします。
- ラップをするもの : 冷凍ごはん、蒸し物などしっとり仕上げたい食品。
- ラップをしないもの : ごはんもの(常温・冷蔵)、揚げ物、炒め物など余分な水分を飛ばしぎみにしたい食品。

(mL=cc)

食品	分量	状態	ラップ	仕上がりの調節	コツ
ごはん	1~4杯 (1杯150g)	常温・冷蔵	—	4杯のとき ▲ (強め)	• 固めのときは、水を振りかける。
冷凍ごはん	1~4個 (1個100~150g)	冷凍	○	450g以上 ▲ (強め)	• 2~3cm厚さで、ラップに包んで平らに冷凍したものを使う。 ラップのまま必ず皿にのせる。
シュウマイ	5~12個 (160gまで)	常温・冷蔵	○	▼ (弱め)	• 水を振りかける。
ハンバーグ	1~4個 (1個90g)	常温・冷蔵	—	▲ (強め)	—
天ぷら	100~400g	常温・冷蔵	—	—	• 皿にキッチンペーパーや天ぷら敷紙を敷き、重ならないように並べる。 • いかは、はじけるので レンジ 200Wでひかえめに加熱する。
ピラフ	100~400g	常温・冷蔵	—	—	• 加熱後、混ぜる。
焼きそば	100~200g	常温・冷蔵	—	—	• 加熱後、混ぜる。
カレー・シチュー 注※	200~400g	常温・冷蔵	○	—	• 冷凍のときは、浅い容器に入れる。 残り時間が出ると取り出してかき混ぜ、 スタート を押して加熱する。
	100~400g	冷凍	○	▲ (強め)	
煮物 注※	100~400g	常温・冷蔵	—	—	• 煮魚など身がはじけるおそれのあるものはラップをする。
みそ汁 注※	1~2杯(1杯150mL)	常温・冷蔵	—	▲ (強め)	—

- 食品の状態、分量に合わせて仕上がりの調節をしてください。
市販の冷凍食品のあたためは、**冷凍食品(市販品)** (20 ページ) をご覧ください。
- 時間やW数を合わせて加熱するときは、**クックブック** (50 ページ) をご覧ください。



警告



液状のもの、とろみのあるものは加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散ることがあるので、取り出す際はやけどに注意する

上表の **注※** の食品は加熱前・加熱後にかき混ぜてください。

冷凍食品(市販品)

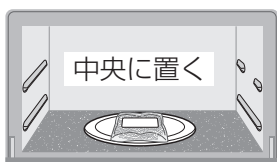
レンジ加熱

例 市販の冷凍パスタをあたためる (他のメニューは右ページ参照)

自動

1人分の冷凍パスタや1人分がセットになった冷凍弁当などをあたためるのに便利です。
必ず「電子レンジ可」と記載のある、市販の冷凍食品をお使いください。

準備



食品を入れる

- 袋やフタについては、商品パッケージの記載通りにします。
- 必ず耐熱性の平皿にのせます。
- 極端に端へ置くと、上手に仕上がりにません。

- 使える容器 **レンジ** (14ページ)
- 角皿は使わない。



知っておいてください

- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせてください。
食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して、加熱が終了するため、容器や皿にラップをしっかりかぶせたり、密閉容器などのフタをして加熱すると、加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とうの原因になります。

1



- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近) または残り時間を表示します)
- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 食品の状態に合わせて、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(21ページ)

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき (11ページ)
- 中身によってできあがり具合が異なるため、加熱が足りない場合は **レンジ** 600Wで様子を見ながら加熱を追加してください。(36ページ)

ご注意

- ラップやフタをしていたり、袋ごと加熱していた場合は、加熱後やけどに気を付けて、すぐにはずします。(食品・容器の変形の原因)
- 冷凍室から取り出してすぐに加熱してください。また、霜の付いているものはうまくあたたまらないことがあります。



警告



卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うすら卵など)を加熱しない

【爆発し、大変危険】

冷凍食品(市販品)であたためられる食品とコツ

- 下表に記載している食品は、分量やコツを参考にしてあたためてください。
ただし、メーカーや中身の材料、保存状態などにより仕上がりが異なることがあります。

必ず耐熱性の平皿にのせます。



※ は、パッケージの記載通りにしてください
○ は、ラップをします

食品	分量	ラップ	仕上がりの調節	コツなど
パスタ	1人分 (180~360g)	※	—	<ul style="list-style-type: none"> • トレーに入っているタイプの食品は <input type="button" value="▽"/> (弱め) を押す。 • 加熱後、すぐにかき混ぜる。
焼きそば	1人分 (200~300g)	※	—	
丼の具	1人分 (100~200g)	※	—	<ul style="list-style-type: none"> • 加熱後、すぐにかき混ぜる。
ピラフ チャーハン	200~450g	○	—	<ul style="list-style-type: none"> • あらかじめ、よくほぐしておく。
弁当 (ごはん付き またはおかずのみ)	1人分 (200~300g)	※	<input type="button" value="△"/> (強め)	<ul style="list-style-type: none"> • 容器の形状、おかずの種類、盛りつけかたや保存状態などによって仕上がりの温度が変わります。様子を見ながら加熱してください。
オムライス	1人分 (200~300g)	※	<input type="button" value="△"/> (強め)	—
シュウマイ	5~12個 (160gまで)	○	—	<ul style="list-style-type: none"> • 水を振りかける。
野菜 里いも・かぼちゃ ミックスベジタブル	100~400g 100~300g	○	—	<ul style="list-style-type: none"> • ブロッコリーやカリフラワーが入っているものは、焦げやすいので、レンジ で加熱します。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> <p>ご注意 ● 少量で加熱しすぎると、発煙・発火・火花のおそれがあります。</p> </div>

冷凍食品(市販品)でうまくあたためられない食品

- 上表に記載のない食品については、**冷凍食品(市販品)** を使ったあたためはおすすめできません。

袋やラップを取り除いて加熱するもの(グラタンやお好み焼きなど)や、水を加えてフタを開けて加熱するタイプの食品は、うまく仕上がりにません。

置きかた、出力(W)、加熱時間など商品パッケージの記載内容をお読みにになり、**レンジ** で加熱してください。(36 ページ)

- 中華まんは、**スチームあたため** (34 ページ)、または **レンジ** (36 ページ) で加熱してください。



警告



あんの入ったもの(あんまん、今川焼きなど)、パン、水分の少ないもの、少量のもの(弁当用おかずなど)には使わない【発煙・発火の原因】

サククリ解凍・全解凍

レンジ加熱

例 冷凍した肉(200g)を解凍する

自動

庫内が高温のときは、使用できません。「U・04」を表示します。 45 ページ

準備



食品を入れる

ラップを敷く

ラップで包んだり、かぶさらないようにする

極端に端へ置くと、上手に仕上がりにません。

● 使える容器 **レンジ** 14 ページ

● 角皿は使わない。



サククリ解凍
全解凍2度押し

1度押す



● 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近)

● 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 素材によって、必ず仕上がりキーを押すものがあります。

1

全解凍のときは、30秒以内に

サククリ解凍
全解凍2度押し

2度押す



● 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

ご注意

- グリルやオープン加熱のあとは、フラットテーブルが熱くなっていますので、十分に冷めてから使用してください。ラップが溶けるおそれがあります。
- アルミホイルを使うときは、庫内壁面やドアに触れないようにしてください。火花が出たり、ドアガラスが割れることがあります。
- ゆでて冷凍した野菜を解凍するときは、**レンジ** 600Wで様子を見ながら加熱してください。

コツとポイント

■ 使い分け

- **サクリ解凍**…包丁がやっと入る状態まで解凍。
使う分だけ切り分けて、残りを再冷凍するときや
さしみとして用いるときに。
- **全解凍**………すぐに調理しやすい状態に解凍。
ハンバーグやすき焼き、焼き魚などをするとき。
- **解凍する直前まで冷凍室に入れておいた食品を使います。**
溶けかけているときは、様子を見ながら **レンジ** 200Wで解凍します。(36 ページ)
- **細い部分(魚の尾など)はアルミホイルを巻きます。**
- **素材に合わせて仕上がりキーを使います。**

		サクリ解凍 (1度押し)	全解凍 (2度押し)
1度のできる分量		100~500g	100~500g
素材		仕上りの調節	仕上りの調節
肉類	ひき肉・薄切り肉	—	100gは <input type="button" value="v"/> (弱め)、400g以上は <input type="button" value="^"/> (強め)
	かたまり肉	<input type="button" value="^"/> (強め)	—
	鶏肉	—	100gは <input type="button" value="v"/> (弱め)
魚類	まぐろ(赤身) えび	※さしみの場合 <input type="button" value="^"/> (強め)	100gは <input type="button" value="v"/> (弱め)
	魚	—	—

■ 上手に解凍するための冷凍方法

- バランなどの飾りや敷物、調味料などの 小袋は取り除く。
- 新鮮なものを薄く、平たく整え、必ず空気を抜き、ラップなどで密封します。
- 1回分(200~300g)ずつに分ける。(厚みは2cm以内で)
サクリ解凍は小分けの必要はありません。

自動加熱

基本操作

メニュー番号表示

自動メニュー、スピードメニュー	お菓子・パン	過熱水蒸気メニュー
1 牛乳・酒	10 お手軽おやつ	19 3品献立セット
2 コンビニ弁当あたため	11 ♪ スポンジケーキ	20 ♪ から揚げ
3 ♪ フライあたため	12 シフォンケーキ	21 ♪ 鶏の照り焼き
4 ゆで野菜	13 ♪ ロールケーキ	22 ♪ ハンバーグ
5 ♪ 酒蒸し	14 ♪ シュークリーム	23 ♪ 塩ざけ・塩さば
6 グラタン	15 ♪ なめらかプリン	24 ♪ 焼き野菜
7 3分どんぶり	16 ♪ ロールパン	25 ♪ 焼きいも
8 5分おかず	17 ♪ フランスパン	26 ♪ 茶わん蒸し
9 カンタン煮物	18 ♪ ピザ	27 ♪ スチーム発酵・予湿

♪マークについて……付属のスチームカップや角皿で蒸気が発生させながら、加熱するメニューです。

●詳細は各メニューの操作の説明をよくお読みください。

1, 2, 4, 6~10, 12, 15, 17, 18の加熱をするときは

準備



食品を入れる

●レンジ加熱は、角皿を使わない。

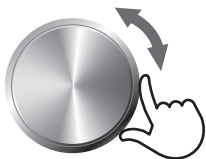


●オープン、グリル加熱は、角皿を使います。

- 使える容器・付属品・食品の置きかた・調理のコツについて、1~4は本書を、その他はクックブックをご覧ください。
- 17、18は角皿を入れて予熱をおこない、予熱終了後に食品を入れて加熱をします。

メニュー選択

目的のメニュー番号に合わせる



- メニューによっては、回転つまみを右に少し回して、分量を合わせるものがあります。
- お菓子・パンは、

お菓子・パン

を押してから回転つまみを回すと、早くメニュー番号を合わせることができます。

加熱開始



仕上がり調節するときは スタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

メニューによって異なりますが、オープン料理では、お好みに応じて焼き色等の調節にお使いください。また、食品やメニューによって必ず、仕上がりキーを押すものがあります。(クックブックの各メニューの参照ページをご覧ください)

3, 5, 11, 13, 14, 16, 19~26の加熱をするときは

①食品を加熱する前に、「27 スチーム発酵・予湿」をおこない、庫内に蒸気を発生させます。

準備



スチームカップに水を入れて
スチームカップポジションに
置く

スチームカップの準備 (28 ページ)

庫内が高温のときは、使用できません。
「U-04」を表示します。(45 ページ)

● 角皿は使わない。



予湿開始

「27」に合わせる



予湿

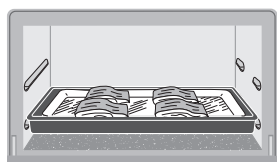
予湿終了



予湿終了音

②食品を加熱します。(庫内の蒸気が逃げないようにドアの開閉はすばやくする)

食品投入

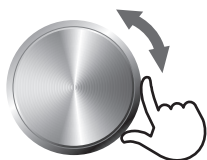


蒸気に注意し、
すぐに
食品を入れる

● 使える容器・付属品・食品の置きかた・調理のコツについて、**3**は本書を、その他はクックブックの各メニューの説明ページをご覧ください。

メニュー選択

目的のメニュー番号に合わせる



● お菓子・パンは、

お菓子・パン

過熱水蒸気メニューは、

過熱水蒸気
メニュー

を押してから回転つまみを回すと、早くメニュー番号を合わせることができます。

加熱開始



● 仕上がりを調節するときは、

(24 ページ)

牛乳・酒

レンジ加熱



警告



加熱しすぎない
突然の沸とうにより飛び散ります

【やけどのおそれ】

例 牛乳1杯(200mL)をあたためる

自動

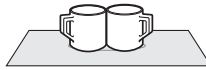
準備



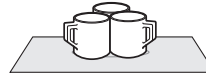
低めの広口容器が適しています。

食品を入れる

(2杯)



(3杯)



(4杯)



● 使える容器 **レンジ** 14ページ

● 角皿は使わない。



● 一度に加熱できる分量は、
基準分量1~4(杯)まで。

● 容器の大きさは基準分量(下表参照)
を入れて、8分目ぐらいになるもの
を使います。

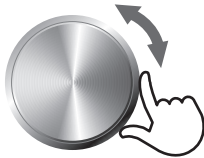
● 容器に入れる1杯あたりの分量
を、お守りください。

● 加熱の前後は必ずかき混ぜます。

● 加熱前の温度によっては、
仕上がりの調節をしてください。

1

「！」と杯数を合わせる



(1~4杯まで。2杯以上は、さらに回転)
(つまみを右に回して杯数を合わせます)

● 仕上がりを調節するときは
スタート後30秒以内に
仕上がりキーを押す。

大切 酒のかんをするときは、
必ず (弱め) を押す。
(標準の仕上がりとなります)

下表参照

2



● 約30秒後に残り時間を表示

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき **11ページ**
- 加熱しすぎたときは、1~2分ほど庫内で冷ましてから
取り出してください。

手動で加熱するときの目安時間
クックブック **51ページ**

食品	基準分量	加熱前の基準温度	仕上がりの調節	
酒  酒の量がかびれより上にくるときはアルミホイルを巻く。	180mL	常温保存…約20℃	● 必ず <input type="button" value="v"/> (弱め) を押す。 ● あつめやぬるめにするときは、 レンジ 600Wで時間を合わせて、 様子を見ながら、加熱してください。	
牛乳 	200mL	冷蔵保存…約8℃	<input type="button" value="^"/> (強め) <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td> ・あつめにするとき ・加熱前の基準温度より低いとき </td> </tr> </table>	・あつめにするとき ・加熱前の基準温度より低いとき
・あつめにするとき ・加熱前の基準温度より低いとき				
コーヒー 	150mL	常温保存…約20℃ ※牛乳より約10℃あつめになります。	<input type="button" value="v"/> (弱め) <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td> ・ぬるめにするとき ・加熱前の基準温度より高いとき </td> </tr> </table>	・ぬるめにするとき ・加熱前の基準温度より高いとき
・ぬるめにするとき ・加熱前の基準温度より高いとき				

ご注意

- 酒のかんでアルミホイルを使うときは、庫内壁面やドアに触れないようにする。
火花が出たり、ドアガラスが割れることがあります。
- ビンに入っているものは、必ず容器に移し替えてください。ふき出します。
- 基準分量より少ないときや、加熱前の基準温度より高いとき(飲み残しのコーヒーなどのあたため)は、**レンジ** 600Wで様子を見ながらあたためてください。
あたため で加熱しない。沸とうすることがあり危険です。

コンビニ弁当あたたため

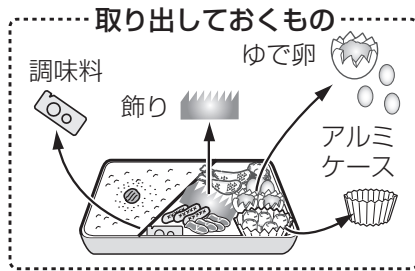
レンジ加熱

例 レンジ加熱対応のパッケージに入ったお弁当をあたためる **自動**

準備



食品を入れる



- 使える容器 **レンジ** (14ページ)
- 角皿は使わない。



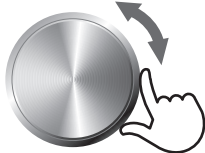
- 一度に加熱できる分量は、
1人分300~500g
レンジ加熱対応のパッケージに
入った常温のお弁当、または
どんぶり物。

知っておいてください

- ラップやフタは、はずしてください。
食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して、加熱が終了
するため、ラップやフタをしたままで加熱すると、
加熱のしすぎで発煙・発火の原因になります。

「？」に合わせる

1



2



- 仕上がりを調節するときは
スタート後30秒以内に
仕上がりキーを押す。
- 点滅表示は進行状態を示します。
(4つ点灯すると終了間近)

手動で加熱するときの目安時間
クックブック (50ページ)

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき (11ページ)
- 中身によってできあがり具合が異なるため、様子
を見ながら加熱を追加してください。

ご注意

- 包装しているラップやフタは必ずはずしてください。また、ゆで卵(うずら卵含む)やアルミケース、
調味料類も取り出してください。
(火花が出たり、破裂によるやけどやけがのおそれ)
- 庫内やフラットテーブルが高温ときは、冷ましてから使用してください。

フライあたたため

レンジ加熱 (27 スチーム発酵・予湿) → オープン加熱 (3 フライあたたため)

例 コロッケをあたためる

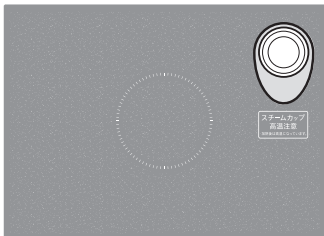
まず、「27 スチーム発酵・予湿」の操作をします。

スチームカップの準備

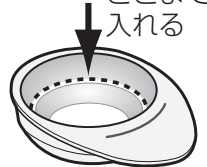


スチームカップに水を入れて
スチームカップポジションに
置く

(庫内を上から見たところ)



水を段差まで入れます。
(約30mL/大さじ2杯)
ここまで
入れる



スチームカップ

● 予湿時、角皿は使わない。



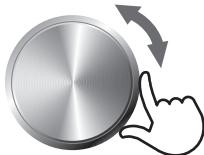
1

過熱水蒸気
メニュー



2

「27」に合わせる



3



予湿

予湿終了音



次ページにつづく

● 仕上がりを調節するときは
スタート後30秒以内に
仕上がりキーを押す。
● 加熱途中で残り時間を表示
します。

※ [弱め] (弱め) を押したときは、
残り時間を表示しません。

● スチームカップは取り出し
ません。
● 加熱の延長はできません。

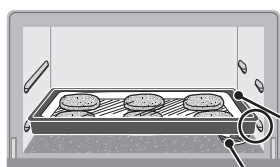
手動でするときは>>>… [レンジ] 600W 約2分

ご注意

- 予湿中は、[庫内灯] を押しても点灯しません。
- 予湿が終了(終了音)したら、すぐに食品を庫内に入れて、目的の加熱をスタートさせてください。
ドアを開けなくても放置しておくと、蒸気が逃げてしまいます。

次に、「 **}**フライあたため」の操作をします。

準備



すぐに食品を入れる

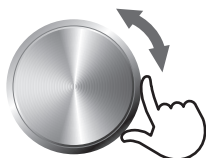
下段にセット
角皿

スチームカップは入れたまま

- 使える容器 **オープン** (14 ページ)
- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。
- 蒸気が逃げないようにすばやくドアの開閉をします。

4

「 **}**」に合わせる



- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 → 冷凍ものは **^** (強め) を押す。

- 加熱途中で残り時間を表示します。

5



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

ご注意

- 加熱後、スチームカップは高温になっています。スチームカップを取り出す際は、カップに残った湯でやけどをしないようにご注意ください。

手動でするときは>>>…(予熱はしません)

常温・冷蔵もの：200g **オープン** 220℃で約12分

冷凍もの：120g **オープン** 220℃で約15分

フライあたためのポイント

- 1度のできる分量は、100～300gまで。(1個25～100gのもの)
- 角皿にしわを寄せたアルミホイルを敷き、間隔をあけて並べます。細かいものは広げます。

お願い

- 表面が焦げやすいもの、厚いものは、**加熱途中で残り時間が出てから**アルミホイルをかぶせます。
- 天ぷらなど加熱後裏面がベトつくときは、キッチンペーパーなどで油分を取ってください。
- 市販食品はメーカーや中身の材料、保存状態、製造年月日などにより、仕上がりが異なることがあります。また、記載の加熱方法と時間は、パッケージ記載のものと若干異なる場合があります。
- 包装は、必ずはずしてください。
- プラスチック容器やラップは、溶けたり焦げたりするため使わないでください。

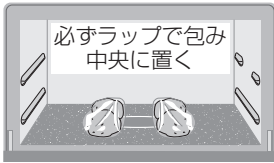
ゆで野菜

レンジ加熱

例 ジャがいもをゆでる

自動

準備

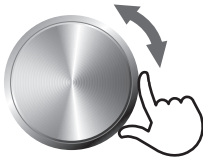


食品を入れる

- いも類を丸ごとゆでるときは、皿にのせません。(31 ページ)

1

「4」に合わせる



2



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

- 使える容器 **レンジ** (14 ページ)
- 角皿は使わない。



- 材料の大きさは、そろえます。
- 乾燥・脱水を防ぐために、洗った水気を残して加熱します。
- アクがある野菜は、加熱前や後にアク抜きをします。

- 仕上がり調節するときにはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。
- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近。または、残り時間を表示します)

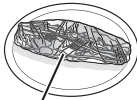

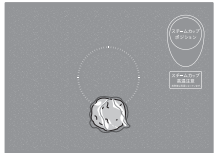
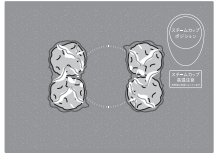
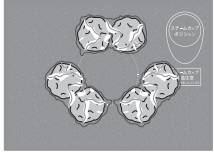
大切 野菜の種類などによって、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(31 ページ)

手動で加熱するときの目安時間
クックブック (51 ページ)

ご注意

- 18ページの **知っておいてください** をご覧ください。
- 少量の根菜をゆでるときは、大きめの容器に野菜が浸かるぐらいの水を入れ、ラップをして **レンジ** 600Wで加熱してください。
加熱しすぎると発煙・発火・火花のおそれがあります。
※にんじん50g(水25mL)のとき 約1分40秒
- 加熱が足りないときは、**レンジ** 600Wで様子を見ながら加熱してください。
続けて自動加熱をおこなうと、食品が焦げたり、発火することがあります。
- 加熱中、ドアの下部に水滴が付いたり落ちたりする場合がありますが、食品から出た水分(水蒸気)であり、故障ではありません。

ゆで野菜のポイント

野菜の種類	一度に加熱できる分量	仕上がりの調節	コツとポイント
ほうれん草、小松菜など	100~300g	▼ (弱め)	<ul style="list-style-type: none"> 太い根は加熱前に十字に切り込みを入れる。 葉と茎を交互に重ねてラップに包み、皿にのせる。  <p>ラップ</p> <ul style="list-style-type: none"> 300gは同量ずつ2つに分けてラップに包む。 加熱後すぐに、水に取る。(色止めも兼ねます)
キャベツ、白菜、ブロッコリー、アスパラガスなど	100~400g	▼ (弱め)	<ul style="list-style-type: none"> 太い芯や根元の固い皮は、加熱前に除く。 大きさをそろえて切り、皿や容器に入れ、ラップをする。  <p>ラップ</p>
かぼちゃ、にんじん、じゃがいも、さつまいもなどを切ってゆでるとき	100~400g	—	<ul style="list-style-type: none"> にんじんは浸かるぐらいの水(200gに水100mL)を加える。
じゃがいも、さつまいもなどを丸ごとゆでるとき	100g~1kg	▲ (強め)	<ul style="list-style-type: none"> 1~2個ずつラップでしっかり包みます。 1個のときは、フラットテーブルの手前寄りに置き、その他は、中央を避けて置きます。 <p>1個の場合</p>  <p>4個の場合</p>  <p>6個の場合</p>  <ul style="list-style-type: none"> 加熱後、ラップをしたまま4~5分蒸らす。

好みの温度あたたため

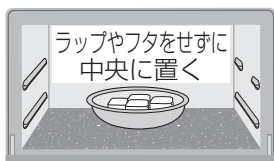
レンジ加熱

例 バターを柔らかくする 設定温度：20℃のとき

手動

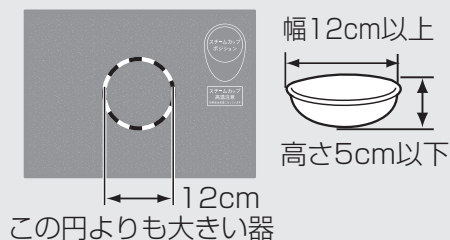
庫内が高温のときは、使用できません。「U・04」を表示します。 45 ページ

準備



食品を入れる

- 容器を使う場合は適したサイズのものを使う



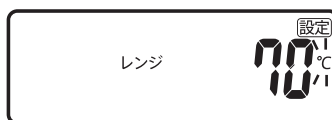
- 使える容器 **レンジ** 14 ページ
- 角皿は使わない。



1



- 初め、70℃を表示



- 設定範囲
- -10℃、20~90℃まで
 - 5℃単位

2

温度を合わせる



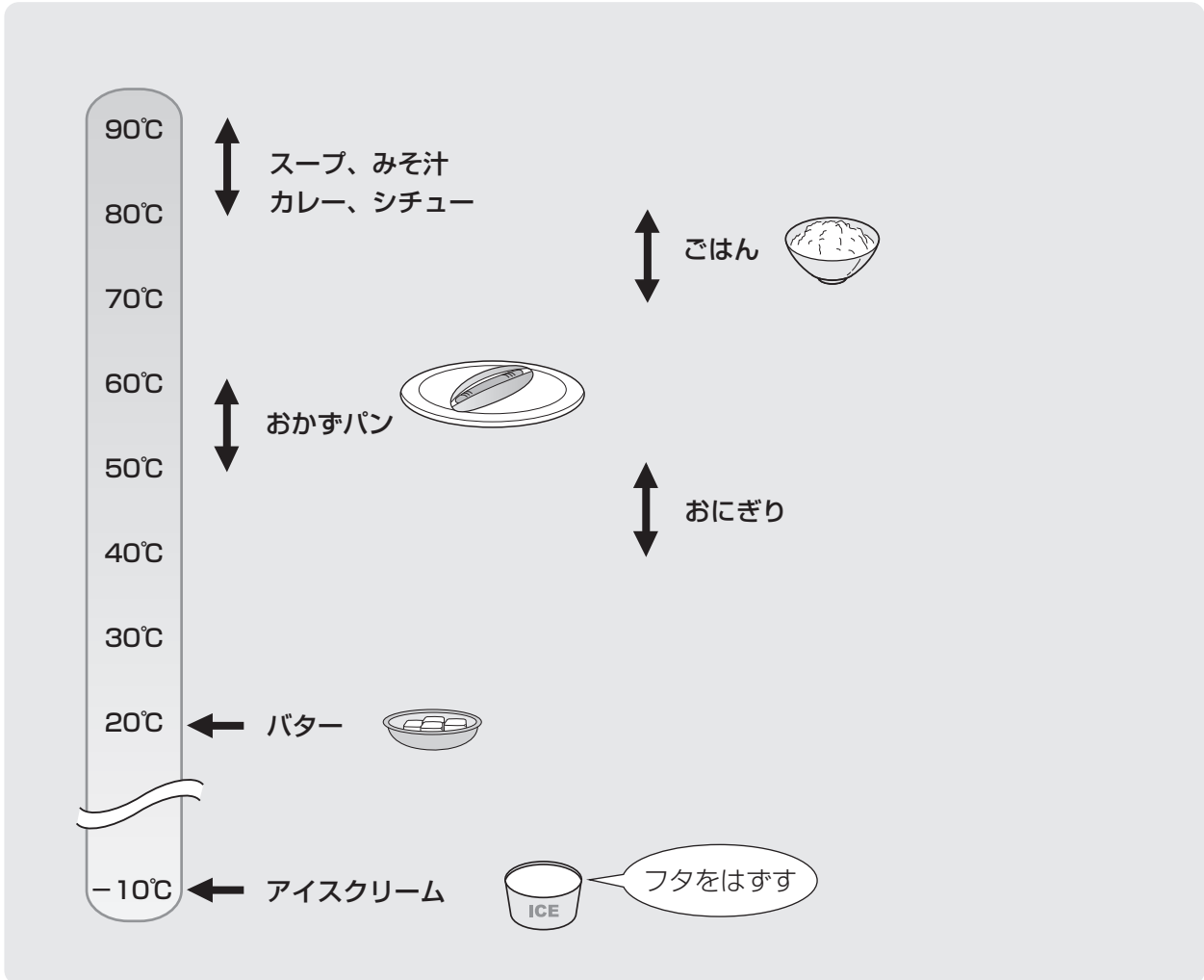
3



- 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

食品と温度設定の目安

※温度とは、食品の表面温度を表し、分量は1～2人分(約200g以下)を基準にしています。



好みの温度あたため

ご注意

- 飲み物のあたためは、自動メニュー (1 牛乳・酒)を使います。(26 ページ)
- 食品は1つの容器(32 ページ)の適した容器)に、約8分目を目安に入れてください。
容器の大きさ・形状・材質・食品の分量などにより、仕上がり温度が変わることがあります。
また、おかずパン(ホットドックなど)は、表面と具の仕上がり温度が異なります。
- チョコレートやクリームを使ったパンは加熱しないでください。溶けることがあります。
- グリルやオーブン加熱のあとは、フラットテーブルが熱くなっていますので、十分に冷めてから使用してください。
- ラップやフタはしないでください。
赤外線センサーが検知できずに、発煙・発火のおそれがあります。

スチームあたたため

レンジ加熱

例 冷凍シューマイをあたためる 加熱時間：2分40秒のとき

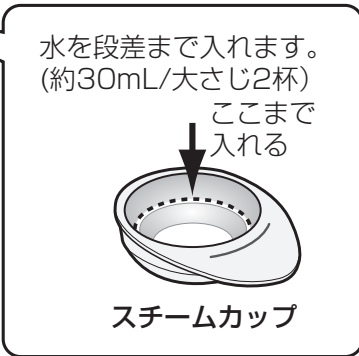
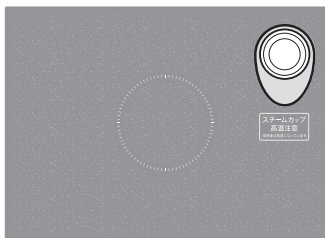
●まず、庫内に蒸気を発生させます。(予湿)

スチームカップの準備



スチームカップに水を入れてスチームカップポジションに置く

(庫内を上から見たところ)



庫内が高温のときは、使用できません。「U-04」を表示します。(45ページ)

- 角皿は使わない。
- スチームカップを使わないときは、取り出しておきます。

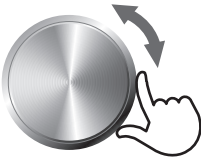
1

スチームあたたため

● 初め、1分を表示



2



食品を加熱する時間を合わせる



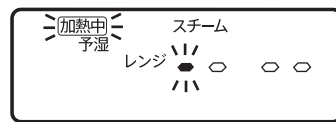
設定範囲
● 10分まで
● 5分まで10秒単位
● 10分まで30秒単位
● 加熱時間の目安 (35ページ)

蒸気が出るまで、自動で加熱します。

3



予湿



● 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると予湿完了間近)

予湿完了



完了すると



● スチームカップは取り出しません。

次ページにつづく

ご注意

● 予湿が完了(お知らせ音)したら、すぐに食品を庫内に入れて加熱をスタートさせてください。ドアを開けなくても放置しておくと、蒸気が逃げてしまいます。

スチームカップの蒸気で乾燥をおさえながら加熱します。

手動

●蒸気が充満している庫内に食品を入れて加熱します。

4



すぐに食品を入れる

- 使える容器 **レンジ** (14ページ)
- 角皿は使わない。



- 蒸気が逃げないように、すばやくドアの開閉をします。

5



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11ページ)

ご注意

- 加熱後、スチームカップは高温になっています。スチームカップを取り出す際は、カップに残った湯でやけどをしないようにご注意ください。
- 庫内に多少水が飛び散ることがあります。

1人分などの少ない分量に適しています。ラップはしません。

食品	分量	状態	目安時間	コツ
ロールパン	2個(80g)	常温	約10秒	—
おかずパン	1個(140g)	常温	10秒~20秒	—
ごはん	1杯(150g)	冷蔵	1分20秒~1分30秒	冷蔵室で半日以上保存して固くなったごはんは、霧を吹いてラップをし、 あたため で加熱します。
煮物	200g	冷蔵	1分30秒~1分50秒	—
まんじゅう	2個(100g)	冷蔵	20秒~30秒	—
中華まん	1個(70~80g)	冷蔵	40秒~1分	底の紙を取って、サッと水にくぐらせる。 ※加熱後は、早めに召し上がってください。
	1個(70~80g)	冷凍	1分10秒~1分30秒	
シュウマイ	9個(120g)	冷凍	2分30秒~2分50秒	水を振りかけ、皿の中央に寄せて並べる。
焼きおにぎり	2個(100g)	冷凍	2分10秒~2分20秒	—
お好み焼き	1枚(200g)	冷凍	4分40秒~5分	—
ホットケーキ	2枚(100g)	冷凍	1分30秒~1分50秒	2枚重ねて皿にのせる。
明石焼き	4個(110g)	冷凍	2分10秒~2分30秒	—

レンジ

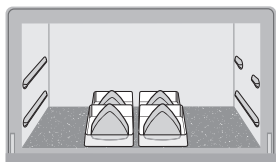
警告

卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うずら卵など)を加熱しない

【爆発し、大変危険】

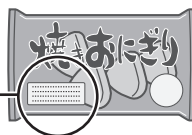
例 焼きおにぎりを加熱する 出力: 600W 時間: 5分のとき **手動**

準備



食品を入れる

置きかた、出力(W)、加熱時間は記載内容に合わせる。



- 使える容器 **レンジ** 14ページ
- 角皿は使わない。



- ラップの有無や目安時間などは、手動加熱表を参考に。クックブック 50ページ

1



500W、200W、1000W に合わせるときは



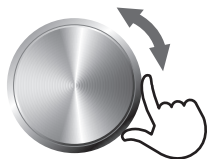
さらに押します。



▶ 600W→500W→200W→1000W ◀

2

時間を合わせる



設定範囲

- 1000W... 3分まで
- 600W... 20分まで
- 500W... 30分まで
- 200W... 1時間35分まで
 - 5分まで10秒単位
 - 10分まで30秒単位
 - 30分まで1分単位
 - 1時間35分まで5分単位 (1000Wは1分まで5秒単位)

3



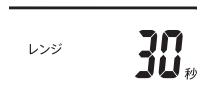
- 加熱中に **レンジ** を押すと出力の確認ができます。

● 加熱終了後、加熱を延長するとき 11ページ

※加熱を続けておこなうと、1000W加熱のときに「弱」を表示することがあります。(製品を保護するために600W加熱となります)

30秒あたためキー **自動**

- レンジ600Wで30秒加熱するときに使います。2度押すと、1分加熱できます。

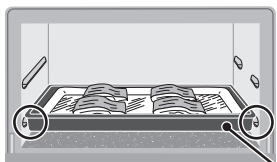


グリル

例 魚を焼く 時間：18分のとき

手動

準備



食品を入れる

下段にセット
角皿

- 使える容器 **グリル** (14 ページ)
- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。

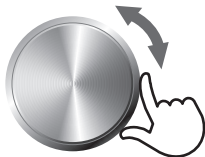
1



- 初め、20分を表示

2

時間を合わせる



設定範囲

- 30分まで
 - 5分まで10秒単位
 - 10分まで30秒単位
 - 30分まで1分単位

3



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

ご注意

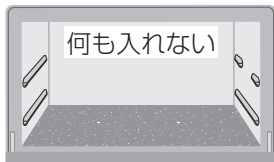
- 素材の種類や脂の乗りにより、焦げかたが変わります。様子を見ながら焼いてください。

オーブン 予熱をして焼く

例 市販の本のお菓子を焼く オープン1段 温度：200℃ 時間：15分のとき

予熱をする (あらかじめ庫内の温度を上げておく)

準備



- クックブックでは角皿を入れて、予熱するメニューもあります。

1



2度押す
(予熱をする設定です)



「予熱」点灯を確認する。

2

温度を合わせる



- 初め、170℃を表示

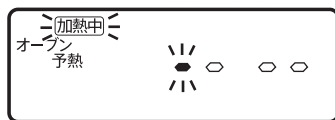


- 設定範囲
- 110℃～250℃まで
 - 10℃単位

3



予熱



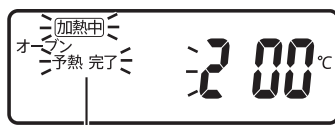
- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると予熱完了間近)
- 温度を変更するときには「オープン」を押し、温度表示になってから「温度キー」を押す。
- 予熱完了までの所要時間は、設置環境などによって、最大30分程度かかることがあります。

予熱完了

予熱完了音



次ページにつづく

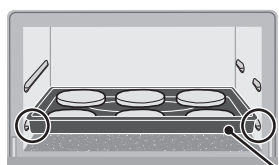


予熱保持中は「予熱完了」と設定温度が点滅します。

- ドアを開けなければ、約20分間保温状態を保ちます。
※約20分を過ぎると「0」表示となり、操作 ① からやり直す必要があります。

焼き上げる

準備



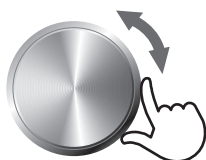
食品を入れる

下段にセット
角皿

※庫内の温度が下がるので、
ドアの開閉はすばやくする。

- 使える容器 **オープン** (14 ページ)
- 角皿は奥に当たるまで
確実に入れる。
- 2段で加熱するときは、上段と
下段に角皿をセットします。

時間を合わせる



- 初め、20分を表示



- 設定範囲
- 1時間35分まで
 - ・ 30分まで1分単位
 - ・ 1時間35分まで5分単位

5



- 加熱中に、温度を変更する
ときは **オープン** を押し、
温度表示になってから
温度キーを押す。

- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

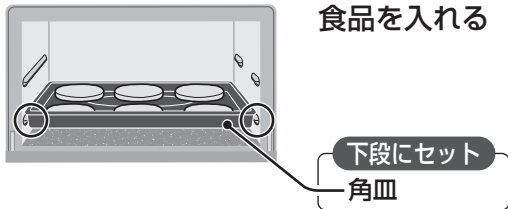
ご注意

- 室温や食品の分量・形・加熱前の温度、電源電圧により、仕上がりが異なります。
- 市販の本やガスオープン、他の電気オープンのレシピで作るときは、「オープン 予熱をして焼く」の操作でクックブックの類似メニューの温度や加熱時間などを参考に様子を見ながら加熱してください。
(続けて焼くときも、加熱時間はひかえめにして、予熱をして焼く の操作をおすすめします)
市販の本などの温度や加熱時間では、うまく仕上がらないことがあります。

オーブン 予熱をしないで焼く

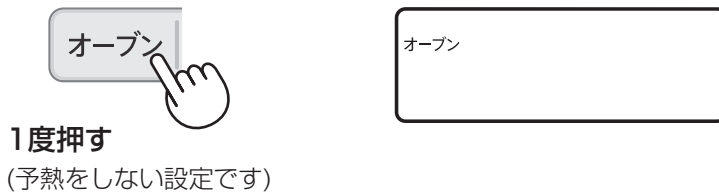
例 クッキーを焼く オープン1段 温度：190℃ 時間：15分のとき **手動**

準備



- 使える容器 **オープン** (14ページ)
- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。
- 2段で加熱するときは、上段と下段に角皿をセットします。

1



1度押す
(予熱をしない設定です)

2

温度を合わせる



- 初め、170℃を表示

- 設定範囲
- 110℃～250℃まで
 - 10℃単位

3

時間を合わせる



- 初め、20分を表示

- 設定範囲
- 1時間35分まで
 - 30分まで1分単位
 - 1時間35分まで5分単位

4



- 加熱中に、温度を変更するときは **オープン** を押し、温度表示になってから **温度キー** を押す。

● 加熱終了後、加熱を延長するとき (11ページ)

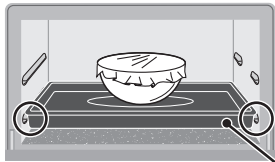
発酵

オーブン加熱

例 パン生地を発酵させる 温度：30℃ 時間：2時間30分のとき 手動

庫内が高温のときは、使用できません。「U-04」を表示します。 45ページ

準備



食品を入れる

下段にセット
角皿

- 使える容器 **オープン** 14ページ
- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。

1



- 初め、40℃を表示

- 発酵の標準設定温度は40℃です。

2

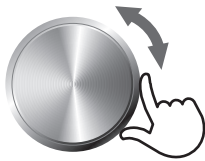
温度を合わせる



- 設定範囲
- 30℃～45℃まで
 - 5℃単位

3

時間を合わせる



- 初め、30分を表示

- 設定範囲
- 8時間まで
 - 1時間まで5分単位
 - 8時間まで30分単位

4



- 加熱中は、「庫内灯」を押しても、庫内灯は点灯しません。(発酵温度保持のため)

- 加熱終了後、加熱を延長するとき 11ページ

ご注意

- グリルやオープン加熱の後は、フラットテーブルが熱くなっていますので、十分に冷めてから使用してください。

オーブン予熱をしないで焼く／発酵

お手入れ



警告

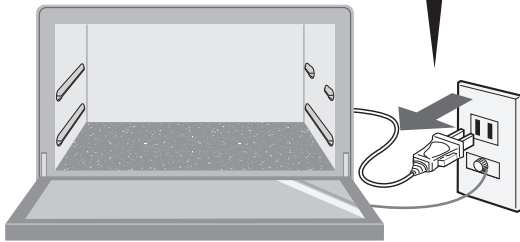


必ず電源プラグをコンセントから抜き、製品が冷めてからおこなう
プラグを抜く

【感電・やけど・けがの原因】

汚れたら、すぐに！こまめに！が、お手入れ上手のポイントです

電源プラグを抜く



ご注意

- 塗装面に衝撃を与えたり、庫内側面の穴をふさがらないでください。
(塗装のはがれ、傷によるサビや割れ、故障の原因)

使うたびに

本体(内側・外側)・ドアの内側

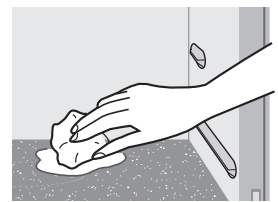
固く絞ったふきんですぐに水拭きする

- 庫内に汚れや水分が残っていると、塗装のはがれやさびの原因になります。
- めるま湯でぬらしたふきんをのせ、しばらくおいてから拭くと、汚れが落ちやすくなります。
- 汚れが落ちにくいときは、薄めた台所用合成洗剤(中性)を使い、最後は水拭きをします。



フラットテーブル

- 汚れが落ちにくい場合は、汚れた部分にクリームクレンザーを付け、丸めたラップでこすり落とします。
最後は水拭きします。
※クリームクレンザーが使えるのは、フラットテーブルのみです。

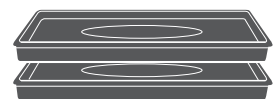


付属品

傷が付かないようにやわらかいスポンジで洗い、よく乾燥させる

- 汚れが取れにくいときは浸け置き後、台所用合成洗剤(中性)で洗ってください。
- 角皿のみ、メラミンフォームのスポンジ(洗剤を使わないタイプの白いスポンジ)が使えます。浸け置き後にこすったあと、よくすすいでください。

角皿(ホーロー)



スチームカップ(セラミック)





注意



庫内やドアに油・食品カス・煮汁を
つけたままで放置したり加熱しない

【発煙・発火の原因】

(電源プラグのほこりも拭き取りましょう)

次のものは使わない

(塗装のはがれ、傷付き、変色、内部に液が浸透し故障の原因)



シンナー、ベンジン
アルコール



オープンクリーナー
粉末クレンザー
漂白剤



住宅・家具・
換気扇用合成洗剤
酸性・アルカリ性洗剤



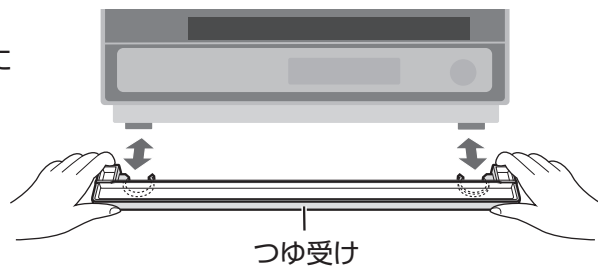
スプレー式洗剤
金属タワシ
硬めのスポンジ

こまめに

つゆ受け

水洗いする

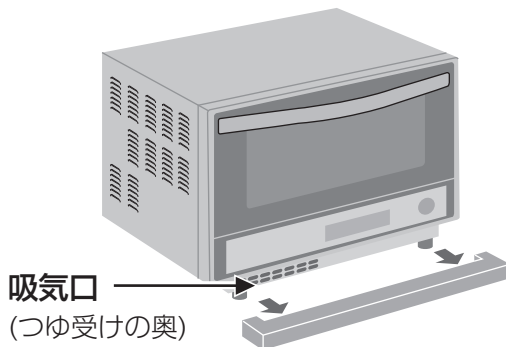
- 取り付けを忘れないように
しましょう。



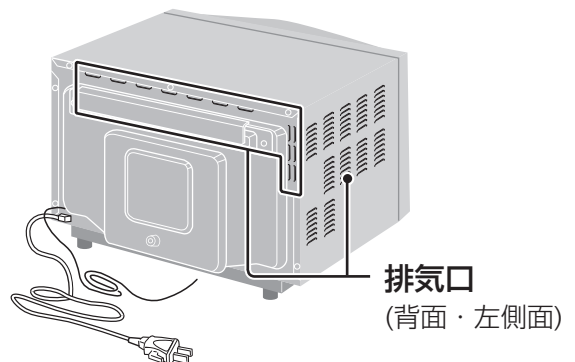
吸気口・排気口

ほこりを拭き取る

(換気できずに、故障・火災の原因)



吸気口
(つゆ受けの奥)



排気口
(背面・左側面)

庫内の においが気 になるときは

庫内の油分をきれいに拭き取ったあと、カラ焼きをします。(16ページ)

故障かな？



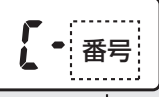


修理依頼やお問い合わせの前に、もう一度お調べください



	こんな場合	故障ではありません	参照ページ
音	加熱中や終了後に「ブーン」と鳴ったり、止まったりする。	●製品内部を冷却するファンの回転をコントロールしているためです。加熱終了後も最大10分程度回転しますが、加熱は続けて使えます。ファンが回転中は、電源プラグを抜かないでください。冷却が足りないと故障の原因になります。	—
	キーの受け付け音、加熱終了音が鳴らない。	●お知らせ音を消す設定になっていませんか？ [レンジ]を4秒間押し続けると「ピッ」と1回鳴り、[とりけし]を押すと解除されます。	9
	加熱中にときどき暗くなったり「カチカチ」と音がする。	●加熱をコントロールしているためです。	—
	オープン・グリル加熱時に「ボン」や、きしみ音がする。	●高温のため、庫内壁が膨張するときの音です。また、冷めるときも音がすることがあります。	—
	レンジ加熱時、「パチン」と音がする。	●ドアと本体の接触面に付着していた水滴が、はじける音です。	—
動作	コンセントに電源プラグを差し込んでいるのに何も表示しない。	●ドアを開閉すると電源が入り「  」を表示します。ドアを閉めると1分後、自動的に電源が切れます。(電源オートオフ機能)	16
	庫内灯が加熱中に、点灯しない。	●[庫内灯]を押すと点灯しますが、[発酵]、過熱水蒸気メニュー(27 スチーム発酵・予湿)のときは、点灯しません。	10
	加熱中、ドアの下部に水滴が付いたり、落ちるときがある。	●食品から出た水分が水蒸気となり、ドアに付着したものです。ふきんで拭き取ってください。	—
	煙が出たり、いやなおいがする。	●ご購入後にカラ焼きされましたか？ ●庫内やドアに食品カスなどが付着していませんか？ また、煮汁などの油や液体をこぼしませんでしたか？	16 42, 43
	火花が出る。 (レンジ加熱のとき)	●角皿、金串、アルミホイル、金・銀模様のある器や、金属容器を使っていませんか？ ●食品カスなどが付着していませんか？	14, 15 42, 43
	加熱中に電源がすぐ切れる。 (ブレイカーが切れる)	●電気の容量を超えていませんか？お買いあげの販売店にご相談ください。 (定格15A以上・交流100Vの専用コンセントを使う)	—
	カラ焼きができない。 (時間設定ができない)	●「予熱」表示が出ていませんか？ [とりけし]を押し、[オープン]を1度押してください。	16

こんな場合	故障ではありません	参照ページ
食品が加熱しすぎたり、加熱不足になる。	<ul style="list-style-type: none"> ● 素材に応じて仕上がりキーを使っていますか？ ● サクリ解凍／全解凍のとき、食器にのせたり、発泡トレーのまま加熱していませんか？ラップに包んでいませんか？ 	— 22
飲み物が熱くなりすぎる。	<ul style="list-style-type: none"> ● 自動メニュー(1 牛乳・酒)で加熱されていますか？ ● 容器に入れる1杯あたりの基準分量を守っていますか？(牛乳200mL／酒180mL) ● 加熱前の温度に応じて仕上がりキーを使っていますか？ 	— — 26
オープン・グリル加熱で、 ・焦げ目につかない。 ・うまく仕上がらない。	<ul style="list-style-type: none"> ● 角皿を角皿受け棚にのせていますか？ ● コンセントは単独で使っていますか？延長コードなどを使うと電圧が下がり上手にできません。また、危険です。 	— 4
・仕上がりにムラがある。	<ul style="list-style-type: none"> ● 角皿を角皿受け棚にのせ、奥に当たるまで確実に入れていますか？ 	—
市販の料理ブックや他の製品のオープンメニューが上手にできない。	<ul style="list-style-type: none"> ● クックブックの類似メニューを参考に、様子を見ながら加熱してください。ただし、オープンのサイズや構造などの違いにより、加熱時間や温度が異なりますので、市販の本などと同じ条件では焼けないことがあります。 	—

仕上がり

こんな表示が出たら	エラー音(ピピピピ)が鳴ります。
 <p>食品の分量が少なすぎます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● とりけしを押して分量を増やすか、加熱時間を5分以内に合わせてください。 ※オープン加熱後、庫内が高温のときにレンジ加熱をすると表示(「高温」も点灯)することもあります。庫内を冷ましてください。
 <p>庫内が高温のため使用できません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 「U-04」表示が消えると使用できます。「U-04」表示中は、サクリ解凍／全解凍、発酵、好みの温度あたため、スチームあたためは使えませんが、とりけしを押すと他の加熱は使えます。
 <p>製品が故障している場合があります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 電源プラグをコンセントから抜き、お買いあげの販売店、またはお客様ご相談窓口にて、表示の内容([-番号)をご連絡ください。(47ページ) <p>88 88 の表示と交互に点灯します。</p>
 <p>庫内が高温のときにお知らせします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱途中でドアを開けたときや加熱終了後に点灯します。フラットテーブルなどやけどにご注意ください。冷めると消灯します。
 <p>デモ表示になっているため加熱ができません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● とりけしを「ピッ」と鳴るまで4秒以上押し、さらに4回押します。「D」が消え、「0」表示になると使えます。 ※デモ表示とは、店頭などで商品の特長や機能を説明するための表示です。(自動的に表示が動きます)

エラー音は鳴りません

故障かな？

保証とアフターサービス

修理を依頼されるときは

出張修理

- 1 「故障かな？」(44, 45 ページ) を調べてください。
- 2 それでも異常があるときは使用をやめて、必ず電源プラグを抜いてください。
- 3 お買いあげの販売店に次のことをお知らせください。

- 品名：電子レンジ
- 形名：(本書の表紙に記載の形名)
- お買いあげ日(年月日)
- 故障の状態(具体的に)
- ご住所(付近の目印も合わせてお知らせください)
- お名前 ● 電話番号 ● ご訪問希望日

この製品は、日本国内用に設計されています。
電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。
また、アフターサービスもできません。

便利メモ お買いあげの際に記入されると便利です。

販売店名

電話 () —

お買いあげ日 年 月 日

保証期間中

- 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

- 修理すれば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。

修理料金のしくみ

- 修理料金は、技術料・部品代・出張料などで
構成されています。

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の料金です。

保証書(別添)

- 保証書は「お買いあげ日・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ください。
保証書は、内容をよくお読みの後、大切に保存してください。

- 保証期間…お買いあげの日から1年間です。

ただし、マグネトロンのみ2年間です。

保証期間中でも有料になることがありますので、
保証書をよくお読みください。

※一般家庭用以外(たとえば、業務用、車両・船舶
への搭載)に使用された場合の故障・損傷など有
料です。

補修用性能部品の保有期間

- 当社は電子レンジの補修用性能部品を製品の製造
打切後、8年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持する
ために必要な部品です。

愛情点検



長年ご使用の場合は商品の点検を！ こんな症状はありませんか？

- 電源プラグやコードが異常に熱くなる。
- 自動的に切れないときがある。
- コゲ臭いにおいがしたり、運転中に
異常な音や振動がする。
- スタート操作をしても、食品が加熱
されない。
- ドアに著しいガタがある。
- 触れるとピリピリと電気を感じる。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源プラグをコンセント
から抜き、必ず販売店に点検をご依頼ください。
なお、点検・修理に要する費用は、販売店に、
ご相談ください。

お客様ご相談窓口のご案内

修理・使いかた・お手入れ・お買い物などのご相談・ご依頼、および万一、製品による事故が発生した場合は、**お買いあげの販売店、または下記窓口にお問い合わせください。**

ファクシミリ送信される場合は、製品の形名やお問い合わせ内容のご記入をお願いいたします。

※弊社では、確実なお客様対応のため、フリーダイヤル・ナビダイヤルサービスをご利用のお客様に「発信者番号通知」をお願いしています。発信者番号を非通知に設定されている場合は、番号の最初に「186」をつけておかけください。



いつでも便利なWebサービス【シャープオンラインサポート】

ご質問やお困りごとは、気軽にアクセス、しっかりアシスト！

シャープ お問い合わせ

検索

<http://www.sharp.co.jp/support/>

スマートフォンや
携帯電話はこちらから



インターネットから修理のお申し込みや進捗確認も24時間サポート

シャープ 修理相談

検索

<http://www.sharp.co.jp/support/repair.html>

スマートフォンや
携帯電話はこちらから



使用方法のご相談など【お客様相談室】

受付時間 (年末年始を除く) ●月曜～土曜：9:00～18:00 ●日曜・祝日：9:00～17:00

固定電話、PHSからは、フリーダイヤル

0120 - 078 - 178

携帯電話からは、ナビダイヤル

0570 - 550 - 449

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電話	FAX
06 - 6792 - 1582	06 - 6792 - 5993
〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号	



修理のご相談など【修理相談センター】

受付時間 (年末年始を除く) ●月曜～土曜：9:00～20:00 ●日曜・祝日：9:00～17:00

固定電話、PHSからは、フリーダイヤル

0120 - 02 - 4649

携帯電話からは、ナビダイヤル

0570 - 550 - 447

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電話	FAX
06 - 6792 - 5511	06 - 6792 - 3221
〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号	

- お電話は番号をよくお確かめのうえ、お間違いのないようにおかけください。
- 所在地・電話番号・受付時間などについては、変更になることがあります。(2016.03)

■QRコードについて

スマートフォンやタブレット端末のバーコードリーダーで読み取ってください。(読み取れない場合は近傍に表記のアドレスを直接入力してください) 誘導されるサイトおよび動画の視聴は無料ですが、通信料金はお客様のご負担になります。QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

仕様

電 源	交流 100V 50-60Hz共用		
レンジ	定格消費電力	1,460W	
	高周波出力	1,000W※1・600W・500W・200W相当	
	発振周波数	2,450MHz	
グリル	定格消費電力	1,400W	
オープン	定格消費電力	1,400W	
	温度調節範囲	発酵(30・35・40・45℃)・110~250℃	
外形寸法※2	幅490×奥行445×高さ370(mm)		
庫内有効寸法	幅405×奥行315×高さ235(mm)		
質 量	約17kg		
角 皿	420×290(mm)		
電源コードの長さ	約1.4m		
区 分 名	F		
電子レンジ機能の年間消費電力量	56.3kWh/年	年間待機時消費電力量	0.0kWh/年
オープン機能の年間消費電力量	14.0kWh/年	年間消費電力量	70.3kWh/年

※1 定格高周波出力1,000Wは、短時間高出力機能(最大3分)であり、定格連続高周波出力は、600Wです。600Wへは、自動的に切り換わります。

※2 脚間寸法は、幅430mm、奥行310mm(脚の両サイドの寸法)

- 年間消費電力量(kWh/年)は省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。区分名も法に基づき、機能、加熱方式、および庫内容量の違いで分けています。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量などによって変化しますので目安としてご覧ください。
- 設置するときは、壁面より左側面6cm以上、右側面3cm以上、天面10cm以上(前面は、開放)空間を設ける必要があります。
- コンセントに電源プラグを差した状態で、表示が消えているときの消費電力は、「0」Wです。
- 長期間運転しないときは、電源プラグをコンセントから抜いてください。

お問い合わせ先

お問い合わせの前にもう一度「よくあるご質問」(2ページ)、「故障かな?」(44, 45ページ)をご確認ください。

- お客様ご相談窓口からのお問い合わせ (47ページ)

Webもご利用ください。

● シャープ お問い合わせ

<http://www.sharp.co.jp/support/>



シャープ株式会社

本 社 〒590-8522 大阪府堺市堺区匠町1番地
健康・環境システム事業本部 〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号



Printed in Thailand
SS10Dシリーズ

TINSJA412WRRZ 16J- (TH) ③