



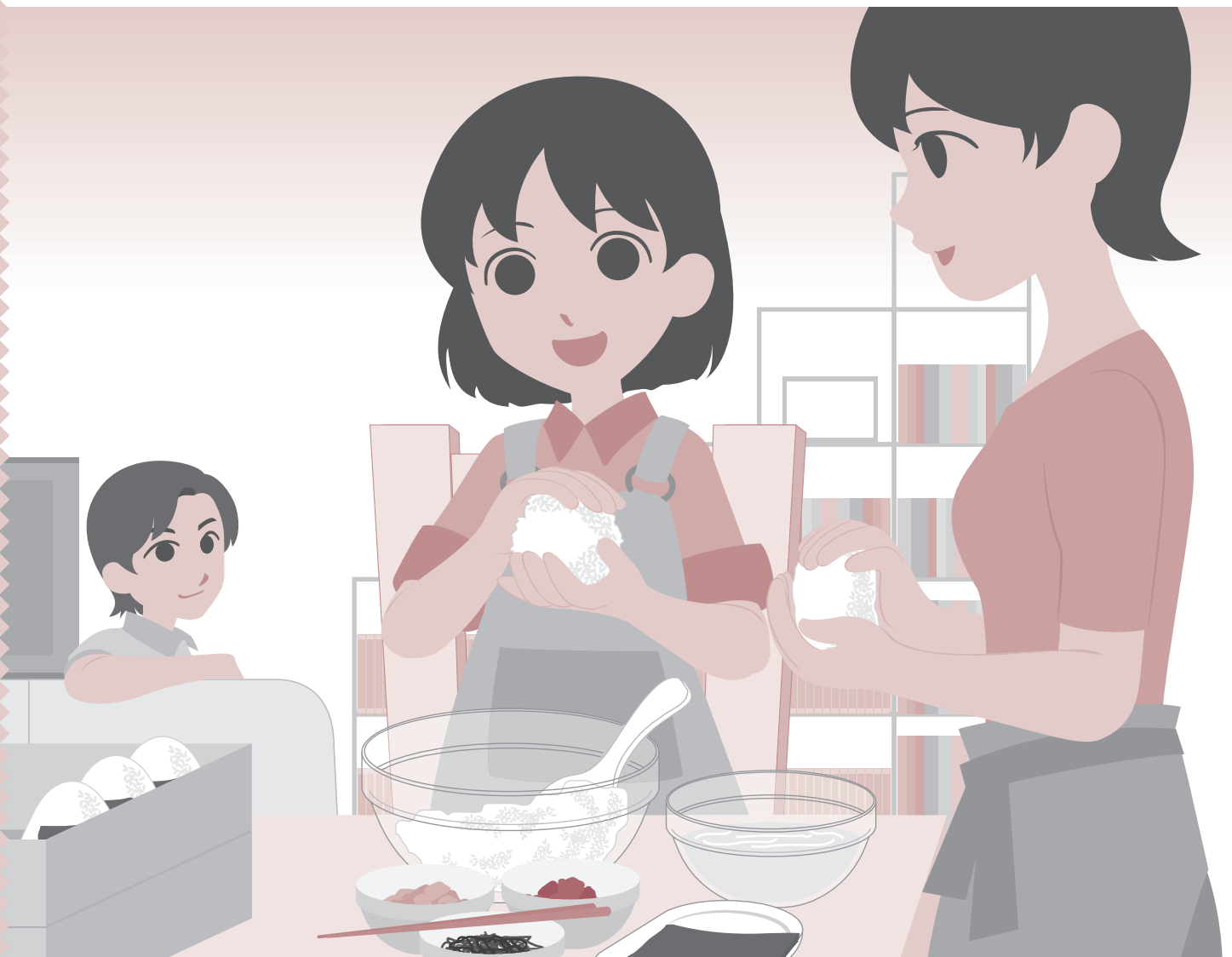
取扱説明書のイラストは
SR-PX103 を使っています。

取扱説明書

可変圧力 IH ジャー炊飯器 家庭用

1.0L タイプ
品番 SR-PX103
SR-PA103
SR-PA10E1

1.8L タイプ
品番 SR-PX183
SR-PA183
SR-PA18E1



このたびは、パナソニック製品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、この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
- ご使用前に「安全上のご注意」(4～7ページ)を必ずお読みください。
- 保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください。(P.40ご参照)

保証書別添付

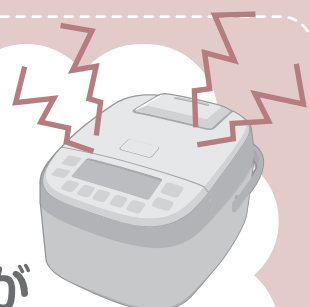
よくあるお問い合わせ



これらの症状は
異常ではありません



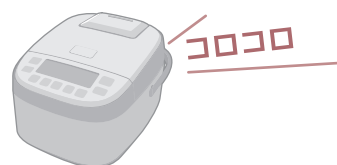
音が
するんだけど…



圧力をかける前の準備や
圧力を調整している音です。



可変圧力による圧力を抜いて
いる音です。

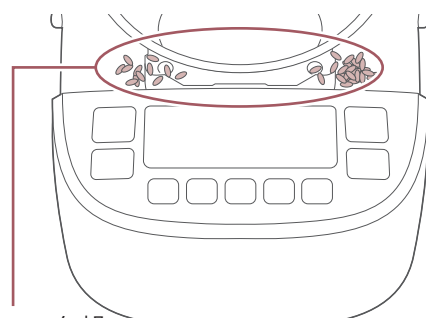


ふた加熱板内に付いている
金属製のボールが転がる
音です。

炊飯後
ふたが
開かないん
だけど…



- ごはん粒など異物が付いた
ままふたを閉めると開かなく
なることがあります。



フック部

- 圧力炊飯中にフックボタンに
触れるなどしていませんか？

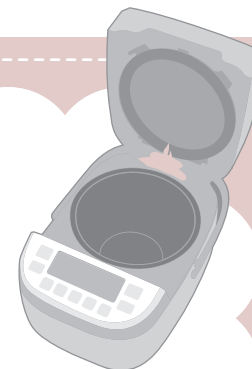
➔ ふたを押し下げて
からフックボタンを
押ししてください。



フック
ボタン

その他の理由でふたが開かないときは(P.33)

露が
落ちるんだけど…



- 密閉度が高く、蒸気が逃げ
にくいいため露が落ちることが
あります。

➔ 上枠に落ちた露は拭き取って
ください。



もくじ

ご使用前に

安全上のご注意	4
● 炊飯中にやむを得ずふたを開けるときは	
使用上のお願い	8
各部の名前／付属品	9
おいしいごはんのコツ	10
現在時刻／電気代単価を設定する	12

基本編

ごはんを炊く(すぐ炊きたいとき)	14
保温する／再加熱する	16
予約する	17
使い方に合わせて設定を変更する	18
● 終了音を消したい	
● 電気代表示(自動)をやめたい	

応用編

いろいろな炊き方	20
コースを変更して炊く	22
● 銀シャリで炊く ● その他のコースで炊く	
■ SR-PAシリーズは「高速」の選び方が異なります。(P.24)	
前回の電気代を表示する	24

発展編

四季炊きで炊く(SR-PXシリーズ)	26
--------------------	----

お手入れ

お手入れのしかた	28
● 初めて使うとき&使うたびに	
● 気になるときに ● 定期的に	

必要なとき

こんな表示が出たら	31
故障かな？	32
こんなときは	34
保証とアフターサービス	38
仕様	39

ごはんレシピ編

■ ごはんレシピは、裏表紙からご覧ください。

ご使用前に

基本編

応用編

発展編

お手入れ

必要なとき



安全上のご注意 必ずお守りください

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■ 誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

警告 「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。

注意 「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■ お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

⊘ してはいけない内容です。

❗ 実行しなければならない内容です。

圧力式炊飯器は炊飯中に
内部が極めて高温・高圧になり危険です。
以下の注意事項を必ずお守りください。

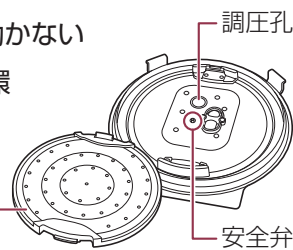


警告

■ 使用前に確認を!

⊘ 次の状態で使わない
(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)

- 安全弁が上下に動かない
- 調圧孔、うまみ循環ユニットの穴が目詰まりしている



- 本体内部にごはん粒など異物や汚れが付いている
ストッパー部、上枠、内釜のつば部、フック部、ふた加熱板のパッキン、蒸気ふた周辺など
- ふた加熱板のツメが折れたり変形したりしている

❗ 次のことを守る

(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)

- ふたを「カチッ」と音がするまで確実に閉める
- 蒸気ふたを取り付ける



■ 炊飯・調理中は

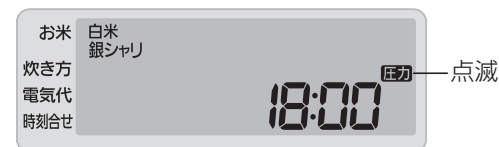
⊘ 次のことをしない
● ふたを開けたり、本体を動かしたりしない
(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)

- 圧力炊飯中は、無理にふたを開けない
(熱湯の飛び散りなどによるやけどやけがの原因)

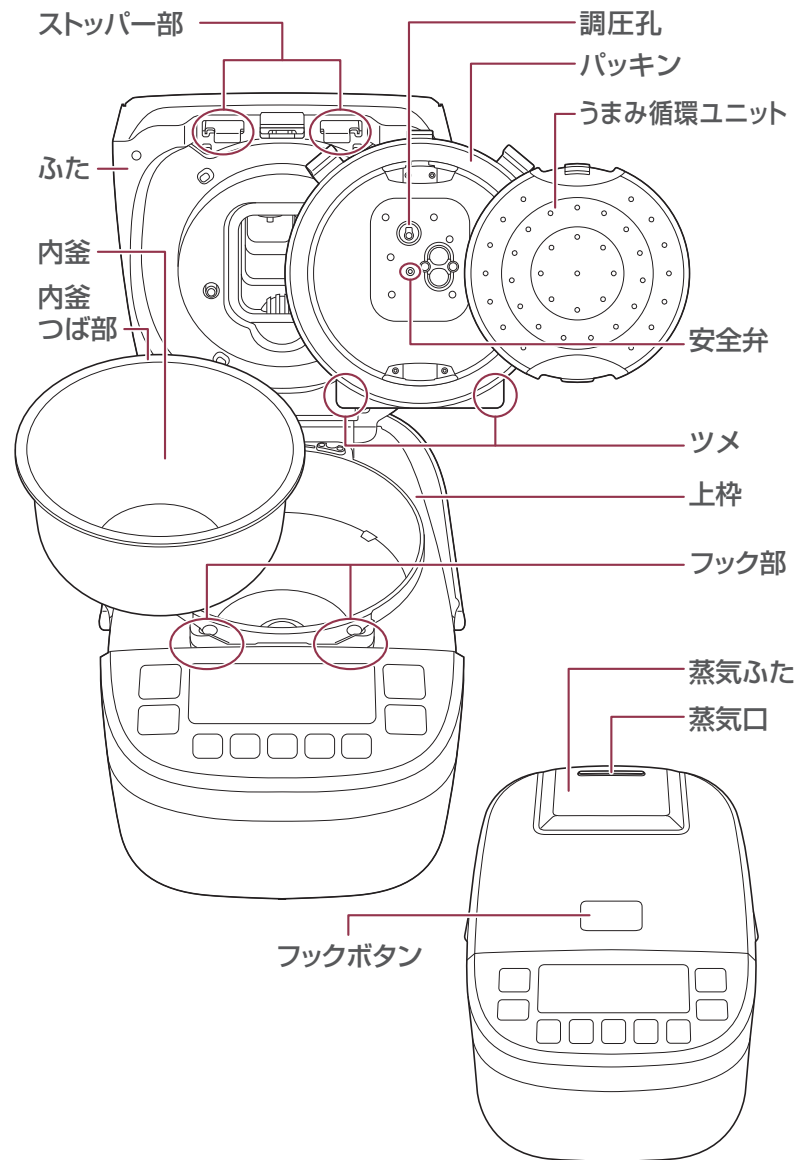
➔ **圧力**表示が消えて、蒸気が出なくなるまでお待ちください。

炊飯中にやむを得ずふたを開けるときは

- 1 炊飯器の近くに人がいないことを確認する
- 2 **取消/切** を押して炊飯を取り消す
(蒸気口から高温の蒸気が勢よく出ますので注意してください)
(約4分後)
- 3 **圧力**の点滅表示が消え、蒸気が出ていないことを確認してから、フックボタンを押す



警告

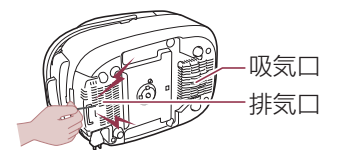


■ 本体は

- ⊘ 次のことをしない
 - 本体を水洗いしたり、水につけたり、水をかけたりしない
(感電、ショートによる発火の原因)
 - 分解・修理・改造をしない
(火災・感電・けがの原因)
➔ 修理は販売店にご相談ください。
 - 取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児に触れさせたりしない
(やけど・けが・感電の原因)



- 本体底の吸排気口やすき間に異物(特にピンや針金などの金属物)を入れない
(感電、異常動作によるけがの原因)



■ お米に具材を入れて炊くときは

- ❗ 「炊込み」、「おかゆ」、「雑穀米」、「発芽・分づき」を使う
(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)

⊘ 取扱説明書に記載した用途以外には使わない
(火災・感電の原因)
(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)

- 調圧孔、安全弁、うまみ循環ユニットの穴をふさぐおそれのある物は内釜に入れない

<禁止する具材例>

- 煮炊きで分量が増えるもの(練りもの、豆類、めん類など)
➔ 豆類は、別鍋でゆでてから使ってください。
- 急激に熱に反応して発泡するもの(重曹など)
- 薄皮状のものが浮きやすいもの(青菜、トマトなど)

<禁止する調理例>

- ポリ袋などに具材や調味料を入れて加熱する調理
- クッキングシートなどを落としふた代わりに使用する調理
- とろみが出る調理(カレー、シチュー、ジャムなど)
- 多量の油を入れる調理

安全上のご注意

必ずお守りください

警告

■ 電源プラグやコードは

○ 次のことをしない

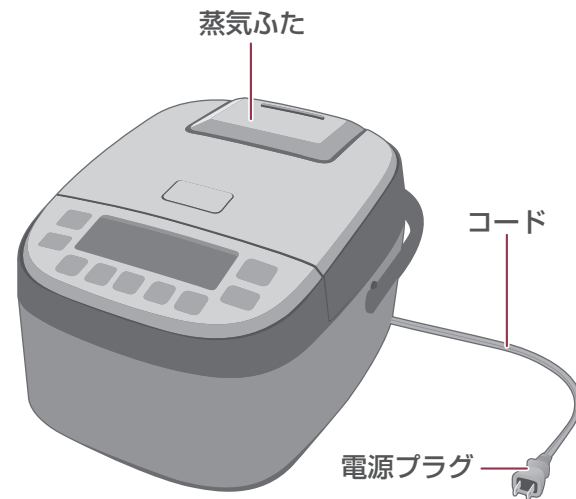
- 電源プラグ・コードを傷めない
(破損し、火災・感電の原因)

傷付ける、加工する、高温部に近づける、
重い物を載せる、ねじる、引っ張る、
無理に曲げる、束ねる、挟み込む など

- 傷んだコードや電源プラグ・緩んだコンセントは
使わない
(感電、ショートによる発火の原因)
- めれた手で電源プラグの抜き差しはしない
(感電・けがの原因)

! 次のことを守る

- 定格15A・交流100Vのコンセントを
単独で使う
(他の機器と併用すると、発熱による火災の原因)
 - 延長コードも定格15A以上のものを
単独でご使用ください。
 - 電源プラグは根元まで確実に差し込む
(発煙・発火・感電の原因)
 - 電源プラグのほこりなどは定期的に取り
(ほこりなどがたまると、湿気などで
絶縁不良となり火災の原因)
- ➔ 電源プラグを抜き、乾いた布で拭いてください。



■ 使用中や使用後しばらくは

○ 蒸気口や蒸気ふたに顔や手を近づけない (やけどの原因)

- 蒸気口から勢いよく蒸気が出ます。
特に乳幼児には充分ご注意ください。



! 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く (発煙・発火・感電のおそれ)

<異常・故障例>

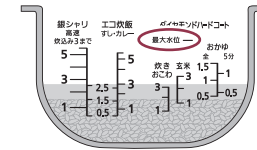
- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる
 - コードに傷が付いたり、通電したりしなかったりする
 - 本体が変形したり、異常に熱くなったりする
 - 本体から煙が出たり、こげ臭いにおいがしたりする
 - 本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある
 - 炊飯中、底部のファンが回っていない
- ➔ すぐに販売店へ点検・修理を依頼してください。

注意

■ 使用前に確認を!

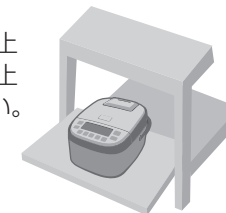
○ 次のことをしない

- 専用の内釜以外は絶対に使わない
(過熱や異常動作によるやけどやけがの原因)
- 内釜の「最大水位」線以上に、具材や水、
調味料を入れない
(ふきこぼれによる
やけどの原因)
- 空だきをしない (やけどの原因)



! 次のことを守る

- 本体をスライド式テーブルに置くときは
荷重強度を確認する
(落下によるやけどやけがの原因)
- 荷重強度は、
1.0Lタイプは15kg以上
1.8Lタイプは20kg以上
のものをお使いください。
- 正しいコースを使う (P.20)
(調圧孔、安全弁、うまみ循環ユニットの
穴に具材が詰まったり、ふきこぼれたり
して、やけどやけがの原因
本体の変形・破損・故障の原因にも
なります)



■ 使用中や使用後しばらくは

○ 高温部に触れない (やけどの原因)

- 蒸気ふた・うまみ循環ユニット・
ふた加熱板など。
- ➔ お手入れは、電源プラグを抜き、
本体が冷めてから行ってください。

! 医療用ペースメーカーなどを お使いの方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
与えることがあります。

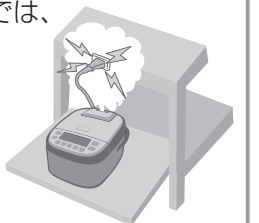
■ 本体は

- 持ち運ぶときはフックボタンに
触れない
(ふたが開き、やけどの原因)

■ 電源プラグやコードは

○ 次のことをしない

- コンセントに差した電源プラグに
蒸気を当てない
(感電、ショートによる発火の原因)
- ➔ スライド式テーブルでは、
電源プラグに蒸気が
当たらない位置で
炊飯器をご使用
ください。



! 次のことを守る

- コードを巻き取る時や電源プラグを
抜くときは、必ず電源プラグを持つ
(感電、けが、ショートによる発火の原因)
- 使用時以外はコンセントから抜く
(けが、やけど、絶縁劣化による感電や
漏電火災の原因)

○ こんな場所で使わない

- 水のかかる所や火気の近くで使わない
(感電・漏電・火災の原因)
- 不安定な場所や熱に弱い敷物の上で
使わない
(やけど・けが・火災の原因)
- 壁や家具の近くで使わない
(変色・変形・破損の原因)
- ➔ ふたを開けたときに、ふたが壁や家具など
周囲のものに当たらない位置でご使用
ください。
キッチン用収納棚などをお使いのときは、
中に蒸気がこもらないようにしてください。
スライド式テーブルでは、天面に蒸気が
当たらないよう、引き出してお使い
ください。
- アルミシートや電気カーペットの上で使わない
(アルミ材が発熱し、発煙・発火の原因)

使用上のお願い

未長くお使いいただくために、
次のことをお守りください。

炊飯器本体について



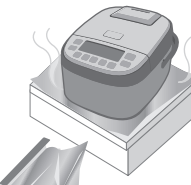
■ 使用中は、本体上面をふさがない

- 布巾など
(蒸気がこもり、ふたやボタンが
変形して操作できなくなる
ことがあります)



■ 本体底面(吸排気口)をふさぐような 場所で使わない

- (じゅうたん・ビニール袋・アルミ箔・
布などの上)
(本体内に熱がこもり、故障の原因に
なります)



■ 本体底の吸排気口は、定期的に確認し、 ほこりなどは取り除く (P.30)



■ 磁気に弱いものを近づけない

- ラジオ・テレビ・補聴器など
(雑音が入る、音が小さくなる
などの原因になります)
- ICカード・キャッシュカードなど
(記録が消える、壊れるなどの
原因になります)



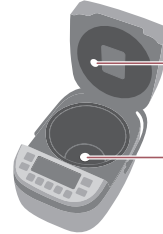
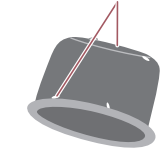
■ 磁石を近づけない (誤動作の原因になります)

■ ごはん粒など異物や汚れが付いたまま使わない

- (エラー表示が出たり、ごはんがこげたりして、
うまく炊けません
また、ふたが開かなくなることもあります (P.33))



内釜のつば部や底



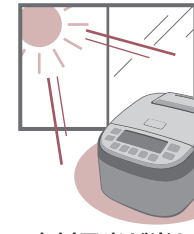
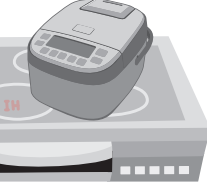
ふたセンサー

釜底センサー

■ 以下の場所で使わない



- IHクッキングヒーターの上
(IHクッキングヒーターの
故障の原因になります)



- 直射日光が当たる所
(変色の原因になります)

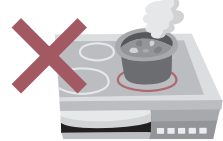
内釜について

内釜内面被膜(ダイヤモンドハードコート)の保証期間は、本体お買い上げ日から3年間です。
ただし、誤った使い方をしたときは、保証期間内でも「有料」となります。



■ 炊飯器以外では使わない

- ガス火、IHクッキングヒーター、
電子レンジなどで使用しない



■ かたいものに当てたりしない

- (外面に傷が付いたり
変形したりする原因)



■ 内面被膜の剥がれや傷付きなどを防ぐため、次のことをお守りください。お手入れするときは (P.28)



- 泡立て器などで
洗米しない



- 金属製のざるなどを
当てない



- たたいたりしない
(よそうときなど)



- 内釜で酢を
混ぜない
(すしめしなど)



- 金属製のおたまは
使わない
(おかゆなど)

お願い

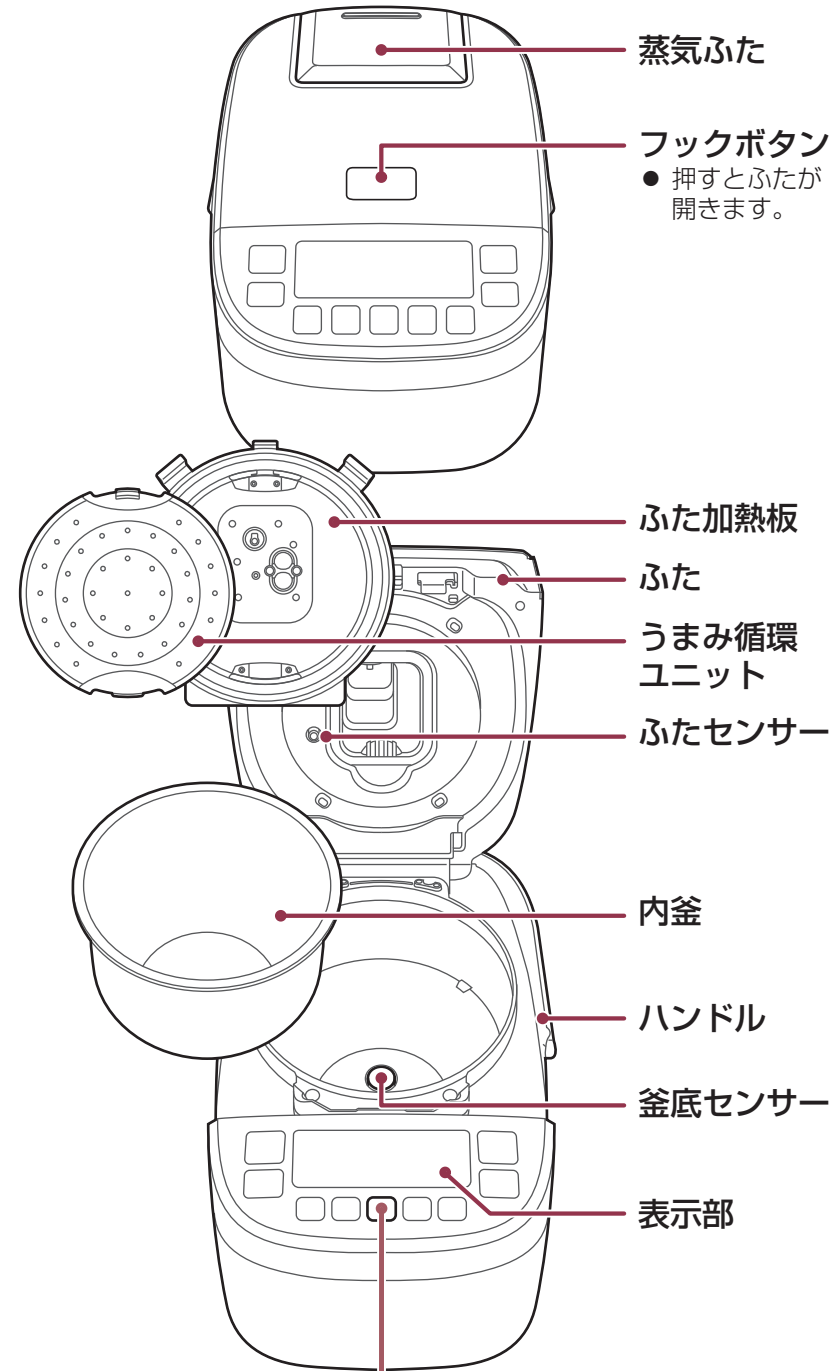
- 調味料を使った場合は、内釜に調理物を入れたままにしないでください。

お知らせ

- 次の場合は性能や人体への影響など問題はありません。
〔外面〕・浅い傷、小さな凹凸
・釜底に黒点のようなものが見える (こすれなど、使い方や使用頻度により発生)
〔内面〕・内面被膜の剥がれ
→ 気になるときや内釜が変形したときは、購入できます。(P.40)

各部の名前 / 付属品

■ 初めてお使いになるときは、付属品と内釜、ふた加熱板、うまみ循環ユニット、蒸気ふたを洗ってください。(P.28)



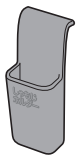
付属品



計量カップ
(約180mL)



しゃもじ

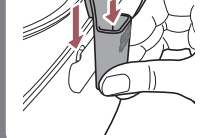


しゃもじ
ホルダー

しゃもじホルダーの取り付け方

しゃもじホルダーを
ハンドルのくぼみに
取り付け、しゃもじを
入れる。

- 左右どちらでも
取り付けられます。



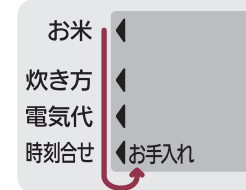
お知らせ

- 目の不自由な方のために、【炊飯】と【取消/切】ボタンには、凸部(「●」「■」)があります。
- ボタン操作時の基準点を分かりやすくするために、プザー音を「ピピッ」に変えています。
(例: 【コース選択】ボタンは「お米」に「↓」が合ったとき)

【コース選択】ボタンについて

● コース変更設定時

押すたびに表示部の「↓」の
位置や表示が変わります。

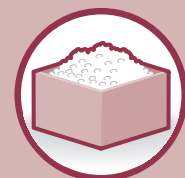


● 四季炊き設定時 (SR-PXシリーズのみ)

押すたびに表示部の点滅が
移動します。



おいしいごはんのコツ



素材のよさでうまさが決まる



精米日
H00年00月00日

米は

- ・精米日の新しいものを選ぶ
- ・開封したら早めに食べる
- ・冷蔵庫で保存する

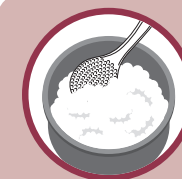
水は

・炊飯に適した水を使う
水道水や浄水器を使った水がおすすめ



- ✕ pHの高い(9より高い)アルカリイオン水 (べたつきや黄変の原因)
- ✕ 硬度の高い(100以上)ミネラルウォーター (ばさつきやかたくなる原因)

炊飯前 炊飯後



ふっくらごはんの決め手は「ほぐし」

炊き上がってブザーが鳴ったらすぐにほぐして、余分な水分を逃がす。



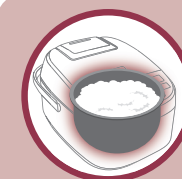
鍋肌に沿ってしゃもじをぐるりと入れる



底から上下を返す



粒を潰さないよう切るように混ぜる



保温のポイント

- 保温時間は短めに (乾燥や変色、においの原因)
- 少量のごはんは保温せずラップをして冷凍保存 食べる前に電子レンジで温めましょう



「炊飯コース」と「水加減」でお好みのごはんに

- ① お買い上げ時は「エコ炊飯」コースに設定されています。おいさにこだわった炊き方「銀シャリ」コースもお試ください。
- ② 「銀シャリ」コースに変更したあと、お好みに合わせて調節してください。(左から順にお試しください)

好み	水加減	浸す	コース
やわらかめ	+増やす (1~2mm程度)	○ (30分~2時間程度)	銀シャリ (やわらか)
かため	-減らす (1~2mm程度)	—	銀シャリ (かため)

- ・新米はもともとお米に水分がたっぷり含まれています。水加減は少なめに。
- ・夏場のお米は前年に収穫されたもので、保存している間に水分が抜けてしまうので乾燥ぎみです。水加減は多めに。



プラス お手入れ + 自己点検

使うたびにお手入れしましょう (P.28~30)

- パッキンは劣化していませんか?
弾力がなくなり、表面が白くなったり、破れたりしているときは、そのまま使わない。
→お買い上げの販売店にご相談ください。
- 内釜が変形している
落とすなどして変形したときは、そのまま使わない。
→内釜は購入できます。(P.40)
- センサーが汚れている
台所用中性洗剤を含ませたナイロンたわしで軽く磨いてから拭く。

上記項目に当てはまると、ごはんがうまく炊けないことがあります。
(炊飯中に蒸気が漏れる、圧力がかからない、こげるなど)



現在時刻 / 電気代単価を設定する

現在時刻を設定する

現在時刻はあらかじめ設定されていますが、室温などによりずれることがあります。合っていないときは次の手順で合わせ直してください。電源プラグを抜いてモリチウム電池(本体内部)により、現在時刻は表示されます。表示が消えたときは (P.33)



電源を入れる 電源プラグを差す

- コードを引き出すときは、赤テープ以上引き出さない (故障の原因)
- 戻すときは、コードのねじれを直してから、プラグを少し引く

時刻合わせを選ぶ 【コース選択】ボタンを押す

「◀」が「時刻合わせ」に合うまで
【コース選択】ボタンを押す

時刻合わせ 【◀】【▶】ボタンを押す

時刻を合わせる

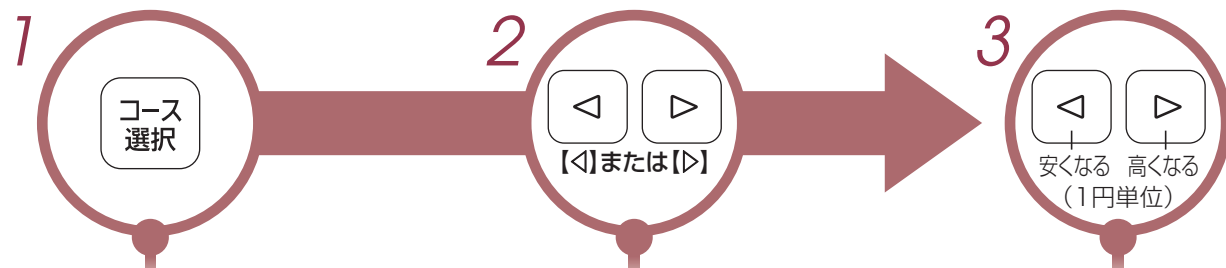
時刻の点滅が止まれば設定完了

- 押し続けると早送りできます。
- 時刻は 24 時間表示です。

お知らせ ■ 炊飯・保温・予約中などは現在時刻が設定できません。

電気代単価を設定する

お買い上げ時は22円/kWhに設定されています。お住まいの地域やご家庭の契約に合わせて変更してください。契約内容や電気代単価は、電力会社から発行される「電気ご使用量のお知らせ」などでご確認ください。



電気代を選ぶ 【コース選択】ボタンを押す

「◀」が「電気代」に合うまで
【コース選択】ボタンを押す

今の単価を表示 【◀】または【▶】ボタンを長押しする(約5秒間)

単価合わせ 【◀】【▶】ボタンを押す

単価を合わせる

「完了」が表示されると設定完了

- 1~99円まで設定できます。(整数のみ)

お知らせ ■ 設定できる単価は1つです。深夜電力割引など時間帯によって異なる単価を複数設定することはできません。
■ 炊飯・保温・予約中などは電気代単価が設定できません。

基本編

ごはんを炊く前の準備から、炊飯・保温・予約のしかたまで、基本的な使い方を紹介しています

14ページ 買って、すぐ使う
(お米をはかる～洗う～炊飯する)

16ページ 食べる前はあつあつ再加熱

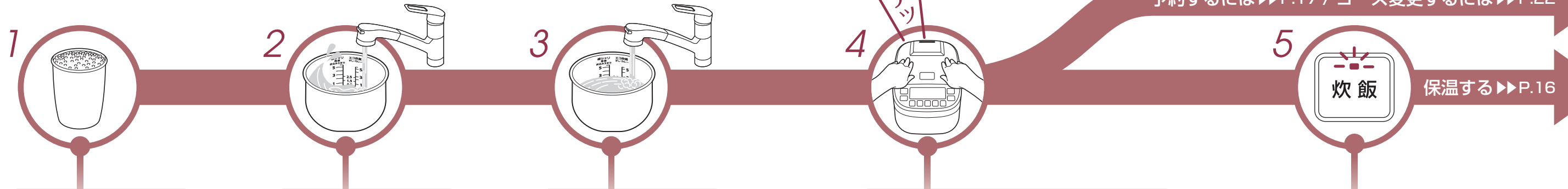
17ページ 7:30にごはんを炊き上げたい



ごはんを炊く (すぐ炊きたいとき)

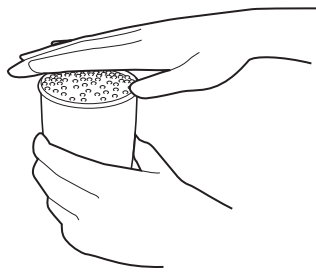
「おいしいごはんのコツ」(P.10~11)を必ずお読みください。

例) お買い上げ時の設定で炊く (お米:白米 炊き方:エコ炊飯)

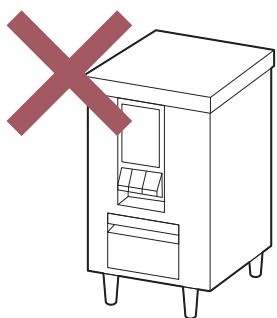


はかる お米を正確にはかる

- 付属の計量カップすりきりではかる (約 180mL / 合)



- 計量米びつではかると誤差がでることがあります。



洗う お米を洗う

1. 最初はたっぷりの水で大きくかき混ぜ、水はすぐに捨てる
2. お米を軽くかき混ぜるようにして、水を2~5回入れ替えながら洗う (とぎ水は少し白いくらい) でよい

- 無洗米は、軽く底からかき混ぜる (お米と水をなじませる)

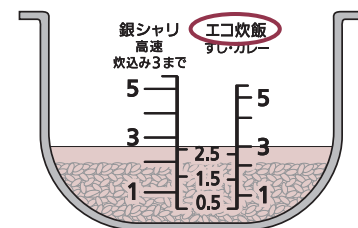
- ざるに上げたまま放置しないでください。お米が割れて、べたつきやこげの原因になります。



水加減する 水位線に合わせる

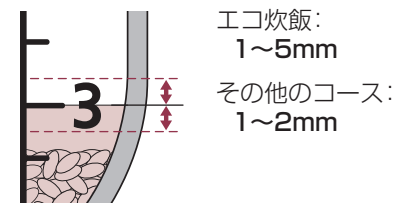
1. 平らな台の上でお米を水平にならす
2. 水位線に合わせる (P.20)

例: 3カップ炊くとき



お米の浸水は不要です。
【炊飯】ボタンを押すと自動で吸水します

- 季節やお好みなどで水加減するときは、水位線を基準に調整してください。

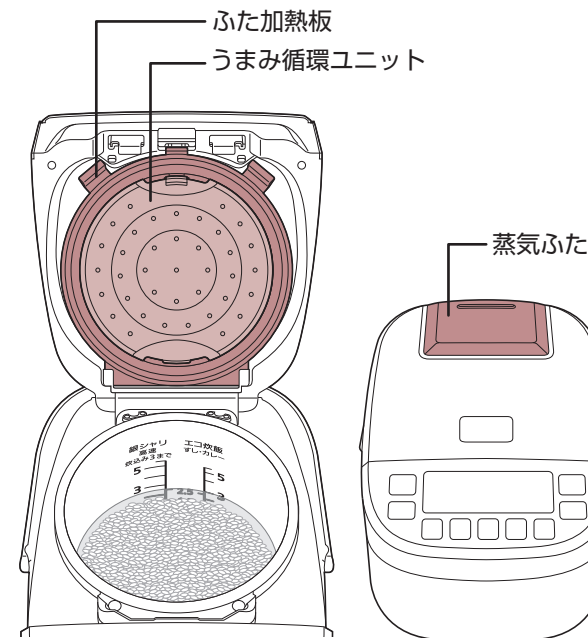


- 新米は少なめ、夏場は多めに
- かためがお好み場合は少なめ、やわらかめがお好み場合は多めに

セットする 内釜を本体に入れ、ふたを閉める

- 内釜の周囲の水分などは、拭き取る
- ふたは「カチッ」と音がするまで、両手で確実に閉める

必ず、ふた加熱板・うまみ循環ユニットや蒸気ふたが正しくセットされていることを確認する (P.28)



電源プラグを差す

- コードを引き出すときは、赤テープ以上引き出さない (故障の原因)
- 戻すときは、コードのねじれを直してから、プラグを少し引く

炊く 炊飯コースを確認し、【炊飯】ボタンを押す



ブザーが鳴ったら炊き上がり! むらしは終わっています。

おいしさにこだわった炊き方「銀シャリ」もお試ください (P.20~23)



保温する / 再加熱する

炊き上がると全コース自動的に保温になります。



ごはんをほぐしてから

余分な水分を逃がす ごはんをほぐす

- すぐに釜底までしっかりとほぐす(P.11)
- 1. 鍋肌に沿ってしゃもじをぐるりと入れる
- 2. 底から上下を返す
- 3. 粒を潰さないように切るように混ぜる

- 高温多湿の地域にお住まいの方は、保温臭がしやすいため保温温度を60 → 74 に上げてください。(P.36)
- 保温臭が気になるときは、お手入れ機能(P.30)を使用後、保温温度を60 → 74 に上げてください。(P.36)

再加熱 【保温(再加熱)】ボタンを押す

● 保温中のご飯を再加熱してあつあつにします。

完了

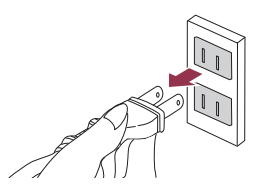
ブザーが鳴ったら再加熱完了! すぐにご飯をほぐしてください。そのままお召し上がりいただけます。

- 2回以上は食味低下の原因になります。
- 次の場合は再加熱できません。
 - ・ ご飯が冷めているとき (ブザーが4回鳴る)
 - ・ 保温中でないとき

保温を切る 【取消/切】ボタンを押す

● 炊飯と保温にかかった電気代の合計を表示(約1分間)したあと、現在時刻を表示します。

電源プラグを抜く



保温経過時間の表示

● 保温の経過時間は、1時間単位で表示します。

- 1時間未満のとき
例) 30分のとき
- 24時間未満のとき
例) 3時間のとき
- 24時間以上のとき
● 現在時刻を表示

24時間以上の保温はしないでください。

全コース自動的に保温になります。

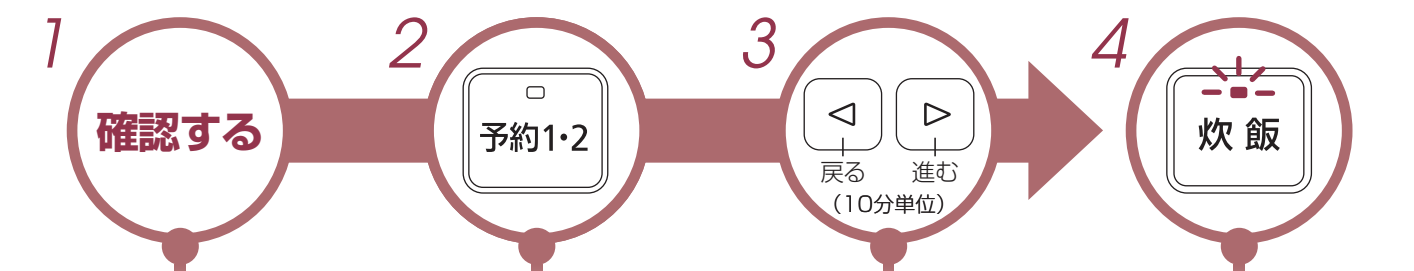
自動的に保温になりますが、おすすめできません	● 銀シャリ ● 少量 ● おこげ ● 冷凍用	● エコ炊飯 ● すし・カレー ● 高速 ● 四季炊き	● 炊込み ● おかゆ ● ごはん(玄米・雑穀米・発芽玄米・分づき米)	● 高速 ● 四季炊き	● 炊込み ● おかゆ ● 食味低下の原因
	炊き上がり直後の風味や食感、時間とともに減少します。	炊き上がり直後の風味や食感を損なわないよう、早めに冷凍することをおすすめします。(P.21)	ふた加熱板のさびや食味低下の原因	のり状になる原因	食味低下の原因

- お願い
- ご飯が入ったまま保温を切ったり、電源プラグを抜いてそのまま放置したりしないでください。(においや露が付く原因)
 - しゃもじは内釜に入れたままにしないでください。(においが発生する原因)

予約する

炊き上がり時刻は、2通り設定できます。(次に変更するまで記憶) 「予約1」は朝食用、「予約2」は夕食などよく使う時刻を記憶させると便利です。

例) 午前7:30に炊き上げるとき



時刻確認 現在時刻を確認する

● 現在時刻が合っていないときは合わせる(P.12)

コース確認 コースを確認する

- お米の種類と炊き方を確認する。変更するときは(P.22~24, P.26~27)

予約1か2を選ぶ 【予約1・2】ボタンを押す

● 押すたびに切り替わります。

時刻合わせ 【<>】ボタンを押す

炊き上がり時刻を設定する

● 炊き上がり時刻は10分単位で設定できます。

● 押し続けると早送りできます。

予約完了 【炊飯】ボタンを押す

● ブザーが鳴ったら炊き上がり! むらしは終わっています。すぐにご飯をほぐしてください。

お知らせ

- 炊き上がり時刻までの時間が短すぎると、予約をしてもすぐに炊き始めます。(P.39「予約可能時間」)
- 「高速」「炊込み」は、予約できません。発酵の早い自家製発芽玄米もおすすめできません。
- 13時間以上(夏場など水温が高いときは8時間以上)の予約は、お米が発酵し、においの原因になります。
- 予約炊飯では、炊飯残時間を表示しません。
- 予約炊飯では、お米が水を余分に吸うため、やわらかくなったり、こげたりする場合があります。→ やわらかいときは、水を少なめにしてください。(水位線より1~2mm程度が目安)

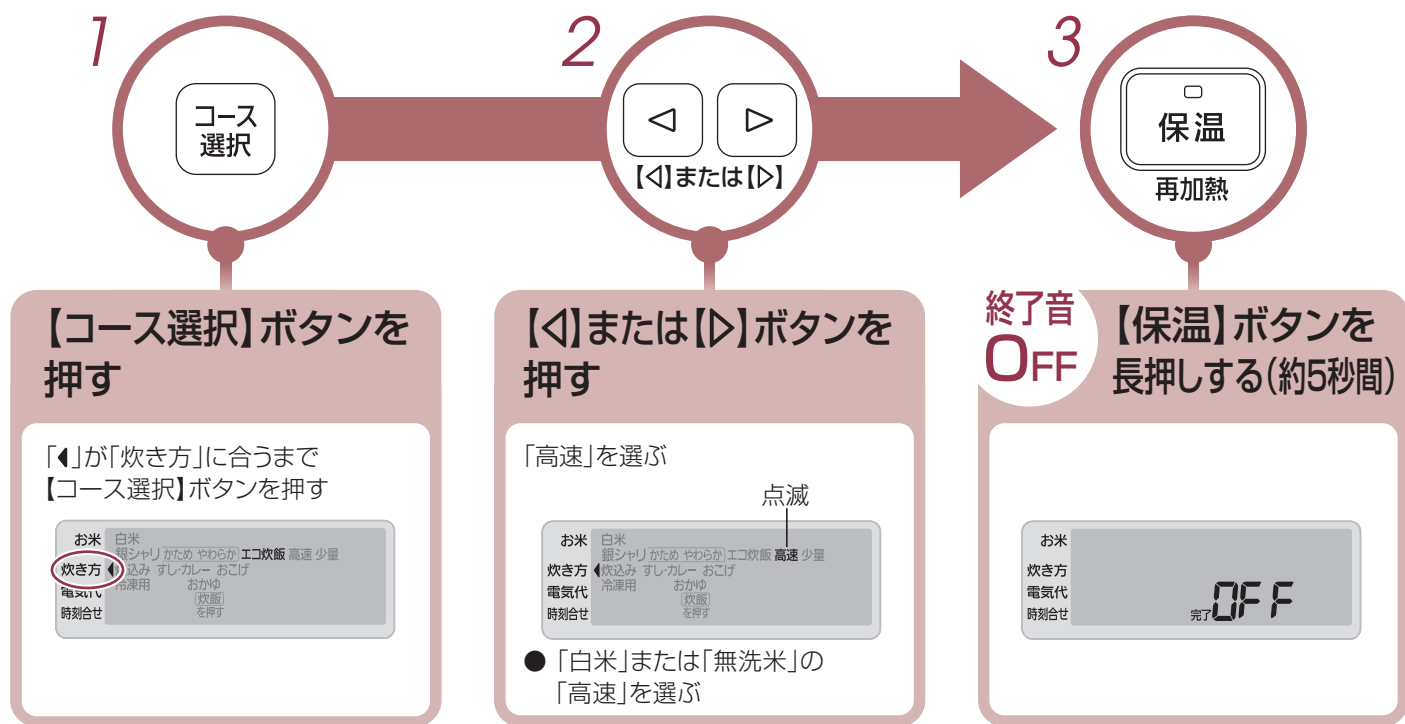
予約完了後に現在時刻を見たいとき

● 押し続けている間のみ表示します。

使い方に合わせて設定を変更する

終了音を消したい

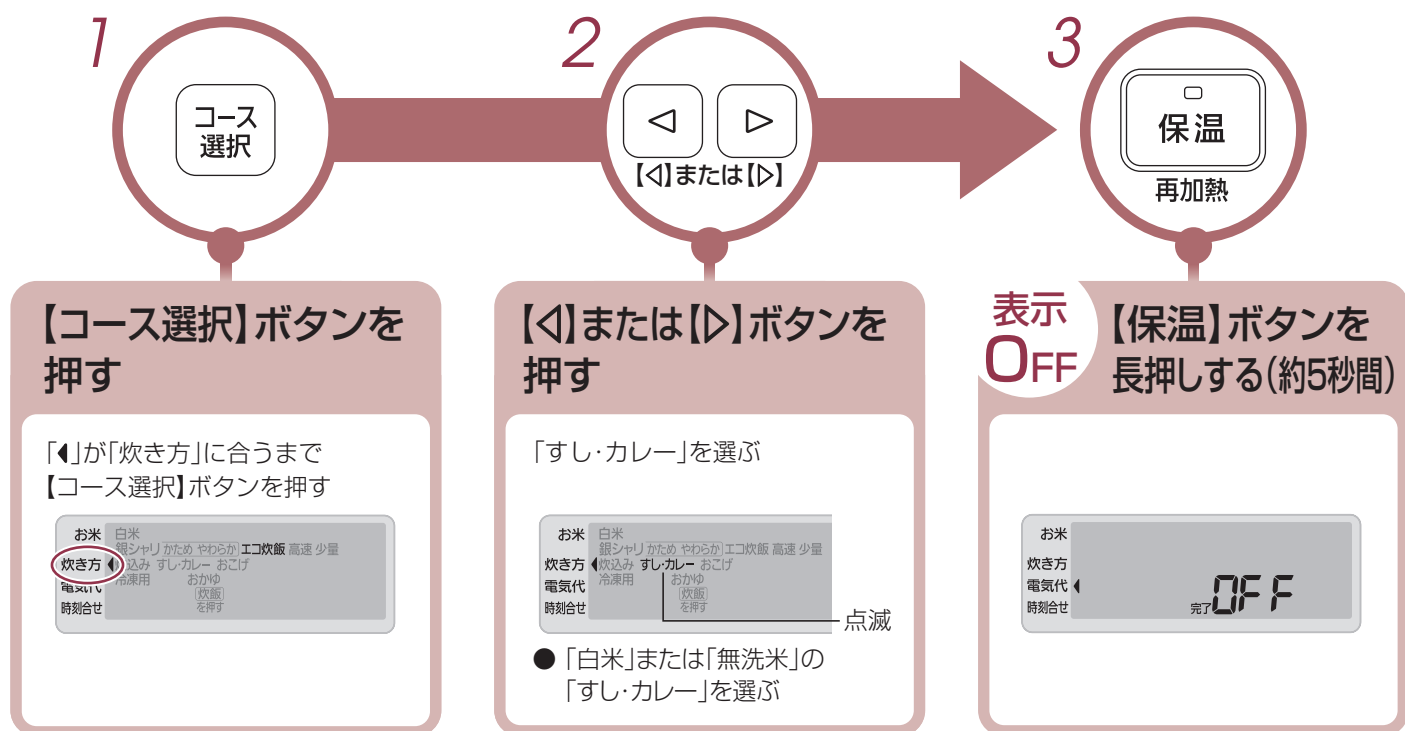
炊飯・再加熱・お手入れなどの終了音を消す設定です。設定しても、ボタンの受付音は消えません。



- お知らせ**
- 設定終了後は現在時刻表示に戻ります。
 - 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

電気代表示(自動)をやめたい

保温を切ったときの電気代表示をやめる設定です。設定しても電気代は算出しており、手動で見ることができます。(P.24)



- お知らせ**
- 設定終了後は現在時刻表示に戻ります。
 - 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

応用編

料理や好みに合わせて「炊飯コース」を使い分ける技を紹介しています

20ページ **どんなコースがあるの？**

22ページ **おいしいごはんを炊く**
・銀シャリ

いろいろなごはんを炊く

- ・炊込みごはん
- ・カレー用
- ・雑穀米ごはん…
- ・おすし用
- ・玄米ごはん



いろいろな炊き方

■ 白米・無洗米を炊く

お米	炊き方	炊飯時間(目安)	水位線	炊飯時の圧力	備考
白米 ／ 無洗米	銀シャリ	52分	銀シャリ	○	<ul style="list-style-type: none"> ● お買い上げ時の設定は「エコ炊飯」です。 ● 「高速」は、ややかために炊き上がります。あらかじめお米を浸しておくと和らぎます。 ● 「少量」で炊ける量は以下の通りです。 1.0Lタイプ(0.5～1.5カップまで) 1.8Lタイプ(1～2.5カップまで) ● 「おかゆ」では、全がゆと水分の多い5分がゆが炊けます。
	銀シャリ(かため)	48分			
	銀シャリ(やわらか)	54分			
	エコ炊飯	44分	エコ炊飯	○	
	高速	23～34分	高速	○	
	少量	52分	銀シャリ	○	
	炊込み	48～58分 50～56分	銀シャリ もち米を使うときは炊きおこわ	—	
	すし・カレー	48分	すし・カレー	○	
	おこげ(SR-PXのみ)	56分	銀シャリ	○	
	冷凍用	50分	銀シャリ	○	
おかゆ	49～69分	おかゆ(全または5分)	—		
四季炊き(SR-PXのみ)	46～55分	銀シャリ	○		



■ 玄米を炊く

お米	炊き方	炊飯時間(目安)	水位線	炊飯時の圧力	備考
玄米	ごはん	85～105分	玄米	○	● 玄米は、白米や無洗米と混ぜて炊かないでください。(うま味炊きません)
	おかゆ	116～142分	おかゆ(5分)	—	

■ 雑穀米を炊く

お米	炊き方	炊飯時間(目安)	水位線	炊飯時の圧力	備考
雑穀米	ごはん	48～53分	銀シャリ	○	● 市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従い、お好みで水加減を調整してください。
	おかゆ	49～69分	おかゆ(全)	—	

■ 発芽玄米・分づき米を炊く 胚芽米は「発芽・分づき」で炊くことができます。

お米	炊き方	炊飯時間(目安)	水位線	炊飯時の圧力	備考
発芽・分づき	ごはん	48～65分	銀シャリ	○	<ul style="list-style-type: none"> ● 市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従い、お好みで水加減を調整してください。 ● 分づき米とは、玄米から「胚芽とぬか層」の一部を取り除いたお米です。3分づき米は約3割、5分づき米は約5割と、数字が大きいほど白米に近づきます。 ● 胚芽米とは、胚芽を残して精米したお米です。ビタミンB₁やビタミンEを多く含みます。
	おかゆ	49～69分	おかゆ(全)	—	

🍴 銀シャリ 時間をかけて、おいしさにこだわって炊き上げます。

- 甘み・うまみを引き出します。
- かたさの選択ができます(3段階)。まずは「銀シャリ」をお試しいただき、お好みに合わせて使い分けてください。



かたさの選択

銀シャリ

銀シャリ(かため)

銀シャリ(やわらか)

もっと、かためのごはんが食べたいとき

- 水を少なめにする。(水位線より1～2mm程度が目安)

もっと、やわらかめのごはんが食べたいとき

- 水を多めにする。(水位線より1～2mm程度が目安)
- 水に浸して(30分～2時間程度)から【炊飯】ボタンを1回押して炊く。

🍴 エコ炊飯 お買い上げ時の設定です。炊飯時間と消費電力量に配慮してごはんを炊き上げます。

- ごはんがかたく感じるときは、次のようにすると和らぎます。
 - ① 炊き上がってほぐしてから、しばらく置く。
 - ② 次回炊飯するときは、水の量を増やす。(水位線より1～5mm程度が目安)
 - ③ あらかじめお米を浸して(30分～2時間程度)から【炊飯】ボタンを1回押して炊く。

消費電力量の比較

● 1.0Lタイプ(3カップ炊飯時)

	SR-PX103	SR-PA103/PA10E1
エコ炊飯	162 Wh	163 Wh
銀シャリ	225 Wh	232 Wh

● 1.8Lタイプ(4カップ炊飯時)

	SR-PX183	SR-PA183/PA18E1
エコ炊飯	224 Wh	229 Wh
銀シャリ	280 Wh	284 Wh

省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による

🍴 おこげ 釜底にきつね色のおこげができます。全体をほぐしてお召し上がりください。

- 炊飯量やお米の銘柄、季節などの炊飯条件によっておこげの濃さは変わります。(P.35)
- 風味を楽しんでいただくため、炊きたてがおすすです。冷めるとおこげ部分がかたくなることがあります。また、保温すると香ばしい風味を感じづらくなります。

🍴 冷凍用 冷凍して電子レンジで解凍しても、べたつきにくくほぐれやすいごはんに炊き上げます。



冷凍のしかた

- ① ごはんが温かいうちに、茶わん1杯分(約150g)ずつラップの上に乗せ、潰さないように平らに広げて包む。(厚み3cm程度)
- ② 常温まで冷めたら冷凍庫に入れる。

冷凍のコツ

- ごはんは早めに冷凍する。(長時間の保温など、時間がたつと炊き立ての風味が低下するため)
- アルミ皿に載せて冷凍するとごはんの劣化を抑えることができます。(急速に冷凍できるため)



解凍(温め)のしかた

- お使いの電子レンジの取扱説明書に従ってください。取扱説明書に記載がないときは、右の加熱時間の目安を参考に、解凍具合を見ながら調節してください。

加熱時間の目安(約150g/個)

	1個のとき	2個のとき
加熱時間の目安	2～3分	4～5分

電子レンジ(600W)のとき

コースを変更して炊く

表示部を確認し
変更しないときは
表示部を確認し
変更しないときは



「白米」「無洗米」と「銀シャリ」「エコ炊飯」は記憶しています。

銀シャリで炊く（白米・無洗米のみ）

1

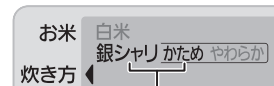
銀シャリ
選択

硬さを変えるとき



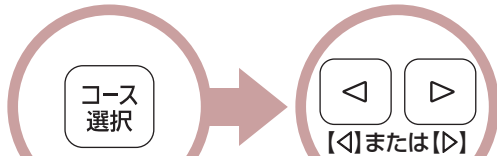
硬さ変更 【◀】または【▶】
ボタンを押す

硬さを選ぶ



点滅しているところが
選ばれています。

お米の種類を変えるとき



お米変更 【コース選択】
ボタンを押す 【◀】または【▶】
ボタンを押す

◀が「お米」に合うまで
【コース選択】ボタンを押す



点滅しているところが
選ばれています。

2

炊飯

炊く 【炊飯】ボタンを押す



● 予約をして炊くときは（P.17）

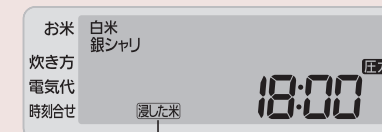
ブザーが鳴ったら炊き上がり！
むらしは終わっています。
すぐにご飯をほぐしてください。

あらかじめお米を
水に浸していたときは



- 本機の炊飯時には、お米の吸水時間が含まれて
います。
あらかじめ浸していたときは、下記の手順で炊くと、
吸水時間を短くし、早く炊き上げることができます。
（P.39）
また、浸していたお米を炊いたときのべたつきも
抑えます。
- 予約をして炊くときは（P.17）

1. コースを確認する
（炊きたいコースに合わせる P.22~24、P.26~27）
2. 【炊飯】ボタンを2回続けて押す
（1回だけ押すと、
やわらかめのごはんになります）



点灯

- 炊き上がりの約10分前から、炊き上がるまでの
時間を表示します。
- お願い**
- 13時間以上（夏場など水温が高いときは8時間
以上）水に浸さないでください。（においの原因）

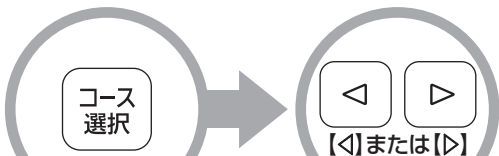
- お知らせ**
- 「炊込み」「おかゆ」「玄米」には使えません。
 - 夏場30分以上、冬場1時間以上浸したときに
ご使用ください。

前回の炊飯コースを呼び出すには

- 「白米」「無洗米」と「銀シャリ」「エコ炊飯」
「四季炊き」は記憶しています。
それ以外は、下記の手順で前回の炊飯コースを
呼び出して炊飯することができます。
1. 【コース選択】ボタンを約2秒間長押しする
 - ボタンを押すとすぐに受付音（ピッ）がしますが、
そのまま押し続けてください。
再度、受付音（ピッ）がすると、
前回到炊飯したコースが表示されます。
 2. 【炊飯】ボタンを押す

その他のコースで炊く

お米の種類を変えるとき



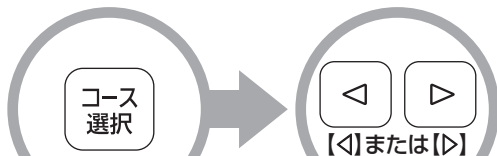
お米変更 【コース選択】
ボタンを押す 【◀】または【▶】
ボタンを押す

◀が「お米」に合うまで
【コース選択】ボタンを押す



点滅しているところが
選ばれています。

炊き方を変えるとき



炊き方変更 【コース選択】
ボタンを押す 【◀】または【▶】
ボタンを押す

◀が「炊き方」に合うまで
【コース選択】ボタンを押す



点滅しているところが
選ばれています。

炊く 【炊飯】ボタンを押す



- 予約をして炊くときは（P.17）
- 選んだ「炊き方」によって、表示は異なります。
「高速」「炊込み」「おかゆ」「ごはん」を選ぶと、
現在時刻を表示し、炊き上がりの約10分前から、
炊き上がるまでの時間を表示します。

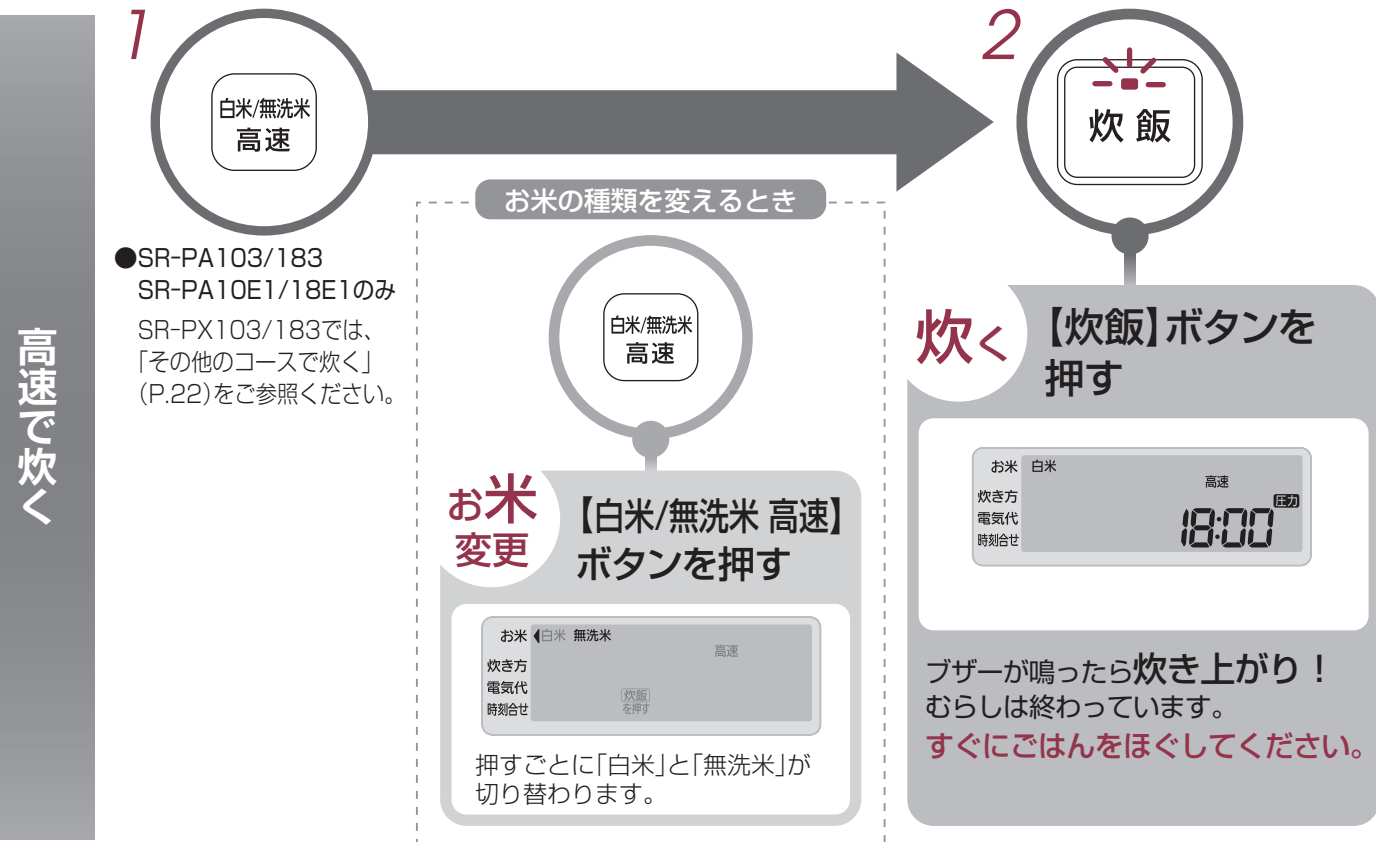
ブザーが鳴ったら炊き上がり！
むらしは終わっています。
すぐにご飯をほぐしてください。

応用編

コースを変更して炊く

コースを変更して炊く

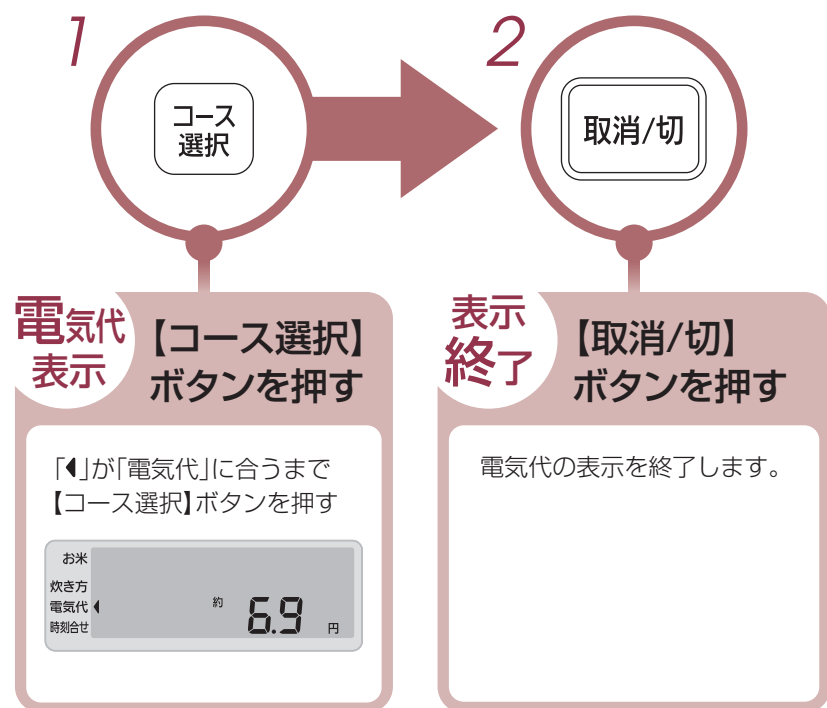
表示部を確認し
変更しないときは
炊飯
を押す



前回の電気代を表示する

お知らせ

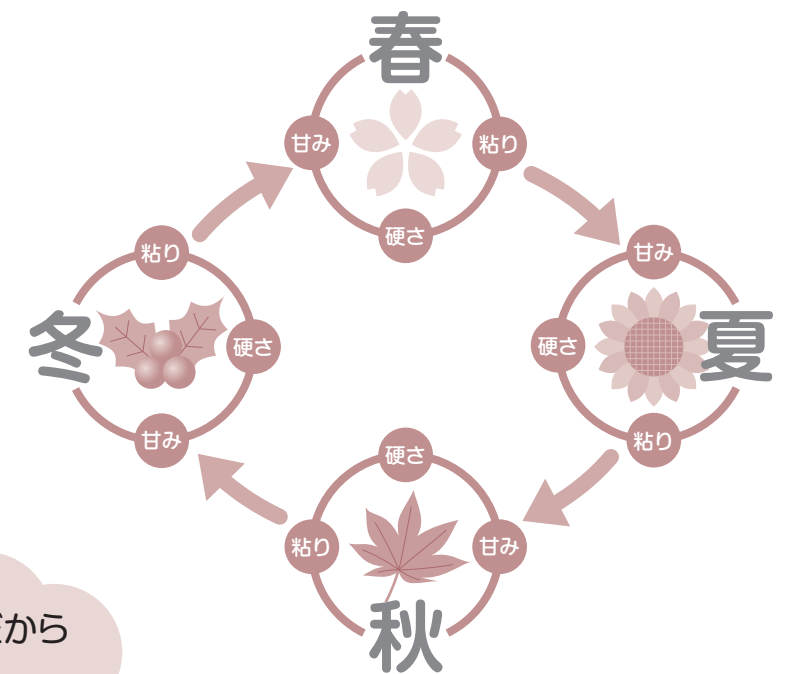
- 電気代は目安です。
- お買い上げ時の電気代単価は、22 円/kWhに設定しています。変更するときは (P.12)
- 電気代は、炊飯器本体で記録した消費電力量と電気代単価を基に算出しています。消費電力量は、お米や水の量、ご使用のコース、周囲の温度などによって異なります。
- 電気代が0.05 円未満のときは、「約0.0 円」と表示されます。
- 電気代は、計量法で定められた算出法に基づいた数値ではないため、公的な取引に用いることはできません。
- 「お手入れ」の電気代は算出していません。
- 電気代表示中は、ボタン操作ができません。【取消/切】ボタンを押してから操作してください。保温中は、【取消/切】ボタンを押すと保温が切れ、炊飯と保温にかかった電気代の合計を表示します。もう一度【取消/切】ボタンを押してから操作してください。
- 炊飯の途中で【取消/切】ボタンを押したり、エラーが表示されたりしたときは電気代を自動で表示しません。
- 【保温/再加熱】ボタンを押して保温を開始すると、そのときから【取消/切】ボタンを押すまでにかかった電気代を表示します。ただし、保温経過時間は、炊飯終了後からの積算です。
- 電気代表示(自動)をやめたいときは (P.18)



発展編

季節によって状態が変化のお米に合わせた『四季炊き』コースの使いこなし術を紹介しています

26 ページ 我が家にぴったりの炊き方で炊く ・四季炊き



今日は4月1日だから
季節は「春」ね

甘いごはんが
好きだから
「甘み」は3にするわ

「硬さ」はどうする？



四季炊きで炊く SR-PXシリーズのみ (白米・無洗米のみ)

お米の種類を変えるときは最初に覚えておく。(P.22)

「お米」「季節」「甘み」「粘り」「硬さ」は記憶しています。

1

四季炊き

2

炊飯

季節を変えるとき



季節変更 【<】または【>】ボタンを押す

【<】または【>】で季節を選ぶ



● 季節は炊飯する日を選んでください。精米日ではありません。

例) 4月1日に炊飯する時「春」を選ぶ

春…3月～5月

夏…6月～8月

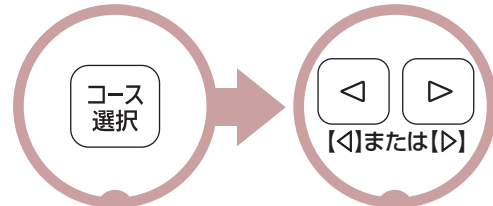
秋…9月～11月

冬…12月～2月

● 新米を炊くときは「秋」を、古米*を炊くときは「夏」を選んでください。

* 収穫後、1年以上経過したお米のこと

「甘み」を変えるとき



甘み変更 【コース選択】ボタンを押す
【<】または【>】ボタンを押す

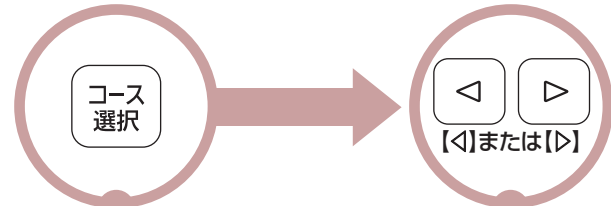
「甘み」の数字が点滅するまで【コース選択】ボタンを押す



設定値を変更する



「粘り」を変えるとき



粘り変更 【コース選択】ボタンを押す
【<】または【>】ボタンを押す

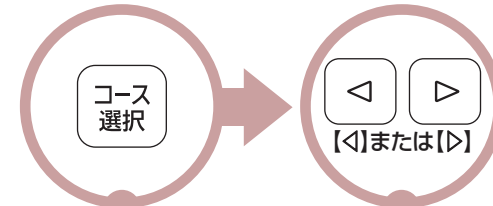
「粘り」の数字が点滅するまで【コース選択】ボタンを押す



設定値を変更する



「硬さ」を変えるとき



硬さ変更 【コース選択】ボタンを押す
【<】または【>】ボタンを押す

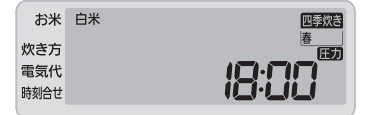
「硬さ」の数字が点滅するまで【コース選択】ボタンを押す



設定値を変更する



炊く 【炊飯】ボタンを押す



炊き上がりの約10分前から、炊き上がるまでの時間を表示します。

● 予約をして炊くときは (P.17)

ブザーが鳴ったら炊き上がり！
むらしは終わっています。
すぐにごはんをほぐしてください。

「甘み」「粘り」「硬さ」の設定値表

	甘み	粘り	硬さ
1	少なめ	弱め	やわらかめ
2	ふつう	ふつう	ふつう
3	多め	強め	かため

お知らせ

■ 設定の組み合わせによって、炊飯時間が変わります。(P.20)

いろいろと試して、お好みの組み合わせを見つけてください。


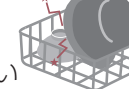


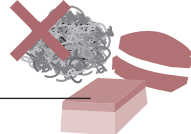


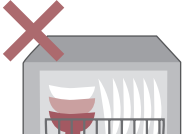
発展編

四季炊きで炊く

お手入れのしかた

- 電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
- 洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。
- 炊込みごはんなど調味料を使ったときは早めに洗ってください。(においや腐敗・さびの原因になります)

◆ **内釜のお手入れ時の注意**
 内面被膜の剥がれや傷付きなどを防ぐため、お守りください。
 洗いおけ代わりに使わない  乾かすときは食器の上に伏せたりしない 

◆ **次の物は使わない**
 金属たわし/ナイロンたわしなど  研磨粒子部分で洗わない 
 ベンジン/シンナー/磨き粉/漂白剤/除菌アルコールなど  食器洗い乾燥機/食器乾燥器 

初めて使うとき & 使うたびに

洗剤で洗う 内釜、付属品

やさかいスポンジを使い、台所用中性洗剤で洗う

内釜  **付属品**  計量カップ・しゃもじホルダー

- 初めて使うとき
- 気になるときに洗う

拭く ふた内面、上枠、蒸気ふた取付部

固く絞った布巾で拭く
 ふた加熱板や蒸気ふたを取り外してから拭く
 ※水などを流し込んで洗わないでください。

洗剤で洗う ふた加熱板、調圧孔、安全弁、うまみ循環ユニット

取り外してそれぞれの両面をやさかいスポンジを使い、台所用中性洗剤で洗う

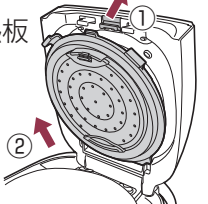
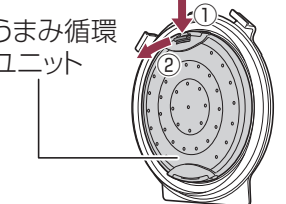
調圧孔
 ごはん粒など異物や汚れが詰まっているか確認する
 ● 詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除く

安全弁
 ● 2~3回指で軽く押し、流水で洗う

裏面  表面 

※パッキンは外せません。無理に引っ張らないでください。(外れたり破れたりする原因)

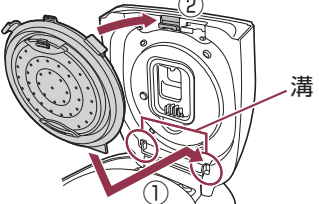
取り外し方

ふた加熱板  うまみ循環ユニット 

① 着脱つまみを押し上げる(手前に傾く)
 ② ふた加熱板を引き抜く

① レバーを下げる
 ② 手前に引く

取り付け方(取り外しと逆の手順で)

溝 


① うまみ循環ユニットを差し込む
 ② 押し込む

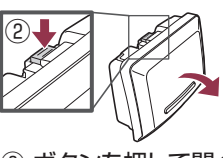
① ふた加熱板を溝に差し込む
 ② ふた側に「カチッ」と音がするまで押し込む

水で洗う 蒸気ふた

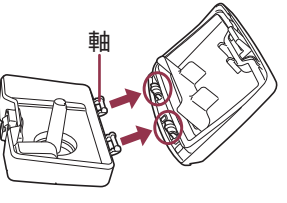
ごはん粒など異物や汚れが詰まっているか確認する
 ● 詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除く

取り外し方

① 引き上げる 

② ボタンを押して開く 

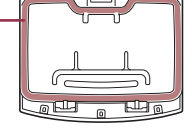
取り付け方(取り外しと逆の手順で)

軸 

① 軸を差し込み、「カチッ」と音がするまで確実に閉める
 ② ふたに押し込む(浮いていないこと)

お願い

- パッキンは取り外さないでください。(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりする原因)
- 外れたときは、溝に沿って確実に取り付けてください。

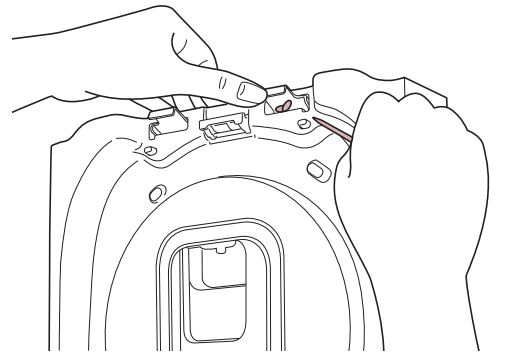
パッキン 

※ パッキンは外せません。無理に引っ張らないでください。(外れたり破れたりする原因)

気になるときに

取り除く ストッパー部

ごはん粒など異物が詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除く(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりする原因)

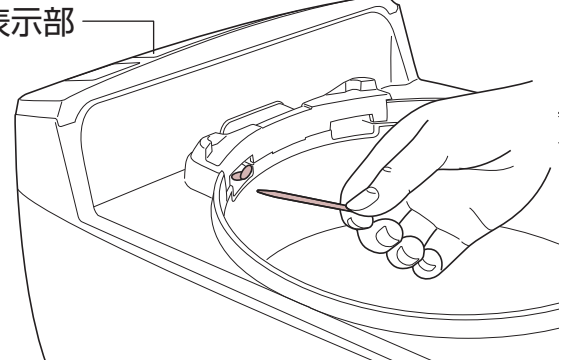


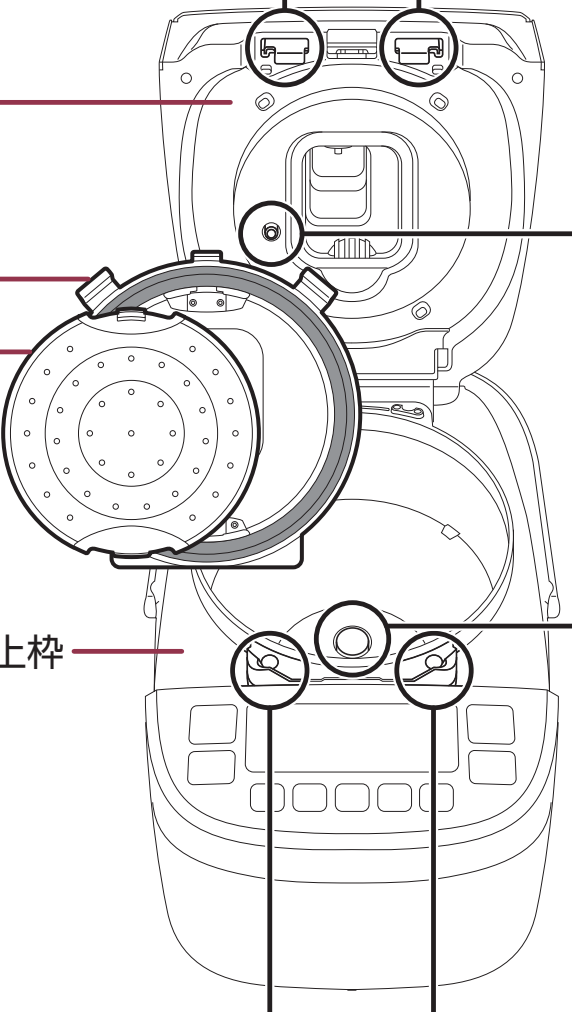
拭く ふたセンサー、釜底センサー

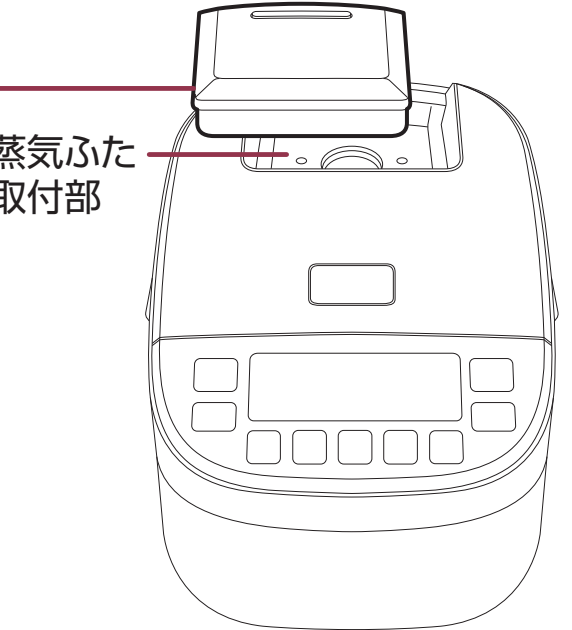
固く絞った布巾で拭く
 汚れが落ちにくいときは、台所用中性洗剤を含ませたナイロンたわしで軽く磨いてから拭く
 (汚れたまま使うと、ごはんがこげたりしてうま味よく炊けない原因)

取り除く フック部

ごはん粒など異物が詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除く(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりする原因)

表示部 

上枠 

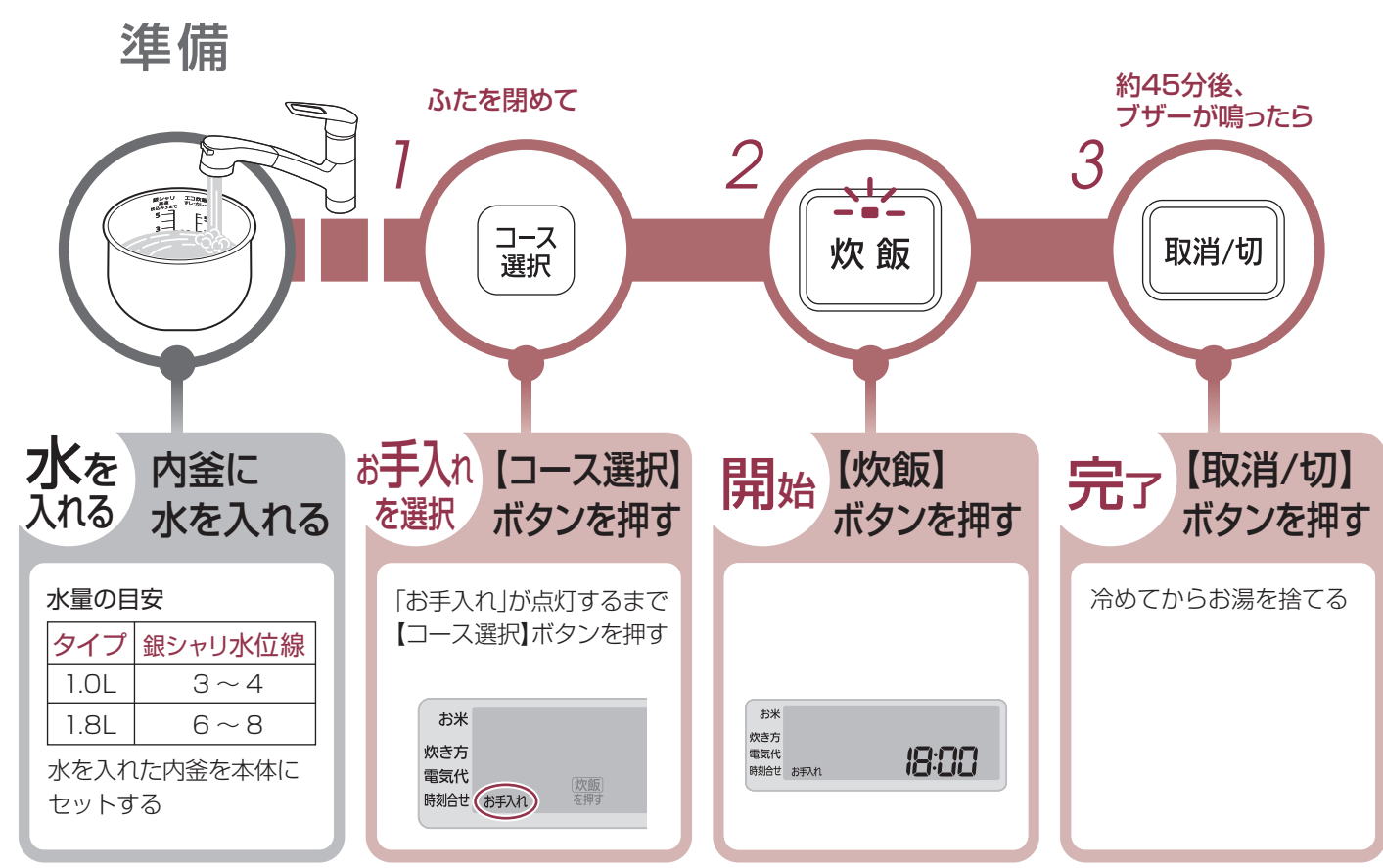
蒸気ふた取付部 

お手入れのしかた
 お手入れ

お手入れのしかた

■ 気になるときに (お手入れ機能)

においが取れないとき、ふた加熱板やうまみ循環ユニット・蒸気口の汚れが落ちにくいときに行ってください。



- お知らせ**
- レモン1個を輪切りにして水と一緒に内釜に入れると効果的です。
 - においや汚れは完全に取れないことがあります。

■ 定期的に

取り除く 本体底面 (吸排気口)

月に1回程度を目安に確認し、汚れているときはお手入れを！

電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
掃除機などで、ほこりやごみを取り除く

こんな表示が出たら

エラー表示	ここを確認！
U 10	<ul style="list-style-type: none"> ● 内釜はセットされていますか？ →【取消/切】ボタンを押して表示を消したあと、専用の内釜をセットし、再度操作してください。
U 12	<ul style="list-style-type: none"> ● 内釜の底やふた加熱板、ふたセンサー、釜底センサーに異物や汚れが付いていませんか？ (P.8) →異物や汚れを取り除き、【取消/切】ボタンを押してください。 ● 内釜の水の量が多くないですか？ →【取消/切】ボタンを押してください。(次に炊飯するときは、水を少なめに)
U 14	<ul style="list-style-type: none"> ● 96時間を超える保温をしていませんか？ →【取消/切】ボタンを押してください。
U 15	<ul style="list-style-type: none"> ● ふたが開いていませんか？ ● 蒸気ふたは付いていますか？ (P.28) →紛失したときは、販売店でご購入ください。 蒸気ふたがなくても炊飯・保温はできますが、 ① おいしさは低下します。(保温の場合は、ごはんが乾燥する) ② ふきこぼれることがあります。 ③ 炊き上がったあと、再度「U15」を表示することがあります。 ● 蒸気ふたの中に異物や汚れがありませんか？ →異物や汚れを取り除いてください。(P.28)
U 25	<ul style="list-style-type: none"> ● 本体底の吸排気口がほこりなどで詰まっていますか？ →次の手順でほこりを取り除いてください。 ① 【取消/切】ボタンを押したあと電源プラグを抜く。 ② 本体が冷めたら内釜を取り出す。 ③ 本体底の吸排気口のほこりを取り除く。(P.30) ● じゅうたんなどの上で使っていませんか？ (P.8) →風通しのよい場所(テーブルの上など)でお使いください。
H0 1~H 28	<ul style="list-style-type: none"> ● お買い上げの販売店に、修理をご依頼ください。

上記の対応をしても回復しないときは、販売店に修理をご依頼ください。

お手入れのしかた / こんな表示が出たら

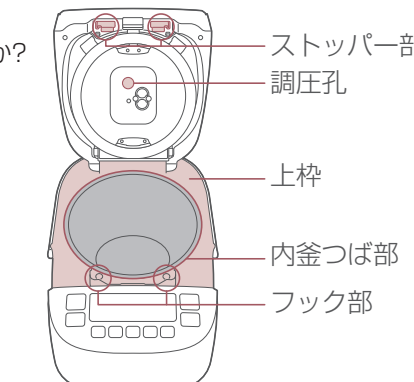
お手入れ

必要なとき

故障かな？

サービスを依頼される前に、次の点をご確認ください。

	症状	ここを確認！	ページ
炊飯中	炊飯時間が長い	<ul style="list-style-type: none"> ● 続けてごはんを炊くと、炊飯時間が(最大約60分)長くなります。 ● 炊飯途中で残時間表示の進行を止め、調整することがあります。 ● 内釜の水の量が多くないですか？ 水の量を増やすと、炊飯時間が(最大約15分)長くなります。 	— — —
	蒸気口以外から蒸気が漏れる	<ul style="list-style-type: none"> ● ふた加熱板のパッキンや内釜のふちにごはんが付いたり、内釜が変形したりしていませんか？ ● ふた加熱板やうまみ循環ユニットは、使うたびに洗い、正しくセットしていますか？ ● パッキンが劣化していませんか？ 	— 28 11
炊飯・保温中	音がする	<ul style="list-style-type: none"> ● 「ブーン」音…熱を逃がすファンが回っている音です。 ● 「ジー」音…IH(電磁誘導加熱)の通電音です。 ● 「シュー」音…蒸気が噴き出す音です。 ● 「カチャカチャ」音、「カチンカチン」音…圧力をかける前の準備や圧力を調整している音です。 ● 「シュツ、シュツ、シュツ、シュツ」音…圧力がかかっている音です。 ● 「ブシュー」音、「ブシュー」音…圧力を抜いている音です。 ● ふたを開閉したときの「コロコロ」音…ふた加熱板に付いている金属製のボールが転がる音です。 	— — — — — — —
	予約したのにすぐ炊き始める	<ul style="list-style-type: none"> ● 現在時刻は合っていますか？(24時間表示です) ● 「予約可能時間」より前に予約しましたか？ 	12 39
予約	予約したのになかなか炊き始めない	<ul style="list-style-type: none"> ● 予約炊飯では、炊き始めるまでにお米を水に浸しているため、炊飯時の吸水時間を短くしています。その分、少し遅れて炊飯を開始します。(炊き上がりの約40分前から炊飯を開始するコースもあります) 	—
	予約した時刻に炊き上がらない	<ul style="list-style-type: none"> ● 現在時刻は合っていますか？(24時間表示です) ● 【炊飯】ボタンは押ししましたか？ 	12 17
その他	ボタン操作ができない	<ul style="list-style-type: none"> ● ボタンのランプが点灯していませんか？ 炊飯・予約・保温中など、使用中はボタン操作ができません。 →【取消/切】ボタンを押してから行ってください。 ● 電気代を表示していませんか？ 電気代表示中は、ボタン操作ができません。 →【取消/切】ボタンを押してから行ってください。 	— —
	【保温(再加熱)】ボタンを受け付けない	<ul style="list-style-type: none"> ● 保温を切っていませんか？ ● ごはんが冷めていませんか？(ブザーが4回鳴ります) 50℃以下のときは、再加熱できません。 	— —

	症状	ここを確認！	ページ
その他	表示が消えた	<ul style="list-style-type: none"> ● 電源プラグを差すと、「8:30」を表示しますか？ 〔表示する〕リチウム電池が消耗しています。 電源プラグを差せば炊飯や保温はできますが、予約炊飯をする場合は、毎回現在時刻を合わせてください。 リチウム電池は本体内部に固定されており、お客様ご自身では交換できません。 〔表示しない〕電子回路が故障しています。 →リチウム電池の交換または修理をされる場合は、お買い上げの販売店または修理ご相談窓口(P.38)へご相談ください。 	—
	電源プラグから火花が飛んだ	<ul style="list-style-type: none"> ● 電源プラグを抜き差しするときに小さな火花が出ることがあります。 IH(電磁誘導加熱)方式固有のもので、故障ではありません。 	—
	ふたが開かない	<ul style="list-style-type: none"> ● 次の部位にごはん粒など異物や汚れが付いていませんか？  <ul style="list-style-type: none"> ● 圧力炊飯中にフックボタンに触れるなどしていませんか？ →一度ふたを押し下げた後、フックボタンを押してください。 	28~29 2
	ふたが閉まりにくい	<ul style="list-style-type: none"> ● 次の部位にごはん粒など異物や汚れが付いていませんか？(ストッパー部、上枠、内釜のつば部、フック部、ふた加熱板のパッキンなど) ● ふた加熱板を正しく取り付けられていますか？ ● ふた加熱板のツメが折れたり、変形したりしていませんか？ ● 炊飯後、ごはんをほぐしたすぐあとではないですか？ 圧力式炊飯器固有の現象です。密閉度を高くしているため、閉まりにくく感じますが、故障ではありません。 	28~29 28 — —

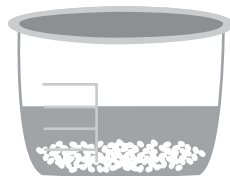
■ 誤って、水やお米を直接本体に入れてしまったときは、電源プラグを抜いて販売店にご相談ください。

故障かな？

必要なとき

やわらかい (べたつく)

- お米や水は、正確にはかりましたか? (P.14)
- 割れ米が多く混ざっていませんか?
- 長時間水に浸していませんか? (長時間の予約炊飯など)
→ 予約炊飯のときは、水を少なめにしてください。(水位線より1~2mm程度が目安)
- お湯で洗米していませんか?
- 規定量以上のお米を「少量」コースで炊いていませんか?
(1.0Lタイプ: 0.5~1.5カップ、1.8Lタイプ: 1~2.5カップ)
- 炊き上がったあと、すぐにほぐしましたか?
- 新米を炊くときは、通常より水を減らしましたか? (水位線より1~2mm程度が目安)
- 水に浸していたお米を炊くときに、【炊飯】ボタンを1回だけ押していませんか?
→ 水に浸していたお米を炊くときは、【炊飯】ボタンを2回続けて押してください。
「あらかじめお米を水に浸していたときは」(P.23)または「高速」コースで炊いてください。
- 洗米後にざるに上げたまま放置して、お米にひびが入っていませんか? (P.14)
- 「発芽・分づき」コースを使って、分づき米を炊いているときや発芽玄米に白米を混ぜて炊いているときは、分づきの度合いや混ぜる白米の量によってべたつくことがあります。
→ 「白米」コースで炊いてください。
- かためのごはんがお好みですか?
① 水を少なめにしてください。(水位線より1~2mm程度が目安)
② 「エコ炊飯」コースをお使いの場合は、「銀シャリ(かため)」コースをお試しください。



かたい (芯がある、ぱさつく、表面がべたつき芯が残る)

- お米や水は、正確にはかりましたか? (P.14)
- 「高速」コースで炊いていませんか?
- 充分水に浸さずに、【炊飯】ボタンを続けて2回押していませんか?
(夏場は30分以上、冬場は1時間以上が目安)
- 夏場のお米を炊くときは、通常より水を増やしましたか? (水位線より1~2mm程度が目安)
- 無洗米、夏場のお米、分づき米、胚芽米は、ぱさついたり、かたくなったりする傾向があります。
→ やわらかめのごはんにしたときは、水に浸してから炊いてください。
- やわらかめのごはんがお好みですか?
① 水を多めにしてください。
(「エコ炊飯」コースは、水位線より1~5mm程度 他のコースは、水位線より1~2mm程度)
② 水に浸してから(30分~2時間程度)炊いてください。
③ 「エコ炊飯」コースをお使いの場合は、炊き上がり後、ほぐしてからしばらく置いてください。
または「銀シャリ(やわらか)」コースをお試しください。
→ 上記の対応をしても改善しないときは、「お好みに炊けないとき」(P.37)をお試しください。



こげる

- 精米や洗米は、充分しましたか?
- ふたセンサーや釜底センサー、内釜の底、本体内部に汚れや異物が付いていませんか?
- 無洗米を使っていませんか? 無洗米を使うとこげやすくなります。
→ 「無洗米」コースで炊いてください。
→ 炊く前に、軽く水洗いすると和らぎます。
- 予約炊飯していませんか? (長時間水に浸していませんか?)
- 割れ米が多く混ざっていませんか?
- 洗米後にざるに上げたまま放置して、お米にひびが入っていませんか? (P.14)
- 炊込みごはんなど調味料を入れて炊くとこげやすくなります。
- 分づき米、胚芽米は、白米に比べてこげやすくなります。
- 底にできるきつね色のこげは、故障ではありません。
→ 上記の対応をしても改善しないときは、「ごはんのこげが気になるとき」(P.36)をお試しください。



症状

露が付く
におう
黄ばむ

乾燥する

おかゆが
のり状になる

薄い膜ができる

「おこげ」のとき
おこげが薄い

炊き上がったごはんの
表面が凸凹になる

ここを確認!

- 炊き上がったあと、すぐにほぐしましたか?
- 保温中に、ごはんが入ったまま保温を切ったり、電源プラグを抜いてそのまま放置したりしていませんか?
- 24時間以上保温していませんか?
- 冷めたごはんを継ぎ足して保温していませんか?
- 精米や洗米は、充分しましたか?
- しゃもじを入れたまま保温していませんか?
- 炊込みごはんなど調味料を入れて炊いたあとは、においが残ることがあります。
→ 内釜やふた加熱板、蒸気ふたを念入りに洗ってください。
→ においが取れないときは、「お手入れ機能」を使ってください。(P.30)
- お米の種類により、炊き上がり後のごはんが黄色く見えることがあります。

- 24時間以上保温していませんか?
- 繰り返し再加熱をしていませんか?
- 蒸気ふたは、正しく取り付けられていますか?
- ふた加熱板のパッキンや内釜のふちにごはんが付いたり、内釜が変形したりしていませんか?
- パッキンが劣化していませんか? (P.11)

- 長時間水に浸していませんか? (長時間の予約炊飯など)
- おかゆを保温していませんか?

- 洗米しすぎて、お米が割れたりしていませんか?
- お米のぬか分が残っていませんか?
(オブラート状の薄い膜は、でんぷんが溶けて乾燥したもので、害はありません)

- お米や水は、正確にはかりましたか? (P.14)
- お米を洗いすぎていませんか? (P.14)
- 季節・炊飯量・水加減・お米の銘柄・浸水時間などの条件でおこげの濃さは変わります。
- <おこげが薄くなる傾向>
① 新米を炊いたとき ② 炊飯量が少ないとき ③ 水加減が多いとき
④ やわらかく炊けるお米(魚沼産コシヒカリ、宮城産ひとめぼれ、ミルキークイーンなどの銘柄や、低アミロース米、精米度が高めのお米)を炊いたとき
⑤ 2時間以内の浸水で、【炊飯】ボタンを2回押して炊いたとき
- <おこげが濃くなる傾向>
1時間以上の浸水で、【炊飯】ボタンを1回押して炊いたとき

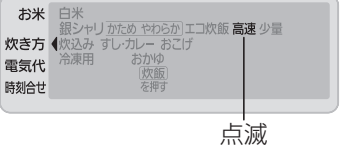
- 炊飯前にお米を平らにならしていますか?
- IH(電磁誘導加熱)の特長である強い火力によるものです。異常ではありません。

■上記の対応をしても改善しないときは、P.36~37の手順を見ながら設定を変更してください。

こんなときは

- P.34~35の対応をしても症状が改善しないときなどは設定の変更ができます。
- 手順2・3・4は、それぞれ16秒以内に完了してください。
16秒以上何も操作しなかったときは、現在時刻表示に戻ります。(設定できていません)
→始めからやり直してください。
- 設定完了後は現在時刻表示に戻ります。
- 元に戻るときは、再度同じ操作をしてください。

ごはんの保温温度を上げたいとき (60 → 74)

- 1 **コース選択** を2回押す
 を押して「高速」を選ぶ

 - 「白米」または「無洗米」の「高速」を選ぶ
- 2 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す **01**
- 3 を押す **60**
- 4 **コース選択** を押して「74」を表示させる **74**
 10秒後(自動的に完了) **完了 74**

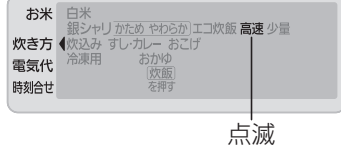
お願い

- 12時間を超える保温はしないでください。
- 「74」に変更後、においがするときは「76」、変色・乾燥するときは「72」に変更してください。

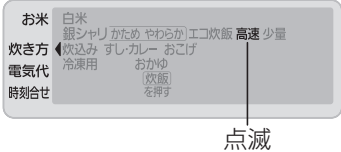
お知らせ

- 工場出荷時は、「60」です。
- 「60」に戻すと、「保温の状態が気になるとき」(P.37)の設定も「Ho:02」に戻ります。

ごはんのこげが気になるとき

- 1 **コース選択** を2回押す
 を押して「高速」を選ぶ

 - 「白米」または「無洗米」の「高速」を選ぶ
- 2 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す **01**
- 3 **コース選択** を押して「02」を選ぶ **02**
 を押す **So:H1**
- 4 **コース選択** を押して「So:Lo」を表示させる **So:Lo**
 10秒後(自動的に完了) **完了 So:Lo**

お好みに炊けないとき (お米の性質や状態によって うまく炊けないとき)

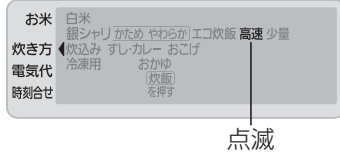
- 1 **コース選択** を2回押す
 を押して「高速」を選ぶ

 - 「白米」または「無洗米」の「高速」を選ぶ
- 2 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す **01**
- 3 **コース選択** を押して「03」を選ぶ **03**
 を押す **白米**
- 4 **コース選択** を押して「0」を表示させる **0**
 10秒後(自動的に完了) **完了 0**

お知らせ

- 変更すると「無洗米」「エコ炊飯」「少量」「四季炊き」は選べません。
「白米/銀シャリ」を使用し、水位線は「銀シャリ」に合わせる。
かたさ(かため・やわらか)の選択はできません。

※ごはんの保温温度を上げたときは使えません。

保温の状態が気になるとき (ふた加熱板や内釜に露が多く付く・ ごはんが変色するとき)

- 1 **コース選択** を2回押す
 を押して「高速」を選ぶ

 - 「白米」または「無洗米」の「高速」を選ぶ
- 2 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す 受付音(ピッ)はしません
 を押す **01**
- 3 **コース選択** を押して「06」を選ぶ
 「04」「05」の設定はありません **06**
 を押す **Ho:02**
- 4 **コース選択** を押して「0」を表示させる **0**
 10秒後(自動的に完了) **完了 Ho:03**

■露が多く付くとき

- 4 **コース選択** を押して「Ho:03」を表示させる **Ho:03**
 10秒後(自動的に完了) **完了 Ho:03**

■変色するとき

- 4 **コース選択** を押して「Ho:01」を表示させる **Ho:01**
 10秒後(自動的に完了) **完了 Ho:01**

お知らせ

- 「Ho:03」に変更すると、保温温度が 60 → 74 になります。
12時間を超える保温はしないでください。
- 工場出荷時は「Ho:02」です。

保証とアフターサービス

よくお読みください

仕様

使いかた・お手入れ・修理などは
■まず、お買い上げの販売店へご相談ください

▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名	
電話	() -
お買い上げ日	年 月 日

修理を依頼されるときは
 「こんな表示が出たら」「故障かな?」「こんなときは」
 (P.31～37)でご確認のあと、直らないときは、
 まず電源プラグを抜いて、お買い上げ日と下の内容を
 ご連絡ください。

●製品名	可変圧力IHジャー炊飯器
●品番	
●故障の状況	できるだけ具体的に

●保証期間中は、保証書の規定に従ってお買い上げの販売店が
 修理をさせていただきますので、おそれ入りますが、製品に
 保証書を添えてご持参ください。

保証期間：本体お買い上げ日から ●本体1年間
 ●内釜内面被膜3年間

※ただし、次の場合は保証期間内でも「有料」とさせていただきます。

- 一般家庭用以外に使用したとき
- 取扱説明書に記載した用途以外に使用したとき
- 取扱説明書の記載事項を守らなかったとき

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合は
 ご要望により修理させていただきます。

※修理料金は、次の内容で構成されています。

- 技術料 診断・修理・調整・点検などの費用
- 部品代 部品および補助材料代
- 出張料 技術者を派遣する費用

※補修用性能部品の保有期間 **6年**

当社は、この可変圧力IHジャー炊飯器の補修用性能部品(製品の機能を
 維持するための部品)を、製造打ち切り後6年保有しています。

■転居や贈答品などでお困りの場合は、次の窓口にご相談ください
 ご使用の回線(IP電話やひかり電話など)によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。

●使いかた・お手入れなどのご相談は

パナソニック お客様ご相談センター	365日 受付9時～20時
電話	フリーダイヤル 0120-878-365
	※携帯電話・PHSからもご利用いただけます。

●修理に関するご相談は

パナソニック 修理ご相談窓口	365日 受付9時～20時
電話	フリーダイヤル 0120-878-554
	※携帯電話・PHSからもご利用いただけます。
	●上記電話番号がご利用いただけない場合は、 各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

■各地域の修理ご相談窓口 ※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。

●地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口へ転送させていただきます。

北海道 地区	札幌 ☎(011)894-1255	札幌市厚別区厚別南2丁目17-7
	旭川 ☎(0166)22-3015	旭川市2条通16丁目1166
	帯広 ☎(0155)33-8478	帯広市西20条北2丁目23-3
	函館 ☎(0138)48-6630	函館市西栴町589-241
東北地区	青森 ☎(0172)62-0880	青森市浪岡大字浪岡字稲村262-1
	秋田 ☎(018)868-7008	秋田市外旭川字小谷地3-1
	岩手 ☎(019)645-6130	盛岡市厨川5丁目1-43
	宮城 ☎(022)387-1117	仙台市宮城野区扇町7-4-18
首都圏 地区	山形 ☎(023)641-8100	山形市平清水1丁目1-75
	福島 ☎(024)991-9308	郡山市備前館2丁目5
	栃木 ☎(028)689-2555	宇都宮市上戸祭3丁目3-19
	群馬 ☎(027)254-2075	前橋市箱田町325-1
中部地区	茨城 ☎(029)864-8756	つくば市筑穂3丁目15-3
	埼玉 ☎(048)728-8960	熊谷市宮町1丁目29番
	千葉 ☎(043)208-6034	千葉市中央区末広5丁目9-5
	東京 ☎(03)5477-9700	東京都杉並区本天沼3丁目43-16
九州地区	山梨 ☎(055)222-5822	中央市山之神流通団地1-5-1
	神奈川 ☎(045)847-9720	横浜市戸塚区品濃町561-4
	新潟 ☎(025)286-0180	新潟市東区東明1丁目8-14
	石川 ☎(076)280-6608	金沢市玉鉾2丁目266番地
近畿地区	富山 ☎(076)424-2549	富山市根塚町1丁目1-4
	福井 ☎(0776)21-0622	福井市問屋町2丁目14
	長野 ☎(0263)86-9209	松本市寿北7丁目3-11
	静岡 ☎(054)287-9000	静岡市駿河区高松2丁目24-24
四国地区	愛知 ☎(052)819-0225	名古屋瑞穂区堀込町8-10
	岐阜 ☎(058)278-6720	岐阜市中鶯4丁目42
	三重 ☎(059)254-5520	津市久居野村町字山神421
	滋賀 ☎(077)582-5021	栗東市小柿9丁目4-10
中国地区	京都 ☎(075)646-2123	京都市南区上鳥羽中河原3番地
	大阪 ☎(06)7730-8888	門真市松生町1-15
	奈良 ☎(0743)59-2770	大和郡山市筒井町800番地
	和歌山 ☎(073)475-2984	和歌山市栗栖373-4
九州地区	兵庫 ☎(078)796-3140	神戸市須磨区弥栄台3丁目13-4
	鳥取 ☎(0857)26-9695	鳥取市安長295-1
	米子 ☎(0859)34-2129	米子市米原4丁目2-33
	松江 ☎(0852)23-1128	松江市平成町182番地14
沖縄地区	出雲 ☎(0853)21-3133	出雲市渡橋町416
	浜田 ☎(0855)22-6629	浜田市下府町327-93
	岡山 ☎(086)242-6236	岡山市北区野田3丁目20-14
	広島 ☎(082)295-5011	広島市西区南観音1丁目13-5
四国地区	山口 ☎(083)973-2720	山口市小郡下郷220-1
	香川 ☎(087)874-3110	高松市国分寺町国分359番地3
	徳島 ☎(088)624-0253	徳島市沖浜2丁目36
	高知 ☎(088)834-3142	高知市仲田町2-16
九州地区	愛媛 ☎(089)905-7544	愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1
	福岡 ☎(092)593-8002	春日市春日公園3丁目48
	佐賀 ☎(095)26-9151	佐賀市鶴島町大字八戸字上深町3044
	長崎 ☎(095)830-1658	長崎市東町1919-1
九州地区	大分 ☎(097)556-3815	大分市萩原4丁目8-35
	宮崎 ☎(0985)63-1213	宮崎市本郷北方字草葉2099-2
	熊本 ☎(096)367-6067	熊本市東区健本町12-3
	鹿児島 ☎(099)246-7050	鹿児島市上谷町3128-3
沖縄地区	沖縄 ☎(098)877-1207	浦添市城間4丁目23-11

所在地、電話番号は変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。
 最新の「各地域の修理ご相談窓口」はホームページをご活用ください。http://panasonic.co.jp/cs/service/area.html
 【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについてはP.40をご覧ください】

お米の種類	炊き方	炊飯時間の目安(分) ()内は、あらかじめお米を 水に浸していたとき(P.23)	保温 ※	予約可能時間 (炊き上がりの〇〇分前～)	炊飯容量(カップ数) ()内は、具を入れて炊くとき	
					1.0Lタイプ	1.8Lタイプ
白米・ 無洗米	銀シャリ	52 (32～37)	○	60分前～	0.5～5.5	1～10
	(かため)	48 (28～33)		60分前～		
	(やわらか)	54 (35～40)		70分前～		
白米 無洗米	エコ炊飯	44 (37～42)	○	60分前～	0.5～5.5	1～10
		44 (33～43)		60分前～		
白米・ 無洗米	高速	23～34(22～34)	○	—	0.5～5.5	1～10
	少量	52 (34～36)	○	70分前～	0.5～1.5	1～2.5
	炊込み	48～58	×	—	1～3	2～6
	炊きおこわ	50～56	×	—	1～3	2～6
	すし・カレー	48 (30～36)	○	60分前～	1～5.5	2～10
	おこげ	56 (36～46)	○	70分前～	0.5～5.5	1～10
	冷凍用	50 (38～44)	○	70分前～	0.5～5.5	1～10
	おかゆ	49～69	×	70分前～	(全) 0.5～1.5(0.5～1) (5分)0.5～1 (0.5)	(全) 0.5～3(0.5～2.5) (5分)0.5～2(0.5～1.5)
	四季炊き	46～55 (28～34)	○	70分前～	0.5～5.5	1～10
	玄米	ごはん	85～105	×	120分前～	1～3
おかゆ		116～142	150分前～		(5分)0.5～1 (0.5)	(5分)0.5～2(0.5～1.5)
雑穀米	ごはん	48～53(38～44)	×	70分前～	0.5～4	1～8
	おかゆ	49～69		70分前～	(全) 0.5～1.5(0.5～1)	(全) 0.5～3(0.5～2.5)
発芽 分づき	ごはん	48～65(33～53)	×	70分前～	0.5～4(0.5～3)	1～8(1～7)
	おかゆ	49～69		70分前～	(全) 0.5～1.5(0.5～1)	(全) 0.5～3(0.5～2.5)

※「×」印も、自動的に保温になりますが、おすすめできません。(P.16)

	SR-PX103	SR-PA103/PA10E1	SR-PX183	SR-PA183/PA18E1
電源	交流100V 50-60Hz			
消費電力(約)	炊飯時	1200W	1200W	1400W
	保温時	500W(15.5Wh ^{*1})	500W(16.0Wh ^{*1})	600W(18.3Wh ^{*1})
コードの長さ	1.0m			
大きさ(約)	質量(約)	5.9kg	6.1kg	7.1kg
	幅	25.8cm	25.8cm	28.6cm
	奥行	38.3cm	38.3cm	41.6cm
高さ	高さ	23.4cm(41.6cm ^{*2})	22.9cm(41.6cm ^{*2})	26.6cm(47.3cm ^{*2})
	高さ	26.1cm(47.3cm ^{*2})	26.1cm(47.3cm ^{*2})	26.1cm(47.3cm ^{*2})

- 消費電力は瞬間に消費する最大の電力容量です。
- 電源が「切」の状態での消費電力は、約0.7Wです。(電源プラグを接続した状態)
- 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。

家庭用品品質表示法に基づく省エネ関連表示

	SR-PX103	SR-PA103/PA10E1	SR-PX183	SR-PA183/PA18E1
最大炊飯容量	1.0L		1.8L	
区分名	B		D	
蒸発水量	12.0g	11.0g	28.0g	27.0g
年間消費電力量	82.0kWh/年	83.1kWh/年	125kWh/年	129kWh/年
1回当たりの炊飯時消費電力量	162Wh	163Wh	224Wh	229Wh
1時間当たりの保温時消費電力量	15.5Wh	16.0Wh	18.3Wh	19.2Wh
1時間当たりのタイマー予約時消費電力量	0.80Wh	0.80Wh	0.80Wh	0.80Wh
1時間当たりの待機消費電力量	0.68Wh	0.68Wh	0.68Wh	0.68Wh

- 1回当たりの炊飯時消費電力量は、お米:白米/炊き方:エコ炊飯での電力量です。
- 1時間当たりの保温時消費電力量は、工場出荷時の保温設定での電力量です。
- 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、ご使用コース、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/仕様

必要なとき

●内釜は販売店やパナソニックの家電製品直販サイト「パナセンス」でお買い求めいただけます。

- SR-PX103 : (品番) ARE50-F45
- SR-PX183 : (品番) ARE50-F44
- SR-PA103 : (品番) ARE50-F47
- SR-PA183 : (品番) ARE50-F46
- SR-PA10E1 : (品番) ARE50-G04
- SR-PA18E1 : (品番) ARE50-G03

CLUB Panasonic
Pana Sense <http://club.panasonic.jp/mall/sense/>

PSCマーク、SGマークを取得しています。

PSCマーク
「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべおよび圧力がまの安全基準に適合していることを表示します。

SGマーク
製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置がとられます。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください

特典1 お宅の家電情報をまとめて登録／管理ができる

PC <http://club.panasonic.jp/>

特典2 使い方など商品情報をスムーズに入手できる

携帯  ※このサービスはWEB限定のサービスです。

特典3 エンジョイポイントをためてプレゼントに応募できる

●使いかた・お手入れなどのご相談は……

パナソニック 総合お客様サポートサイト

<http://panasonic.co.jp/cs/>

パナソニック お客様ご相談センター

365日 受付9時～20時
365日
パナは
電話 フリーダイヤル **0120-878-365**
※携帯電話・PHSからもご利用になります。

音声ガイダンスを短くするには、案内が聞こえたら電話機ボタンの「87」と「430」を押してください。
(番号を押しても案内が続く場合は、「*」ボタンを押してから操作してください。)

■上記番号が利用
いただけない場合
Help desk for foreign residents in Japan Tokyo (03)3256-5444 Osaka (06)6645-8787
Open: 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)
※上記の内容は、予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

●修理に関するご相談は……

パナソニック 修理サービスサイト

<http://club.panasonic.jp/repair/>
インターネットでの依頼も可能です。

パナソニック 修理ご相談窓口

パナは イイヨ
電話 フリーダイヤル **0120-878-554**
※携帯電話・PHSからもご利用になります。

●上記電話番号がご利用いただけない場合は、各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

ご使用の回線(IP電話やひかり電話など)によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。本書の「保証とアフターサービス」もご覧ください。

愛情点検

長年ご使用の可変圧力IHジャー炊飯器の点検を！



こんな症状はありませんか

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- コードに傷が付いたり、通電したりしなかったりする。
- 本体が変形したり、異常に熱くなったりする。
- 本体から煙が出たり、こげ臭いにおいがしたりする。
- 本体の一部に割れ、ゆるみ、がたつきがある。
- 炊飯中、底部のファンが回っていない。

ご使用中止

事故防止のため、使用中を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、必ず販売店に点検をご依頼ください。

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて】

パナソニック株式会社およびグループ関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただき、ご相談内容は録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくために発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

玄米小豆がゆ




【材料(4人分)】 1人分: 159 kcal
玄米 1カップ
小豆 ¼カップ(35g)
小豆の煮汁(炊飯用に使う)

【作り方】

1) 小豆をゆでる
小豆をたっぷりの水でゆで、沸騰したら煮汁を捨てる。再び水を加え、弱火でゆでる。ゆで上がった後、煮汁は別容器に移して冷まし、小豆はざるに上げて、ぬれ布巾をかけておく。

2) 炊く準備をする
玄米を軽く洗い、内釜に入れ、小豆の煮汁をおかゆ(5分)水位線: 1まで入れる。足りないときは、水を加える。

3) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

お米	玄米	▶ 
炊き方	おかゆ	

3) 仕上げる

ブザーが鳴ったら、1)の小豆を加え、全体をかき混ぜて器に盛る。

茶がゆ




【材料(4人分)】 1人分: 133 kcal
白米 1カップ
濃い目のほうじ茶 1100mL
塩(調味料) 少々
お茶の葉(飾り用) 適量

【作り方】

1) 準備する
白米を洗い、冷ましたほうじ茶をおかゆ(5分)水位線: 1まで入れる。

2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶ 
炊き方	おかゆ	

3) 仕上げる

ブザーが鳴ったら、塩を加え、全体をかき混ぜて器に盛り、お茶の葉を散らす。

生ゆば入りかに雑炊



【材料(6人分)】 1人分: 175 kcal
ごはん(炊いたもの) 茶わん2杯分
かに(身) 50g
生ゆば 150g
卵 2個
だし汁(一番だし) 600mL
A 塩 小さじ½
薄口しょうゆ 小さじ½
みつば(小口切り)(飾り用) ½束

【作り方】

1) 準備する
かにの身…殻から取り出し、ほぐす。

2) 煮る
鍋にだし汁を入れて火にかけ、Aで味を付け、ひと煮立ちしたらごはんを加えて弱火にし、かにを加える。浮いてくるアクを丁寧に取り除く。溶きほぐした卵を菜ばしに沿わせて全体に回し入れたら火を止め、半熟状にする。

3) 仕上げる

器に盛り、生ゆばをのせ、みつばを飾る。

おかゆを炊くときは

- 白米・無洗米のときは、全がゆと5分がゆの水位目盛りをお好みにより使い分ける。(5分がゆの方が水分が多いおかゆ)
- 牛乳類は使用しない。(うまく炊けません)
- 味付けは炊き上がったからする。(調味料が沈殿してうまく炊けません)
- 具を入れるときは、お米1カップ当たり150g以下にする。(多すぎるとうまく炊けません)
- ごはんからのおかゆはできません。



発芽玄米

ライスバーガー



【材料(6個分)】 1個分:412 kcal

白米	2カップ
発芽玄米(軽く洗う)	1カップ
大葉(6枚はみじん切り)	12枚
鶏ミンチ	300g
しいたけ(みじん切り)	3枚
長ねぎ(みじん切り)	½本
卵	1個
かたくり粉	大さじ3
濃口しょうゆ	小さじ1
酒	小さじ1
濃口しょうゆ	大さじ3
酒	大さじ3
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ1
水溶きかたくり粉	大さじ1
水	100mL

【作り方】

1) 準備する
白米を洗い、白米の上に発芽玄米をのせ、水を銀シャリ水位線:3まで入れる。
(市販品で水加減が記載されているときは、その内容に従う)

2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

お米	発芽・分づき	炊飯
炊き方	ごはん	

3) ハンバーグを作る
鶏肉に下味用のしょうゆ、酒で下味を付ける。
ポウルに材料をすべて入れ、よくこねたあと、6等分して形を整え、フライパンで焼く。

4) たれを作る
鍋に水溶きかたくり粉以外の材料を入れ、煮立たせたあと、水溶きかたくり粉でとろみを付ける。

5) ライスパンズを焼く
プザーが鳴ったら、大葉(みじん切り)を混ぜ、12等分して薄丸型のライスパンズを作る。
フライパンでこんがり焼く。
(油は引かない)

6) 仕上げる
ハンバーグにたれを付け、大葉といっしょにライスパンズに挟む。

発芽玄米を炊くときは

- 水加減は、具を入れる前にする。
- 具の量は、お米1カップ当たり75g以下にする。
(多すぎるとうまく炊けません)
- 乾物などは、必ず戻してから入れる。
- 具は小さめに切り、お米の上のせる。
(混ぜるとうまく炊けません)

甘えびの麦とろ丼



【材料(6人分)】 1人分:296 kcal

白米	2カップ
麦	60g
山芋	300g
甘えび	25尾
だし汁(一番だし)	75mL
薄口しょうゆ	小さじ1
塩・おろしわさび	各少々
オクラ(飾り用)	1本
刻みのり(飾り用)	適量

【作り方】

1) 準備する
白米を洗い、水を銀シャリ水位線:2まで入れ、麦を上へのせ、50mLの水を足して軽く混ぜる。

2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

お米	雑穀米	炊飯
炊き方	ごはん	

3) とろろを作る
山芋の皮を厚めにむき、すりおろす。
甘えびの尾と殻を取り、粗く刻み、半量をすり鉢に入れ、すりこ木でペースト状になるまでする。
甘えびがペースト状になったら、山芋を加えてよくすり混ぜ、だし汁を少しずつ加えてすりのばす。
薄口しょうゆ、おろしわさびを加え、塩で味を調える。
残りの甘えびを加えて混ぜる。

4) 仕上げる
オクラを色よくゆでて、冷水にとり、水けを切って小口切りにする。
茶わんにごはんを盛り付けてとろろをかけ、オクラと刻みのりを飾る。

雑穀米

雑穀米サラダ



【材料(4人分)】 1人分:285 kcal

白米	1カップ
雑穀	30g
生ハム・赤ピーマン・黄ピーマン・きゅうり・プロセスチーズ	各50g
サニーレタス	3枚
黒オリーブ	20g
ワインビネガー(酢)	大さじ3
塩	小さじ½
こしょう	少々
オリーブ油	大さじ1
たまねぎ(みじん切り)	50g

【作り方】

1) 準備する
白米を洗い、水を銀シャリ水位線:1まで入れる。白米の上に雑穀をのせる。
(市販品で水加減が記載されているときは、その内容に従う)

2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

お米	雑穀米	炊飯
炊き方	ごはん	

3) ドレッシングを混ぜる
ドレッシングを作り、炊きたてのご飯に混ぜる。(内釜で混ぜない)

4) 仕上げる
レタス以外の具を5mm程度の角切りにし、冷ましたごはん混ぜる。器にレタスを敷き、彩りよく盛り付ける。

大豆とひじきの混ぜごはん



【材料(6人分)】 1人分:307 kcal

玄米	3カップ
芽ひじき(乾燥)	15g
大豆水煮	100g
油揚げ(細切り)	1枚
濃口しょうゆ	大さじ2
塩	適量
油	適量

【作り方】

1) 準備する
玄米を軽く洗い、水を玄米水位線:3まで入れ、平らにする。

2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す

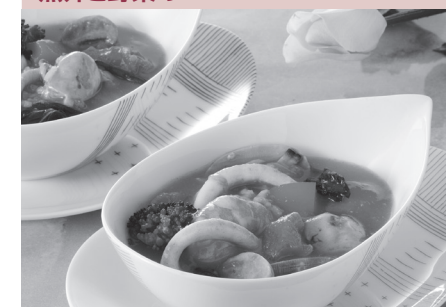
お米	玄米	炊飯
炊き方	ごはん	

3) 具を準備する
芽ひじき…20分ほど水で戻し、やわらかくする。

芽ひじきと大豆水煮を油でいため、ひたひたの水で煮る。
水分がなくなってきたら、油揚げと調味料を入れ、さらに汁けがなくなるまで煮る。

4) 仕上げる
プザーが鳴ったら具を混ぜ、塩で味を調える。
(内釜で具を混ぜない)

玄米入り 魚介と野菜の トマトスープ



【材料(5人分)】 1人分:224 kcal

玄米ごはん(炊いたもの)	
茶わん約1.5杯分(200g)	
ブロッコリー	1株
かき	100g
えび(殻・背わたを取る)	200g
いか(輪切り)	150g
あさり(殻をこすり合わせて洗う)	250g
パプリカ(黄)(角切り)	½個
マッシュルーム(薄切り)	6個
水	800mL
ブイヨン	1個
ホールトマト(缶詰)	1缶(400g)
ほうれん草(½の長さに切る)	¼束
オリーブオイル	大さじ1
塩・こしょう	少々
白ワイン	50mL

【作り方】

1) 準備する
ブロッコリー…適当な大きさに切り分けてゆでる。
かき…ポウルに入れ、レモン汁(分量外)をかけて、もみ洗いのする。

2) いためる
フライパンでオリーブオイルを熱し、魚介類、パプリカ、マッシュルーム、塩、こしょうを入れ、白ワインを加えて中火で軽くいためる。

3) 煮る
鍋に水、ブイヨン、ホールトマトを入れ、沸騰させる。
さらに、2)を入れ、沸騰させる。
塩、こしょうで味を調え、玄米ごはんブロッコリーを加える。
最後に、ほうれん草を生のまま加える。

4) 仕上げる
ほうれん草に火が通ったら、皿に盛り付ける。

三色おはぎ



【材料(21個分)】 3個分:337 kcal

もち米	1 ½カップ
白米	1 ½カップ
小豆	2カップ(300g)
砂糖	300g
塩	ひとつまみ
きな粉・青のり	各適量

※ 粒あんの分量は1kg分です。

【作り方】

- 1) 粒あんを作る**
小豆をたっぷりの水でゆで、沸騰したら煮汁を捨てる。再び水を加え、やわらかくなるまで煮る。砂糖を加えてかき混ぜながら煮つめ、最後に塩を入れる。火からおろし、すりこ木で潰す。出来上がったあんのうち、½量は7等分する。「(あんこ)用」残りの½量は、14等分して丸める。「(きな粉・青のり)用」
- 2) お米を洗う**
もち米と白米を合わせて洗い、ざるに上げて、ぬれ布巾をかけ、30分程度水けを切る。内釜にお米を入れ、水を炊きおこわ水位線:3まで入れ、さらに水90mLを加える。
- 3) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 4) ごはんを潰す**
ブザーが鳴ったらボウルに移し、すりこ木に塩水をつけて、ごはんを軽く潰す。
- 5) 仕上げる**
手に水を付け、4)を21等分する。7個は丸める。「(あんこ)用」

- 【あんこ】7個分
- 1)のあんをラップに広げ、
 - 5)で丸めたごはんをのせて包む。
- 【きな粉・青のり】各7個分
- 5)のごはんをラップに広げ、
 - 1)のあんをのせて包み、きな粉や青のりをまぶす。

赤飯



【材料(6人分)】 1人分:295 kcal

もち米	3カップ
小豆	½カップ(50g)
小豆の煮汁(炊飯用に使う)	
ごま塩(飾り用)	適量

【作り方】

- 1) 小豆をゆでる**
小豆をたっぷりの水でゆで、沸騰したら煮汁を捨てる。再び水を加え、弱火でかためにゆでる。ゆで上がった後、煮汁は別容器に移して冷まし、小豆はざるに上げて、ぬれ布巾をかけておく。
- 2) 炊く準備をする**
もち米を洗い、ざるに上げ、ぬれ布巾をかけ、30分程度水けを切る。内釜にもち米を入れ、小豆の煮汁を炊きおこわ水位線:3まで入れる。足りないときは、水を加える。もち米の上に小豆をのせる。(混ぜない)
- 3) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 4) 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、ごま塩を振る。

山菜おこわ



【材料(6人分)】 1人分:307 kcal

もち米	2カップ
白米	1カップ
山菜の水煮	150g
油揚げ	1枚
みりん	大さじ1
薄口しょうゆ	大さじ1
砂糖	小さじ2
塩	少々
即席だしの素	小さじ½
いり白ごま(飾り用)	適量

【作り方】

- 1) 準備する**
もち米と白米を合わせて洗い、ざるに上げて、ぬれ布巾をかけ、30分程度水けを切る。山菜…熱湯をかけ、水けを切る。油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。内釜にお米と調味料を入れ、水を炊きおこわ水位線:3まで入れ、さらに水60mLを加え、よくかき混ぜて平らにする。お米の上に具をのせる。(混ぜない)
- 2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 3) 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、いり白ごまを振る。

栗おこわ



【材料(6人分)】 1人分:333 kcal

もち米	3カップ
栗	400g(正味200g)
酒	大さじ1
塩	小さじ1
みりん	大さじ1
即席だしの素	小さじ½
いり黒ごま(飾り用)	少々

【作り方】

- 1) 準備する**
もち米を洗い、ざるに上げて、ぬれ布巾をかけ、30分以上水けを切る。栗は熱湯でさっとゆで、鬼皮と渋皮をきれいにむき、4つに切る。内釜に水切りしたもち米とAを入れ、水を炊きおこわ水位線:3まで入れてかき混ぜ、4つ切りにした栗をのせる。
- 2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 3) 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、いり黒ごまを飾る。

まつたけごはん



【材料(6人分)】 1人分:296 kcal

白米	3カップ
まつたけ	100g
油揚げ	1枚
だし汁(一番だし)	500mL
薄口しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ1
みつば(飾り用)	½束

【作り方】

- 1) 準備する**
まつたけ…石づきを削り取ってさっと洗い、布巾に挟んで水けを取り、3~4mmの薄切りにする。油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。みつば…塩少々(分量外)を加えた熱湯でさっとゆでて冷水に取り、水けを絞って2~3cmに切る。Aを混ぜ合わせる。白米を洗い、Aを入れ、水を銀シャリ水位線:3まで入れてかき混ぜる。まつたけと油揚げをのせる。(混ぜない)
- 2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 3) 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、みつばを飾る。

五目ごはん



【材料(6人分)】 1人分:309 kcal

白米	3カップ
ごぼう・こんにゃく	各30g
干しいたけ	2枚
油揚げ	½枚
鶏肉(細切り)	50g
にんじん(千切り)	50g
薄口しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1
みりん	大さじ½
塩	小さじ½
即席だしの素	小さじ½

【作り方】

- 1) 準備する**
ごぼう…ささがきにして水につける。こんにゃく…さっとゆでて細切りにする。干しいたけ…ぬるま湯で戻したあと、細切りにする。油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。白米を洗い、調味料を入れ、水を銀シャリ水位線:3まで入れ、よくかき混ぜて平らにする。お米の上に具をのせる。(混ぜない)
- 2) コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米	▶ 炊飯
炊き方	炊込み	

- 3) 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐす。

炊きおこわの水加減について



- 白米を混ぜて炊く場合は、炊きおこわ水位線より少し多めにしてください。(白米1カップ当たり、約60mLが目安)

炊込み / 炊きおこわをするときは



- 具の量は、お米1カップ当たり75g以下にする。(多すぎるとうまく炊けません)
- 具は小さめに切り、お米の上のせる。(混ぜるとうまく炊けません)
- すぐに炊飯する。(時間がたつと、調味料が沈殿してうまく炊けません)

すし

手巻きずし



【材料(4人分)】

白米	3カップ	
昆布	5 × 5cm	
焼きのり	適量	
「A」 合わせ酢	90mL	
砂糖	大さじ2½	
塩	小さじ1½	
「具」	まぐろ・いか・えび・サーモン・いくら・ きゅうり・卵・たくあん・かいわれ菜・ アボカドなど	適量

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水をすし・カレー水位線:3まで入れ、昆布をお米の上のせる。
- コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米
炊き方	すし・カレー
- すしめしを作る**
Aを鍋に入れて軽く温め、合わせ酢を作る。すしおけの内側を軽くぬらしておく。ブザーが鳴ったら、昆布を取り出し、ごはんをすしおけに移す。合わせ酢をごはんにまんべんなく振り入れ、切るように混ぜながら、うちわであおいで冷ます。乾燥しないように、固く絞った布巾をかける。
- 巻く**
焼きのりに、すしめしとお好みの具をのせて巻く。

すしめしを作るときは

- 味をよくしみこませるために、ごはんが熱いうちにすしおけに移し、合わせ酢と混ぜ合わせる。(すし酢は内釜で混ぜない)
- つやよく仕上げるために、うちわであおいで急速に冷ます。
- 粘りが出ないように、しゃもじを寝かせ、ごはんを切るように手早く混ぜる。

いなりずし



【材料(20個分)】

1個分: 161 kcal

白米	3カップ
昆布	5 × 5cm
油揚げ(半分に切り袋状に開く)	10枚
即席だしの素	小さじ½
いり白ごま	大さじ2
「A」	砂糖 60g
酒	大さじ2
濃口しょうゆ	大さじ4
「B」 合わせ酢	酢 90mL
砂糖	大さじ3
塩	小さじ2
紅しょうが(飾り用)	適量

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水をすし・カレー水位線:3まで入れ、昆布をお米の上のせる。
- コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米
炊き方	すし・カレー
- 油揚げを煮る**
油揚げを2~3分ゆで、油抜きする。鍋に油揚げと即席だしの素を入れ、水400mLを加え、弱火で約10分煮る。さらにAを加えて、汁けがなくなるまで煮る。
- すしめしを作る**
Bを鍋に入れて軽く温め、合わせ酢を作る。すしおけの内側を軽くぬらしておく。ブザーが鳴ったら、昆布を取り出し、ごはんをすしおけに移す。合わせ酢をごはんにまんべんなく振り入れ、切るように混ぜながら、いり白ごまを加え、うちわであおいで冷ます。乾燥しないように、固く絞った布巾をかける。
- 仕上げる**
油揚げにすしめしを詰める。皿に並べて紅しょうがを飾る。

づけまぐろとアボカドのどんぶり



【材料(6人分)】

1人分: 435 kcal

白米	3カップ
まぐろ(刺身用赤身)	300g
アボカド	1個
わさび	大さじ½
レモン汁	大さじ1
すりごま	大さじ½
マヨネーズ(お好みで)	適量
「調味料」	濃口しょうゆ 大さじ4
みりん	大さじ2
酒	大さじ3
砂糖	小さじ2
刻みのり(飾り用)	適量
青じそ(飾り用)	4枚

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水を銀シャリ水位線:3まで入れ、平らにする。
- コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米
炊き方	銀シャリ
- 具を作る**
まぐろ…角切りにする。鍋に調味料を入れ、ひと煮立ちさせてアルコールを飛ばしてから冷ます。冷めたら、わさび・レモン汁・すりごまを入れて混ぜ、まぐろを加え、味をなじませる。アボカドも2cm角に切り、加えて混ぜる。
- 仕上げる**
器にごはんを盛って、のりを散らし、3)をのせる。お好みでマヨネーズをかけ、青じそを飾る。

どんぶり

鯛の京風葛あんかけごはん



【材料(6人分)】

1人分: 357 kcal

白米	3カップ
鯛(刺身用)	150g
水菜	¼束
「A」	薄口しょうゆ 大さじ2
砂糖	小さじ2
みりん	小さじ1
昆布だし	大さじ3
「B」	かつおだし 1000mL
酒	50mL
薄口しょうゆ	小さじ1
みりん	小さじ1
ゆずこしょう	適量
くず粉(かたくり粉でも可)	大さじ4~5
ゆずの皮(細切り)(飾り用)	少々
みつば(小口切り)(飾り用)	少々

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水を銀シャリ水位線:3まで入れ、平らにする。
- コースを設定し【炊飯】ボタンを押す**

お米	白米または無洗米
炊き方	おこげ
- 葛あんを作る**
鍋にBのかつおだし、酒を加え沸騰させる。薄口しょうゆ、みりん、ゆずこしょうで味を調え、弱火で煮る。くず粉を少量の水で溶き、お好みのとろみが付くまで少しずつ加える。
- 仕上げる**
鯛はそぎ切りにし、12等分する。水菜は、3cmの長さ切る。Aは混ぜ合わせておく。ごはんを器に盛り付ける。食べる直前に、混ぜ合わせたAに鯛をさっとくぐらせ、ごはんの上のせる。さらに水菜を散らし、温かい3)を上からかけて、みつばとゆずの皮を飾る。

ごはんレシピ編 Cook BOOK

もくじ

どんぶり 47

鯛の京風葛あんかけごはん
づけまぐろとアボカドのどんぶり

すし 46

いなりずし
手巻きずし

炊込みごはん / 炊きおこわ 45-44

五目ごはん
まつたけごはん
栗おこわ
山菜おこわ
赤飯
三色おはぎ

玄米 43

玄米入り魚介と野菜のトマトスープ
大豆とひじきの混ぜごはん

雑穀米 43-42

雑穀米サラダ
甘えびの麦とろ丼

発芽玄米 42

ライスバーガー

雑炊 / おかゆ 41

生ゆば入りかに雑炊
茶がゆ
玄米小豆がゆ



パナソニック株式会社 キッチンアプライアンス事業部

〒525-8520 滋賀県草津市野路東2丁目3番1-1号

© Panasonic Corporation 2013

RZ19-F44
H0913KO