

Panasonic®

# 取扱説明書

スチームIHジャー炊飯器 家庭用

1.0L タイプ

1.8L タイプ

品番 SR-SX104 SR-SX184  
SR-SH104 SR-SH184



取扱説明書の写真および  
イラストは、SR-SX104 を  
使ってています

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。

- 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「安全上の注意」(4~5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。

保証書別添付

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。(裏表紙ご参照)

お問い合わせの多い項目を探しやすくしました。



34 こなときは  
● かたい  
● こげる  
● やわらかい

26 初めて使うとき  
洗う部品は？

15 予約のしかたは？  
● 設定した時刻に焼き上げる

12 コースを  
変えるには?  
● 料理や好みに合わせて

10 どんなコースがあるの?  
● 「お米」の種類と「焼き方」で炊飯コースを使い分ける  
● 「銀シャリ」時間をかけて、おいしさにこだわって焼く  
● 「お米」に合わせるには…  
● エコ炊飯(お買い上げ時の設定)…炊飯時間と消費電力量に配慮して焼く

お買い上げ時は  
エコ炊飯に  
設定されています

エコナビって  
なあに…?  
14ページ

何の  
マーク?  
7ページ

2

もくじ	確認とご注意	毎日の使い方
● 確認とご注意	安全上のご注意	4
	使用上のお願い	6
	各部の名前／付属品	7
● 毎日の使い方	毎日の使い方	便利に使う
	ごはんを炊く(すぐ炊きたいとき)	タッチアクセス機能について
	炊飯コースの使い分け	使い方に合わせて設定を変更する
	コースを変更して炊く	● 終了音を消したい
	保温する	● エコナビランプを消したい
	● スチーム保温／スチーム再加熱	● 電気代表示(自動)をやめたい
	予約する	
	● 現在時刻が合っていないとき	
	電気代表示について	
● 便利に使う	便利に使う	ごはんレシピ
	タッチアクセス機能について	● どんぶり
	使い方に合わせて設定を変更する	● 炊込みごはん／炊きおこわ
	● 終了音を消したい	● すし
	● エコナビランプを消したい	● 雑炊／おかゆ
	● 電気代表示(自動)をやめたい	● 玄米／雑穀米／発芽玄米
● ごはんレシピ	ごはんレシピ	お手入れ
	● どんぶり	お手入れ
	● 炊込みごはん／炊きおこわ	● 初めて使うとき & 使うたびに
	● すし	● 定期的に ● 気になるときに
	● 雑炊／おかゆ	
	● 玄米／雑穀米／発芽玄米	
● お手入れ	お手入れ	必要なとき
	お手入れ	Q&A
	● 初めて使うとき & 使うたびに	● 水容器編 ● タッチアクセス機能編
	● 定期的に ● 気になるときに	● エコナビ編
● 必要なとき	必要なとき	こんな表示が出たら
	Q&A	31
	● 水容器編	故障かな?
	● エコナビ編	32
	こんなときは	こんなときは
	保証とアフターサービス	34
	仕様	38
		39

# 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。



## ！注意

■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・ふた加熱板・内釜近くの金属部分。  
(水容器やクリアフレームなど)  
水容器は、炊飯を開始するとすぐに水量を  
検知するために加熱され熱くなります。  
→熱いうちに内釜を取り出すときは、必ず乾いたふきんや  
ミトンなどを使う。  
→お手入れは、電源プラグを抜き本体が冷めてから行う。



■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  
位置で炊飯器を使う。

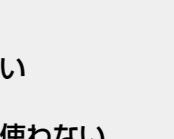


■次のことを守る

- コードを巻き取るとき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は、ふたが壁や家具など  
周囲のものに当たらない位置で使う。  
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する。  
スライド式テーブルでは、天面に蒸気が当たらない  
よう、引き出して使うなど。  
●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)



■次のこともしない

- 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)  
●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)

■医療用ペースメーカーなどを使いの方は  
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。

■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、発火・感電の原因)  
傷付ける、加工する、高温部に近づける、  
無理に曲げる、ねじる、引っ張る、重い物を載せる、  
束ねる、挟み込むなど

- 傷んだ電源プラグ・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)

- ぬ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 以上のものを単独使用する。

- 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る  
(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、乾いた布で拭く。

**！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、通電したりしなかつたりする。  
●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。

■使用中や使用後しばらくは

**蒸気口に顔や手を近づけない** (やけどの原因)  
特に乳幼児には充分ご注意ください。

■本体は

**次のことをしない**

- 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)  
●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)

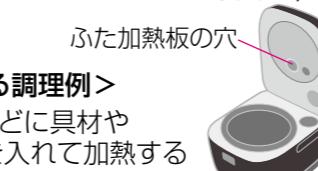


- 本体を水洗いしたり、水につけたり、水をかけたりしない  
(感電、ショートによる発火の原因)



**次のこともしない**

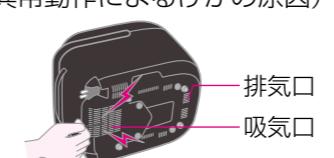
- ふた加熱板の穴をふさぐおそれのある物は、内釜に入れない  
(蒸気が漏れたり、内容物が噴出したりして、やけどやけがの原因)



<禁止する調理例>

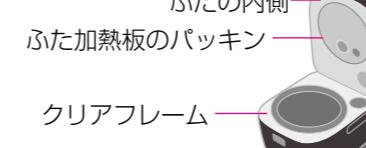
- ポリ袋などに具材や調味料を入れて加熱する調理  
●クッキングシートなどを落としごた代わりに使用する調理

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



- 本体内面にごはんつぶなど異物が付いたまま使わない

- (蒸気が漏れ、やけどやけがの原因)  
特に、ふたの内側やふた加熱板のパッキン、クリアフレームなど



# 使用上のお願い

末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

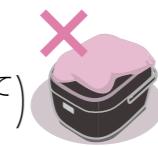
- スライド式テーブルに置くときは、必ずテーブルの荷重強度を確認する。(落下するおそれ)

●炊飯器に水やお米を入れると、1.0Lタイプは、約8kg  
1.8Lタイプは、約11kgになります。



- 使用中は、本体上面をふさがない。

●ふきんなど  
(蒸気がこもり、ふたやボタンが変形して)  
操作できなくなる原因



- 直射日光が当たる所で使わない。(変色の原因)

- 本体底面(吸排気口)をふさぐような場所  
(じゅうたん・ビニール袋・アルミ箔・布などの上)で使わない。(本体内に熱がこもり、故障の原因)

- 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.28)

- ごはんつぶ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、  
うまく炊けない原因)



- 磁気に弱いものを近づけない。

●ラジオ・テレビ・補聴器など  
(雑音が入ったり、音が小さくなったりする原因)  
●ICカード・キャッシュカードなど  
(記録が消えたり、壊れたりする原因)

- 磁石を近づけない。(誤動作の原因)

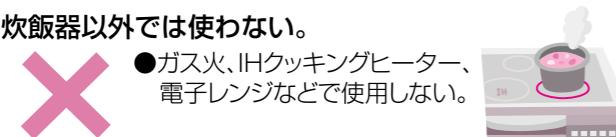
- IHクッキングヒーターの上で使わない。  
(故障の原因)

## 内釜について

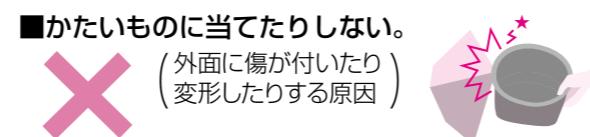
内釜内面被膜(ダイヤモンドハードコート)の保証期間は、本体お買い上げ日から3年間です。  
ただし、誤った使い方をしたときは、保証期間内でも「有料」となります。

- 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。

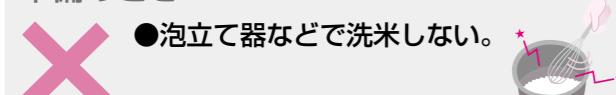


- かたいものに当たりしない。  
(外間に傷が付いたり)  
(変形したりする原因)



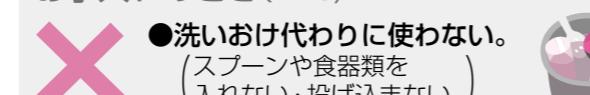
- 内面被膜の剥がれや傷付きなどを防ぐため、次のことをお守りください。

### 準備のとき



●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。

### お手入れのとき(P.26)



●洗いおけ代わりに使わない。  
(スプーンや食器類を入れない・投げ込まない)  
●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。  
→炊込みごはんなどをしたときは、早めに内釜から取り出して洗う。

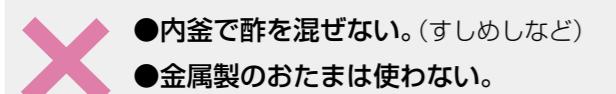
●食器洗い乾燥機や  
食器乾燥器を使わない。

●洗ったあと乾かすときは、  
食器の上に伏せたりしない。

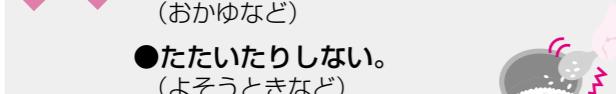
●磨き粉や金属たわし、  
ナイロンたわしなどで洗ったり、  
こすったりしない。

→やわらかいスポンジで洗う。  
研磨粒子部分で洗わない

### 炊き上がったとき



●内釜で酢を混ぜない。(すしめなど)  
●金属製のおたまは使わない。  
(おかゆなど)



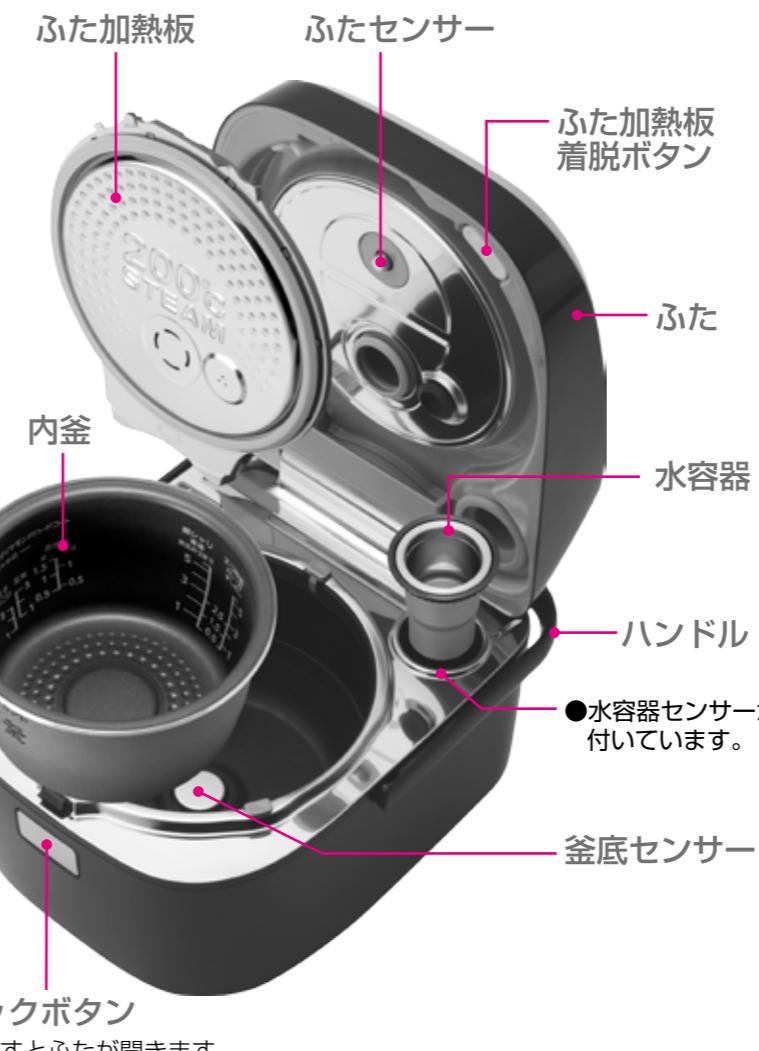
●たたいたりしない。  
(よそうときなど)

**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。  
〔外側〕・浅い傷、小さな凹凸  
〔内側〕・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。(裏表紙)

# 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、蒸気ふた、水容器を洗ってください。(P.26~27)



### 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。



# ごはんを炊く

すぐ炊きたいとき

お米を洗い水加減する



## 1 お米をはかる

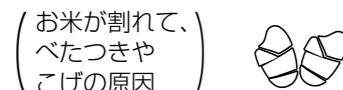
- 付属の計量カップすりきりではかる。  
(約180mL/合)

## 2 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  
入れ換ながら洗う。  
(水は少し白いくらいでよい)
- ③洗ったお米を内釜に入れる。(内釜でも洗えます)
- 無洗米は、軽く底からかき混ぜる。  
(お米と水をなじませる)

### お願い

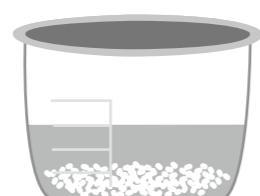
- ざるに上げたまま放置しないでください。



### おいしさの 3か条



水とお米は正しくはかる  
計量米びつではかると、  
誤差が出ることがあります。



お米はやさしく洗う  
力を入れて洗うとお米が割れて  
べたつきやこげの原因になります。



セットする



## 4 内釜を入れる

- 内釜の周囲の水分などは、拭き取っておく。

## 5 水容器に水を入れセットする (詳しくは、P.29)



### お願い

- 水は使うたびに入れ替えてください。  
・水容器に湯あかが付着する原因  
・使用直後など水容器が熱いときに水を継ぎ足すと  
水温が高いためスチーム炊飯できない原因

炊く



## 6 電源プラグを差す

## 7 コースを確認し、炊飯する

お買い上げ時、お米は「白米」、炊き方は「エコ炊飯」に設定されています。コースを変更するときは(P.12~13)

■ 炊飯 を押す

炊飯開始



●炊き上がってブザーが鳴ったら、蒸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。(余分な水分を逃がすため)

●電気代表示については(P.16)

炊飯に適した水を使う  
水道水や浄水器を使った水が  
おすすめです。

- pHの高い(9より高い)  
アルカリイオン水は、  
べたつきや黄変の  
原因になります。
- 硬度の高い(100以上)  
ミネラルウォーターは、  
べたつきやかたくなる  
原因になります。



こんなことにも  
気をつけて!

- 精米日の新しいお米を選ぶ
- お米は開封したら早めに食べる
- お米は冷蔵庫で保存する

# 炊飯コースの使い分け

お米の種類	炊き方	水位線	炊飯時間(目安)		炊飯時のスチーム
			SR-SXシリーズ	SR-SHシリーズ	
白米 無洗米	銀シャリ	銀シャリ	48分	56分	●
	銀シャリ(かため)	銀シャリ	43分	52分	●
	銀シャリ(やわらか)	銀シャリ	52分	56分	●
	エコ炊飯 お買い上げ時の設定です。	エコ炊飯	42分	43分	—
	少量 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)	銀シャリ	48分	55分	●
	早炊き 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。	早炊き	23~33分	23~33分	—
	冷凍用	銀シャリ	53分	53分	●
	炊込み もち米を使うときは 炊きおこわ	銀シャリ 炊きおこわ	48~58分 50~56分	48~58分 50~56分	●
	カレー用	カレー用	47分	47分	—
	かまどおこげ	銀シャリ	54分	56分	●
	おかゆ 全がゆと水分の多い5分がゆが炊けます。	おかゆ (全または5分)	49~69分	49~69分	—
	すし	すしめし	47分	47分	—
玄米	ごはん	玄米	85~105分	85~105分	●
	おかゆ	おかゆ(5分)	133~143分	133~143分	—
雑穀米	ごはん 市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従う。 好みで水加減を調整してください。	銀シャリ	48~53分	48~53分	●
	おかゆ	おかゆ(全)	49~69分	49~69分	—
発芽・分づき (発芽玄米 分づき米 胚芽米)	ごはん 市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従う。 好みで水加減を調整してください。	銀シャリ	48~65分	48~65分	●
	おかゆ	おかゆ(全)	49~69分	49~69分	—

- 玄米は、白米や無洗米と混ぜて炊かないでください。(うまく炊けません)
- 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。約3割取り除いたものが3分づき米、約5割取り除いたものが5分づき米となり、数字が大きくなる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B<sub>1</sub>やビタミンEを多く含みます。

銀シャリ

エコ炊飯

冷凍用

かまど  
おこげ

## ■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。

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)

## ■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。

- ・炊き上がってほぐしてから、しばらく置く。
- ・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)
- ・あらかじめお米を浸してから(30分~2時間程度)、「炊飯」ボタンを1回押して炊飯する。

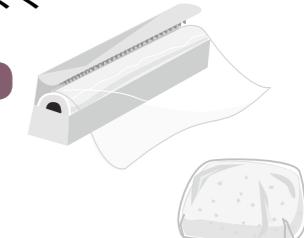
消費電力量の比較

	SR-SX104 (3カップ炊飯時)	SR-SX184 (4カップ炊飯時)	SR-SH104 (3カップ炊飯時)	SR-SH184 (4カップ炊飯時)
エコ炊飯	145 Wh	210 Wh	138 Wh	207 Wh
銀シャリ	250 Wh	324 Wh	246 Wh	305 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

## ■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、お茶わん1杯分(約150g)ずつラップの上に載せ、つぶ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(あたため)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、出来具合を見ながら調節してください。

	加熱時間の目安
1個(約150g)	2~3分
2個(約300g)	4~5分

電子レンジ(600W)のとき

## ■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、炊きたてがおすすめです。冷めるとおこげ部分がかたくなることがあります。

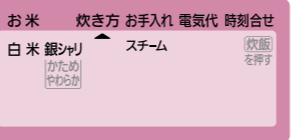
また、保温すると香ばしい風味を感じられます。

# コースを変更して炊く



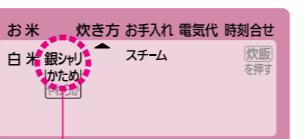
## 「白米／銀シャリ」で炊く

1 銀シャリ選択を押す



### ■かたさを変えたいとき

△ ▽ を押してかたさを選ぶ

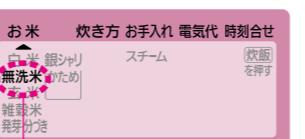


点滅しているところが選択されています

### ■お米を変えたいとき

コースを選択を押して「▲」を「お米」に合わせる  
●押すごとに「▲」が移動します

△ ▽ を押してお米の種類を選ぶ



点滅しているところが選択されています

●「銀シャリ」で炊けるお米は、「白米」「無洗米」です。  
「玄米」「雑穀米」「発芽・分づき」を選ぶと、炊き方は「ごはん」に変わります。

●予約をして炊くときは(P.15)

2 点滅  
Cooking

を押す  
↓  
炊飯開始



●炊き上がってブザーが鳴ったら、蒸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。  
(余分な水分を逃がすため)

●電気代表示については(P.16)

### お願い

●連続して炊くときは、水容器の水を入れ換え、5分以上たってから炊いてください。

### お知らせ

●ボタン操作時の基準点(例:「コース選択」ボタンは「お米」)を分かりやすくするために、ブザー音を「ピピッ」に変えています。

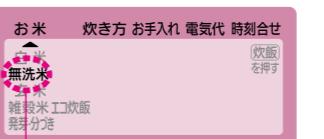
## 「お米」や「炊き方」を変更して炊く

1 「お米」や「炊き方」を変える

### ■お米を変えたいとき

コースを選択を押して「▲」を「お米」に合わせる  
●押すごとに「▲」が移動します

△ ▽ を押してお米の種類を選ぶ



点滅しているところが選択されています

### ■炊き方を変えたいとき

コースを選択を押して「▲」を「炊き方」に合わせる  
●押すごとに「▲」が移動します

△ ▽ を押して炊き方を選ぶ



点滅しているところが選択されています

●お米が「玄米」「雑穀米」「発芽・分づき」では、炊き方は「ごはん」「おかゆ」のみ選べます。

●予約をして炊くときは(P.15)

2 点滅  
Cooking

を押す  
↓  
炊飯開始



●炊き上がってブザーが鳴ったら、蒸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。  
(余分な水分を逃がすため)

●電気代表示については(P.16)

●選んだ「炊飯コース」によって、表示は異なります。  
「早炊き」「炊込み」「おかゆ」「玄米」「雑穀米」「発芽・分づき」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。

## あらかじめお米を水に浸していたときは

本機の炊飯時間には、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.15)

1 コースを確認する  
(炊きたいコースに合わせる 左記)

2 炊飯を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)



●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時間以上浸していたときに  
ご使用ください。

## 前回の炊飯コースで炊くには

### 炊飯すると自動で記憶するコースは

お米 「白米」「無洗米」  
炊き方 「工コ炊飯」「銀シャリ」

次回から「炊飯」ボタンを押すだけで炊くことができます。

### 上記以外は

下記の手順で前回の炊飯コースを呼び出して炊くことができます。

1 コースを選択を長押しする  
(約2秒間)

●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、  
前回に炊飯したコースが表示されます。

点滅

2 炊飯を押す

# 保温する

## スチーム保溫(自動)

- 炊き上がりと全コース自動的に保溫になります。  
(すぐにごはんをほぐしてください)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>●銀シャリ</li> <li>●工コ炊飯</li> <li>●少量</li> <li>●早炊き</li> <li>●カレー用</li> <li>●すし</li> <li>●冷凍用(P.11) 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</li> <li>●かまどおこげ 炊き上がり直後の風味や食感は、 時間とともに減少します</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●炊込み ふた加熱板のさびや食味低下の原因</li> <li>●おかゆ のり状になる原因</li> <li>●ごはん(玄米・雑穀米・発芽玄米・分づき米) 食味低下の原因</li> </ul>

- ぱさつきや保溫臭を軽減するため、保溫開始から約5~6時間後と約10~12時間後に自動でスチームが入ります。  
(コースやごはんの量などによって時間は異なります)

お願い

- 24時間以上の保溫はしないでください。
- 高温多湿の地域にお住まいの方は、  
保溫温度を60→74に上げてください。(P.36)(保溫臭がしやすいため)
- 保溫臭が気になるときは、  
お手入れ機能(P.28)を使用後、保溫温度を60→74に上げてください。(P.36)
- 保溫中、においや露が多く付くのを防ぐために、  
ごはんが入ったまま保溫を切ったり、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。
- においの発生を防ぐために、  
しゃもじを入れたまま保溫しないでください。
- 保溫の経過時間は、1時間単位で23時間まで表示します。(1時間未満は、「0」を表示)
- 24時間を超えると、現在時刻を表示します。
- 保溫を切ると電気代を表示します。(P.16)



## スチーム再加熱(手動)

- 保溫中のごはんをあつあつにします。
- スチームを投入し、ぱさつきや保溫臭を軽減します。
- 保溫中のごはんの量に応じて、スチームの量や再加熱にかかる時間を調節します。(SR-SX4シリーズ:量ピタスピードスチーム再加熱)  
(SR-SH4シリーズ:量ピタスチーム再加熱)

### 1 水容器の水を確認する(約半分以上必要)

- 少ないときは補給してください。

### 2 保溫中の ごはんをほぐす

点灯

### 3 スチーム 再加熱 を押す

点滅(SR-SX4シリーズ:約4~6分間)  
(SR-SH4シリーズ:約5~7分間)

- ブザーが鳴ったら、すぐにごはん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。

お知らせ

- 次の場合は再加熱できません。
  - ・ごはんが冷めているとき(ブザーが4回鳴る)
  - ・保溫中でないとき
- 2回以上繰り返し再加熱すると、食味低下の原因になります。

# 予約する

## 予 約

- 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」は夕食用など、よく使う時刻を記憶させると便利です。

例: 午前7時30分に合わせる場合

### 1 現在時刻が合っているか確認する

- 合っていないときは、右の手順で合わせる。

### 2 コースを確認する

(炊きたいコースに合わせる P.12~13)

### 3 「予約1」または「予約2」を選ぶ

■予約1・2 を押す

- 押すたびに変わります。

予約1 ⇔ 予約2



点滅する

### 4 炊き上がり時刻を合わせる

△ 下 ↑ 上 を押す

進む 戻る

- 10分単位で設定できます。  
(押し続けると早送り)



点滅する

### 5 炊飯 を1回押す

点滅 点灯 消灯

予約完了

予約1・2 炊飯

- 炊き上がってブザーが鳴ったら、蒸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。  
(余分な水分を逃がすため)

- 電気代表示については(P.16)

3 5 4  
●操作をやり直すとき  
●予約を取り消すとき

## 現在時刻が合っていないとき

- 時刻は24時間表示です。

### 1 電源プラグを差す

### 2 「時刻合せ」を選ぶ

コース選択 を押して「▲」を「時刻合せ」に合わせる

- 押すごとに「▲」が移動します。



点滅する

### 3 時刻を合わせる

△ 下 ↑ 上 を押す

進む 戻る

- 1分単位で設定できます。  
(押し続けると早送り)



点滅が止まれば完了

- 炊飯・保溫・予約中など、使用中は時刻設定できません。
- リチウム電池が消耗すると、電源プラグを抜いたとき、  
現在時刻や予約などの記憶内容が消えます。(P.33)
- 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。  
リチウム電池を交換される場合は、お買い上げの販売店または  
修理ご相談窓口(P.38)へご依頼ください。

## 予約完了後に現在時刻を見たいとき

点灯

■予約1・2 を押す

- 押している間のみ表示。

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」参照)
- 「早炊き」「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)

# 電気代表示について

## 電気代を表示する（自動）

- 炊飯終了後や保温を切ったあと、かかった電気代を表示します

【炊飯が終わったとき】



【保温を切ったとき】



- 操作をやり直すとき
- 電気代表示を終わるとき

## 電気代単価を変更したいとき

- 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。（お買い上げ時は、22円／kWhに設定）  
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。  
深夜電力の対応はしていません。

### 1 「電気代」を選ぶ

- コース選択を押して「▲」を「電気代」に合わせる
- 押すごとに「▲」が移動します



### 2 △ または ▽ を長押しする（約5秒間）



### 3 電気代単価を合わせる

- △と▽を押す
- 高く 安く
- 1円単位で、1～99円まで設定できます。



「完了」が表示されると設定完了

- 単価を変更しても変更前の電気代には反映されません。

## 前回の電気代を見る（手動）

### 1 「電気代」を選ぶ

- コース選択を押して「▲」を「電気代」に合わせる

- 押すごとに「▲」が移動します。



### 2 △ または ▽ を押して見たい電気代の項目を選ぶ

- 「炊飯」時の電気代、  
「保温」時の電気代、  
「炊飯+保温」時の合計の電気代を見ることができます。



### 3 取消/切 を押す

#### 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、「電気代単価を変更したいとき」（上記）の手順に従って変更してください。
- 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。

- 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。
- 「スチーム保温」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。
- 「お手入れ」の電気代は算出ていません。
- 電気代表示（自動）をやめたいときは（P.18）

# タッチアクセス機能について

## タッチアクセス機能とは

- スマートフォンで銘柄炊き分けやレシピ検索、マイレシピ登録、コース・予約設定などができます。

お気に入りのレシピの登録（最大100件）、お米の種類や炊き方と予約時間の登録（最大20通り）などができます。

▶詳しくは、Q&A タッチアクセス機能編（P.30）をご覧ください。

〔お知らせ〕 ●サービスの内容は予告なく変更になることがあります。

最新の情報は、パナソニックのWebサイトをご覧ください。（<http://panasonic.jp/pss/ap/>）

## タッチアクセス機能を利用するには

お手持ちのスマートフォンが対応機種であるか確認してください。

「Android™ OS バージョン2.3.3以上で、おサイフケータイ®FeliCa または NFCに対応する機種」（一部機種を除く/2014年6月時点）  
確認先：<http://panasonic.jp/pss/ap/> ※ iPhoneには対応しておりません。

初めて使うときは

- ①スマートフォンに専用アプリ「パナソニックスマートアプリ」をダウンロードする

<http://panasonic.jp/pss/ap/>

※専用アプリは無料です。

ダウンロードには別途通信料が発生します。



- ②パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「新規会員登録」をする

※アプリを起動し、画面の指示に従って登録してください。

※「CLUB Panasonic」については、こちらのサイトをご覧ください。（<http://club.panasonic.jp/>）

- ③アプリにログイン後、「家電登録」をする

※スマートフォンに表示される「新規登録」を押したあと画面の指示に従って登録してください。

### 1 炊飯器が動作中でないことを確認する

- 炊飯器の電源プラグを差していることを確認してください。

- 炊飯器が下記の状態のときは、スマートフォンとの通信ができないことがあります。

- 炊飯・保温・予約中 ●電気代表示中 ●操作中（設定の途中）

### 2 スマートフォンに を表示させる



スマートフォンを表示させる

### 3 スマートフォンの (FeliCa プラットフォームマーク) を



炊飯器の にかざす



●NFC 対応スマートフォンには (FeliCa プラットフォームマーク) 表示がないものもあります。

NFC 対応端末のご使用方法については、各端末メーカーにお問い合わせください。

●すぐに反応しないときは、位置を少しずらしてください。

●スマートフォンを炊飯器に強く当たないようにしてください。（スマートフォンや炊飯器に傷が付くことがあります）  
炊飯器から高さ 1cm 以内でかざしてください。

●FeliCaは、ソニー株式会社が開発した非接触ICカードの技術方式です。 ●Android™は、Google Inc.の商標または、登録商標です。

●FeliCaは、ソニー株式会社の登録商標です。

● (FeliCa プラットフォームマーク) は、

フェリカネットワークス株式会社の登録商標です。

●おサイフケータイ®は、株式会社NTTドコモの登録商標です。

●iPhoneは、Apple Inc.の商標です。

スマートフォンを使ったタッチアクセス機能ご相談窓口

365日  
受付9時～20時

電話 フリー ダイヤル 0120-878-832

パナハチサンニ



※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

# 使い方に合わせて設定を変更する

炊飯・再加熱・  
お手入れなどの  
終了音を消したい

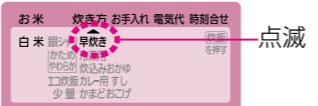
●「消す」設定をしても、ボタンの受付音は消えません。

①「白米」または「無洗米」の、「早炊き」に合わせる

コース選択を2回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ

② スチーム保温を長押しする（約5秒間）



エコナビランプを  
消したい

●「消す」設定をしても、エコナビ運転は継続します。

①「白米」または「無洗米」の、「おかゆ」に合わせる

コース選択を2回押し

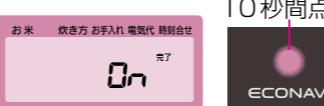
△ ▽ を押して「おかゆ」を選ぶ

② スチーム保温を長押しする（約5秒間）



お知らせ

●元に戻す（エコナビランプを点灯させたい）ときは、再度同じ操作で「On」にしてください。



電気表示(自動)  
をやめたい

●炊飯・保温終了時に、かかった電気代を自動で表示することをやめる設定です。  
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。

①「白米」または「無洗米」の、「すし」に合わせる

コース選択を2回押し

△ ▽ を押して「すし」を選ぶ

② スチーム保温を長押しする（約5秒間）



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、再度同じ操作で「On」にしてください。 On 完了

# どんぶり



づけまぐろとアボカドの どんぶり



鰯の京風葛あんかけごはん

使い方に合わせて設定を変更する

便利に使う

ごはんレシピ  
どんぶり

## 【材料(6人分)】

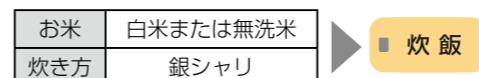
	1人分: 435 kcal
白米	3カップ
まぐろ(刺身用赤身)	300g
アボカド	1個
わさび	大さじ 1/3
レモン汁	大さじ 1
すりごま	大さじ 1/2
マヨネーズ(好みで)	適量
調味料	濃口しょうゆ みりん 酒 砂糖
飾り用	刻みのり 青じそ

## 【作り方】

### ①準備する

白米を洗い、水を銀シャリ水位線：3まで入れて平らにする。

### ②コースを設定し「炊飯」ボタンを押す



### ③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。

### ④仕上げる

器にごはんを盛って、のりを散らし、③をのせる。  
好みでマヨネーズをかけ、青じそを飾る。

## 【材料(6人分)】

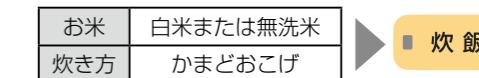
	1人分: 357 kcal
白米	3カップ
鰯(刺身用)	150g
水菜	1/4束
A) 薄口しょうゆ	大さじ 2
砂糖	小さじ 2
みりん	小さじ 1
昆布だし	大さじ 3
B) かつおだし	1000mL
酒	50mL
薄口しょうゆ	小さじ 1
みりん	小さじ 1
ゆずこしょう	適量
くず粉(かたくり粉でも可)	大さじ 4~5
飾り用 ゆずの皮(細切り)	少々
みつば(小口切り)	少々

## 【作り方】

### ①準備する

白米を洗い、水を銀シャリ水位線：3まで入れて平らにする。

### ②コースを設定し「炊飯」ボタンを押す



### ③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、お好みのとろみがつくまで  
少しづつ加える。

### ④仕上げる

鰯はそぎ切りにし、12等分する。  
水菜は、3cmの長さに切る。  
Aは混ぜ合わせておく。  
ごはんを器に盛りつける。  
食べる直前に、混ぜ合わせたAに鰯をさっとくぐらせ、  
ごはんの上にのせる。  
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。

# 炊込みごはん／炊きおこわ



## 五目ごはん

【材料(6人分)】	
	1人分: 309 kcal
白米	3カップ
具)ごぼう・こんにゃく	各30g
干ししいたけ	2枚
油揚げ	1/2枚
鶏肉(細切り)	50g
にんじん(千切り)	50g
調味料)薄口しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1
みりん	大さじ1/2
塩	小さじ1/2
即席だしの素	小さじ1/2

### 【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
炊き方	炊込み

▶ 炊飯

### 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、お米の上にのせる。(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、調味料が沈殿してしまうと炊けません)



## まつたけごはん

【材料(6人分)】	
	1人分: 296 kcal
白米	3カップ
具)まつたけ	100g
油揚げ	1枚
A)だし汁(一番だし)	500mL
薄口しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ1
飾り用)みつば	1/2束

### 【作り方】

- ①準備する  
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。  
まつたけ…石づきを削り取ってさっと洗い、ふきんに挟んで水けを取り、3~4mmの薄切りにする。

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、よくかき混ぜて平らにする。

### 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	炊込み

▶ 炊飯

### 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。

### ④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	炊込み

▶ 炊飯

### ⑤仕上げる

ブザーが鳴いたら、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。

### ⑥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	炊込み

▶ 炊飯

### ⑦仕上げる

ブザーが鳴いたら、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。

### ⑧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	炊込み

▶ 炊飯

### ⑨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。

### ⑩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	炊込み

▶ 炊飯

### ⑪仕上げる

手に水をつけ、④を21等分する。

7個は丸める。(「あんこ」用)



## 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)
A)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1/2
飾り用)いり黒ごま	少々

### 【作り方】

- ①準備する  
もち米を洗い、ざるに上げて、ぬれぶきんをかけ、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、よくかき混ぜて平らにする。4つ切りにした栗をお米の上にのせる。(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
炊き方	炊込み

▶ 炊飯

### 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。



## 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
具)山菜の水煮	150 g
油揚げ	1枚
調味料)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1/2
飾り用)いり白ごま	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、ぬれぶきんをかけ、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。

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)

### 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	炊込み

▶ 炊飯

### 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。

### ④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	炊込み

▶ 炊飯

### ⑤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、

# すし



## 手巻きすし

### 【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】

#### ①準備する

白米を洗い、水をすしめし水位線：3まで入れて平らにする。昆布をお米の上にのせる。

#### 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
炊き方	すし

▶ 炊飯

#### ③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。  
すしあ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、ごはんをすしあけに移す。  
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、固く絞ったふきんをかける。

#### ④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あけに移し、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。



## いなり寿司

### 【材料(20個分)】

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	90mL
砂糖	大さじ3
塩	小さじ2
飾り用)紅しょうが	適量

### 【作り方】

#### ①準備する

白米を洗い、水をすしめし水位線：3まで入れて平らにする。昆布をお米の上にのせる。

#### 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
炊き方	すし

▶ 炊飯

#### ③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。

#### ④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。  
すしあ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、ごはんをすしあけに移す。

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、固く絞ったふきんをかける。

#### ⑤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。

# 雑炊／おかゆ



## 生ゆば入り かに雑炊

### 【材料(6人分)】

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¾
飾り用)みつば(小口切り)	½束



## 茶がゆ

### 【材料(4人分)】

白米	1カップ
濃い目のほうじ茶	1100mL
調味料)塩	少々
飾り用)お茶の葉	適量



## 玄米小豆がゆ

### 【材料(4人分)】

玄米	¾カップ
小豆	¼カップ(35g)

### 【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まで入れて平らにする。

#### 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

▶ 炊飯

#### 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。

#### ②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

▶ 炊飯

### 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てからする。(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。



ごはんレシピ  
すし / 雑炊 / おかゆ

# 玄米／雑穀米／発芽玄米



## 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)	.....1/2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(1/3の長さに切る)	.....1束
<b>調味料</b> 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…ボウルに入れ、レモン汁(分量外)をかけて、もみ洗いする。

#### ②炒める

フライパンに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炒める。

#### 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、こしょうで味を調整、玄米ごはんとブロッコリーを加える。最後に、ほうれん草をそのまま加える。

#### ④仕上げる

ほうれん草に火が通ったら、皿に盛りつける。



## 大豆とひじきの混ぜごはん

**【材料(6人分)】** 1人分: 260 kcal

玄米	.....2 1/2カップ
大豆(乾燥)	.....1/2カップ(65g)
具)芽ひじき(乾燥)	.....15g
油揚げ(細切り)	.....1枚
<b>調味料</b> 濃口しょうゆ	.....大さじ2
塩	.....適量
油	.....適量

### 【作り方】

#### ①準備する

玄米と大豆を軽く洗い、内釜に入れる。水を**玄米水位線: 3**まで入れて平らにする。

#### ②コースを設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	玄米
炊き方	ごはん



■ 炊飯

#### 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。

芽ひじきを油で炒め、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

ブザーが鳴ったら具を混ぜ、塩で味を調整する。(内釜で具を混ぜない)



## 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
具)	
生ハム・赤ピーマン・黄ピーマン・きゅうり・プロセチーズ	.....各50g
サニーレタス	.....3枚
黒オリーブ	.....20g

### 【作り方】

#### ①準備する

白米を洗い、水を**銀シャリ水位線: 1**まで入れて平らにする。芽ひじき…20分ほど水で戻し、やわらかくする。

#### ②コースを設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	雑穀米
炊き方	ごはん



■ 炊飯

#### ③具を準備する

白米を洗い、水を**銀シャリ水位線: 1**まで入れて平らにする。芽ひじき…20分ほど水で戻し、やわらかくする。

芽ひじきを油で炒め、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

ブザーが鳴ったら具を混ぜ、塩で味を調整する。(内釜で具を混ぜない)

#### ⑤ドレッシングを混ぜる

ドレッシングを作り、炊きたてのごはんに混ぜる。(内釜で混ぜない)

#### ⑥仕上げる

レタス以外の具を5mm程度の角切りにし、冷ましたごはんに混ぜる。器にレタスを敷き、彩りよく盛りつける。



## 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
具)山芋	.....300g
甘えび	.....25尾
<b>調味料</b> 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
<b>飾り用</b> オクラ	.....1本
刻みのり	.....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**まで入れる。麦を上にのせ、50mLの水を足して軽く混ぜて平らにする。

#### ②コースを設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	雑穀米
炊き方	ごはん



■ 炊飯

#### 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、塩で味を調整する。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つけてとろろをかけ、オクラと刻みのりを飾る。



## 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
<b>ハンバーグ</b>	
鶏ミンチ	.....300g
しいたけ(みじん切り)	.....3枚
長ねぎ(みじん切り)	.....1/2本
卵	.....1個
かたくり粉	.....大さじ3
<b>下味用</b>	
濃口しょうゆ	.....小さじ1
酒	.....小さじ1
<b>たれ</b>	
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、水を**銀シャリ水位線: 3**まで入れて平らにする。(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
炊き方	ごはん



■ 炊飯

#### ③ハンバーグを作る

鶏ミンチを下味用のしょうゆ、酒で下味をつける。ボ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つける。

#### ⑤ライスパンズを焼く

ブザーが鳴ったら、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)

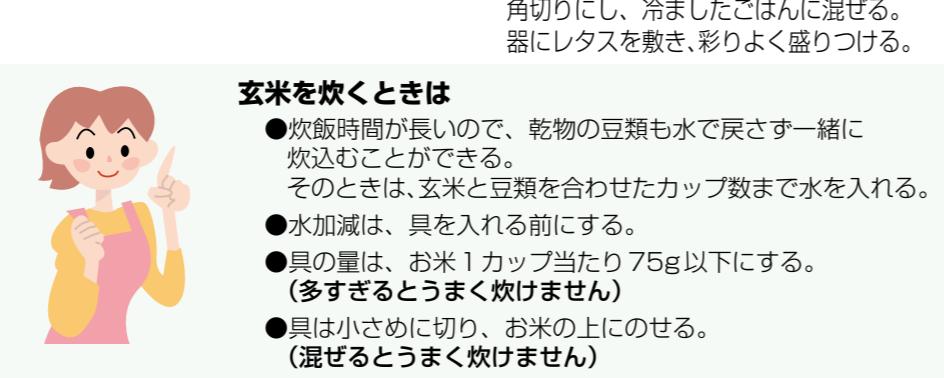
#### ⑥仕上げる

ハンバーグにたれをつけ、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、お米の上にのせる。  
(混ぜるとうまく炊けません)



# お手入れ

## 初めて使うとき&使うたびに



- 初めて使うときは  
取り外してから  
**やわらかいスポンジで洗う**



- 炊込みごはんなど、調味料を使ったときは  
**早めに洗う**  
(においや腐敗・さびの原因)

### 次の物は使わない

金属たわし/  
ナイロンたわしなど

ベンジン / シンナー / 磨き粉 /  
漂白剤 / 除菌アルコールなど



研磨粒子部分で  
洗わない



食器洗い乾燥機 /  
食器乾燥器



### ふた内面・パッキン

固く絞ったふきんで拭く。

- 蒸気ふたを外し、ふた内面と蒸気ふた取付部および  
パッキン(3か所)を拭いてください。

### 水容器センサー

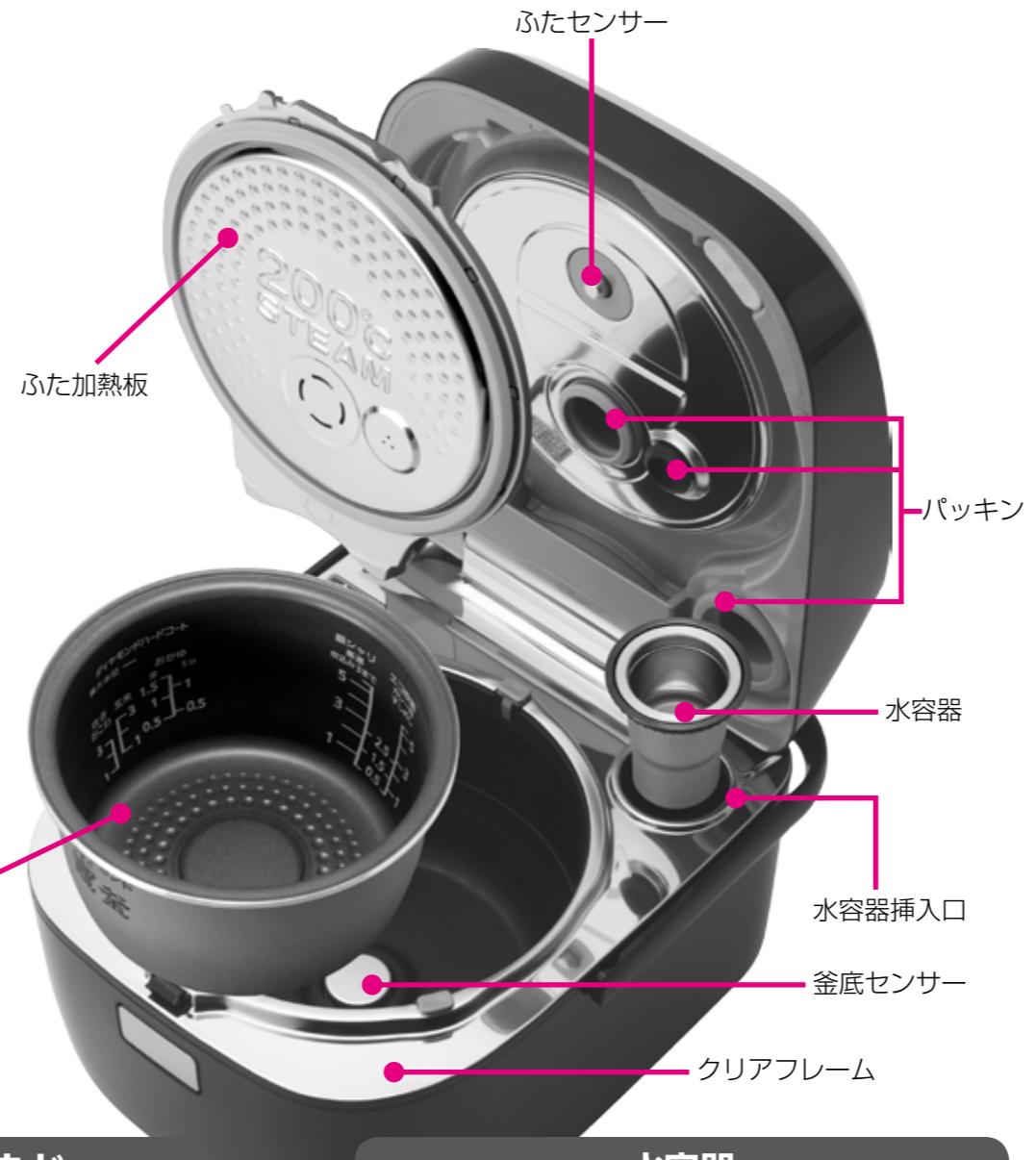
固く絞ったふきんで拭く。

- 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  
から拭いてください。

#### お知らせ

- 汚れたまま使うと、  
スチームの量が  
変わったりして、  
ごはんがうまく炊けない  
ことがあります。

- 電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。  
●本体・ふた加熱板・蒸気ふたに付いている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)  
●洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。

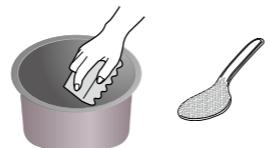


### 内釜(P.6)・しゃもじ

台所用中性洗剤で洗う。

#### お願い

- 内釜を洗いおけ代わりに  
使わないでください。  
(内面被膜が剥がれる原因)



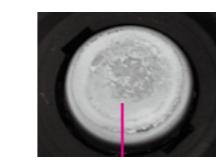
### ふたセンサー・釜底センサー

固く絞ったふきんで拭く。

- 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  
磨いてから拭いてください。

#### お知らせ

- 汚れたまま使うと、  
スチームの量が  
変わったりして、  
ごはんがうまく炊けない  
ことがあります。



### クリアフレーム

固く絞ったふきんで拭く。

- 水などを流し込んで洗わないでください。

### ふた加熱板

台所用中性洗剤で洗う。

- 取り外し、両面を洗ってください。  
特に、裏面のくぼんでいる部分は  
汚れが残りやすいため念入りに  
洗ってください。

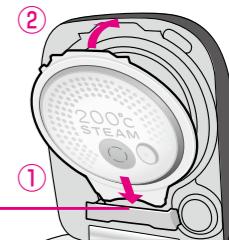


#### お願い

- 調味料を使った場合(炊込みごはんなど)は、  
早めに洗ってください。(においや腐敗・さびの原因)

#### ■取り外し方

- ボタンを押す。(手前に傾く)  
傾かないときは、  
ボタンを押しながら、  
穴に指を引っ掛け手前に引く。
- 引き抜く。



#### ■取り付け方

- 溝に差し込む。
- ふた側に「カチッ」と  
音がするまで押し込む。

### 蒸気ふた

取り外して水洗いする。

- 汚れが落ちにくいときは、  
振り洗いしてください。



#### ■取り外し方

- 引き上げて取る。

②左に回す。

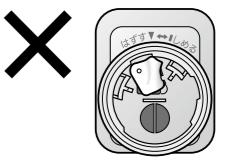
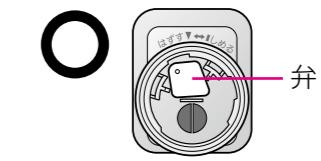


#### ■取り付け方(取り外しと逆の手順)

- 「▲」印を合わせ、「カチッ」と音がするまで右に回す。
- ふたに押し込む。

#### お願い

- 弁は、取り外さないでください。
- 弁の位置は、炊飯する前に確認してください。  
(すれたり、潜り込んだり、外れたまま使ったりすると、  
食味低下の原因)



引っ張らない(破れ、ずれ、外れの原因)  
潜り込んだとき

# お手入れ

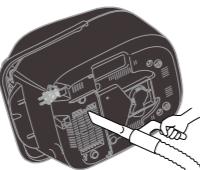
- 電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。
- 本体・ふた加熱板・蒸気ふたに付いているパッキンは外せません。  
無理に引っ張らないでください。(外れたり破れたりする原因)
- 洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。

## 定期的に

●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！

### 本体底面(吸排気口)は

掃除機などで、ほこりやごみを取り除く。



## 気になるときに

### 水容器の変色(虹色)・湯あか・さびを取るには

変色(虹色)・湯あか・もらいさび(水中の鉄分が原因)が取れないときは、クエン酸洗浄をします。



- ①50°C以上の湯を張る
- ②洗浄用のクエン酸を入れてかき混ぜる(約2g・小さじ½)
- ③約1時間放置し、お湯を捨て、台所用中性洗剤で洗う

#### お知らせ

- 変色(虹色)・湯あかなどがひどく、1回で取れないときは、繰り返し行ってください。
- 洗浄用クエン酸(食品衛生上無害)は市販品や別売品(SAN-200/40g×5パック)をご利用ください。

## お手入れ機能

においが取れない、ふた加熱板や蒸気口の汚れが落ちにくいときに…

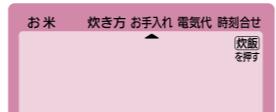
### 準備

- ①内釜に水を入れる  
(1.0Lタイプは、銀シャリ水位線: 3~4)  
(1.8Lタイプは、銀シャリ水位線: 6~8)
- ②水容器を本体にセットし、ふたを閉める



### 1 「お手入れ」を選ぶ

- コース選択 を押して「▲」を「お手入れ」に合わせる  
●押すごとに「▲」が移動します。



### 2 炊飯 を押す

お手入れ機能開始

### 3 約45分後、ブザーが鳴ったら

- 取消/切 を押す

●冷めてから、お湯を捨てる。

#### 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。

## Q&A

### 水容器編

#### Q(質問)

水を入れるのを忘れたんだけど…

#### A(答え)

- 故障することはありません。  
そのまま炊飯できますが、炊飯時間が長くなることがあります。  
(P.32 炊飯時間が長い、炊き上がるまでの表示時間が急に増える)  
炊飯の途中で水を入れないでください。(途中で水を入れても炊飯時のスチームは出ません)
- 炊飯終了後、「スチームなし」を表示し、スチームを投入しなかったことをお知らせします。  
→水容器に水を入れてください。(水容器の半分以上)  
水容器に水を入れると、保温や再加熱時のスチームは出ます。

水容器の水は、何に使っているの？

- 水容器の水を沸かしてスチームを出しています。  
【炊飯のとき】ごはんにハリと甘みを与えます。  
【保温や再加熱のとき】ごはんのぱつきや保温臭を軽減します。

井戸水でもいいの？  
お湯でもいいの？

- 井戸水を使うと、鉄分や塩分などの成分によって、水容器がさびることがあります。  
→水道水か、市販の水(軟水)を使ってください。
- 40°C以上の水(お湯)は、入れないでください。  
スチーム炊飯できない場合があります。

なぜ、水が減っていないの？

- 【炊飯が終わったとき】
  - 「スチームなし」を表示していませんか？(P.32)
  - スチームを出さない炊き方(「エコ炊飯」「早炊き」「カレー用」「おかゆ」「すし」)で炊いていませんか？

#### 【保温のとき】

- 保温するごはんの量や室温によって、スチームを投入しない場合があります。
- 保温をおすすめしていない炊き方やお米は、スチームを投入しません。  
(「炊込み」「おかゆ」および「玄米」「雑穀米」「発芽・分づき」のとき)
- 保温になったとき、水の量が半分より少ないとスチームを投入しません。  
→水容器の水を補給してください。(水容器の半分以上)
- 「保温中に沸騰音が気になるとき」の設定をしていませんか？(P.37)  
→この設定をすると、保温中にスチームを投入しないため、水は減りません。

#### 【再加熱が終わったとき】

- 「スチームなし」を表示していませんか？(P.32)

炊飯が終わったとき

なぜ、水が残っているの？

なぜ、残っている水の量が変わるの？

- 水容器の水は、炊飯時にスチームを出すためだけではなく、保温、再加熱時にもスチームを出すため残しています。

- 前回残った水を使うなど、炊飯前の水の量が変わっていませんか？
- 炊飯前に水の量は同じでも、炊飯量やコースによってスチームの量を調節するため、水容器に残る水の量は変わります。  
また、室温などの環境条件によっても若干変わることがあります。
- 保温開始から約5~6時間後と約10~12時間後に自動的にスチームを投入するため、保温経過時間によって残っている水の量は変わります。

お手入れ(定期的に／気になるときに) / Q&A(水容器編)

お手入れ

必要なとき

# Q&A

## タッチアクセス機能編

### Q (質問)

何ができるの？

●スマートフォンで銘柄焼き分けやレシピ検索、マイレシピ登録、コース・予約設定などができます。お気に入りのレシピの登録(最大100件)、お米の種類や焼き方と予約時間の登録(最大20通り)などができます。

購入後、すぐ使えるの？

●スマートフォンの種類によっては、本サービスが利用できないことがあります。(P.17 タッチアクセス機能を利用するには)  
●スマートフォンに専用アプリをダウンロードし、家電登録をしないと使えません。(P.17 タッチアクセス機能を利用するには)

いつでも使えるの？

●炊飯器が下記の状態のときは、スマートフォン内の情報を見ることはできますが、炊飯器との通信はできないことがあります。(エラーが表示されます)  
●炊飯・保温・予約中のとき ●電気代表示中の中のとき ●操作中(設定の途中)のとき

全然反応しないんだけど

●スマートフォンが下記の状態のときは、反応しないことがあります。  
●画面に  が表示されていないとき ●早く動かしたとき  
●かざす位置がずれたり、距離が離れたりしているとき (P.17)  
●スマートフォンの種類によって、感度や通信時間が異なります。

■表示内容や操作方法が分からないときは、アプリ内のヘルプ機能やパナソニックのWebサイトをご覧ください。  
→ <http://panasonic.jp/pss/ap/>

# Q&A

## エコナビ編

### Q (質問)

エコナビ運転とは何ですか？

●保温時のごはんの量に応じた加熱をする保温方法のことです。

どのコースでもエコナビ運転するの？

●「銀シャリ」「エコ炊飯」「少量」「早炊き」「冷凍用」「カレー用」「かまどおこげ」「すし」コースで炊飯したあと自動的に働きます。  
保温をおすすめしていない焼き方やお米はエコナビ運転しません。(「炊込み」「おかゆ」および「玄米」「雑穀米」「発芽・分づき」のとき)

なぜ、保温中にエコナビランプが点灯しないの？

●「ごはんの保温温度を上げたいとき」(P.36)や「保温の状態が気になるとき」(P.37)の設定をしていませんか？保温温度が「60」以外ではエコナビ運転はしません。  
●炊飯開始時の室温が約10°C以下で、炊飯量が1.0Lタイプで約5カップ以上、1.8Lタイプで約7カップ以上のときは、エコナビ運転しない場合があります。  
●炊飯後、保温を取り消していませんか？  
保温を取り消すとエコナビ運転も取り消されます。再度保温してもエコナビ運転はしません。  
●エコナビランプを消す設定をしていませんか？(P.18 エコナビランプを点灯に戻すには)

なぜ、エコナビランプが途中で消えるの？

●24時間以上保温していませんか？  
24時間を超えると、保温は継続しますがエコナビ運転は終了します。

### 【エコナビ運転時の省エネ効果について】

保温時にエコナビ運転した場合としない場合の比較(当社調べ)

保温時間によって、SR-SX104では0.3~6.5%、SR-SX184では0.3~12.4%、SR-SH104では0.3~8.7%、SR-SH184では0.3~15.4%の削減効果。数値はあくまでも目安であり、ご使用方法などによって異なります。

<測定方法>室温23°Cにおいて

- 1.0Lタイプ: 3カップ炊飯終了直後に、ごはんを300g取り出す。保温開始5時間後さらに300g取り出す。
- 1.8Lタイプ: 5カップ炊飯終了直後に、ごはんを300g取り出す。保温開始5時間後さらに600g取り出す。

省エネ法で定める測定基準とは異なります。

# こんな表示が出たら

### エラー表示

U 10

- 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

- 内釜の底やふた加熱板、ふたセンサー、釜底センサー、水容器センサーに異物や汚れが付いていませんか？(P.6)  
→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

- 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

- ふたが開いていませんか？
- 蒸気ふたは付いていますか？  
→紛失したときは、販売店でご購入ください。  
蒸気ふたがなくとも炊飯・保温はできますが、
  - おいしさは低下します。(保温の場合は、ごはんが乾燥する)
  - ふきこぼれることがあります。
  - 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？  
→きれいに洗ってから取り付けてください。
- 蒸気ふたの下の部分が外れていませんか？  
→「カチッ」と音がするまで回して取り付けてください。(P.27)

U 20

- 水容器がセットされていますか？  
※水容器がなくても保温はできますが、ごはんがふやけたり、乾燥したりすることがあります。

U 25

- 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と水容器を取り出す。  
③本体底の吸排気口のほこりを取り除く。(P.28)

- じゅうたんなどの上で使っていませんか？  
→風通しのよい場所(テーブルの上など)でお使いください。

H 00

- 電源プラグを抜き、再度差し込んでみる。  
再度「H○○」が表示された場合は故障です。  
→お買い上げの販売店に、表示内容(「H」のあと2桁の数字)をお知らせのうえ修理をご依頼ください。

Q & A  
(タッチアクセス機能編 / エコナビ編 / こんな表示が出たら)

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。

炊

飯

中

炊飯・保温中

炊飯後

/再加熱後

症 状

ここを確認！

ページ

炊飯時間が長い

- 続けてごはんを炊くと、炊飯時間が（最大約30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。
- 水容器に水を入れましたか？  
水容器の水の量が少ないと、炊飯時間が長くなることがあります。  
下記「炊き上がるまでの表示時間が急に増える」参照
- 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。

—  
—  
—

炊き上がるまでの表示時間が急に増える

- 水容器に水を入れましたか？  
●SR-SXシリーズでは、「銀シャリ」「銀シャリ（かため）」コースで炊飯時に、水容器の水を沸かして200°Cスチームを投入することにより、炊飯時間を短縮しています。
- 「炊飯」ボタンを押してから約3分間で、水容器の水の量を検知し、水の量が少ないと、スチームを投入しないため炊飯時間が長くなります。（検知後に、炊き上がるまでの時間を表示し直します）

—  
—  
—

蒸気口以外から蒸気が漏れる

- ふたのパッキン部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？
- ふた加熱板は、使うたびに洗い、正しくセットしていますか？

—  
27

音がする

- 「ブーン」音…熱を逃がすファンが回っている音です。
- 「ジー」音、「ブー」音…IH（電磁誘導加熱）の通電音です。  
保温中は周期的に聞こえることがあります。
- 「シュー」音…蒸気が噴き出す音です。
- 「カチッカチッ」音…電子回路の動作音です。
- 「ゴー」音、「ブクブク」音…水容器の水が沸騰する音です。

—  
—  
—  
—  
—

スチームなしを表示した

- 【炊飯のあと「スチームなし」を表示したとき】
- 水容器に水を入れましたか？  
水の量によっては、炊飯中に水が減りスチームが出ません。
  - 水容器にお湯（40°C以上）を入れませんでしたか？  
水温が最初から高いと、スチームが出ない場合があります。
  - 炊飯後、水容器に残っている水を入れ換えずに炊飯したり、水を継ぎ足して炊飯したりしていませんか？  
→水温が高いとスチームが出ない場合がありますので、炊飯するたびに水を入れ替えてください。また、水容器に冷水を入れたあと、5分以上待って炊飯してください。
  - 保温を取り消してすぐに炊飯したり、続けて炊飯したりしていませんか？  
→水容器の水温が高いとスチームが出ない場合がありますので、炊飯するたびに水を入れ替えてください。また、水容器に冷水を入れたあと、5分以上待って炊飯してください。
  - 炊飯中にふたを開けませんでしたか？

9  
—  
—  
—  
—

- 【再加熱のあと「スチームなし」を表示したとき】
- 24時間を超えて保温していませんか？  
24時間を超えると、水容器に水があつてもスチームは出ません。
  - 炊飯のとき、水容器に水を入れましたか？  
水の量によっては、炊飯中に水が減りスチームが出ません。  
→水容器の水を補給してください。（水容器の半分以上）
  - 水容器に水が入っていますか？（水容器の半分以上）  
2回以上再加熱をすると、水が不足します。
  - 再加熱中にふたを開けませんでしたか？

—  
—  
9  
—

予 約

症 状

ここを確認！

ページ

予約したのにすぐ炊き始める

- 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？

15  
39

予約したのになかなか炊き始めない

- 予約炊飯では炊き始めるまで、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)

—

予約した時に炊き上がらない

- 現在時刻は合っていますか？（24時間表示です）
- 「炊飯」ボタンは押しましたか？

15  
15

ボタン操作ができない

- 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。

—

「スチーム保温（スチーム再加熱）」ボタンを受け付けない

- 保温を切っていませんか？
- ごはんが冷めていますか？（ブザーが4回鳴ります）  
50°C以下のときは、再加熱できません。

—

ごはんが炊けない  
●「デモ」が点滅している



- 店頭用の「デモモード」に設定されています。  
次の手順に従って解除してください。
- ①「コース選択」ボタンで「時刻合せ」を選ぶ
- ②「スチーム保温」ボタンと「予約」ボタンを同時に押す
- ③「スチーム保温」ボタンを押す
- ④「予約」ボタンを押す  
解除したあと、現在時刻を合わせてください。（P.15）

—

表示が消えた

- 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。

15

電源プラグから火花が飛んだ

- 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。

—

■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 ど き

# こんなときは

●故障ではありません。  
サービスを依頼される前にご確認ください。

## 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.8)

●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。(P.13 あらかじめお米を水に浸していたときは、または「早炊き」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いませんか？(P.8 お米にひびが入ってべたつくことがあります)

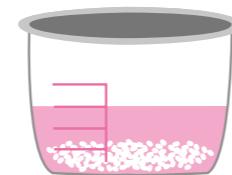
●「発芽・分づき」コースを使って、分づき米を炊いているときや発芽玄米に白米を混ぜて炊いているときは、分づきの度合いや混ぜる白米の量によってべたつくことがあります。

→「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？

・水を少なめにしてください。(水位線より1~2mm程度が目安)

・「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.8)

●「早炊き」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いときは、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？

・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)

・水に浸してから(30分~2時間程度)炊いてください。

・「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。

→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すか？ 無洗米を使うとこげやすくなります。

→炊く前に、軽く水洗いすると和らぎます。

→「無洗米」コースで炊いてください。

●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すか？

●洗米後にざるに上げたまま放置していませんか？(P.8 お米にひびが入ってこげることがあります)

●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

「かまだおこげ」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？

→露の量が変わらないときは、

「保温の状態が気になるとき」(P.37)をお試しください。

●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。

→においが気になるときは、

①内釜やふた加熱板、蒸気ふたを念入りに洗ってください。

②「お手入れ機能」を使ってください。(P.28)

上記①②をしてもにおいが取れないときは、

保温温度を上げてください。「P.36 ごはんの保温温度を上げたいとき(60→74)」

●24時間以上保温していませんか？

●精米や洗米は、充分しましたか？

●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？

●繰り返し再加熱していませんか？

●蒸気ふたは、正しく取り付けていますか？

●ふたのパッキン部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？

●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ないませんか？

(オブラーート状の薄い膜は、でんぶ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.8)

●お米を洗いすぎていませんか？(P.8)

●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>

●新米を炊いたとき　●炊飯量が少ないとき　●水加減が多いとき

●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

●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。下記の場合は、凸凹になりやすくなります。

●洗米が不充分なとき

●割れ米が多く混ざっているとき

●夏場のお米を炊いたとき

●洗米時に強く研ぎすぎてお米が割れたとき

こんなときは

必要なときは

# こんなときは

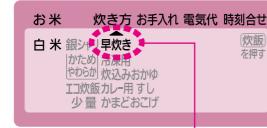
- P.34～35の対応をしても症状が改善しないときは設定の変更ができます。
- 手順2・3・4は、それぞれ16秒以内に完了してください。16秒以上何も操作しなかったときは、現在時刻表示に戻ります。(設定できていません)  
→始めからやり直してください。
- 設定完了後は現在時刻表示に戻ります。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。



## 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回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ



●「白米」または「無洗米」の「早炊き」を選ぶ。

2 スチーム保温 を押す 受付音(ピッ)はしません

■予約1・2 を押す 受付音(ピッ)はしません

■スチーム保温 を押す

01

3 炊飯 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

●「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。

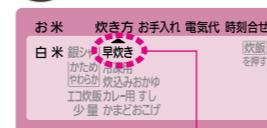
お知らせ

●変更するとエコナビ運転はしません。保温中のスチームも入りません。12時間を超える保温はしないでください。  
●工場出荷時は「60」です。  
●「60」に戻すと、「保温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回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ



●「白米」または「無洗米」の「早炊き」を選ぶ。

2 スチーム保温 を押す 受付音(ピッ)はしません

■予約1・2 を押す 受付音(ピッ)はしません

■スチーム保温 を押す

01

3 コース選択 を押して「02」を選ぶ

02

4 炊飯 を押す

Ho:01

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



お願い

●この設定で炊飯するときは、炊飯器本体で操作してください。

お知らせ

●変更すると「無洗米」「エコ炊飯」「少量」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。また、炊飯中のスチームも入りません。

## お好みに炊けないと (お米の性質や状態によって うまく炊けないと)

1 コース選択 を2回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ



点滅

●「白米」または「無洗米」の「早炊き」を選ぶ。

2 コース選択 を押す 受付音(ピッ)はしません

■予約1・2 を押す 受付音(ピッ)はしません

■スチーム保温 を押す

01

3 コース選択 を押して「03」を選ぶ

03

4 炊飯 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

5 コース選択 を押して「04」を選ぶ

04

6 炊飯 を押す

スチーム 保温

7 コース選択 を押して「スチーム」を消す

保温

8 10秒後 (自動的に) 完了

保温 完了

お願い

●この設定で炊飯するときは、炊飯器本体で操作してください。

お知らせ

●変更すると「無洗米」「エコ炊飯」「少量」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。また、炊飯中のスチームも入りません。

## 保温中に沸騰音が気になるとき (スチーム投入をやめる)

1 コース選択 を2回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ



点滅

●「白米」または「無洗米」の「早炊き」を選ぶ。

2 コース選択 を押す 受付音(ピッ)はしません

■予約1・2 を押す 受付音(ピッ)はしません

■スチーム保温 を押す

01

3 コース選択 を押して「06」を選ぶ  
・「05」の設定はありません

06

4 炊飯 を押す

Ho:02

4 ■露が多く付くとき  
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

Ho:03

5 ■変色するとき  
コース選択 を押して「Ho:01」を表示させる

Ho:01

6 10秒後 (自動的に) 完了

Ho:01

お願い

●変更するとスチームなしの保温になります。

お知らせ

●「Ho:03」に変更すると、保温温度が60→74になります。エコナビ運転はしません。保温中のスチームも入りません。12時間を超える保温はしないでください。

※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回押し

△ ▽ を押して「早炊き」を選ぶ



点滅

●「白米」または「無洗米」の「早炊き」を選ぶ。

2 コース選択 を押す 受付音(ピッ)はしません

■予約1・2 を押す 受付音(ピッ)はしません

■スチーム保温 を押す

01

3 コース選択 を押して「06」を選ぶ  
・「05」の設定はありません

06

4 炊飯 を押す

Ho:02

4 ■露が多く付くとき  
コース選択 を押して「Ho:03」を表示させる

Ho:03

5 10秒後 (自動的に) 完了

Ho:03

6 ■変色するとき  
コース選択 を押して「Ho:01」を表示させる

Ho:01

7 10秒後 (自動的に) 完了

Ho:01

お願い

●「Ho:03」に変更すると、保温温度が60→74になります。エコナビ運転はしません。保温中のスチームも入りません。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。

こんなときは

必要なとき

# 保証とアフターサービス

よくお読みください

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	( )	一
電話	( )	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」(31~37ページ)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	スチームIHジャー炊飯器
●品番	
●故障の状況	できるだけ具体的に

## ■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	バナは 365日
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。

パナソニック 修理ご相談窓口			
電話 フリー ダイヤル	0120-878-554	バナは イイヨ	※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ときの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、修理業務など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。

## ■各地域の修理ご相談窓口

※電話番号をよくお確かめの上、おかげください。

・地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

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 函館市西桔梗町589-241 青森 ☎ (0172)62-0880 青森市浪岡大字浪岡字福村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1丁目1-43 宮城 ☎ (022)387-1117 仙台市宮城野区扇町7-4-18 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 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 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 金沢市玉鉢2丁目266番地 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 愛知 ☎ (052)819-0225 名古屋市瑞穂区塙入町8-10 岐阜 ☎ (058)278-6720 岐阜市中鶴4丁目42 三重 ☎ (059)254-5520 津市久居野村町字山神421	近畿地区
--------	---	------

中国地区	滋賀 ☎ (077)582-5021 栗東市小柿9丁目4-10 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 和歌山市栗柄373-4 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 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 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 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 ☎ (0952)26-9151 佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044 長崎 ☎ (095)830-1658 長崎市東町1919-1 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 熊本市東区健軍本町12-3 鹿児島 ☎ (099)246-7050 鹿児島市上谷口町3128-3 沖縄 ☎ (098)877-1207 浦添市城間4丁目23-11	四国地区
------	---	------

九州地区	滋賀 ☎ (077)582-5021 栗東市小柿9丁目4-10 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 ☎ (07
------	--

## 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

特典2 使い方など商品情報をスムーズに入手できる

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

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

携帯



※このサービスは  
WEB限定のサービスです。

### ●使いた・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://www.panasonic.com/jp/support/>

パナソニック お客様ご相談センター 365日  
受付9時～20時  
バナは 365日

電話 フリー ダイヤル 0120-878-365

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

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。)

■上記番号がご利用 06-6907-1187 ■FAX  
いただけない場合 0120-878-236  
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。

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。

### ●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ご依頼も可能です。

パナソニック 修理ご相談窓口

バナは イイヨ  
0120-878-554

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

•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。

### ●スマートフォンを使った タッチアクセス機能に関するご相談は……

スマートフォンを使った タッチアクセス機能ご相談窓口 365日  
受付9時～20時

バナは ハチサンニ  
0120-878-832

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

### ●内釜のご購入は…

販売店やパナソニックの家電製品直販サイト  
「パナソニックストア」でお買い求めいただけます。  
詳しくは「パナソニックストア」のサイトをご覧ください。  
<http://jp.store.panasonic.com/>

- SR-SX104 : (品番) ARE50-F54
- SR-SX184 : (品番) ARE50-F53
- SR-SH104 : (品番) ARE50-F56
- SR-SH184 : (品番) ARE50-F55

パナソニックグループのショッピングサイト



### 愛情点検

### 長年ご使用のスチーム 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  
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。

## 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 2014

RZ19-G09  
H0614Y0