

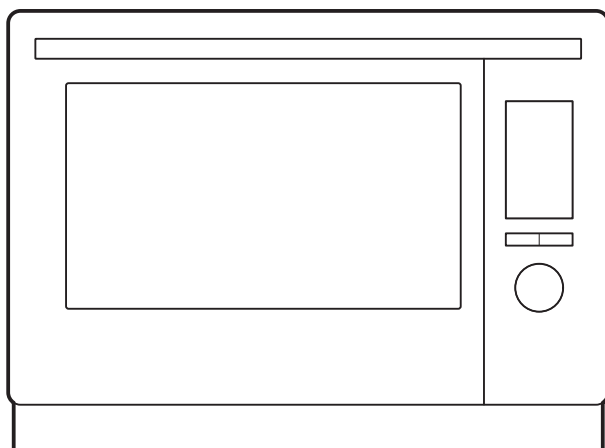
Panasonic®

取扱説明書

家庭用スチームオーブンレンジ

品番 NE-UBS10C

Bistro



保証書別添付

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「安全上のご注意」(4～10 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。
- ご使用中、異常を感じたら使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、販売店に点検をご相談ください。
- 保証とアフターサービスは、103 ページをご覧ください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「商品登録」をお願いします。
また、「IoT 延長保証サービス」のお申込みをおすすめします。(裏表紙ご参照)

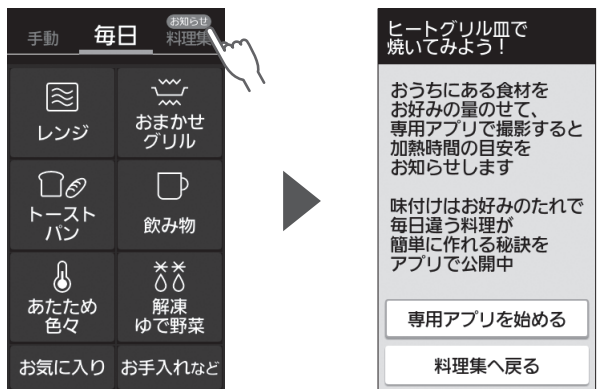


無線 LAN 機能と専用アプリで、料理がもっと便利に楽しく！

専用アプリを使うと、こんなことができます。

- スキャンでおまかせグリル
- ビストロに新しいメニューを追加

ビストロから



料理集の上に**お知らせ**が表示されます。
この表示を押すと、専用アプリの紹介画面が表示されます。
お知らせは電源プラグを差し込んだときと、専用アプリと接続するまでたびたび表示されます。

専用アプリを始める → 専用アプリを始める
料理集へ戻る → 料理集メニュー画面

専用アプリ情報サイト



アプリから

ご利用には準備が必要です。→ P.92
専用アプリ(無料)をスマートフォンにインストールしてください。

● Androidのとき
Google Play



● iOSのとき
App Store



準備と確認

安全上のご注意	4
使用上のお願い	11
付属品・別売品	13
各部の名前	14
タッチ画面について	17
● 設定	18
無線LAN / プザー音 / 電気代 / 庫内灯など	21
● ロック	22
お気に入りについて	22
使いこなしのポイント	24
● 給水タンクに水を入れる、追加加熱など	26
使える容器・使えない容器	26
加熱のしくみ	28

毎日の使い方

あたためる	30
● エコナビ運転について	37
解凍する	44
野菜をゆでる	46
おまかせグリル	48
料理集 からメニューを検索する	50
● エコナビ運転について(エリア加熱)	55
レンジで加熱する	56
スピードボタンを使う	58
グリルで焼く	59
スチームで蒸す / スチームプラス	62
オーブンで調理する	64
発酵する	67
手動加熱するときの目安時間	68

お手入れなど

お手入れする	72
食器清潔	74
庫内を冷ます	76
自動でお手入れする	77

困ったとき

うまく仕上がらない	80
よくあるお問い合わせ	86
Q&A	87
故障かな?	88

アプリと連携

専用アプリ活用ガイド	91
● Q&A ……	96
● 故障かな? ……	98

仕様	102
保証とアフターサービス	103

■庫内からのにおいや煙が気になる場合は

しっかり換気を行いながら、**毎日**「**お手入れなど**」「**天井・脱臭**」をしてください。→ P.79
● 使い始めに、さび止め用油が焼けるにおいがします。

■表示部に「デモ」と表示されているとき

店頭用モードのため調理できません。→ P.16

【解除方法】

- ① **毎日**「**レンジ**」を押す。
- ② 「**あたため／スタート**」ボタンを4度押す。
- ③ 「**取消**」ボタンを4度押す。

安全上のご注意

必ずお守りください

人への危害、財産へ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。

■お守りいただく内容を、次の図記号で説明しています。(次は図記号の例です)

	危険 「死亡や重傷を負うおそれ大きい内容」です。
	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。

	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。
	気を付けていただく内容です。

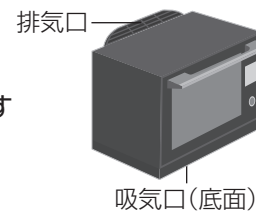
危険

 **自分で絶対に修理・分解・改造をしない**
感電や発火、異常動作によるけがのおそれがあります

故障した場合は
お買い上げの販売店にご相談ください。

 **吸気口・排気口・製品のすき間に針金などの金属物や異物、指を入れない**
高圧部があり、感電やけがのおそれがあります

異物が本体に入ったら
まず電源プラグを抜いて
お買い上げの販売店にご相談ください。

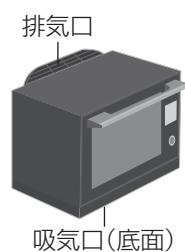


警告

設置するとき

 **吸気口・排気口はふさがらない**
火災の原因になります

ごみ、ほこりなどで吸気口・排気口がふさがれないようこまめにお手入れしてください。



 **燃えやすい物や火気の近くでは使わない**
(たたみ、じゅうたん、テーブルクロスの上、カーテンなど)
ヒーター使用時は、高温になり、引火や火災の原因になります

 **スプレー缶などの近くで使わない**
ヒーター使用時の熱で、引火や爆発のおそれがあります

 **水のかかる場所では使わない**
感電や漏電の原因になります

 **アースを確実に取り付ける** → P.11を必ずお読みください。
故障や漏電のときに、感電のおそれがあります

- アース線は
- アース端子に接続する。また、転居などの際も忘れずに取り付ける。取り付け方は → P.11
 - ガス管や水道管、電話や避雷針のアースなどと、絶対に接続しない。(法令で禁止されています)
 - アース端子がないとき、湿気が多い場所、水けのある場所では、アース工事が必要。

警告

レンジ(電波)の加熱時は

 **食品を加熱しすぎない**
過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります

- 以下の場合、自動で加熱しない
 - 少量や指定分量※1以外の食品
 - 50g未満の食品(45℃以上に設定してあたためるとき)
 - ふた、およびふた付きの容器での加熱※2

→ **毎日「レンジ」**で様子を見ながら加熱する。

※1 指定分量はメニューによって異なります。各ページを参照してください。

※2 **料理集**「No.122 茶わん蒸し」などふたが必要な自動メニューもあります。各ページを参照してください。

 **毎日「レンジ」では、設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する**
食品の分量に対して、加熱時間が長いと、過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります

特に、水分が少ない食品、薄く小さく切った野菜、油脂の多い食品・液体は、少量だけ加熱すると、焦げやすく、加熱が進むと煙が出たり、発火したりする場合があります。

必ず、加熱時間を控えめにし様子を見ながら加熱してください。

飲み物などの加熱時、やけどを防ぐために(突沸に注意)

 **飲み物を加熱しすぎない**
加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

- 牛乳、コーヒー、お茶、ジュース、水などを自動であたためるときは、必ず、**毎日「飲み物」**「牛乳・コーヒー」で加熱する。→ P.40
- お酒を自動であたためるときは、必ず、**毎日「飲み物」**「酒かん」で加熱する。→ P.40



 **油脂の多い食品・液体※1や、粒入りスープ※2を加熱するときは以下の方法で加熱する**
加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

ラップをして、**毎日「レンジ」**500Wで様子を見ながら加熱する。
ただし、「スピード」ボタンを使わない。

※1 バター・生クリーム・オリーブ油など
※2 コーンの粒やあさりなどが入ったスープ

 **毎日「レンジ」で加熱するときは、設定時間を控えめにする**
加熱しすぎると、加熱後、取り出したあとに突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

 **容器は庫内中央に置き、広口で背の低い容器に8分目まで入れる**
端置きや、少量の加熱は沸とう、沸とうによる突然の飛び散りの原因になります

 **加熱前、加熱後は必ずスプーンでかき混ぜる**
加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります



安全上のご注意

必ずお守りください



警告

レンジ(電波)を使う加熱時の破裂を防ぐために

- | | |
|--|--|
|  ゆで卵(殻付き・殻なし)は加熱しない
破裂による飛び散りや、衝撃による庫内底面の割れなどですが、やけどのおそれがあります |  卵は必ず割りほぐす
破裂による飛び散りや、衝撃による庫内底面の割れなどですが、やけどのおそれがあります |
|  殻付きの卵は、
料理集「No.124 温泉卵」、
「No.123 ゆで卵」、
【手動】「スチーム」以外では加熱しない
皮に割れ目を入れていない栗は、
【手動】「スチーム」以外では加熱しない
破裂による飛び散りや、衝撃による庫内底面の割れなどですが、やけどのおそれがあります |  ぎんなんなど、殻や膜のある食品は割れ目を入れる
破裂による飛び散りや、衝撃による庫内底面の割れなどですが、やけどのおそれがあります |
| |  ビン・容器のふたや、ネジ式のせんは外す
破裂による飛び散りや、衝撃による庫内底面の割れなどですが、やけどのおそれがあります
●密閉状態にならないようにする。
●レンジ用のふたやラップをするときは、すき間をあける。 |

電源プラグ・電源コードなどは

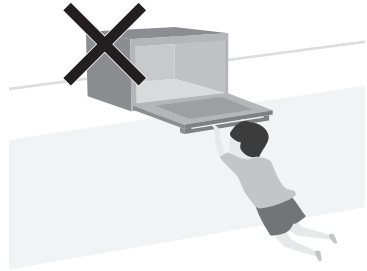
- | | |
|---|--|
|  電源コードや電源プラグを傷付けない
(加工する、排気口などの高温部に近づける、無理に曲げる、ねじる、引っ張る、重い物をのせる、束ねる、はさみ込むなど)
傷付いた電源コードや電源プラグ、緩んだコンセントは使わない
破損による感電、ショートして火災などの原因になります |  ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電のおそれがあります |
|  電源プラグ、電源コードは本体の後面・側面と壁などにはさみ込んで使用しない
発熱や荷重によるショートで、感電、発煙、火災などの原因になります |  電源プラグを抜くときは、電源コードを持って引き抜かない
感電や、ショートによる発火のおそれがあります |
|  電源は、延長コードを含め、定格15A以上・交流100Vのコンセントを必ず単独で使う
異常発熱による火災の原因になります |  電源プラグは、根元まで確実に差し込む
感電や発熱による火災の原因になります
緩んだコンセントは使わないでください。 |
|  長期間使用しないときは、電源プラグを抜く
絶縁劣化で火災の原因になります |  電源プラグのほこりは、乾いた布で定期的に確実に取る
ほこりに湿気がたまり、絶縁不良で火災のおそれがあります |

〈タコ足配線は禁止〉



警告

次の点もご注意ください

- | | |
|---|--|
|  ドアに乗ったり、ぶら下がったりしない
本体が転倒、落下し、けがのおそれがあります |  |
|  子供だけで使わせない
幼児の手の届くところで使わない
やけど、感電、けがのおそれがあります |  本体のお手入れは、電源プラグを抜き、庫内が冷めてから行う
やけど、感電、けがのおそれがあります |
|  自動ドア、火災報知機などの自動制御機器の近くで使用しない
無線LANなどからの電波が自動制御機器に影響を及ぼすことがあり、誤動作による事故の原因になります |  病院内や医療用電気機器のある場所で使用しない
無線LANなどからの電波が医療用電気機器に影響を及ぼすことがあり、誤動作による事故の原因になります |
|  心臓ペースメーカーを装着している方は本体を装着部から15cm以上離す
無線LANなどからの電波がペースメーカーの作動に影響を与える場合があります |  ベビーフードや介護食をあたためるときは、加熱後、かき混ぜてから温度を確認する
やけどのおそれがあります |

異常・故障時には

- | |
|--|
|  直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く
発火や発煙、感電のおそれがあります |
| 異常・故障例 <ul style="list-style-type: none">●電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。●異常なおいや音がする。●ドアや庫内に著しいガタや変形がある。●触ると電気を感ずる。 |
| すぐにお買い上げの販売店へ点検・修理を依頼してください。 |

安全上のご注意

必ずお守りください



注意

設置について

- ❌ **転倒や落下をさせない**
けが、感電、電波漏れの原因になります
 - 不安定な場所に置かない。
 - 置き台からはみ出さない。
 - ドアに無理な力を加えない。

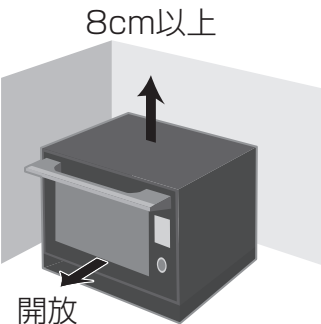
●転倒防止金具をご利用ください。当社電子レンジ転倒防止金具Cがあります。(別売品 P.13参照)

万一、転倒・落下したら
外部に損傷がなくてもそのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店にご相談ください。

- ❗ **本体上面、壁との間は下表以上の距離を確保する**
過熱による壁などの焦げや変形、発火などの原因になります

- 本体の上には物を置かない。
- 熱に弱い物やカーテンのそばに設置しない。
- 熱に弱い壁材、家具などが排気口(→ P.4)の近くにあり、汚れや変色が気になる場合は、右表の寸法以上に壁や家具から離す。

この電子レンジの離隔距離は「平成14年 消防庁告示第1号」に基づく試験基準に適合しています。
安全にご使用いただくために、本体上面、壁とは、右表以上の距離を確保してください。



場 所	上方	左方	右方	前方	後方	下方
離隔距離 (cm)	8	0	0	(開放)	0	0

「消防法 基準適合 組込形」

発火や発煙などを防ぐために、ご使用前に確認する

- ❌ **調理・食器清潔※以外の目的で使わない**
過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります
※食器清潔とは、この製品に搭載されている機能のことです。→ P.74

- ❌ **レンジ(電波)を使う加熱では、庫内に食品などが入っていない状態で、動作させない**
火花が出て、庫内底面が赤熱により、異常高温になるため、やけどのおそれがあります
容器や付属品だけでも動作させない。
異常高温になると
安全機能が働いて自動的に動作を停止することがあります。

- ❌ **庫内に付着した油や食品カスを放置したまま加熱しない**
発火や発煙の原因になります
必ず庫内が冷めてからふき取ってください。

- ❌ **鮮度保持剤(脱酸素剤)などを入れたまま加熱しない**
発火や発煙のおそれがあります

- ❗ **庫内の包装材は取り出す**
焦げや変形、発火の原因になります



注意

金属容器・付属の角皿は

- ❌ **レンジ(電波)を使う加熱では、金属容器、レトルトパウチ食品、缶詰、付属の角皿などは使わない**
火花が出て、発火、発煙、食品の破裂、ドアガラスの割れ、庫内底面の赤熱による割れなどで、けが、やけどのおそれがあります
 - 使用できない金属容器の例
金属製のケーキ型、アルミホイル、アルミ製のお弁当用カップなど。
 - レトルトパウチ食品は、パッケージの指示に従って加熱してください。

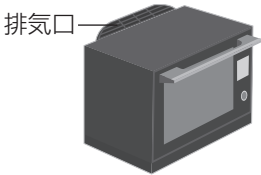


調理中、調理後は

- ❌ **万一、庫内で食品が燃えたら、ドアは開けない**
酸素が入り、勢いよく燃えます
 - 次の処置をして鎮火を待ってください。
 - ①「取消」ボタンを押す。
 - ②電源プラグを抜く。
 - ③燃えやすい物を、本体から遠ざける。**万一、鎮火しないときは**
 - 水や消火器で消火する。
 - そのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店へご相談ください。

- ❌ **ヒーターやスチームを使う調理中、調理後は、高温部(本体・ドア・庫内など)に素手で触れない**
やけどのおそれがあります
特に、本体や付属の角皿・グリル皿は高温になります。

- ❌ **排気口に手や物を近づけない**
湯気や熱風でやけどや変形のおそれがあります



- ⚠️ **次の場合、熱い容器や蒸気、飛まつに気を付ける**
やけどのおそれがあります
 - ドアを開けるとき
 - 食品を取り出すとき
 - ふたやラップを外すとき
 - ヒーター加熱後、付属の角皿やグリル皿を急冷するとき

- ❌ **庫内底面に、衝撃を加えたり、水をかけたりしない**
破損してけがをするおそれがあります
万一、破損したら
そのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店へご相談ください。

- ⚠️ **付属の角皿に、湯をはる調理では、次の場合に角皿の扱いに注意する**
やけどのおそれがあります
 - 角皿に湯をはるとき
 - 角皿を庫内に入れるとき
 - 角皿を取り出すとき(熱い湯が残っています)

安全上のご注意

必ずお守りください



注意

ドアは



物をはさんだまま使わない

電波漏れの原因になります



調理中や調理後に水をかけない

ガラスが割れて、けがの原因になります



開閉時は指のはさみ込みに注意する

けがのおそれがあります

手動「グリル」でトーストを焼くときなどは



設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する

加熱時間が長いと、発火や発煙、やけどのおそれがあります

お弁当をあたためるときは



「あたため」ボタン、

毎日 あたため色々 お好み温度

ではあたためない

容器の変形や溶けのおそれがあります

毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する。

→ P.68



ふた・ラップを外し、ゆで卵や

アルミケース、調味料類は

取り出す

火花が出たり、破裂したりして、けが、やけどのおそれがあります

使用上のお願い

QRコードから
アースについての内容
をご覧ください。



本体の設置、無線機器などへの影響について

- 壁の材質によっては、壁に本体との接触の跡が付く場合があります。気になる場合は、壁面から少しすき間をあけて設置してください。
- 本体は、テレビやラジオから4m以上離してください。画像や音声などが乱れる原因になります。
- 本体の近くでは、無線機器(無線LANなど)の通信機能が低下することがあります。無線機器の取扱説明書などをよくお読みのうえ、ご使用ください。
- 本体を無線LAN接続していても、加熱中は無線LAN機能を一時停止しており、加熱や通信などへの影響はありません。

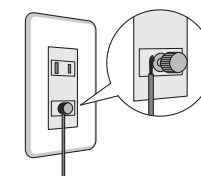
アースについて

■アースの取り付け方

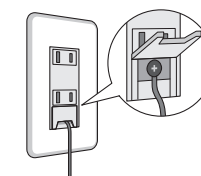


アース先端の皮をむき、先端を外してください。

芯線を傷付けないように注意してください。



●つまみタイプ
つまみを緩め
ネジ部分に先端を
巻き付けつまみを
しめる。



●ふた付きタイプ
ふたを開けてドライバーで
ネジを緩め、ネジ部分に
先端を巻き付ける。
ドライバーでネジをしめ、
ふたを閉める。

●アース線の長さが足りないときは、市販のアース線を購入して付けかえる必要があるため、お買い上げの販売店にご相談するか、上記QRコードからご確認ください。

■アースの工事が必要なとき

本体価格には工事費は含まれていません。

電源コンセントにアース端子がないときは、アース端子を取り付けするための工事が必要なため、お買い上げの販売店にご相談ください。

次の場合は、電気工事士の資格のある者による、施工「D種接地工事」が法令で定められています。

- 湿気の多い場所：飲食店の厨房、酒やしょうゆの貯蔵庫、コンクリート床など
- 水けのある場所(漏電しゃ断器も取り付け)：生鮮食料品店の作業場など水の飛び散る所、土間・地下室など結露の起きやすい所など

必ずお読みください。→ P.4「警告／アースを確実に取り付ける」

長い間で使用いただくために

- 庫内に付着した油、食品カス、水滴などは放置せず、調理後、庫内が冷めてから必ずふき取ってください。(さびの原因になります)

この製品は、スチームを効率よく使用できるように、気密性の高い設計になっているため、加熱終了後、庫内に水滴が付着します。冷めてから、そのつどふきんなどでふき取ってください。

また、ドアを少し開けた状態にして蒸気や熱気を逃がしたり、乾燥させたりしてください。→ P.15

「庫内を冷ます」を使うと、庫内を早く冷ますことができます。→ P.76

使用上のお願い (つづき)

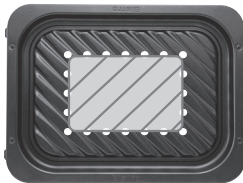
グリル皿・角皿について

■レシピブック、タッチ画面に表示された付属品をお使いください。グリル皿や角皿は、加熱方法によって使えない場合があります。
✕は使えません。 ●角皿は、電波を使うレンジ加熱調理では、火花が出るため使えません。(安全上のご注意 ➡ P.9)

加熱方法		レンジ	スチーム	グリル (両面+スチーム) (両面+片面下面)	グリル (片面上面)	オープン /発酵
グリル皿		✕	○	○	○	✕
角皿		✕	✕	✕	○	○

グリル皿：使用上の注意と食品の置き方

- グリル皿の上で金属製のへらやトンガ、包丁などは使わないでください。
表面のフッ素コートが傷付いたり、はがれたりする原因になります。
- 食品の置き方
 - 全面加熱時
グリル調理時、食品は周囲の溝にできるだけかからないように並べてください。
 - 中央加熱時(エリア加熱 ➡ P.55)
中央(枠線内の斜線部分)に食品を寄せて並べてください。
一部のメニューは線を越えることもありますが、加熱に問題はありません。
各レシピページのイラストを参照して食品を並べてください。



調理するときは

- ご使用時には必ずクリーントレー、給水タンクを取り付けた状態でお使いください。➡ P.14
- 記載の分量や食品の置き方をお守りください。分量や置き方が違うと上手にできない場合もあります。
- 仕上がりや手動加熱時間は、食品の状態(大きさ、厚み、鮮度、野菜の季節、肉・魚の脂の多少、保存状態など)によって異なります。特に冷蔵庫内のパースャルやチルドで保存された食品は、内部温度が低めに仕上がる場合があります。
- レンジ使用調理では、缶詰(金属容器)や、レトルトパウチ食品(包装の一部にアルミを使用)は、別の耐熱容器に移して加熱してください。

調理後は

- スチーム調理後、クリーントレーにたまった水は、毎回捨ててください。
調理直後にクリーントレーを外すと水がこぼれることがあります。➡ P.14
- 庫内底面にたまった湯や水滴は、冷めてからふきんなどでふき取ってください。
- 本体周辺(上部)の水滴をふき取ってください。本体の上に棚があるときなど、水滴が付くことがあります。
- 角皿・グリル皿での調理後は、高温のため必ずお手持ちのミトンなどを使い、落とさないよう両手で出し入れしてください。
熱に弱い物の上に置かないでください。

付属品・別売品



注意

レンジ(電波)を使う加熱では、容器や付属品だけで動作させない
火花が出て、庫内底面が赤熱により、異常高温になるため、やけどのおそれがあります
安全機能が働いて自動的に動作を停止することがあります。



使用上のお願い / 付属品・別売品

付属品

レシピブック 1冊
品番: A0617-14D0



角皿 2枚
品番: A0603-1S30
●熱変形防止のため平らではありません。



グリル皿(「Bistro」と刻印) 1枚
品番: A443S-14D0



樹脂ホルダー



●電波を使うレンジ加熱調理では、火花が出るため使えません。

●グリル皿の上で金属製のへらやトンガ、包丁などは使わないでください。
表面のフッ素コートが傷付いたり、はがれたりする原因になります。

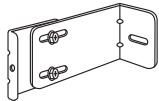
●オープンで使用しないでください。
また、260℃以上の設定の場合、側面の樹脂ホルダーが高温になり、変形するおそれがあります。

●フッ素コートがはがれたり、食品がこびり付きやすくなった場合は、買い替えをご検討ください。

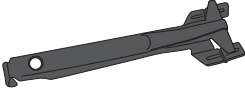
●グリル皿・角皿について ➡ P.12

別売品

電子レンジ転倒防止金具C
(電子レンジと木製壁面とを固定する金具)
品番: A195A-1K20
メーカー希望小売価格: 1,100円(税込み)
●地震対策としてもご使用いただけます。



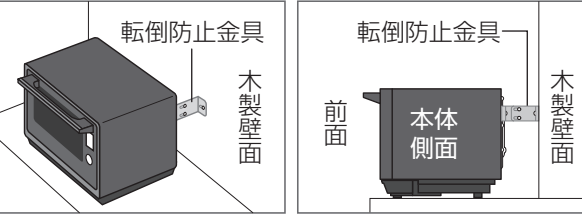
取っ手(角皿専用)
品番: A0604-1E00
メーカー希望小売価格: 880円(税込み)



ミトン 1セット(2枚)
品番: A060M-10G0
メーカー希望小売価格: 1,650円(税込み)



●設置イメージ



メーカー希望小売価格は2024年6月現在

●写真やイラストは実物と異なる場合があります。

付属品や別売品は、販売店でお買い求めいただけます。
パナソニックの家電製品直販サイトでお買い求めいただける物もあります。
詳しくはパナソニックの家電製品直販サイトをご覧ください。

パナソニックグループのショッピングサイト
<https://ec-plus.panasonic.jp/>



各部の名前



警告



電源プラグ、電源コードは本体の後面・側面と壁などにはさみ込んで使用しない
発熱や荷重によるショートで、感電、発煙、火災などの原因になります

電源プラグ

- プラグキャップが付いています。プラグを差し込む前に必ず取り外し、廃棄してください。
- 加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は、電源プラグを抜かないでください。

電源コンセント

アース端子

アース線

必ずアース端子に取り付ける。
→ P.11

吸気口（底面）

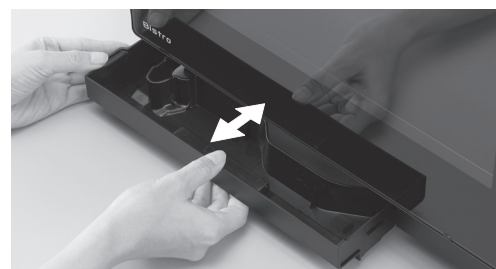
敷物の上に置いたり、本体と置き台の間に紙を入れたりして、吸気口をふさがないようにしてください。故障の原因になります。

操作部 → P.16

クリーントレー

ご使用時には、必ずクリーントレーを取り付けた状態でお使いください。食品カスや水滴、スチームの水などを受けるトレイです。

■取り付け／取り外し方



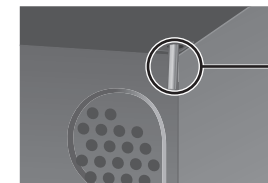
- 取り付け時には奥までしっかりと押し込んでください。
- スチーム調理後、すぐにトレイを外すと水がこぼれることがあります。しばらくたってから外してください。
- トレイ内に水がたまっている場合がありますので、気を付けて外してください。

給水タンク

スチームを使うときは、給水ふたを開け、「満水」まで水を入れてセットします。→ P.24



- ふたは外せます。「ここから開ける」と刻印されている方向から開けてください。



温度センサー
(庫内右上)

循環ファンヒーター
(庫内奥面に内蔵)

赤外線センサー
(庫内右上)
食品の表面温度を検知します。

庫内灯

スチーム吹き出し口
(庫内左上)

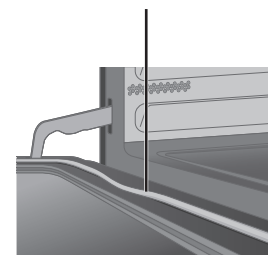
上ヒーター
(庫内上面に内蔵)

グリル皿・角皿受け
上段

中段

下段

ドアパッキン → P.89



本体庫内について
●底面は耐熱ガラス製です。
●側面はフッ素加工をしています。

ドア（ドアハンドル）

- 自動電源オフ時は、ドアを開けると庫内灯が点灯し、電源が入ります。
- 閉時の衝撃を抑えるソフトダンパー仕様です。
- ドアを少し開けた状態で固定できます。加熱後、庫内の蒸気や熱気を逃がしたり、乾燥させたりするときに便利です。(顔を近づけないでください)



注意



ドアを開けると、蒸気に気をつける
やけどのおそれがあります

各部の名前

操作部

タッチ画面(表示部)

- 画面を直接押して操作します。
- メニュー情報、メニュー番号、メニュー写真、加熱温度や加熱時間、使用する付属品と棚位置、加熱進行のアニメーションなどを表示します。

お願い

はしなど、先のとがった物で操作しないでください。
(破損の原因になります)

お気に入り

→ P.22

戻るボタン

■前の操作に戻るとき

ひとつ前の操作画面に戻り、設定しなおすことができます。
●スタート後は戻れません。

■ロックを一時的に解除をするとき

→ P.21

あたため/スタートボタン

- 毎日(初期画面)、手動、料理集画面(→ P.17)の状態を押すと「あたため」がスタートします。(自動)
- 選んだメニューや合わせた温度、時間を決定したあとに押すと加熱がスタートします。

「デモ」が表示されているとき
店頭用モードのため、調理できません

お気に入り お手入れなど

【解除方法】

- ① 毎日「レンジ」を押す。
- ② 「あたため/スタート」ボタンを4度押す。
- ③ 「取消」ボタンを4度押す。

お手入れなど

→ P.74~79

取消ボタン

■操作を取り消す(初期画面に戻る)調理を中止するとき

調理中にできばえを見たいときは、このボタンを押さずに、ドアを開けて確認します。
ドアを閉め、「あたため/スタート」ボタンを押すと、調理を再開します。

無線LANランプ

ビストロと無線LANルーターの接続や通信状況や接続状況をランプの点灯・点滅で表示します。
→ P.93

■自動電源オフ機能(省エネ機能)

1分間操作をしないと、画面が薄暗くなりタッチ操作ができなくなります。
また、操作後や加熱後、しばらくすると自動で電源が切れ、画面が真っ暗になります。
電源が切れる時間は、調理したメニューなどにより異なります。(約2~15分)
ただし、画面が真っ暗でも、無線LANに接続中(ランプが点灯中)は電源は切れていません。

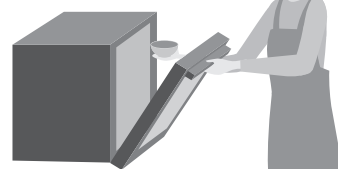
■電源を入れるには

自動電源オフ時は、ドアを開けると電源が入り、表示部に初期画面(毎日画面)を表示します。
通常は、電源プラグを差し込むと電源が入ります。

お願い

加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

ドアを開けると電源が入ります



タッチ画面について

毎日(初期画面)

電源プラグを差し込むと電源が入り、毎日(初期画面)が表示されます

レンジ(手動) → P.56

- スピード機能の設定ができます。

トースト → レシピブック P.130
パンのあたため → P.42

あたため色々(自動) → P.32~39

お気に入り → P.22

おまかせグリル → P.48

飲み物(自動) → P.40

解凍/ゆで野菜(自動) → P.44~47

お手入れなど → P.74~79

- 自動のお手入れが設定できます。
- 「庫内を冷ます」や「食器清潔」もあります。

手動

●手動メニュー(手動加熱)とは
オープンや発酵の温度、加熱時間などを設定して加熱するメニュー



グリル → P.59~61

スチーム → P.62

設定 → P.18~20
無線LAN機能や初期に戻すなどの設定ができます。
「初期に戻す」で無線LAN機能の初期化もできます。

オープン → P.64~66

発酵 → P.67

ロック → P.21
操作ができないようにロックすることができます。

料理集(自動)

●自動メニュー(自動加熱)とは
レンジの出力、オープンなどの温度、加熱時間などの設定が不要な加熱メニュー

自動メニューを色々な方法で検索できます



ワンボウルおすすめ → P.51

材料で選ぶ → P.52

名前で選ぶ → P.52

りれき → P.55

グリル皿おすすめ → P.51

アプリ連携 → P.52

番号で選ぶ → P.53

タッチ画面について (つづき)

設定

無線LAN

手動 [設定] から [無線LAN] を選ぶ。



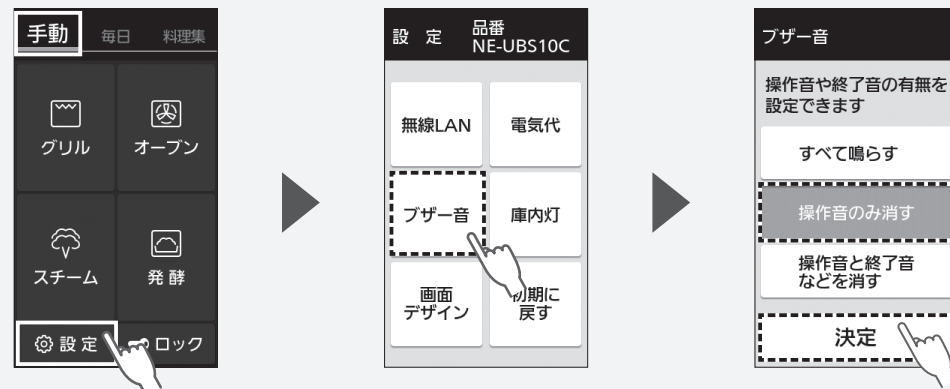
- 専用アプリを使うための準備などで使うことがあります。
- 専用アプリの準備について → P.92

ブザー音

■ブザー音の設定を変えたいときは

操作音や終了音を消したり、鳴らしたりできます。

手動 [設定] から [ブザー音] を選び、お好みの設定を選んで [決定] を押す。



- 工場出荷時は「すべて鳴らす」の設定になっています。
- 終了音などには、取り出し忘れ防止ブザー音、一部の自動メニューやオープンの予熱完了ブザー音などが含まれます。
- ブザー音を「操作音と終了音などを消す」に設定しているときは、一部の自動メニューやオープンの予熱完了ブザーも鳴りません。予熱時間は各メニューを参考に予熱完了の表示をご確認ください。
ただし、「クエン酸洗浄」では手順途中のブザー音が鳴ります。(→ P.78 手順 4)

電気代

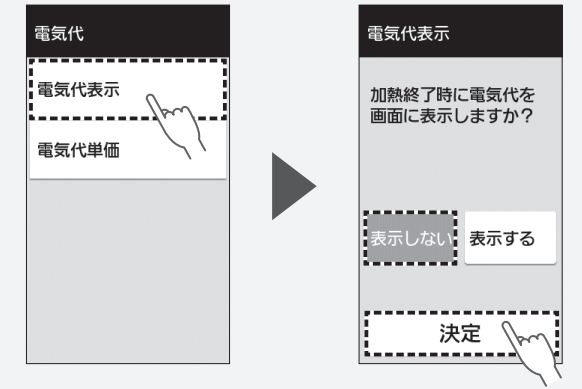
■加熱後、電気代を表示させたくないときは

●工場出荷時は [表示する] 設定にしています。

① 手動 [設定] から [電気代] を選ぶ。



② [電気代表示] の [表示しない] を選び、[決定] を押す。



●【「表示しない」に設定しました】と表示します。3秒後、初期画面に戻ります。

■電気代の単価の設定を変えたいときは

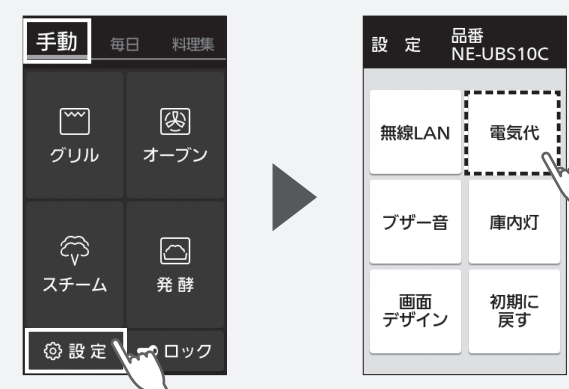
●表示する電気代は、本体で記録した消費電力と電気代単価を基に算出しています。

電気代単価は、工場出荷時 31 円 / kWh で設定していますがご家庭に合わせて設定単価を 1 ~ 99 円に変更できます。

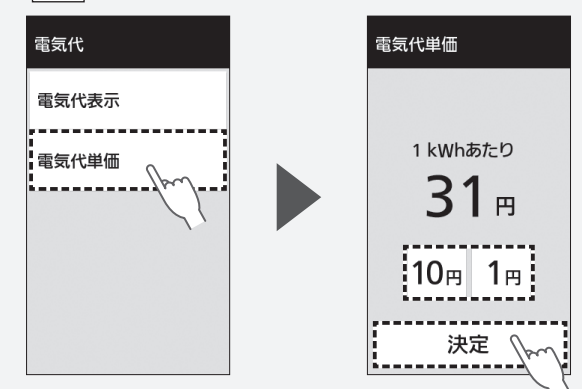
●電気代単価は、各ご家庭と電力会社との契約により異なります。

電力会社より発行される「電気ご使用量のお知らせ」などでご確認ください。

① 手動 [設定] から [電気代] を選ぶ。



② [電気代単価] を選び、1 kWh あたりの電気代単価を設定し、[決定] を押す。



[10 円] を押すと: 10 の位を変更します。

[1 円] を押すと: 1 の位を変更します。

[10 円]、[1 円] を押しつづけると早送りします。

●設定した電気代単価を表示します。
3秒後、初期画面に戻ります。

電気代表示について

●加熱後、電気代の目安を表示します。

●「あたため」ボタン、[毎日] [あたため色々] の [好み温度]、[毎日] [飲み物]、[毎日] [お手入れなど] は加熱後ドアを開けると電気代表示は消えます。
(ただし、[お手入れなど] の [洗浄・水抜き]、[庫内を冷ます] は表示しません)

●電気代表示は、0 ~ 99.9 円まで 0.1 円単位 (0.1 円未満は四捨五入)、100 ~ 999 円まで 1 円単位で表示されます。

●使用時間の短いときや消費電力量の少ないときは約 0.0 円と表示されることがあります。

お知らせ

表示される電気代は、計量法で定められた算出方法と異なるため、公的な取り引きに用いることはできません。

電気代はあくまでも目安であり、ご使用機能、加熱時間、周囲の環境、開始時の庫内の温度などによって異なります。

(表示例)

終了しました
電気代
約 1.2 円

タッチ画面について (つづき)

設定 (つづき)

庫内灯

■庫内灯の設定を変えたいときは

- 工場出荷時は「点灯」設定にしています。

① 手動 [設定] から [庫内灯] を選ぶ。

② 「加熱中」「ドアを開けたとき」の設定を選択し [決定] を押す。

- 設定した内容を表示します。3秒後、初期画面に戻ります。

初期に戻す

■初期(工場出荷時)に戻したいときは

変更した設定やメモリー内容、無線LAN接続、料理集 [アプリ連携] や 毎日 [お気に入り] に保存されたメニューもすべて工場出荷時の初期設定に戻ります。

① 手動 [設定] から [初期に戻す] を選ぶ。

② [決定] を押す。

- 「初期に戻しました」と表示します。3秒後、初期画面に戻ります。

画面デザイン

■画面デザインの変更をしたいときは

毎日、手動、料理集 の最初の画面のデザインが変更できます。

① 手動 [設定] から [画面デザイン] を選ぶ。

② お好みの画面デザインを選び、[決定] を押す。

([決定] を押さないと画面変更が完了しません)

ロック

●すべての操作を受け付けません。また、自動電源オフ機能が働いたり、電源プラグを抜いたりしてもロックは継続されます。

■画面にロックをかけたいときは

手動 [ロック] を押す。

■ロックを解除したいときは

[解除 (3秒押し)] を長押しします。

■一時的にロックを解除したいときは

「ロック中」画面の表示中に「戻る」ボタンを3秒間押す。

お知らせ

画面「ロック中」に専用アプリからメニュー(加熱情報)を受信しても画面は変わりません。

ロック解除後に 料理集 [アプリ連携] から確認できます。

ヒント

使い方のヒントは本書でも説明していますが、画面上でも確認ができます。

■ 毎日 画面のボタン (例: お好み温度)

■ 料理集 画面のボタン (例: No.199 乾物を戻す)

下表の項目とメニューにはヒントボタンが画面に表示されます。

	項目／メニュー番号	メニュー		内 容
毎日	飲み物	牛乳・コーヒー、酒かん		分量、容器など
	あたため色々	お好み温度		設定温度や分量など
		フライ、スチームあたため、中華まん		分量、仕上がり調節、置き方、ラップする、しないなど
	トースト／パン	パンあたため	惣菜パンあたため	分量、仕上がり調節、置き方
			ロールパンあたため	
			フランスパンあたため	
	解凍／ゆで野菜	スチーム全解凍、スチーム半解凍		分量や上手に解凍するコツなど
ゆで葉果菜、ゆで根菜		野菜別の分量、ゆで方など		
料理集	No.192～197	離乳食用ゆで野菜		野菜別の分量、ゆで方など
	No.198	うなぎのかば焼きあたため		分量、仕上がり調節
	No.199	乾物を戻す		ラップのしかたなど

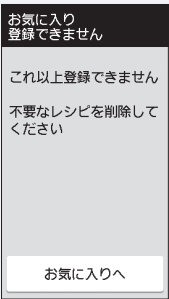
お気に入りについて

毎日の「お気に入り」に、ふだんよく使うメニューや自動加熱などを32件登録できます。
また、かんたんに呼び出して操作できます。

お気に入りに登録する



- 32件まで登録できます。
32件以上登録しようとすると、右図の画面が表示されます。
お気に入りから1つメニューを削除してください。
- 毎日の「トースト/パン」「飲み物」「あたため色々」「おまかせグリル」「解凍/ゆで野菜」「レンジ」の「運動」からは登録できません。



メニュー画面から登録するとき

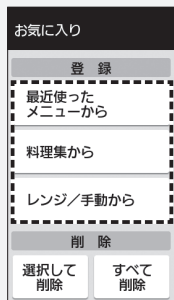
登録したいメニュー画面を表示させ、画面右上の☆を押し、[はい]を押す。(☆が黄色に変わります)



- すでに登録されているメニューは★が黄色になっています。
★を押すとお気に入りから削除できます。

毎日の「お気に入り」の登録/削除から登録するとき

- ① 毎日の「お気に入り」を選び、② 「登録」の3つから選び、メニューを選び登録する。
登録/削除を押す。



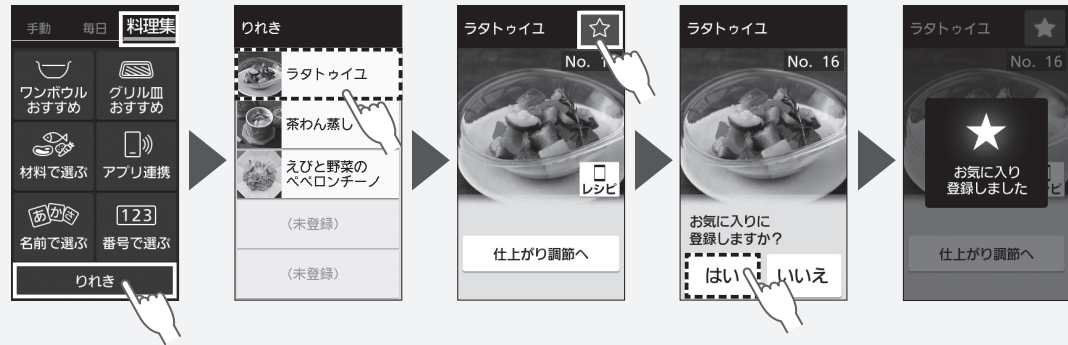
- 最近使ったメニューから
最近使ったメニュー※から登録
※自動と手動を合わせて5件まで表示されます。
レンジの「運動」は記憶されていません。

- 料理集から
料理集 からメニューを選び登録
→ メニュー検索のしかた P.51～53

- レンジ/手動から
自動加熱の種類や出力、温度、加熱時間を設定し登録
→ 自動加熱の設定のしかた P.56～67
・ レンジの「運動」は登録できません。

料理集「りれき」から登録するとき

料理集「りれき」を選び、登録したいメニュー画面を表示させ、画面右上の☆を押し、[はい]を押す。



お気に入りを呼び出す

登録しているお気に入りのメニューを呼び出す

毎日の「お気に入り」を選び、呼び出したいメニューを選ぶ。



お気に入りを削除する

登録しているお気に入りのメニューを削除する

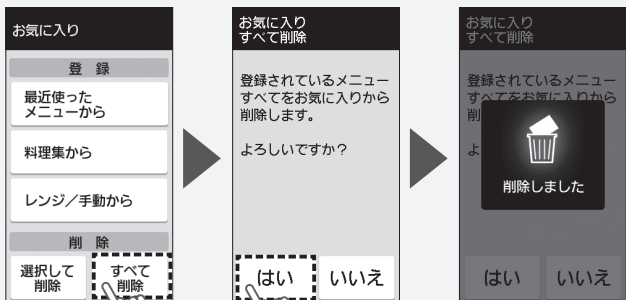
- ① 毎日の「お気に入り」を選び、登録/削除を押す。
- ② 「選択して削除」または「すべて削除」を選ぶ。



「選択して削除」を選んだ場合、削除したいメニューを選んで「削除」を押す。



「すべて削除」を選んだ場合、[はい]を押す。



使いこなしのポイント

準備するとき

■スチームを使うときは

給水タンクに満水まで水を入れ、クリーントレーを取り付ける

- ①給水タンクを取り出す。
- ②給水ふたを開け、「満水」の線まで水を入れる。
(水を入れすぎるとタンクカバーのすき間に水がたまり、こぼれることがあります)



- ③給水ふたをしっかりと閉め、タンクを水平に持ち、奥に当たるまで差し込む。
(斜めに持つと水漏れすることがあります)
- ④加熱時は、必ずクリーントレーを奥までしっかり押し込んで取り付けてください。➡ P.14

- 水は、毎回入れかえてください。
- 塩素消毒されている水道水をおすすめします。
カビや雑菌が発生しやすくなるため、次の水を使うときは、毎回給水タンクを洗ってください。
- 浄水器の水 ●アルカリイオン水
- ミネラルウォーター ●井戸水など

異常ではありません!

スチームを使うと...

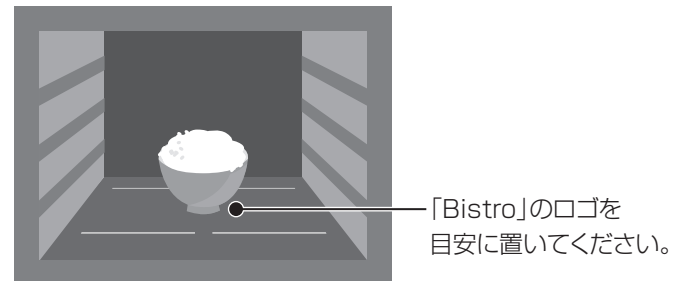
- 蒸気がドアの周囲から少し漏れることがあります。
- 終了後、庫内底面や側面に湯または水滴が付くことがあります。
冷めてからふきんなどで、そのつどふき取ってください。

- 調理後は、クリーントレー、タンクカバーにたまった水を、毎回捨ててください。
- タンクへの給水忘れを防ぐために、スチームを使うメニューを選ぶと、表示部に「水確認」を点滅表示します。
タンクに水が入っていても表示します。
加熱をスタートすると表示は消えます。

食品を入れるとき

■食品は

容器に入れ、庫内中央に置く



加熱方法によっては、付属のグリル皿や角皿が必要です。
➡ P.12

■解凍で

庫内が熱いときは、冷まして使うか、手動で加熱する

ヒーター加熱後など、庫内が熱いときは赤外線センサーがうまく働かないため「U50」を表示することがあります。
「U50」について ➡ P.90

- 「庫内を冷ます」を使って庫内を早く冷ますと、自動メニューで加熱することができます。
「庫内を冷ます」について ➡ P.76
- 庫内が熱くても「取消」ボタンを押して、毎日「レンジ」で加熱できます。
「加熱時間の目安」➡ P.68～70

設定するとき

■時間設定などに

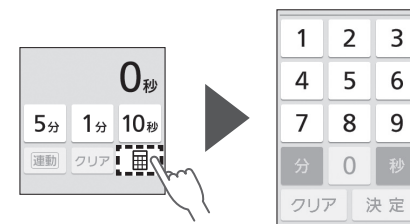
便利な早送り機能があります (オートカウントアップ機能)

時間を合わせるときなど、押しつづけると時間が進みます。
長い時間を設定するとき便利です。
最大設定時間は、各使い方のページをご覧ください。

■時間設定に

0-9の数字キーが使えます

を押すと、下図のような画面を表示します。
数字を入力し、時間を設定します。

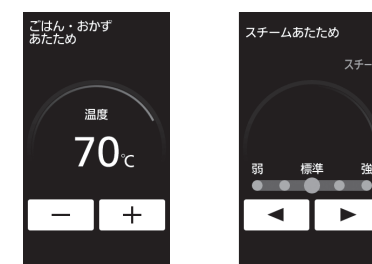


60秒以上の秒設定をした場合、分表示に自動的に変換されます。
(例: 300秒 [決定] ➡ 5分00秒と表示されます)

■あたためや自動メニューはスタート後にも

温度や仕上がりを変えられます

下図のような画面を表示中(スタート後、約14秒間)に
 または で変更できます。



スタート前にも、メニュー選択中に温度や仕上がりを変えられます。

加熱後は

■取り出すときは

熱いので気を付ける

- 角皿やグリル皿は、必ずお手持ちのミトンなどを使い、落とさないよう両手で取り出してください。
熱に弱い物の上に置かないでください。
- あたためなどで熱くなった容器は、ふきんなどを使って、取り出してください。

■お知らせ

- 庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)
- 加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。
- 加熱後、ドアを少し開けた状態にして蒸気や熱気を逃がしたり、乾燥させたりしてください。(顔を近づけないでください) ➡ P.15
「庫内を冷ます」を使って、庫内を早く冷ますことができます。➡ P.76

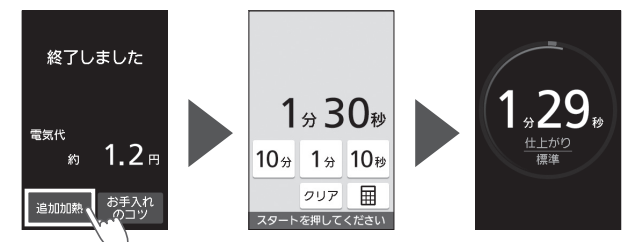
■加熱が足りないときは

追加加熱をする

- 加熱終了後、「追加加熱」を押し、時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押してください。

<追加加熱できる時間>

- 自動メニュー: 最大10分まで
- 手動メニュー: 各使い方のページの最大設定時間をご覧ください。



- 追加加熱の画面表示が消えたときは、各使い方のページを見ながら、再度、設定して加熱してください。
- 追加加熱を取り消したいときは、「取消」ボタンを押してください。

■長い間で使用いただくために

お手入れする

- 加熱終了後、一部のメニューで「お手入れのコツ」が画面に表示されます。➡ P.79
- グリル皿のフッ素コーティングを長持ちさせるために、すぐに湯で洗うか、湯につけ置きして洗ってください。
➡ P.72

使える容器・使えない容器

レンジ		レンジ加熱
		(300Wスチームは、レンジ+スチーム加熱)
⚠ 警告 ⊘ 「あたため」ボタン、毎日 あたため色々 お好み温度 であたためるとき、毎日 解凍/ゆで野菜 ゆで葉果菜、ゆで根菜 ではふた、およびふた付きの容器は使用しない 容器にふたをして加熱すると、赤外線センサーが検知できずに、食品が発火や発煙するおそれがあります		
⊘ 使えます	陶器、磁器、耐熱ガラス	●ただし、次の器は使えません。 ●金銀模様の器(火花が出る) ●色絵の付いた器(はげる) ●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。
	耐熱140℃以上のプラスチック、ラップ、シリコン容器 (熱に弱い「ふた」に注意)	●ただし、次の物は使えません。 ●油脂や糖分の多い食品(高温になる) ●密閉したふたや袋 ●「電子レンジ使用可能」表示のない容器
✕ 使えません	金属容器、アルミホイル、金ぐし	●付属の角皿、金あみや金属製の焦げ目付け皿なども使えません。 ➡ 安全上のご注意 P.9
	耐熱140℃未満のプラスチック	●高温になり、溶けたり、変形したりします。
	ポリエチレン、メラミン、フェノール、ユリア樹脂	●電波で変質します。
	漆器	●塗りがはげたり、ひび割れしたり、燃えたりします。
	耐熱性のないガラス	●カットガラスや強化ガラスも溶けたり、割れたりします。
	紙製品、木製容器	●市販の発熱体を使用した容器などで加熱すると、異常高温になり、安全機能が働いて自動的に動作を停止することがあります。 ●針金を使っている物は燃えやすくなります。 ●ただし、耐熱加工されているクッキングシートはレシピに従って使うことができます。
スチーム		スチーム加熱
⊘ 使えます	陶器、磁器、耐熱ガラス、金属容器、アルミホイル、金ぐし、耐熱加工されている紙製品や木製容器	●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。 ●缶詰やレトルトパウチ食品をあたためることができます。 ➡ P.71
	耐熱140℃以上のプラスチック、ラップ、シリコン容器 (熱に弱い「ふた」に注意)	●ただし、次の物は使えません。 ●油脂や糖分の多い食品(高温になる) ●密閉したふたや袋
✕ 使えません	耐熱140℃未満のプラスチック	●高温になり、溶けたり、変形したりすることがあります。
	漆器	●塗りがはげたり、ひび割れたりすることがあります。
	耐熱性のないガラス	●カットガラスや強化ガラスも割れることがあります。

- 加熱の種類の詳細については、「加熱のしくみ」をご参照ください。➡ P.28
- 「食器清潔」で除菌ができる食器(使えない食器)について➡ P.75

グリル両面		レンジ+ヒーター加熱
グリル両面+スチーム		レンジ+ヒーター+スチーム加熱
グリル片面(下面)		レンジ加熱
⊘ 使えます	陶器、磁器、耐熱ガラス	●ただし、次の器は使えません。 ●金銀模様の器(火花が出る) ●色絵の付いた器(はげる) ●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。
	オーブンやグリル用以外のプラスチック、ラップ	●高温になり、溶けます。
✕ 使えません	金属容器、アルミホイル、金ぐし、シリコン容器	●付属の角皿、金あみや金属製の焦げ目付け皿も使えません。 ➡ 安全上のご注意 P.9
	漆器	●塗りがはげたり、ひび割れしたり、燃えたりします。
	耐熱性のないガラス	●カットガラスや強化ガラスも溶けたり、割れたりします。
	紙製品、木製容器	●針金を使っている物は燃えやすくなります。 ●ただし、竹ぐし、耐熱加工されているクッキングシートはレシピに従って使うことができます。
グリル片面(上面)		ヒーター加熱
オープン		
⊘ 使えます	陶器、磁器、耐熱ガラス	●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。
	金属容器、アルミホイル、金ぐし、シリコン容器※	●ただし、取っ手が樹脂の物は溶けるため、使えません。 ※シリコン容器は、オープンのみで使えます。 容器に記載された耐熱温度以下でお使いください。 グリル上面では使えません。
✕ 使えません	オーブンやグリル用以外のプラスチック、ラップ	●高温になり、溶けます。
	漆器	●塗りがはげたり、ひび割れしたり、燃えたりします。
	耐熱性のないガラス	●カットガラスや強化ガラスも溶けたり、割れたりします。
	紙製品、木製容器	●ただし、次の物はレシピに従って使えます。 ●竹ぐし、硫酸紙 ●耐熱加工されているクッキングシート、オープンシート (オープンではパッケージ記載の耐熱温度内で使用可)
発酵		ヒーター加熱
		(スチームありは、ヒーター+スチーム加熱)
⊘ 使えます	陶器、磁器、耐熱ガラス、金属容器、アルミホイル、耐熱110℃以上のプラスチック、ラップ、シリコン容器※	●ただし、密閉したふたや袋は使えません。 ※シリコン容器は、ヨーグルトなどでの使用は、衛生上不向きのため使えません。
	耐熱110℃未満のプラスチック、ラップ	
✕ 使えません	漆器	●塗りがはげたり、ひび割れたりすることがあります。
	耐熱性のないガラス	
	紙製品、木製容器	●ただし、耐熱加工されているクッキングシート、オープンシート、硫酸紙はレシピに従って使うことができます。

使える容器・使えない容器

加熱のしくみ

レンジ

加熱方法



800~150W
レンジ加熱



300Wスチーム
レンジ+スチーム加熱

加熱のしくみ メニュー例など

電波の作用で、食品の水分子が激しく衝突し合い、摩擦熱を起こします。その結果、食品の表面と内部がほぼ同時に加熱されます。

■電波の性質

食品や水分には吸収。

陶器やガラスは透過。

金属には反射。

電波とスチームで食品を加熱し、しっとりふっくら仕上げます。

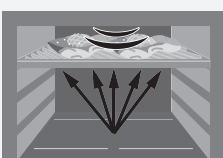
メニュー例：いちご大福



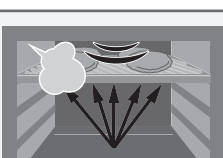
- スチームは、スタートして約1分後に出来ます。
- 調理時はスチームが出るため、ふた(ラップ)なしで加熱します。

グリル

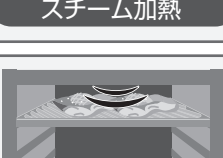
加熱方法



グリル両面
レンジ+ヒーター加熱



グリル両面+スチーム
レンジ+ヒーター+スチーム加熱



グリル片面(上面)
ヒーター加熱



グリル片面(下面)
レンジ加熱

加熱のしくみ メニュー例など

電波と上ヒーターで食品を加熱します。裏返しの手間なく焼けます。

メニュー例：塩さば・塩だけ・手羽元の香味焼きなど



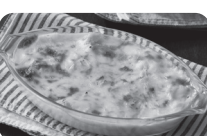
電波と上ヒーターとスチームで食品を加熱し、ふっくらこんがり仕上げます。

メニュー例：ハンバーグ・鶏の照り焼き・ミートローフなど



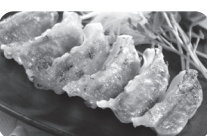
上ヒーターのみで食品を加熱します。上面の追加加熱ができ、食品の上面のみ焼き色を付けられます。

メニュー例：グラタンなどの、上面を焼くときに



電波のみで食品を加熱します。下面の追加加熱ができ、食品の下面のみ焼き色を付けられます。

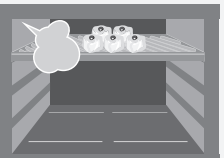
メニュー例：ぎょうざの追加加熱など



- 「グリル」両面の加熱時間は、レシピブックの加熱時間を参考にしてください。設定を長くしすぎると、底面が焦げる場合があります。
- 焼き色が薄い場合は、様子を見ながら追加加熱をしてください。
- 脂が少ない肉や魚は、焼き色が付きにくくなります。
- 「グリル」両面、「グリル」下面でグリル皿に触れていない部分は、焼き色が付きません。

スチーム

加熱方法



スチーム
スチーム加熱

加熱のしくみ メニュー例など

スチームで食品を加熱し、蒸し上げます。

メニュー例：●蒸しプリン・しゅうまい・鶏ハムなど
●缶詰やレトルトパウチ食品のあたため(缶詰はふたを外す)



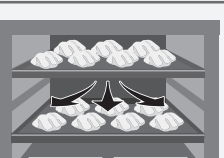
- スチームは、スタートして約1分後に出来ます。
- 調理時はスチームが出るため、ふた(ラップ)なしで加熱します。ただし、茶わん蒸しは共ぶた、鶏ハムはラップが必要です。

オーブン／発酵

加熱方法



オーブン(1段)
ヒーター加熱



オーブン(2段)
ヒーター加熱

加熱のしくみ メニュー例など

上ヒーターと循環ファンヒーターで加熱します。

メニュー例：スポンジケーキ・山形食パン・ローストチキンなど



循環ファンヒーターで加熱します。

メニュー例：シュー・クッキー・バターロールなど



- 加熱中は庫内温度を保つため、ドアの開閉は控えめにしてください。
- 加熱後は、焦がさないために、すぐに取り出してください。
- 焼きムラが気になる場合は、加熱途中で、食品の前後などを入れかえてください。
- オーブン加熱では、熱風による影響で焼きムラになるため、中段は使えません。
- 「発酵」は30~65℃まで。スチームあり、なしが選べます。パンなどは2段の発酵もできます。

加熱のしくみ

28

29

あたためる

あたため



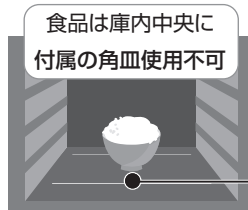
上手にあたためるために
P.34の「注意とコツ」を
必ず読んでください

- 食品により、ラップをします。→ P.36
- 必ず、食品の分量にあった耐熱容器を使って加熱します。
- 市販の冷凍食品(レンジ用)や加工食品などは、パッケージの指示に従ってください。「あたため」ボタンではうまくできません → P.35

1 品をスピーディーに

レンジ加熱

準備

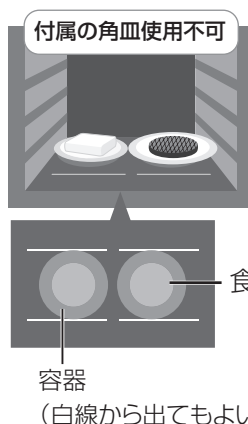


- 分量は50～500gまで(冷凍ごはんは300gまで)
- ラップは少しすき間をあけます。(密閉は破裂の原因)
- スープやみそ汁はマグカップを使えません。(沸とうするおそれ)
- 冷凍ごはんは耐熱性の平皿などにのせて加熱します。
- 「Bistro」のロゴを目安に置いてください。

ごはんやおかずを2品同時に

レンジ加熱

準備



- 常温のごはんとおかず以外にも、冷凍を含む2品があたためられます。
- 65℃以上に設定します。
(60℃以下に設定した場合、うまくあたたまらないことがあります)
- 1品約50～250gまで。それぞれ食品の分量はほぼ同量に。
- 食品を中央より離してイラストの白線の間に置きます。
(赤外線センサーでうまく2品と判定させるため)
- 2品あたために向かない食品
 - ・スープ、みそ汁などの汁物
 - ・たれ、ソースのかかった食品
 - ・冷凍カレー、冷凍シチュー
 - ・市販の冷凍食品、加工食品(自動あたため不可の食品)
- 冷凍を含む2品のときは
八宝菜、肉だんごなどのあん物、汁けの多い煮物は上手にあたためられません。
- 上記以外にも、冷凍を含む2品の場合、食品の種類や分量の組み合わせによってうまくあたたまらない場合があります。



警告



「あたため」ボタン、毎日 あたため色々 お好み温度 であたためるときは

- 50g未満の食品は45℃以上であたためない
赤外線センサーが検知できずに、発火や発煙するおそれがあります
毎日「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。
- 粒入りスープ※はあたためない(※コーンの粒やあさりなどが入ったスープ)
具が飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります
ラップをして、毎日「レンジ」500Wで様子を見ながら加熱してください。→ P.68
ただし、「スピード」ボタンを使わないでください。
- ふた、およびふた付きの容器は使用しない
容器にふたをして加熱すると、赤外線センサーが検知できずに、食品が発火や発煙するおそれがあります

1

「あたため」ボタンを押すだけ
(加熱開始)



- 現在温度は
 - ・約50秒後から表示します。
 - (短い時間で加熱が終了するとき、表示しない場合があります)
 - ・0℃未満は表示しません。

■仕上がり温度を変えるときは $\square$ $\square$ を押す(温度の目安 → P.32)



- スタート後、左図画面を表示中(約14秒間)に変更できます。
- 45～90℃まで。
・5℃刻みで合わせられます。
(工場出荷時の設定: 70℃)
- メモリー機能
55～75℃に設定した場合、その温度は記憶され、次の加熱時に表示されます。

ヒーターやスチームを使った加熱後は、
あたための加熱時間が長くなる場合があります。

■加熱不足のときは追加加熱をする

取り出して混ぜたり、並べかえたりして 毎日「レンジ」600Wで、様子を見ながら加熱します。

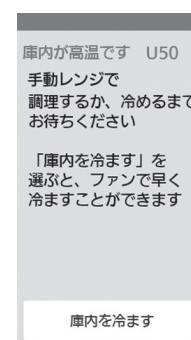
■庫内が高温のときのあたため



- 「庫内高温」を表示したら
 - 2品同時にあたためられません
「取消」ボタンを押し、1品ずつ別々にあたためてください。
 - 1品をあたためるとき
温度設定はできませんが、すぐにあたためることができます。
仕上がり「強」「弱」で調節します。
・仕上がりを変えるとき
スタート後、左図画面を表示中(約14秒間)に $\square$ $\square$ で変更できます。
 - ラップや熱に弱い容器を使うと、変形や溶けの原因になります。

「U50」を表示したら

- 「庫内を冷ます」を使って庫内を冷ますと「あたため」ボタンで加熱できます。
→ P.76、90



ワンタッチで
自動であたため



自動で加熱する

あたためる

あたため

あたためる

お好み温度／スチームあたため

1品を-10~90℃のお好み温度に

人肌にしたいベビーフードや、カチカチに凍ったアイスクリームなども食べやすくなります。

レンジ加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

- 食品により、ラップをします。→ P.36
- 必ず、食品の分量にあった耐熱容器を使って加熱します。
- 必ずお読みください
→ P.30「警告」

上手にあたためるために
P.34の「注意とコツ」を
必ず読んでください

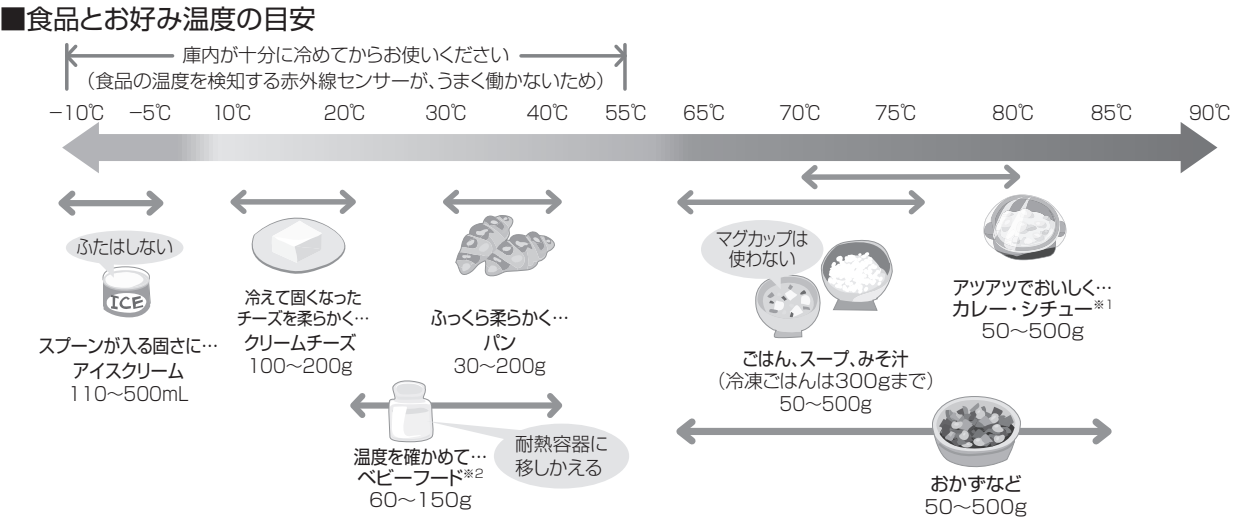
1 毎日の
あたため色々
を選ぶ

2 を押して
温度を合わせる

3 スタートする
(加熱開始)

- スタート後に温度変更はできません。
- 現在温度は
・約50秒後から表示します。
(短い時間で加熱が終了するときは、
表示しない場合があります)
- ・0℃未満は表示しません。
- メモリー機能
-10~75℃に設定した場合、その温度は
記憶され、次の加熱時に表示されます。

- 10~90℃まで。
・5℃刻みで合わせられます。
(工場出荷時の設定: 40℃)
- ヒント**について → P.21



※1 冷凍カレーやシチューは、ラップをして
毎日「レンジ」600Wで加熱後、
混ぜてください。→ P.68

※2 冷凍したベビーフードは、あたためられません。

お知らせ
赤外線センサーは食品の表面温度を読み取るため、
食品の内部温度は、設定温度と異なる場合があります。
内部の温度は、食品の種類や厚みなどによって設定温度
より高くなったり、低くなったりすることがあります。

スチームでしっとり

スチームで食品の乾燥を防いで、しっとり、ふっくらあたためます。

レンジ+スチーム加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

- 分量は100~500gまで(冷凍ごはんは300gまで)
- ラップはしません。
(ただし、冷凍ごはんはラップをしたままで加熱できます)
- 異なる食品は同時にあたためられません。
- 市販の冷凍食品(レンジ用)や加工食品などはパッケージの指示に従ってください。
「スチームあたため」ではうまくできません → P.35

1 毎日の
あたため色々
を選ぶ

2 スチームあたためを
選ぶ

3 スタートする
(加熱開始)

- 「U50」を表示したら、「取消」ボタンを
押して 毎日「レンジ」300Wスチームで
加熱してください。→ P.56、90
- 庫内を冷ます**を使って庫内を冷ますと
自動メニューで加熱できます。
→ P.76、90
- スチームを出してあたためるため、
レンジ加熱のみのあたためより
時間がかかります。

■仕上がりを変えるとき(5段階)

- スタート後も、上図画面を表示中(約14秒間)に で変更できます。
- 小さな切り身魚や小魚などは、脂の具合や形状によってははじけることがあるので仕上がり「弱」で。
- 残り時間は途中から表示します。(短い時間で終了するときは、表示しない場合があります)

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 追加加熱の画面を表示中(6分間)に、時間(最大10分)を合わせてスタートします。→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、取り出して混ぜたり、並べかえたりして
毎日「レンジ」300Wスチームで加熱します。→ P.56

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

自動で加熱する
あたためる
お好み温度／スチームあたため

あたためるときの注意とコツ

■以下の食品をあたためるときは安全上、「あたため」ボタン、**毎日** **あたため色々** **お好み温度** の45℃以上に設定しないでください（安全上のご注意 ➡ P.5～10）

食品	加熱方法 または 注意事項
●少量や指定分量以外の食品 ●50g未満の食品（45℃以上に設定の場合） ●ふた、およびふた付きの容器に入った食品	赤外線センサーで正しく検知できず、加熱しすぎによる発火や発煙のおそれ 毎日 「レンジ」600Wまたは500Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68 ●少量や指定分量以外の食品は、600Wで ●ふた、およびふた付きの容器は、様子を見ながら
●油脂の多い液体（バター、生クリーム、オリーブ油など） ●粒入りのスープ（コーンの粒やあさりなどが入ったスープ）	突然沸とうして飛び散るおそれ 毎日 「レンジ」500Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68 ●「スピード」ボタンを使わない ●油脂の多い液体や粒入りスープは、ラップをして500Wで ●バターはふたをして、500Wで
●牛乳、コーヒー、お茶、ジュース、水など ●お酒	突然沸とうして飛び散るおそれ 毎日 「飲み物」牛乳・コーヒー または 酒かん で加熱する ➡ P.40
●割りほぐしていない卵、ゆで卵（殻付き・殻なし） ●ぎんなんなどの殻や膜のある食品 ●ふた・せんなどを閉めた容器、ビン、密閉状態の食品	破裂によるけがのおそれ 毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する ●卵は割りほぐす ●ぎんなんなどの殻や膜には割れ目を入れる ●ふた・せんは外す。（レンジ用のふたやラップはすき間をあける）
●お弁当	容器の変形や溶けるおそれ 毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68 ●ふたやラップを外し、ゆで卵やアルミケース・調味料は取り出す

■以下の食品は「あたため」ボタン、**毎日** **あたため色々** **お好み温度** の45℃以上を選ぶと上手にあたためられません。

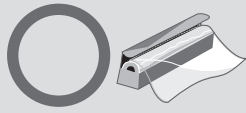
食品	加熱方法 または 注意事項
●中華まん	皮が固くなったり、具が熱くなりすぎたりします 毎日 あたため色々 中華まん で加熱する ➡ P.38
●フライ・天ぷら	サクッとあたためません 毎日 あたため色々 フライ で加熱する ➡ P.39
●クリームチーズ、アイスクリーム	溶けます 毎日 あたため色々 お好み温度 で温度を合わせて加熱する ➡ P.32
●ベビーフード、介護食	熱くなりすぎるおそれ
●パン	固くなります 毎日 「トースト/パン」パンあたため で加熱する ➡ P.42
●冷凍カレー、市販の冷凍食品・加工食品、500gを超える食品	うまくあたためません（加熱ムラ） 毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68 ●市販の食品は、パッケージの指示に従う
●乾干物・ポップコーン・冷凍したゆで野菜	加熱しすぎになります 毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68
●いかなどのはじけやすい食品	毎日 「レンジ」300Wで様子を見ながら加熱する ➡ P.68

■あたためるときにコツが必要な食品

食品	加熱方法 または コツ
●カレー、シチュー	●具がはじけるため、深めの耐熱容器に入れ、必ずラップをする。また加熱後、必ず混ぜる
●たれがかかった食品	●たれが飛び散るおそれがあるため、必ずラップをする
●おかず、汁物	●赤外線センサーをうまく検知させるため、広口で浅めの耐熱容器を使う
●厚み、大きさが不均一な2つの食品	●食品の厚みや大きさ、分量などをそろえる ➡ P.30
●分量に合わない器に入れた食品	●食品の分量に合った耐熱容器であたためる

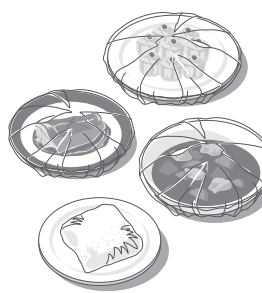
あたためるときの注意とコツ (つづき)

ラップをする／しないのコツ



ラップをする

- 蒸し物
- 冷凍した食品 など

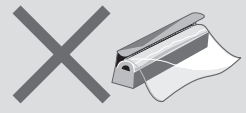


水分を逃がさずしっとりさせたい食品や、はじけやすい食品など。

- しゅうまいなどの蒸し物
- カレー・シチュー
- 煮魚
- たれがかかった食品
- 冷凍ごはん
- 冷凍した食品

*耐熱性の平皿にのせる。

● カレー・シチューは「スチームあたため」時でもラップをしてください。



ラップをしない

- 焼き物
- 揚げ物
- 炒め物
- 汁物 など



水分を逃がしてパリッとさせたい食品や、十分に水分のある食品など。

- ごはん
- みそ汁・スープ*
- 野菜炒め
- 焼きそば
- ハンバーグ
- 焼き魚
- フライ・天ぷら
- 肉じゃが

※ コーンの粒やあさりなどが入ったスープはラップをしてください。➡ P.34
ただし、「スピード」ボタンを使わないでください。

ラップはゆったりおおいましょう
密閉すると破裂することがあります。(安全上のご注意 ➡ P.6)

冷凍ごはんなどはラップの重なりを下にしましょう
重なりを上にすると上手にあたたまりません。





注意

レンジ(電波)を使う加熱では、レトルトパウチ食品などはあたためない
火花が出て、発火、発煙、食品の破裂、ドアガラスの割れ、庫内底面の赤熱による割れなどで、けが、やけどのおそれがあります

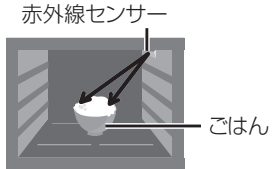
● レトルトパウチ食品は、パッケージの指示に従って加熱してください。

あたため時のエコナビ運転について

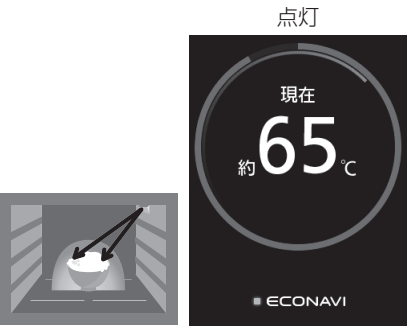
1品のエコナビ運転

- 1品あたため時に、食品の分量と温度差を見分けて、食品全体の温度上昇が均一で早いと判断した場合は、加熱時間をコントロールします。無駄な加熱を防ぐことで、エコナビ(省エネ)運転となります。
- エコナビ運転は、「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」のお好み温度の45～90℃設定で働きます。

1 赤外線センサーで食品温度をリアルタイムにチェック。



2 赤外線センサーが食品の分量と温度差を見分けて省エネ効果があると判定した場合。



エコナビ 確定

エコナビ運転

2品のエコナビ運転

- 2品あたため時に、それぞれの食品の温度差や置き位置を見分けて、「ねらって加熱※」をします。「ねらって加熱※」をしない場合と比べて、省エネ効果があると判定した場合に、エコナビ運転となります。
 - エコナビ運転は、「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」のお好み温度の65～85℃設定で働きます。
- ※「ねらって加熱」とは…温度の低い部分に効率よく電波をあて、食品をあたためる機能です。

1 赤外線センサーで食品温度をリアルタイムにチェック。



2 赤外線センサーが食品の温度差を検知した場合温度の低い食品を「ねらって加熱※」しながら、エコナビ判定を開始。



3 食品の温度差が大きく、「ねらって加熱※」によって省エネ効果があると判定した場合エコナビが確定。



エコナビ判定中

エコナビ運転

- エコナビ効果が得られない場合、加熱終了まで表示部に「ECONAVI」を点滅表示する場合があります。
- エコナビが確定した場合は、点滅開始から省エネになっています。

お知らせ

- 省エネ効果があると判定したら表示部に「ECONAVI」が表示されます。
- 大量の1品などをあたためるときも、2品と同じように「ねらって加熱※」をして、「ECONAVI」を点滅表示または表示する場合があります。
- 「ECONAVI」表示のタイミングは食品の種類、分量、初期温度、設定温度、置き位置などの諸条件により異なります。
- Q&A / エコナビについて ➡ P.87

- 70℃設定で常温ごはん150gの1品あたための場合、上昇温度1℃あたりの電力量がエコナビ運転時(0.208Wh/℃)とエコナビ運転をしなかったとき(0.274Wh/℃)の比較にて、約24%の省エネとなります。
- 70℃設定で冷凍ごはん150gと冷蔵ハンバーグ90gの2品あたための場合、上昇温度1℃あたりの電力量がエコナビ運転時(0.759Wh/℃)と「ねらって加熱※」をしなかったとき(0.853Wh/℃)の比較にて、約11%の省エネとなります。

自動で加熱する
あたためる
注意とコツ

中華まんをフワッとしっとり

市販の中華まんを、フワッとしっとり仕上げます
(加熱時間の目安 冷蔵4個: 約9分、冷凍4個: 約12分)

レンジ+スチーム加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24

■個数に合わせた置き方があります

- 冷蔵庫または、冷凍庫で保存した中華まんのあたために。
- 分量は一度に1～4個まで(1個の重さは70～120gまで)
- ふたやラップはしません。
- 耐熱性の平皿にのせます。

- 手作りの物はうまくあたたまらない場合があります。毎日「レンジ」300Wスチームまたは「手動」スチーム100℃で、様子を見ながら加熱してください。→ P.70、71

1 毎日のあたため色々を選ぶ

2 中華まんを選ぶ

3 個数を選び、種類、大きさ、重さに合わせて仕上がりを選ぶ

仕上がり調節を押してから◀▶を押す。
→ 下記参照

分量 2 個

弱 標準 強

●[ヒント]について → P.21

4 スタートする (加熱開始)

あたためスタート

■仕上がりを変えるとき(5段階)

	やや弱	やや強	弱	やや弱	標準	やや強	強
中華まん	—	—	小	中	大	—	—
あんまん	—	—	小	中	大	—	—
目安重量	70～120g						

- スタート後も、上図画面を表示中(約14秒間)に◀▶で変更できます。
- 常温の中華まん・あんまんは熱めに仕上がりますので、上表より1～2段階弱めに設定してください。
- 70g未満や120gを超える中華まん・あんまんのあたためはうまくできません。毎日「レンジ」300Wスチームで様子を見ながら加熱してください。→ P.70

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 連続で加熱したときなど、ぬるめに仕上がることがあります。必ず様子を見ながら追加加熱をしてください。
- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25

追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、毎日「レンジ」300Wスチームで、様子を見ながら加熱します。

■手動であたためるとき

毎日「レンジ」300Wスチームまたは「スチーム」100℃で、加熱時間を合わせます。
→ P.70、71

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

フライや天ぷらをサクッと

調理済みのフライや天ぷらなどを、サクッと揚げたてのようにあたためます
(加熱時間の目安 コロッケ4個(標準): 約7分)

レンジ+ヒーター加熱

準備

食品は
グリル皿に並べる

グリル皿
(上段)

- 分量は100～700gまで。
- ラップはしません。
- 種類の違う食品を同時にあたためるときは、厚みと重さをそろえます。
- 食品はグリル皿に直接のせます。(オープンシートも使えます)
- アルミホイルは、火花が出るため使えません。
使える容器・使えない容器 → P.27
- 冷凍した揚げ物はあたためられません。

1 毎日のあたため色々を選ぶ

2 フライを選ぶ

3 食品の温度や重さに合わせて◀▶を押して仕上がりを選ぶ
→ 下記参照

4 スタートする (加熱開始)

あたためスタート

■仕上がりを変えるとき(5段階)

	やや弱	やや強	弱	やや弱	標準	やや強	強
常温	100～200g	200～350g	350～550g	550～700g	—	—	—
冷蔵庫温	—	100～200g	200～350g	350～700g	—	—	—

スタート後も、上図画面を表示中(約14秒間)に◀▶で変更できます。

■以下の場合、必ず様子を見ながら加熱してください

- かき揚げ(焦げやすいため)
- 冷蔵庫で保存していた場合
(ぬるめに仕上がることがある)

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。
→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、手動「グリル」片面上面で加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

お願い

天ぷらなどの底面がべた付くときは、キッチンペーパーなどで油分を取ってください。

飲み物を(牛乳、コーヒー、お酒など)

レンジ加熱

準備



- 数量に合わせた置き方があります(中央に寄せて置く)
- 容器を端に置かないでください。沸とうのおそれがあります。



- 1杯の分量は200mLが基準(お酒は180mL)
- 分量は1～4杯まで(2杯以上は、分量をそろえます)
- 広口で背の低い耐熱容器を使います。
 - 酒かんは背の低い、ずんぐりとした容器。
 - コップでお酒をあたためるときは広口のコップ。
- 容器の8分目まで入れます。
- 加熱の前後は、必ず混ぜます。
- 飲み物の種類や容器の大きさ、形状、材質、厚みによって仕上がりが変わるため、仕上がりに温度で調節してください。



1 毎日の飲み物を選ぶ



2 牛乳・コーヒー または 酒かんを選ぶ



3 スタートする (加熱開始)



ヒーターやスチームを使った加熱後は、加熱時間が長くなることがあります。

■仕上がり温度を変えるとき

- 牛乳・コーヒー : 35～70℃まで(工場出荷時の設定: 60℃)
- 酒かん : 40～60℃まで(工場出荷時の設定: 50℃)
- 5℃刻みで合わせられます。

- スタート後も、 $\square$ $\square$ を表示中(約14秒間)は変更できます。

- メモリー機能
変えた温度は記憶され、次の加熱時に表示します。

- 牛乳・コーヒーの50℃と酒かんの50℃は仕上がりに温度が異なることがあります。それぞれのメニューを正しく使い分けてください。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 毎日「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱します。

■庫内が高温のときのあたため

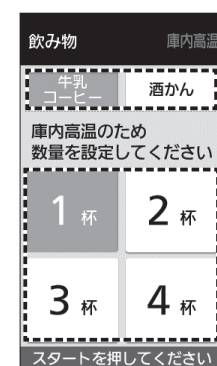
数量の設定が必要となり、温度設定はできません。仕上がり「強」「弱」で調節してください。

- 牛乳・コーヒー : 1～4杯
- 酒かん : 1～2本

1 毎日の飲み物を選ぶ



2 牛乳・コーヒー または 酒かんを選び、数量を合わせる



3 スタートする (加熱開始)



- 仕上がりを変えるとき
 $\square$ $\square$ を押す → 下記参照



- 「U50」を表示したら、「庫内を冷ます」を使って庫内を冷ますと自動メニューで加熱できます。→ P.76、90

■仕上がりを変えるとき

スタート後、上図画面を表示中(約14秒間)に $\square$ $\square$ で変更できます。

■加熱不足のときは追加加熱をする

毎日「レンジ」600Wで、様子を見ながら加熱します。

警告



飲み物を加熱しすぎない(突沸に注意)

加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります。自動であたためる場合、必ず、本ページの記載に従い、毎日「飲み物」「牛乳・コーヒー」または「酒かん」で加熱する。



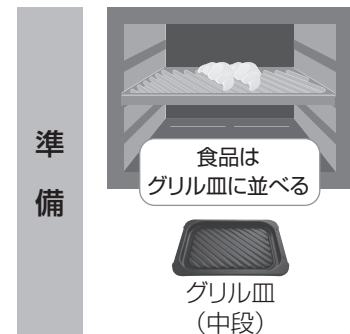
自動で加熱する

あたためる

飲み物

パンを焼きたてのように

買ってきたパンを中までおいしくあたためます。表面はパリッとさっくり、中はふんわりと仕上げます。



- 水 給水タンクに満水まで水を入れる。➡ P.24
- 必ず、袋やパッケージ、アルミカップなどは取り除きます。
 - ラップはしません。
 - 分量、サイズはグリル皿に並べられる量までOK。
 - パンの高さは6cmまで。
 - パンは重ならないように、中央に寄せて並べます。

パンのあたためには3つのコースがあります。パンの種類によって使い分けてください。

<惣菜パンあたため>（加熱時間の目安 ウィンナーパン2個：約6分）



ウィンナーパン、ピザパン、具入りのデニッシュパン、カレーパンなど

- 具が少なく、ふんわり軽いパンは
➡ 仕上がり「弱」に
- カレーパンなどしっかりとあたためて、カリッと焼きたいパンなどは
➡ 仕上がり「強」に

*冷凍したパンは自然解凍してからあたためてください。

*具をはさんだパン（ハンバーガーなど）は具があたまりにくいいため、
毎日「レンジ」600Wであたためてください。➡ P.68

<ロールパンあたため>（加熱時間の目安 バターロール2個：約5分）



バターロール、クロワッサンなど

*冷凍したパンは仕上がり「強」であたためられます。

<フランスパンあたため>（加熱時間の目安 フランスパン1本：約10分）



フランスパンなど

- 切って、小分けにしたフランスパンは重ねないで切り口を
合わせてグリル皿の中央に寄せて並べてください。

*冷凍したパンは仕上がり「強」であたためられます。



レンジ+ヒーター+スチーム加熱

（例：ウィンナーパンをあたためるとき）

1 毎日のトースト/パンを選ぶ



2 パンあたためを選ぶ



3 惣菜パンあたためを選ぶ



- 仕上がりを変えるとき
◀▶を押す➡ 下記参照

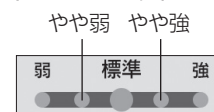


- ヒントについて ➡ P.21

4 スタートする
（加熱開始）



■仕上がりを変えるとき（5段階）



スタート後も、左図画面を表示中（約14秒間）に◀▶で変更できます。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中（6分間）に追加時間を合わせて「あたため／スタート」ボタンを押します。 ➡ P.25
- 追加加熱の画面表示（6分間）が消えたときは、手動「グリル」片面上面で様子を見ながら加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

解凍する

スチーム全解凍／スチーム半解凍

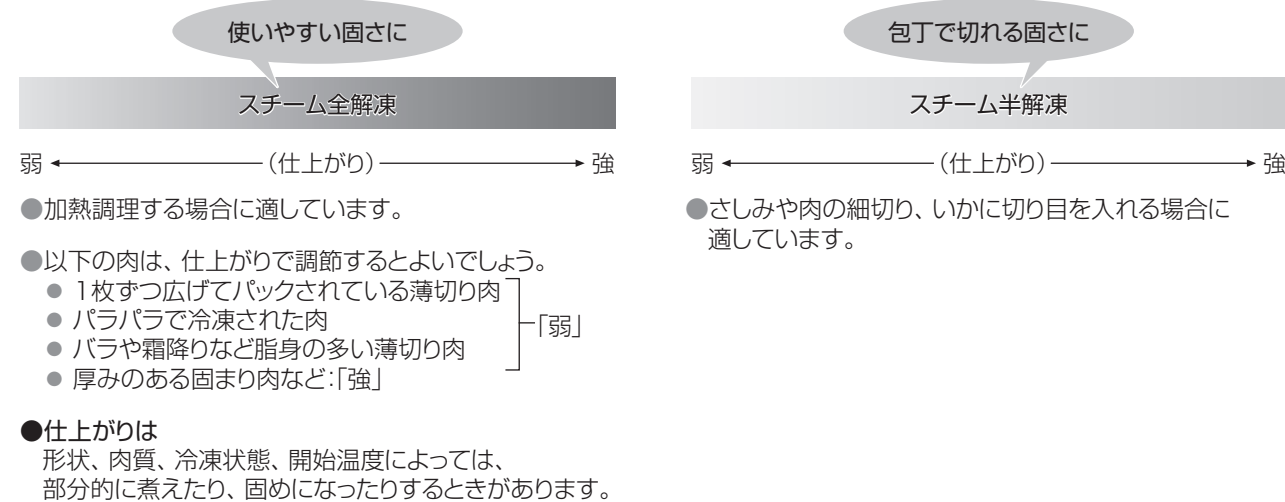
スチームを使って肉や魚を

冷凍庫で保存していた肉や魚を、スピーディーに解凍します



- 水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24
冷凍庫から出してすぐに解凍してください。
- 発泡スチロールのトレーのまま入れます。
 - ラップはしません。
 - トレーがなければ、耐熱性の平皿で。
 - 分量は100g～1kgまで。
 - 表面に付いた霜は取り除きます。(煮えの原因)
 - 上面に脂身が付いている固まり肉や、鶏肉の皮目などは裏返して解凍します。
 - 給水タンクに水を入れなくても解凍できますが、固めの仕上がりになります。

■「スチーム全解凍」と「スチーム半解凍」を使い分けましょう



■まずは上手に冷凍をしましょう

- 新鮮な食材を選ぶ。
- 食材はラップでしっかり密封する。
- 薄切り肉は、極端に厚い、薄い部分がないようにできるだけ厚みをそろえる。
- ミンチ肉は、2～3cmに厚みをそろえ、押さえつけずにふんわりと形を整える。
- さしみは厚みを均一に、魚介類はできるだけ重ねない。
- 鶏肉は折り曲げたりせず、厚みがでないように平たく広げる。

■次のような食品は、上手に解凍できません

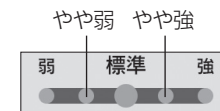
- 冷凍庫から出して長い間放置した食品。
 - 冷凍庫から冷蔵庫へ移した食品。
 - 分量が100g未満の食品。
- 毎日「レンジ」150Wで様子を見ながら解凍します。→ P.70



- 1 毎日の解凍/ゆで野菜を選ぶ
 - 2 スチーム全解凍またはスチーム半解凍を選ぶ
 - 3 スタートする (加熱開始)
- レンジ+ヒーター+スチーム加熱
- 「U50」を表示したら、「取消」ボタンを押して毎日「レンジ」150Wで解凍してください。→ P.56、90
- 「庫内を冷ます」を使って庫内を冷ますと自動メニューで加熱できます。→ P.76、90

スピーディーに解凍するためヒーターを使っています。食品を取り出すときは、天井などが熱くなっているためご注意ください。

■仕上がりを変えるとき(5段階)



スタート後も、上图画面を表示中(約14秒間)に◀▶で変更できます。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、毎日「レンジ」150Wで様子を見ながら加熱します。

■手動で解凍するとき

毎日「レンジ」150Wで加熱時間を合わせます。→ P.70

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

■お願い

赤外線センサーをうまく働かせるために、庫内は十分に冷まし、水滴などが付いているときはふき取ってください。

■お知らせ

以下の食品は、「スチーム全解凍」、「スチーム半解凍」は使えません。

- 冷凍ごはんなどは、「あたため」ボタンで加熱してください。→ P.30
- ゆでて冷凍した野菜は、毎日「レンジ」600Wで時間を合わせて解凍します。→ P.69

野菜をゆでる

ゆで葉果菜／ゆで根菜

葉果菜や根菜を

ほうれん草、ブロッコリーなどの葉果菜や、じゃがいも、大根などの根菜をゆでます

レンジ加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

- 準備やコツについて → P.47
- 野菜を洗ったときの水分は残しておく。
- 耐熱性の平皿に並べて、ラップをゆったりかける。
- 容器に水をはって加熱しない。
- ラップで、何重にもおおわない。
- 大きめ、厚めに切ったときは、**毎日**「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱する。

1 **毎日**の
解凍/ゆで野菜を選ぶ



2 **ゆで葉果菜** または
ゆで根菜 を選ぶ



3 **スタート**する
(加熱開始)



- 「U50」を表示したら、「取消」ボタンを押して **毎日**「レンジ」600Wで加熱してください。→ P.56、90
- 庫内を冷ます** を使って庫内を冷ますと自動メニューで加熱できます。→ P.76、90

■仕上がりを変えるとき (3段階)



スタート後も、上図画面を表示中(約14秒間)に◀▶で変更できます。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、**毎日**「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

お願い

取り出すときは皿が熱くなっているので、ふきんなどを使って、取り出してください。



警告



- ふた、およびふた付きの容器は使用しない
容器にふたをして加熱すると、赤外線センサーが検知できずに、食品が発火や発煙するおそれがあります
 - 次の場合、自動で加熱しない
 - 100g未満の野菜
発火や発煙のおそれがあります
 - 薄く切った物、小さく切った物(にんじんやミックスベジタブルなど)
火花が出て焦げることがあります
- **毎日**「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。

ゆでるコツ

季節や野菜の状態により仕上がりが異なります。

- アクの強い野菜は、加熱前や加熱後、水にさらしてアク抜きをしてください。
- 彩りをよくしたいときは、加熱後、流水にさらして色止めをしてください。

下表を参考に仕上がり調節してください。

素材名		分量	仕上がり設定	コッ	
ゆで葉果菜	ほうれん草	100～300g	標準	●葉と茎は交互に重ねる ●太い茎には十文字に切り込みを入れる ➡ 加熱後、流水にさらし、アクを抜く。	 耐熱性の平皿に並べ 皿からはみ出さないように ラップをゆったりかける (少しすき間をあける)
	小松菜		強		
	キャベツ	100～500g	標準	●固い芯を取り、大きさをそろえて切る	
	アスパラガス			●穂先と根元を交互に重ねる ➡ 加熱後、流水にさらす。	
	カリフラワー			●小房に分ける	
	ブロッコリー				
	なす			●大きさをそろえて切り、塩水につける	
かぼちゃ	●大きさをそろえてやや厚めに切る				
ゆで根菜	じゃがいも さつまいも さといも (一口大)	100g～1kg	標準	●皮をむき、大きさをそろえる(一口大) ➡ 加熱後、ムラ解消のため約5分蒸らす。	切って使うとき 
	じゃがいも さつまいも (丸ごと)			●そのまま洗って使う ➡ 加熱後、ムラ解消のため約5分蒸らす。	
	にんじん	100～500g		●いちょう切り ●厚さ2～3cmの輪切り ➡ 加熱後、ムラ解消のため約5分蒸らす。	耐熱性の平皿に並べ ラップをゆったりかける (少しすき間をあける)
	大根				

自動で加熱する 野菜をゆでる

ゆで葉果菜／ゆで根菜

おまかせグリル

おまかせグリル

お願い
加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

今日あるもので、おまかせグリル

今ある食材をお好みの分量のせて焼けば1品完成。

準備

食品は
グリル皿に並べる
付属の角皿使用不可

グリル皿
(上段・中段)

水 冷凍肉・魚 骨付き肉 を選んだ場合は、給水タンクに満水まで水を入れる。

- 分量は1～4人分まで(約150g～1kg)
- 常温、冷蔵、冷凍、混在でも加熱できます。
- 肉や魚は厚みをそろえて、野菜類は食べやすい大きさに切ってください。
- 肉や魚は重ならないように置いてください。
- 付属の角皿やアルミホイル、金ぐしなど金属製の物は火花が出るため使えません。
- たれ漬けの場合は、グリル皿を中段へ入れてください。
- 加熱後は、お好みのたれなどで味付けをしてお召し上がりください。

調理できる食材

- 肉類
 - 切り身魚
 - 魚介類
 - 骨付き肉(厚み2cm以下)
 - きのこ、野菜など
- 毎日 や 料理集 に、調理したいメニューがある場合はレシピブックに従って自動メニューで加熱してください。
 - 手作りハンバーグを単品で焼きたいとき ➡ 料理集「No.81 ハンバーグ」
 - 冷凍ぎょうざ ➡ 料理集「No.112 冷凍ぎょうざ」
 - トースト ➡ 毎日 トースト/パン

食材の組み合わせ例(下記の食材の分量は100%(4人分)です)

●たれ漬けの魚、冷凍野菜
グリル皿は中段へ

<材料>
西京漬け……4切れ(1切れ80g)
冷凍和風野菜ミックス } 合わせて
冷凍揚げなす } 約300g

●冷凍肉(骨付き)、野菜(冷凍含む)、きのこ
冷凍肉・魚 と 骨付き肉 を選ぶ

<材料>
冷凍鶏手羽先……………8本(400g)
白ねぎ
生しいたけ
万願寺とうがらし } 合わせて
(ししとうでも可) } 約250g
冷凍枝豆

●肉、冷凍フライドポテト、野菜

<材料>
豚肩ロース肉…4枚(1枚100g)
冷凍フライドポテト } 合わせて
たまねぎ } 約250g
ミニトマト

●冷凍魚、野菜、きのこ
冷凍肉・魚 を選ぶ

<材料>
冷凍さば切り身…4切れ(1切れ80g)
かぼちゃ
さつまいも } 合わせて
エリンギ } 約250g

上手に焼くコツ

- たれ漬けなどの焦げやすい食材は、中段に入れて焼くとよいでしょう。
- 薄切り肉などは野菜の上に重ねて調理するとうまく焼けます。
- 焦げやすい葉菜やもやしは、肉でおおうとうまく焼けます。

お願い
必ず火が通っていることを確認してください。
加熱が足りないときは、必ず様子を見ながら追加加熱してください。

レンジ+ヒーター加熱 / レンジ+ヒーター+スチーム加熱

1 毎日の
おまかせグリル を選ぶ

2 食材の分量(%)※を
4パターンから選ぶ

3 スタートする
(加熱開始)

自動で加熱する
おまかせグリル

メモリー機能
設定内容は記憶され、
次の加熱時に表示します。

水 冷凍の肉・魚(1切れ50g以上)、骨付き肉を焼く場合は選択して、給水タンクに満水まで水を入れてください。

■加熱するときの食材の分量(%)※目安

※グリル皿の面積に対しての食材の割合になります。

25%
(1人分)

50%
(2人分)

75%
(3人分)

100%
(4人分)

上記の4パターンの割合に当てはまらない場合は、少ない分量を選んでください。
(例: 約60%の場合は、50%を選択)
加熱不足のときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。

■仕上がりを変えるとき(3段階)

弱 標準 強

スタート後、上図画面を表示中(約14秒間)に
◀▶で変更できます。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。➡ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、**手動**「グリル」片面上面で加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

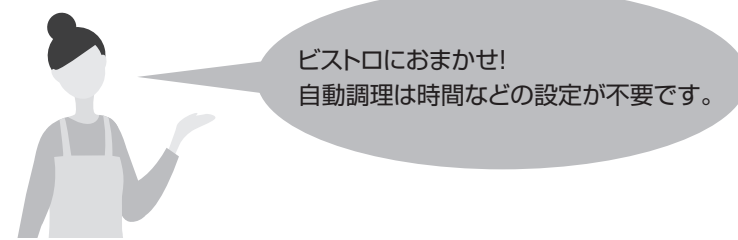
■お好みの分量で焼く場合は、専用アプリの「スキャンする」(おまかせグリル)から調理してください。

アプリではグリル皿にのせた食材を撮影すると、食材や分量に応じて自動で加熱時間の目安をお知らせし、ビストロに送信できます。

専用アプリのインストールについて ➡ P.3、93

自動で加熱する
おまかせグリル

料理集 からメニューを検索する



■ワンボウルおすすめ

耐熱ガラス製ボウルを使う
おすすめメニューが検索できます。

ワンボウルおすすめ

凍ったままワンボウル

パスタ

煮物

やみつき野菜

◀ 1/2 ▶

→ P.51

■材料からメニューを探したいとき

材料で選ぶ

肉類

魚介類

野菜・果物・きのこ類

卵・乳製品

穀類・豆類・その他

→ P.52

■名前、メニューから探したいとき

名前で選ぶ

全メニューから選ぶ

お好み焼き (1メニュー)

から揚げ (3メニュー)

カレー (3メニュー)

◀ 1/6 ▶

名前で選ぶ
全メニューから選ぶ

あ行 は行

か行 ま行

さ行 や行

た行 ら行

な行 わ行

→ P.52

■メニュー番号から探したいとき

番号で選ぶ
No. 1~199

No. 157

1 2 3

4 5 6

7 8 9

クリア 0 決定

→ P.53

■グリル皿おすすめ

グリル皿を使う
おすすめメニューが検索できます。

グリル皿おすすめ

焼き物

蒸し物

蒸し焼き

揚げ物

◀ 1/2 ▶

→ P.51

■専用アプリから送ったメニューを探す

専用アプリのインストール

アプリ画面に従い、家電登録を行ってください

アプリからメニューを送信するとここに表示されます

- 専用アプリのご利用には準備が必要です。→ P.92
- インストール後、アプリからピストロレシピを送信するとメニュー名を表示します。→ P.52

ワンボウルおすすめ

凍ったままワンボウル (凍ったままパスタ)	市販の冷凍食材を活用して時短調理
パスタ	パスタも具も一度に入れてまかせっきり
煮物(葉果菜／根菜)	火加減おまかせ、耐熱ガラス製ボウルで時短煮物
やみつき野菜	シャキシャキ食感 やみつきになるおいしさ
中華	おまかせで定番のとりみ中華
シチュー	具もルウも最初に入れたらあとはおまかせ
フレンチ	手間がかかるフレンチもおまかせで
エスニック	手軽に楽しむ異国情緒

1 手動 毎日 料理集

ワンボウルおすすめ

凍ったままワンボウル

パスタ

煮物

やみつき野菜

◀ 1/2 ▶

2 ワンボウルおすすめ

凍ったままワンボウル

パスタ

煮物

やみつき野菜

◀ 1/2 ▶

3 ワンボウルおすすめ
エスニック

ワンボウルエスニック

厚揚げのチリ炒め (インドネシア風)

野菜キーマカレー (インド風)

鶏肉のレモン蒸し (モロッコ風)

◀ 1/3 ▶

◀を押すと、最終ページから見ることもできます。

グリル皿おすすめ

焼き物	高火力でメニューに合わせて、こんがり焼き上げ
蒸し物	たっぷりスチームで蒸し物
蒸し焼き	火加減おまかせ、時短で手間いらず
揚げ物	ヘルシー お手入れラクラク
凍ったままグリル	解凍しながら一気に焼き上げ
合わせ技セット	煮物と焼き物などを同時に調理

1 手動 毎日 料理集

グリル皿おすすめ

焼き物

蒸し物

蒸し焼き

揚げ物

◀ 1/2 ▶

2 グリル皿おすすめ

焼き物

蒸し物

蒸し焼き

揚げ物

◀ 1/2 ▶

3 グリル皿おすすめ
凍ったままグリル

塩だけ

塩さば

さんまの塩焼き

ぶりの照り焼き

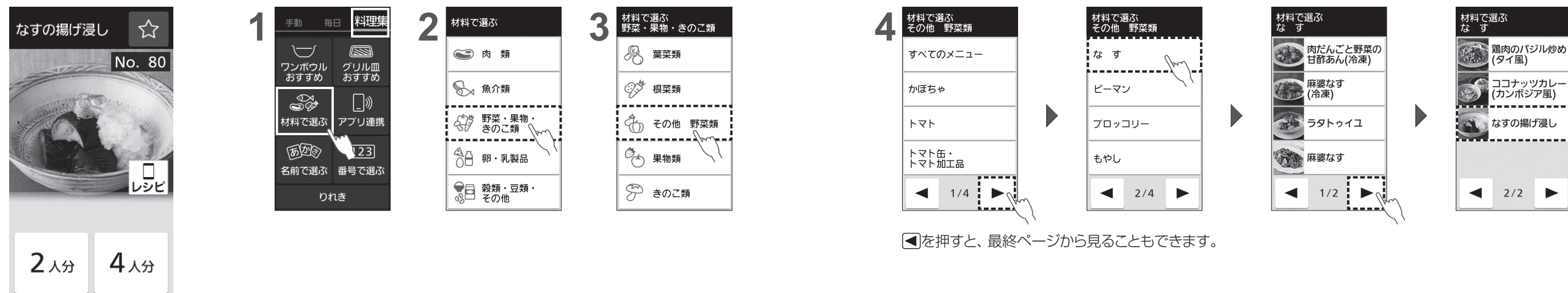
◀ 1/4 ▶

◀を押すと、最終ページから見ることもできます。

料理集 からメニューを検索する (つづき)

材料で選ぶ

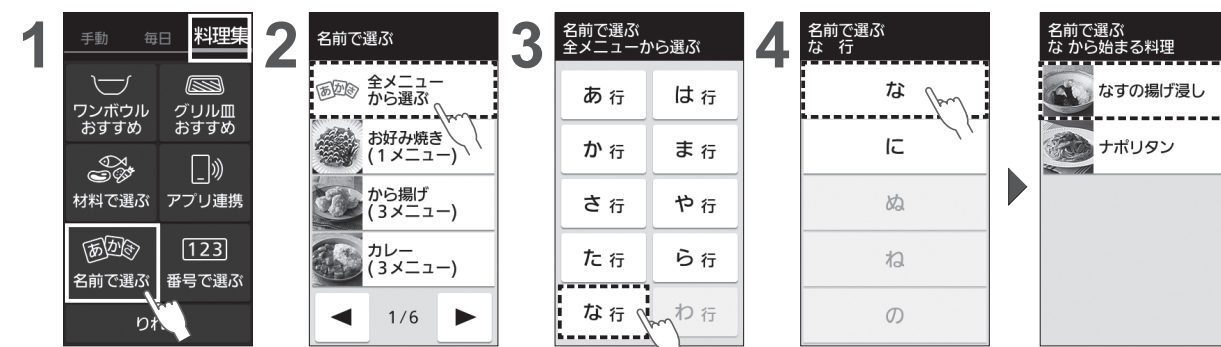
■メニュー表示例:「野菜・果物・きのこ類」から「なすの揚げ浸し」を選ぶ場合



◀を押すと、最終ページから見ることもできます。

名前で選ぶ

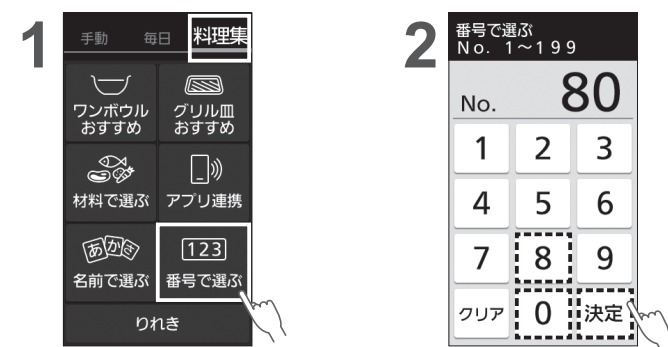
■メニュー表示例: メニュー名から「なすの揚げ浸し」を選ぶ場合



一部のメニューは「ぎょうざ」、「グラタン」、「ケーキ」などから検索できます。

番号で選ぶ

■メニュー表示例: レシピブックのメニュー番号から「なすの揚げ浸し」を選ぶ場合



決定後に、番号を選び直すときは「戻る」ボタンを押してから設定します。

●レシピブックは下記の操作方法で説明しています。

料理集 ▶ 番号で選ぶ ▶ No.80 ▶ 決定 ▶ 4人分 ▶ スタート

■専用アプリと連携すると・・・

- ・アプリで検索したメニュー(加熱情報)を機器へ送信でき、「アプリ連携」に保存されます。(レシピによっては閲覧のみ)
- ・レシピブックに掲載のないレシピを保存でき、レシピを増やせます。



●加熱工程が2つ以上あるメニューは、各加熱をビストロへ送信できますが、ビストロの「アプリ連携」にはすべての加熱工程は保存されません。

例) No.81 ハンバーグ
手順5の工程のみ保存されます。

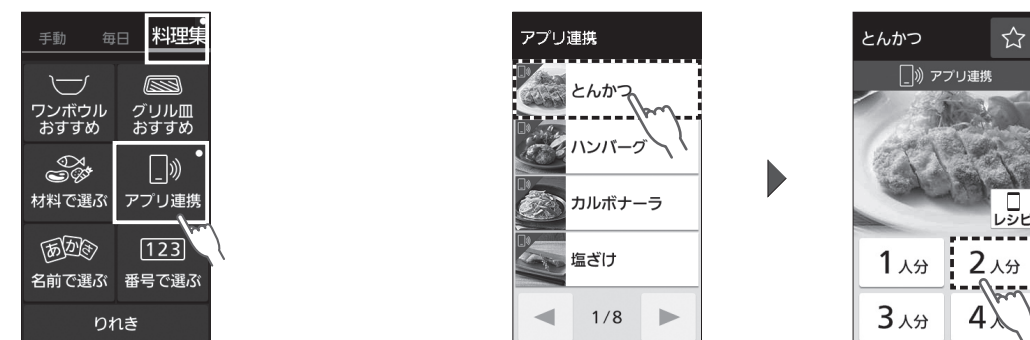
専用アプリについてはQRコードからご覧いただけます。

専用アプリ
情報サイト



■「アプリ連携」に保存されたメニューを選ぶ場合

1 料理集 の「アプリ連携」を選ぶ 2 呼び出したいメニューを選ぶ



●最大32件まで、保存ができます。それを超えると、古いメニューから順に削除されます。

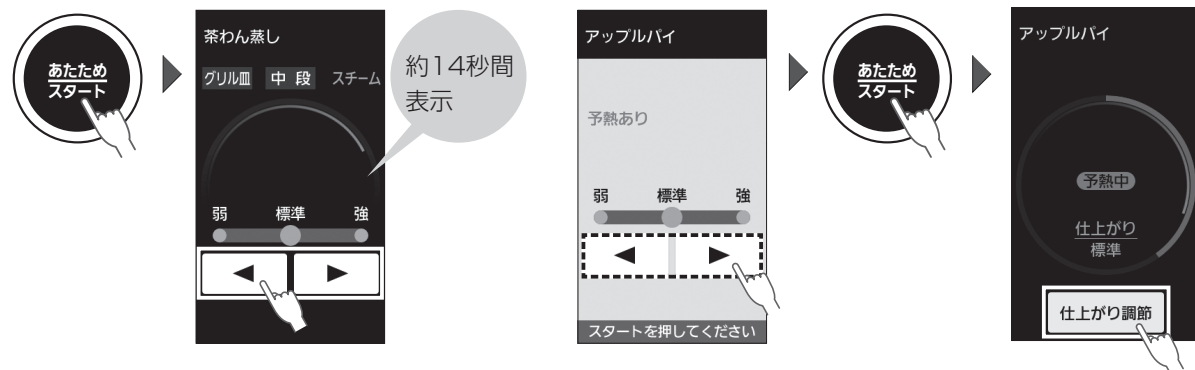
自動で加熱する 料理集 からメニューを検索する

料理集 からメニューを検索する (つづき)

便利に使いこなす

■仕上がりを変えるとき(メニューによって3段階または5段階)

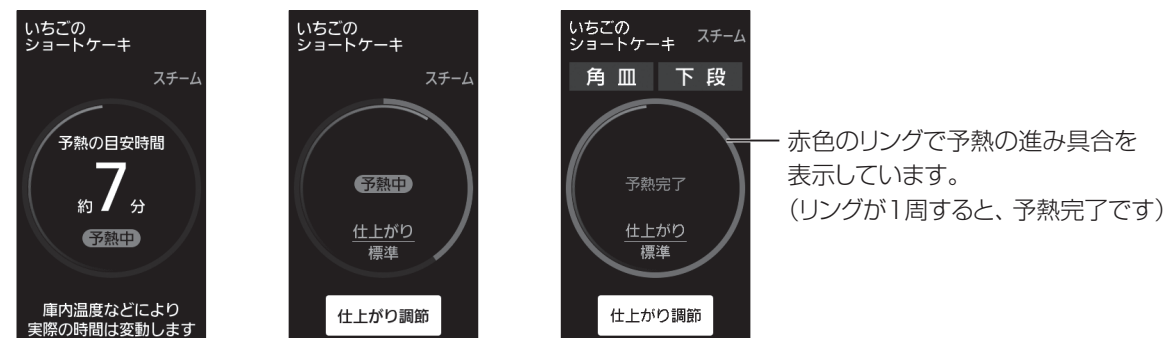
- スタート後も、下図画面を表示中に ◀▶ で変更できます。
- 予熱ありメニューは、予熱中も仕上がりを変更できます。



- ・設定中にも仕上がりを変更できます。
- ・メニューによって表示、操作手順は異なります。

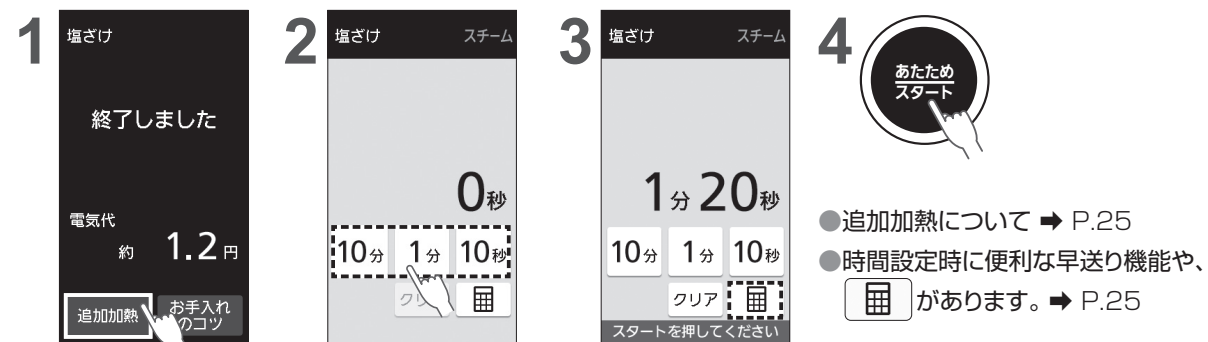
■予熱がある自動メニューの表示

予熱時間の目安、予熱の進み具合を表示します。



■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。



■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

りれき について

料理集 で使ったメニューが自動で記憶され、最近の5件で更新されます。調理したメニューをもう一度作るときに便利です。ただし、加熱途中で「取消」ボタンを押したときや、追加加熱分の時間は記憶されません。



グリル加熱中のエコナビ運転について(エリア加熱)

- エリア加熱は、食品(グリル皿の中央)を上ヒーターと電波で上下同時に集中加熱します。さらに温度センサーで庫内温度を検知して、加熱時間と加熱パワーをコントロールし無駄な加熱を防ぐことで、省エネ効果がありエコナビ運転となります。
- エリア加熱は、限定したメニューの1人分、2人分に対応しています。

■グリル皿：使用上の注意と食品の置き方 → P.12

お知らせ

- スタート後に、画面に「ECONAVI」を表示します。



- 食品の種類、分量、置き位置などの諸条件により省エネ効果は異なります。
- Q&A / エコナビについて → P.87
- 塩さば2切れ(200g)を「手動」[グリル]両面上段で焼いた場合(247.5Wh)とエリア加熱のエコナビ運転で焼いた場合(191.9Wh)の比較にて、約22%の省エネとなります。

レンジで加熱する

レンジ

800～150W / 300Wスチーム

レンジ加熱 / レンジ+スチーム加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

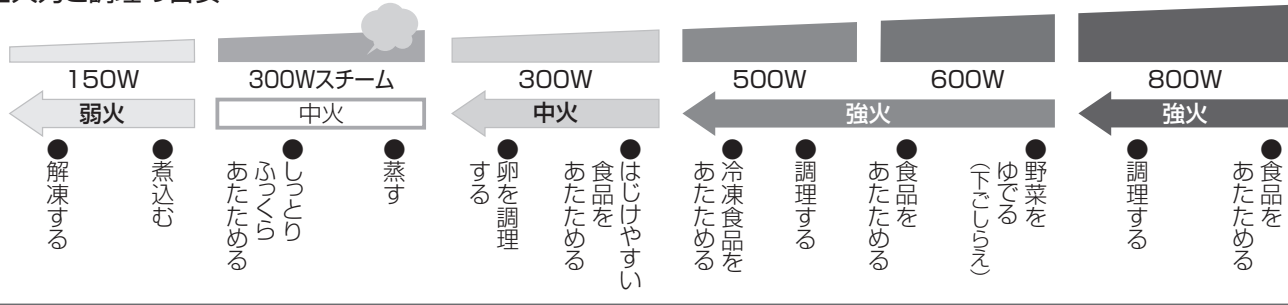
800～150W

●あたためなど、自分で出力や時間を設定して、加熱します。
●食品により、ふたまたはラップをします。→ P.36、68

300W
スチーム

●水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24
●酒蒸しなど、レンジ加熱にスチームを足して、しっとりと加熱します。
●ラップはしません。
●スタートして約1分後にスチームが出ます。

■火力と調理の目安



■600Wで設定の場合

1 毎日のレンジを選ぶ

2 時間を合わせる

3 スタートする (加熱開始)

●時間設定時に便利な早送り機能や、
●グリッドがあります。→ P.25

●出力ごとの最大設定時間

800W	600～300W	150W	300Wスチーム
6分	30分	5時間	15分

●連動調理も最大設定時間は変わりません。

■「その他の出力」で設定の場合

1 「その他の出力」を選び、出力を合わせる

2 時間を合わせる

3 スタートする (加熱開始)

強火と弱火を組み合わせる(連動調理)

五目豆など、最初に強火でひと煮立ちさせ、弱火で煮込む料理に使用

レンジ加熱

準備

食品は庫内中央に
付属の角皿使用不可

●食品により、ふたまたはラップ、落としふたをします。

(例: 600Wで10分→150Wで35分)

1 毎日のレンジを選ぶ

2 出力を合わせる (800～300W)

3 時間を合わせ、連動を押す

4 時間を合わせる (150W設定のみ)

●時間設定時に便利な早送り機能や、
●グリッドがあります。→ P.25

●加熱不足のときは追加加熱をする

●加熱終了後、取り出して混ぜたり、並べかえたりして追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25

●追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、
●毎日「レンジ」で加熱します。

●加熱終了後、別の操作をしたいとき
「取消」ボタンを押してから操作してください。

5 スタートする (加熱開始)

残り時間

●600Wの加熱終了後、自動的に150Wに切り換わります。

残り時間

警告

食品・飲み物は加熱しすぎない
発火や発煙、やけどのおそれがあります
飲み物は、加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱してください。

手動で加熱する
レンジで加熱する
レンジ

スピードボタンを使う

レンジ

レンジ600W・500Wで

■スピード機能について

- レンジ加熱開始後、**SPEED** を表示中(約14秒間)に押すと、高出力で加熱し設定時間より時間を短縮できる機能です。
 - 生の食材を使った調理に使用すると、加熱不足や加熱ムラが出やすくなります。
 - 以下のような状況や条件により、一時的に使えない場合や時間短縮効果が異なる場合があります。
 - あたためめのとやスピード機能の連続使用時
 - 電源プラグを抜き差ししたすぐあと
 - 庫内の温度が高い場合
- 使えない場合は、しばらくすると使えるようになります。

レンジ加熱

1 毎日のレンジを選ぶ



2 600Wまたは500Wを選び時間を合わせる



スピード機能が使用できる範囲

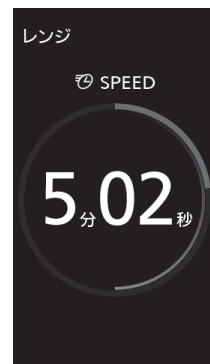
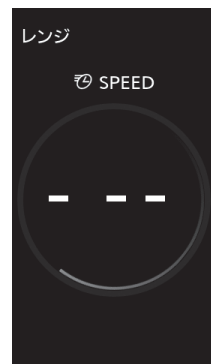
- 設定時間 30秒～10分

お知らせ

パッケージなどに記載の時間が合わせられない場合は、短めの時間に合わせて様子を見ながら加熱してください。

- 800W、300W、300Wスチーム、150Wではスピード機能は使えません。

3 スタートし、**SPEED**を押す(加熱開始)



- スタート後、**SPEED** を表示中(約14秒間)に押します。
- SPEED** が表示されていないときは使えません。

■加熱不足のときは追加加熱をする → P.57



警告

- ⊘ 油脂の多い食品・液体※1や、粒入りスープ※2を加熱するときは **SPEED** を使わない
- 加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
- ラップをして、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱してください。
- ※1 バター・生クリーム・オリーブ油など
- ※2 コーンの粒やあさりなどが入ったスープ

グリルで焼く

グリル

「スチームプラス」が
使えます。→ P.63

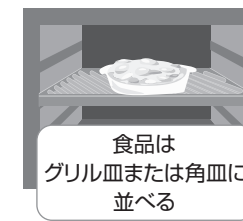


上面だけを焼く / 下面だけを焼く

グリル皿の上で金属製のへらやトング、包丁などは使わないでください。
表面のフッ素コートが傷付いたり、はがれたりする原因になります。

ヒーター加熱

準備



食品は
グリル皿または角皿に
並べる

上面

上面だけに、焼き色を追加したいときなどに便利です。



角皿
(上段・中段・下段)



グリル皿
(上段・中段・下段)



食品は
グリル皿に並べる
付属の角皿使用不可

下面

下面だけに、焼き色を追加したいときなどに便利です。



グリル皿
(上段・中段)

- グリル皿に触れていない部分には、焼き色が付きません。
- 付属の角皿やアルミホイル、金ぐしなど金属製の物は、火花が出るため使えません。
使える容器・使えない容器 → P.27

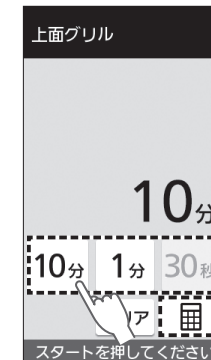
1 手動のグリルを選ぶ



2 片面「上面」または「下面」を選ぶ



3 時間を合わせる



4 スタートする(加熱開始)



- 時間設定時に便利な早送り機能や、**早送り** が
あります。→ P.25
- 最大設定時間 上面: 30分、下面: 10分

■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。 → P.25

追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは

- 上面で焼いたときは **手動**「グリル」片面上面で加熱します。
- 下面で焼いたときは **手動**「グリル」片面下面で加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

お願い

加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

手動で加熱する

グリルで焼く
スピードボタンを使う

グリル
レンジ

グリルで焼く

グリル

グリル皿の上で金属製のへらやトンガ、包丁などは使わないでください。
表面のフッ素コートが傷付いたり、はがれたりする原因になります。

お願い
加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は
電源プラグを抜かないでください。

「スチームプラス」が
使えます。➡ P.63



両面を焼く／両面＋スチームで焼く

レンジ＋ヒーター加熱／レンジ＋ヒーター＋スチーム加熱

トーストや肉や魚などを裏返す手間なく、こんがり焼き上げます

準備

食品は
グリル皿に並べる
付属の角皿使用不可

グリル皿
(上段・中段)

水「両面＋スチーム」の場合は、給水タンクに満水まで水を入れる。
➡ P.24

- 食品はイラストの斜線の範囲に並べます。
- 中央部分が特によく焼ける範囲です。
 - 食品はなるべく中央に置いて焼きます。
 - レシピブックのイラストを参照して食品を並べます。
- グリル皿に触れていない部分には、焼き色が付きません。
- 付属の角皿やアルミホイル、金ぐしなど金属製の物は、火花が出るため使えません。
使える容器・使えない容器 ➡ P.27
- 大きい一尾魚は、焼けにくい場合があります。
また脂が少ない場合も焼き色が付きにくくなります。

■両面を焼く

1 手動の
グリルを選ぶ

2 両面 上段 または
中段 を選ぶ

3 仕上がりで時間を
合わせる

4 スタートする
(加熱開始)

●時間設定時に便利な早送り機能や、があります。➡ P.25
●最大設定時間 30分

■両面をスチームを使いながら焼く

1 手動の
グリルを選ぶ

2 両面＋スチーム
上段 または
中段 を選ぶ

3 仕上がりで時間を
合わせる

4 スタートする
(加熱開始)

●時間設定時に便利な早送り機能や、があります。➡ P.25
●最大設定時間 30分

■"お好みで"仕上がりを使い分ける

両面グリル

グリル皿 上段

弱め 標準 強め

●通常は、標準で焼けます。

●以下の場合、仕上りを調節してもよいでしょう。
「弱め」: 火通り、火加減を弱くして焼きたい場合
「強め」: ハンバーグやミートローフ、大きい一尾魚など、
しっかり加熱したい場合

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 上面の焼き色が薄いときは
加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため／スタート」ボタンを押します。 ➡ P.25
追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、**手動**「グリル」片面上面で加熱します。
- 一尾魚のように身が厚く、内部の火通りが気になる場合は
「取消」ボタンを押し、**手動**「グリル」両面上段または両面中段で加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

■メニューに応じてグリル加熱方法を使い分ける

メニュー	加熱方法	棚位置	仕上がり調節
鶏もも肉／照り焼き	両 面	上 段	標 準
焼きとり			
切り身魚／塩焼き、照り焼き、みそ漬焼きなど			
一尾魚／さんまの塩焼き			
干物／あじの開き			
焼き野菜			
焼きおにぎり			
フライドポテト			
冷凍フライドポテト			
グラタン	両面+スチーム	中 段	標 準
ミートローフ			
ハンバーグ		上 段	
鶏の照り焼き			

手動で加熱する

グリルで焼く

グリル

スチームで蒸す

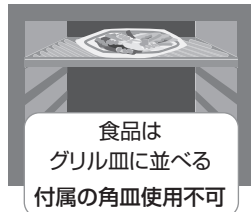
スチーム

蒸す

肉、野菜、魚介類などをスチームでしっとり蒸し上げます
また缶詰やレトルトパウチ食品をあたためることもできます → P.71

スチーム加熱

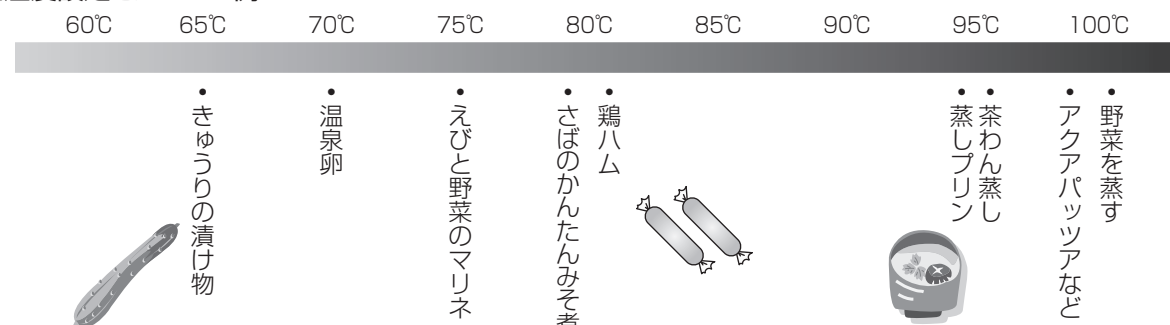
準備



- 水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24
- ラップはしません。(ただし、「鶏ハム」はラップをします)
- 食品は、グリル皿に並べます。
- 耐熱容器や金属製の容器が使えます。→ P.26

グリル皿
(上段・中段・下段)

温度設定とメニュー例

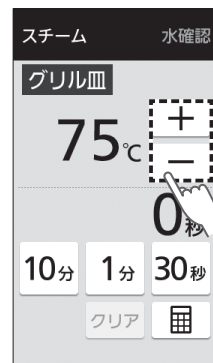


● 野菜を蒸す → P.71、その他のメニューは、レシピブックを参考にしてください。

1 手動の「スチーム」を選ぶ

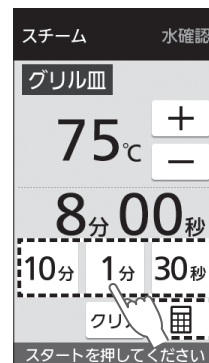


2 温度を合わせる



- 60～100℃まで。
- 5℃刻みで合わせられます。

3 時間を合わせる



- 時間設定時に便利な早送り機能があります。→ P.25
- 最大設定時間 30分

4 スタートする (加熱開始)



- 約1分後、スチームが出ます。
- 「U50」を表示したら、「庫内を冷ます」を使って庫内を冷ますと加熱できます。→ P.76、90

加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、手動「スチーム」で加熱します。

- 加熱終了後、別の操作をしたいとき「取消」ボタンを押してから操作してください。

スチームプラス

オーブン／グリル

オーブン、グリルの途中でスチームを入れる

火の通りや、ケーキなどのふくらみをよくしたいときに使います

準備

- 水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24

グリル

スチームを入れるタイミング

- 調理時間の約%を過ぎ、焼き色が付き始めたとき、約1分間を目安に設定する。

1 調理中に、「スチームプラス」を選ぶ



2 5秒以内に時間を合わせる



3秒後、スチームが出ます

- 表示される残りの時間には、スチームプラスの時間も含まれます。

- 最大設定時間: 3分
- 残り時間以上に設定することはできません。

オーブン

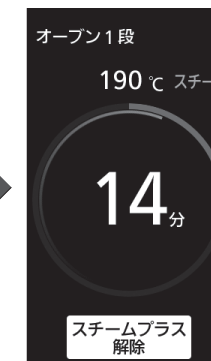
スチームを入れるタイミング

- スポンジケーキ: 薄く焼き色が付いたとき、約5～10分間を目安に設定する。
- シフォンケーキ: 焼き色が付いてから、約5分間を目安に設定する。
- シュー: 加熱を開始したときに、約10～15分間を目安に設定する。

1 調理中に、「スチームプラス」を選ぶ



2 5秒以内に時間を合わせる



3秒後、スチームが出ます

- 表示される残りの時間には、スチームプラスの時間も含まれます。
- スチームプラス中は、オーブンの温度は変えられません。

- 最大設定時間: 30分
- 残り時間以上に設定することはできません。

途中でスチームを止めたいとき

- 「スチームプラス解除」を押します。(「取消」ボタンを押すと、すべての加熱が中止されます)

手動で加熱する

スチームプラス
スチームで蒸す

オーブン／グリル
スチーム

オーブンで調理する

オーブン

予熱ありで 1 段 / 2 段

パンやお菓子などは、庫内をあらかじめあたためてから、食品を入れて焼き上げます。

ヒーター加熱

準備

庫内に何も入れない



角皿
(上段・下段 / 上下段)

- 角皿や食品を入れて予熱すると、焼き上がりが悪くなります。
- フランスパン、クリスピーピザは庫内に角皿を入れて予熱します。
- オーブン予熱時間の目安

150℃	170℃	180℃	200℃	230℃	250℃	300℃
約4分	約5分	約6分	約7分	約10分	約14分	約30分

室温や庫内温度などの諸条件により実際の予熱時間は変動します。

「スチームプラス」が
使えます。→ P.63

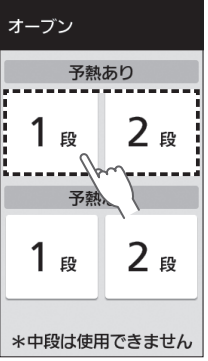


- お願い
- アルミホイルやオープンシートを敷く場合は、角皿の周囲の穴をふさがらないでください。焼きムラの原因になります。
 - 加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

1 手動の
オープンを選ぶ



2 予熱あり1段
または2段を選ぶ



3 温度を合わせる



4 予熱をスタートする
(角皿・食品を入れずに、
庫内をあたためます)



5 食品を入れる



6 時間を合わせる



7 スタートする
(加熱開始)



●70～300℃まで。

- 10℃刻みで合わせられます。

オープンを連続で使うときや
庫内が130℃以上で熱いときは、
電気部品保護のため、240℃
以上の設定はできません。

予熱完了
「予熱完了」が表示
ピーピー (5回)

現在温度 (70℃以上から表示)

設定温度

オープン1段

170℃

現在

約 --℃

予熱中

温度変更

食品は角皿に並べる
ラップはしない

(上段・下段 / 上下段)

- 中段は使えません。
熱風による影響で焼き
ムラになります。
- 発酵でラップを
使用した場合は、
必ず外してください。

時間設定時に便利な早送り機能や、が
あります。→ P.25

最大設定時間

70～110℃: 4時間

120～300℃: 2時間

240℃以上に設定したとき、設定温度で
の保持時間は約5分となります。その後は、
自動的に230℃に切り換わります。

加熱中も画面の「温度変更」を押してから、
で温度が変えられます。
ただし、70～110℃設定で121分以上
(2時間を超える時間)の加熱をしている
ときは、120℃以上に温度変更できません。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、手動「オープン」予熱なしで加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

手動で加熱する
オーブンで調理する
オーブン

64

65

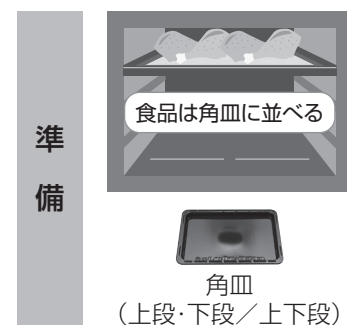
オーブンで調理する

オーブン

予熱なしで 1 段 / 2 段

始めから食品を入れて予熱なしで焼き上げます。

ヒーター加熱



- 中段は使えません。
熱風による影響で焼きムラになります。

お願い

- アルミホイルやオープンシートを敷く場合は、
角皿の周囲の穴をふさがないでください。
焼きムラの原因になります。

「スチームプラス」が
使えます。→ P.63



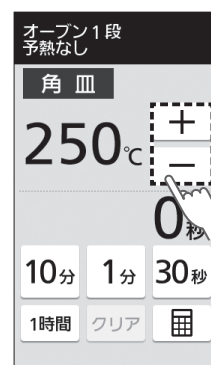
1 手動の オーブンを 選ぶ



2 予熱なし 1 段 または 2 段を 選ぶ



3 温度を合わせる



- 70～300℃まで。
●10℃刻みで合わせられます。
●オーブンを連続で使うときや
庫内が130℃以上で熱いとき
は、電気部品保護のため、
240℃以上の設定はできま
せん。

4 時間を合わせる



5 スタートする (加熱開始)



- 時間設定時に便利な早送り機能や、
[] があります。→ P.25
- 最大設定時間
70～110℃: 4時間
120～300℃: 2時間

- 240℃以上に設定したとき、設定温度での保持時間は
約5分となります。その後は、自動的に230℃に
切り換わります。
- 加熱中も画面の [温度変更] を押してから、[] [] で
温度が変更されます。ただし、70～110℃設定で
121分以上(2時間を超える時間)の加熱をしている
ときは、120℃以上に温度変更できません。

■加熱不足のときは追加加熱をする

- 加熱終了後、追加加熱の表示中(6分間)に追加時間
を合わせて「あたため／スタート」ボタンを押します。
→ P.25
- 追加加熱の画面表示(6分間)が消えたときは、
手動「オープン」予熱なしで加熱します。

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

お願い

- 加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、
最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

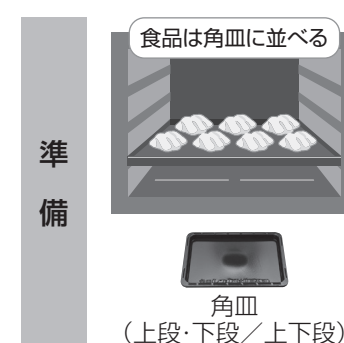
発酵する

発酵

スチームあり / スチームなし

30～65℃まで。スチームあり、なしが選べます。

ヒーター+スチーム加熱 / ヒーター加熱



- 水「スチームあり」の場合は、給水タンクに満水まで水を入れる。
→ P.24

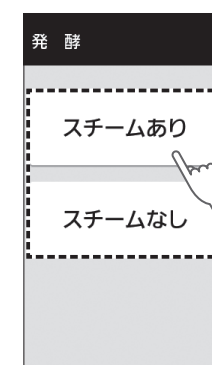
パンを発酵するときのお願い

- 温度管理が難しいフランスパンなどは、室温での発酵をおすすめします。
- 冬場など室温が低いときは、時間を長めに設定し、生地を温度をはかりながら
発酵させてください。
- 食品や室温などにより、庫内温度が変わるため様子を見ながら発酵の温度や時間を
調節したり、霧吹きしたりしてください。
- 「スチームなし」の場合は、ラップをしたり、様子を見ながら霧吹きしたりしてください。

1 手動の 発酵を選ぶ

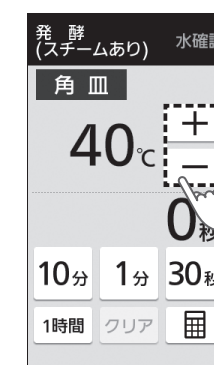


2 スチームあり または スチームなしを選ぶ



- パンなどは2段の
発酵もできます。

3 温度を合わせる



- 30～65℃まで。
●5℃刻みで合わせ
られます。
- 発酵中は、温度変更
できません。

4 時間を合わせる



- 時間設定時に便利な
早送り機能や、
があります。
→ P.25
- 最大設定時間
8時間

5 スタートする (加熱開始)



- 「U50」を表示したら、
[庫内を冷ます] を使って
庫内を冷ますと加熱
できます。→ P.76、90

■発酵不足のときは追加発酵をする

加熱終了後、追加発酵の表示中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため／スタート」
ボタンを押します。→ P.25

■加熱終了後、別の操作をしたいとき

「取消」ボタンを押してから操作してください。

■色々な発酵調理ができます。

レシピブックを参考にしてください。

<メニュー例>

- ・ヨーグルト 「スチームあり」40℃ → レシピブック P.158
- ・塩こうじ 「スチームなし」60℃ → レシピブック P.159
- ・甘酒 「スチームなし」60℃ → レシピブック P.156

手動で加熱する

発酵する
オーブンで調理する

発酵
オーブン

手動加熱するときの目安時間

自分で時間などを合わせて加熱するときの設定温度・時間の目安です。

レンジ600W(あたため)

種類	メニュー名	分量	設定時間 レンジ600W	ラップ ふた
常温・冷蔵	冷やごはん	1杯(150g)	約50秒～1分	－
	チャーハン	1人分(250g)	約2分30秒	－
	どんぶり物	1人分(350g)	約2分30秒～3分30秒	有
	みそ汁	1杯(150mL)	約1分～1分30秒	－
	カレー・シチュー	1人分(300g)	約2分30秒	有
	ポタージュスープ	1杯(180mL)	約1分30秒～2分	－
	粒入りスープ※	1杯(180mL)	約1分～1分30秒	有
	煮魚	1切れ(100g)	約1分	有
	野菜の煮物	1人分(150g)	約1分30秒～2分	－
	焼き魚	1切れ(80g)	約50秒	－
	ハンバーグ	1個(90g)	約1分～1分20秒	－
	野菜炒め	1人分(200g)	約2分	－
	スパゲティ・焼きそば	1人分(250g)	約3～4分	－
	ハンバーガー	1個(100g)	約30～40秒	－
	バターロールなど	1個(30g)	約10秒	－
	牛乳	1杯(200mL)	約1分～1分20秒	－
	コーヒー	1杯(150mL)	約1分～1分30秒	－
	お酒	1本(180mL)	約1分	－
	みりん干し	1枚(35g)	約30～40秒	－
	お弁当	400g	約1分30秒～2分	－
	クロquette	1個(100g)	約20～30秒	－

種類	メニュー名	分量	設定時間 レンジ600W	ラップ ふた
冷凍	ごはん(固まり)	1杯分(150g)	約2～3分	有
	ピラフ (パラパラの物)	1人分(250g)	約4～5分	－
	カレー・シチュー	1人分(300g)	約6～8分	有
	ポタージュスープ	1人分(300g)	約5～6分	有
	ハンバーグ	1個(90g)	約2分～2分30秒	有
	しゅうまい	12個(170g)	約3～4分	有
	お好み焼き	1袋(300g)	約6～8分	－
	フライ (揚げたて冷凍した物)	3個(80g)	約1分～1分30秒	－
	ホットケーキ	1枚(60g)	約30秒～1分	－
	バターロールなど	1個(30g)	約20～30秒	－
	ミックスベジタブル	100g	約2分～2分30秒	有
	さやいんげん	100g	約2分30秒～3分	有
	さといも	100g	約3分～3分30秒	有

レンジ600W(ゆでる)

素材名	分量	設定時間 レンジ600W	ラップ ふた	アク 抜き※1	色止め※1
ほうれん草	200g	約2分～2分30秒	有	－	要
キャベツ	100g	約1分30秒		－	－
小松菜	200g	約3～4分		－	要
チンゲンサイ	200g	約1～2分		－	要
もやし	100g	約1分～1分30秒		－	－
アスパラガス	100g	約1分30秒～2分		－	要
なす	100g	約1～2分		要	要
ブロッコリー	100g	約1～2分		－	－
さやいんげん	100g	約1分30秒		－	要
かぼちゃ	200g	約2～3分		－	－
じゃがいも	1個(150g)	約3～4分		－	－
さつまいも	1本(200g)	約4～5分		－	－
さといも	5個(200g)	約4～5分		－	－
にんじん	100g	約1～2分		－	－
とうもろこし※2	1本(250～300g)	約4～6分		－	－

※1 アクの強い野菜は、アクを抜き、色止めをする。
・アク抜き…加熱前に水にさらす。
・色止め…加熱後に流水にさらす。

※2 とうもろこしのゆで方とポイントについて
➡ レシピブック P.163

レンジ600W(解凍)

素材名	分量	設定時間 レンジ600W	ラップ ふた
冷凍 ミックスベジタブル	100g	約1分40秒	－
冷凍 さやいんげん	100g	約2分	－

・あとで加熱調理するために、氷が溶ける程度に解凍するための目安時間です。
・大きさがそろっていない場合は、設定時間を控えめにし、解凍できた食品から取り出します。

※コーンの粒やあさりなどが入ったスープは具がはねやすいので、毎日「レンジ」500Wで様子を見ながら加熱してください。

- ・加熱不足や加熱ムラが気になる場合は、取り出して混ぜたり、並べかえたりして追加加熱をしてください。
- ・食品の分量を2倍にした場合は、加熱時間を2倍弱に合わせます。
- ・いか・えびなどは、毎日「レンジ」300Wで様子を見ながらあたためてください。
- ・パンは、時間がたつと固くなるので食べる直前にあたためてください。
- ・コーヒーの設定時間は、加熱前の温度が常温(約20～25℃)のときの時間です。
- ・冷凍カレー・シチューは加熱後混ぜてください。(こびり付きが気になるときは途中で混ぜる)
- ・ポップコーンはパッケージの加熱方法に従ってください。
- ・市販の冷凍食品(レンジ用)や加工食品はパッケージの加熱方法に従ってください。
- ・パッケージなどに記載の時間が合わせられない場合は、短めの時間に合わせて様子を見ながら加熱してください。
- ・冷凍食品は、冷凍庫から出して時間がたった場合(温度が上がった食品)は、設定時間を控えめにしてください。

警告



食品・飲み物は加熱しすぎない
発火や発煙、やけどのおそれがあります
飲み物は、加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱してください。

注意



お弁当をあたためるときはふた・ラップを外し、ゆで卵やアルミケース、調味料類は取り出す
火花が出たり、破裂したりして、けが、やけどのおそれがあります



手動で加熱する

手動加熱するときの目安時間

手動加熱するときの目安時間（つづき）

レンジ300Wスチーム(あたため)

水分を補い、しっとり・ふっくらあたためたいときや、固くなりやすいおかずのあたためにおすすめです。(ラップなし)

メニュー名	分量	設定時間 300Wスチーム
冷やごはん	1杯(150g)	約2分30秒～3分
しゅうまい	8個(150g)	約3分30秒～4分
まんじゅう	1個(60g)	約1分～1分30秒
焼き魚	1切れ(80g)	約2～3分
煮魚	1切れ(100g)	約2～3分
ハンバーグ	1個(90g)	約2分30秒～3分30秒
焼きとり	4本(100g)	約2分～2分30秒
うなぎのかば焼き	½尾	約2分～2分30秒
とんかつ	1枚(150g)	約2分30秒～3分
ひじきの煮物	100g	約2分～2分30秒
惣菜パン	1個(130g)	約1～2分
バターロールなど	1個(30g)	約1分～1分20秒
	3個(90g)	約1分10秒～1分30秒

レンジ150W(解凍)

素材名	分量	設定時間 レンジ150W	ラップ ふた
ひき肉	300g	約7～9分	－
薄切り肉	300g	約7～9分	－
厚切り肉	300g	約7～10分	－
鶏もも肉(骨なし)	200g	約7～10分	－
鶏もも肉(骨付き)	200g	約8～11分	－

・冷凍庫から出して時間のたった(温度が上がった)食品は、設定時間を控えめにしてください。

メニュー名	分量	設定時間 300Wスチーム
ハンバーガー	1個(100g)	約1～2分
冷蔵中華まん (1個80g)	1個(80g)	約2～3分
	2個(160g)	約3～4分
	3個(240g)	約4分30秒～5分30秒
	4個(320g)	約5分30秒～6分30秒
冷凍中華まん (1個80g)	1個(80g)	約3分20秒～4分
	2個(160g)	約5～6分
	3個(240g)	約7～8分
	4個(320g)	約9分30秒～11分
冷凍しゅうまい	12個(170g)	約6～7分
冷凍焼きおにぎり	2個(100g)	約3分30秒～4分30秒
冷凍ホットケーキ	1枚(60g)	約2分～2分30秒

素材名	分量	設定時間 レンジ150W	ラップ ふた
えび	200g(10尾)	約5～7分	－
いか(ロール)	100g	約3～5分	－
まぐろ(ブロック)	200g	約4～6分	－
一尾魚	1尾(約300g)	約7～9分	－
切り身魚	1切れ(約100g)	約3～5分	－



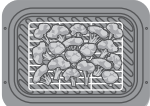
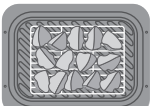
注意



レンジ(電波)を使う加熱では、レトルトパウチ食品などはあたためない
火花が出て、発火、発煙、食品の破裂、ドアガラスの割れ、庫内底面の赤熱による割れなどで、
けが、やけどのおそれがあります

スチーム100℃(蒸す)

【手動】「スチーム」では、缶詰のあたため、レトルトパウチの食品をそのままあたためることもできます。
また、野菜を蒸すこともできます。

メニュー名	分量	付属品と 棚位置	設定時間 スチーム100℃	備考
レトルトパウチのカレー	200g	グリル皿上段	約13～15分	そのまま加熱可
パックごはん(市販)	200g		約10～12分	パッケージのふたは外す
お惣菜の缶詰	100g		約9～11分	缶詰のふたは外す
冷蔵中華まん	1～4個		約12～16分	グリル皿に直接のせる
冷凍中華まん	1～4個		約18～22分	
茶わん蒸しのあたため	4個	グリル皿中段	約20～25分	
ブロッコリー	100～200g (小房に分ける)	グリル皿上段	約10～12分	グリル皿に野菜をのせる ●お手持ちの金属網(足付き)を野菜の 下に敷くと上手に仕上がります。 <ブロッコリー> <小松菜>   <じゃがいも>  ●ブロッコリーと小松菜は加熱後、 流水にさらす。
かぼちゃ	100～400g (3～4cmの角切り)		約15～18分	
小松菜	100～200g (軸は切り込みを入れる)		約8～10分	
じゃがいも にんじん	100～500g (一口大または 厚さ1cmに切る)		約21～23分	
とうもろこし	1～2本 (1本は250～300g、 皮とひげを取り除き、 水洗いする)		約15～20分	

グリル両面上段(焼く)

食材名	メニュー名	分量	付属品と 棚位置	設定時間 グリル両面上段	仕上がり 調節	備考	
切り身魚	塩焼き	4切れ(1切れ80～100g)	グリル皿 上段	約14～16分	標 準	—	
	照り焼き			約11～14分		グリル皿に油を塗る	
	みそ漬焼きなど			約10～13分			
一尾魚	さんまの塩焼き	4尾(1尾約120～150g)		約19～23分			
干物	あじの開き	4枚(1枚80g)		約13～18分			—
鶏もも肉	塩焼き	4枚(1枚250gを半分に分ける)		約10～12分加熱後、 「グリル」上面で約7～8分			—
	照り焼き			約14～19分			—

- 焼き色が濃い場合、薄い場合などは、様子を見ながら設定時間を加減してください。
- 上段に入らない厚みのある材料を焼きたいときは、中段に入れて「グリル」両面中段で様子を見ながら加熱してください。
- 材料や作り方を掲載していないメニューがあります。お手持ちの料理本と上の表を参考にして作ってください。

お手入れする



警告

- お手入れ時、電源プラグは抜く感電のおそれがあります
- 庫内が冷めてからお手入れするやけどやけがのおそれがあります



注意

- 庫内に付着した油や食品カスはふき取るそのまま加熱すると発火や発煙の原因になります必ず庫内が冷めてからふき取ってください。

■グリル皿・角皿

柔らかいスポンジで、台所用洗剤を使って洗う

- グリル皿は、すぐに湯で洗うか、湯につけ置きして洗ってください。調味料を付けたままで放置するとフッ素コートが傷める原因になります。
- グリル皿を何度もくり返して洗うと、表面のフッ素コートがはがれることがあるのでご注意ください。フッ素コートがはがれたり、食品がこびり付きやすくなったりした場合は、買い替えをご検討ください。
- 角皿の汚れが取れにくい場合のみメラミンフォームのスポンジ（洗剤を使わないタイプの白いスポンジ）でこすってください。
- グリル皿、角皿のお手入れに、食器乾燥器や食器洗い乾燥機が使えます。

■庫内（ドア内側）

固く絞ったぬれぶきんで、水ぶきする

長い間ご使用いただくために、付着した油や食品・水分はすぐにふき取ってください。さびの原因になります。

スチームを効率よく使用できるように、気密性の高い設計になっているため、スチームを使わないときも調理後、庫内上面・側面・底面に水滴が付着します。冷めてから、そのつど、ふきんなどでふき取ってください。汚れがひどい場合は、台所用洗剤（中性）を布にしみ込ませてふき取ります。また、ドアを少し開けた状態にして蒸気や熱気を逃がしたり、乾燥させたりしてください。→ P.15

- 天井（ヒーター調理中に油汚れを高温で分解するオートクリーン加工）オープンやグリル調理したあとの天井のお手入れは → P.79 レンジ調理時に、天井に食品カスなどが付着した場合はぬれぶきんで軽くふき取ります。
- 天井はふきんなどでふくと、オートクリーン加工の成分が付着し、少し黒くなります。
- においが気になる場合は → P.79
- 底面のひどい汚れはクリームクレンザーでふき取り、その後ぬれぶきんでふいてください。
- 底面に水をかけたり、衝撃を与えたりしないでください。（耐熱ガラス製のため、割れるおそれがあります）
- 庫内右上にある温度センサーに触れないでください。→ P.15（センサーが曲がると正しい温度が検知できなくなります）
- 庫内やパッキン部（庫内、ドア）を強くこすらないでください。（庫内のフッ素加工や、パッキン部がはがれる原因になります）

■外まわり

柔らかい布で、水ぶきする

付着した油や食品はすぐにふき取ってください。汚れがひどい場合は、台所用洗剤（中性）を布にしみ込ませてふき取ります。

- ドアの外側・ハンドル部 水ぶきのあと、柔らかい布でからぶきしてください。
- タッチ画面 少量の水分が残っていると、水分に反応して数秒後に画面の表示が変わることがあります。水ぶきのあと、柔らかい布でからぶきしてください。
- 排気口（→ P.14）に付いたほこりなどは乾いた布で定期的に取り除いてください。（性能を維持するため）

お願い

- 右図のたわしなどは使わないでください。（グリル皿や角皿を傷付けるため）
- 特にグリル皿は激しくこするとフッ素コートがはがれたり、裏面の発熱体が傷付いたりして効果が薄れます。
- 右図の洗剤は、使わないでください。（傷が付いたり、色がはげたりします）
- 洗剤や食品カスを、すき間やパンチング穴、赤外線センサー取り付け部（庫内右上）に入れないでください。（故障の原因になります）
- メラミンフォームのスポンジ（洗剤を使わないタイプの白いスポンジ）は角皿にのみ使えます。その他のお手入れには使用しないでください。
- 給水タンク、クリーントレーのお手入れに、食器乾燥器や食器洗い乾燥機は使えません。（変形の原因になります）

■給水タンク 柔らかいスポンジで水洗いする

- 洗剤で洗うと、においの原因になります。
- ふたが閉まっていない場合や、取り付けがまちがっている場合は、水漏れの原因になります。

給水タンク出し入れ口は、柔らかい布で水ぶきし、ひどい汚れは薄めた洗剤（中性）でふき取る。

給水ふた それぞれのふたは、開けたらしっかり閉める。

パッキンゴム ゴムの内側と外側を、正しく取り付ける。

パイプキャップ

- 取り外しにくいとき 左右にふりながら外す。
- 取り付けるとき 右図イラストのように下向きに取り付ける。（向きを変えると、水を最後まで吸い上げることができません）

- 挿入口にはバネがあります。取り外すときは紛失しないように注意してください。
- パイプキャップの挿入口の部品が外れたら 上図のように、バネをはめて、挿入口に差し込んでキャップを取り付ける。

■クリーントレー 柔らかいスポンジで水洗いする

- 汚れがひどい場合は、台所用洗剤（中性）を使って洗ってください。

汚れてきたら

P.72～73の写真やイラストは、実物と異なる場合があります。また、製品には注意ラベルがはられています。

お手入れする

72

73

食器などの除菌※

洗い終わった食器などを、ヒーターとスチームで高温加熱し、除菌※します。

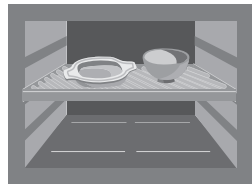
ご使用前に、必ず食器(容器)などの耐熱温度を確認してください。

- 庫内に調理後の汚れやにおいが残っていると、食器などににおいなどが移ることがあります。
庫内の汚れが気になるときは「庫内」、庫内のにおいが気になるときは「天井・脱臭」をしてください。→ P.79
- 庫内が高温のときは、「U50」を表示します。「庫内を冷ます」を使って庫内を冷ますと「食器清潔」が使えます。→ P.76

水 給水タンクに満水まで水を入れる。→ P.24
クリーントレーに水が残っていないことを確認してください。



1 食器(容器)などを
グリル皿に並べ
中段に入れる

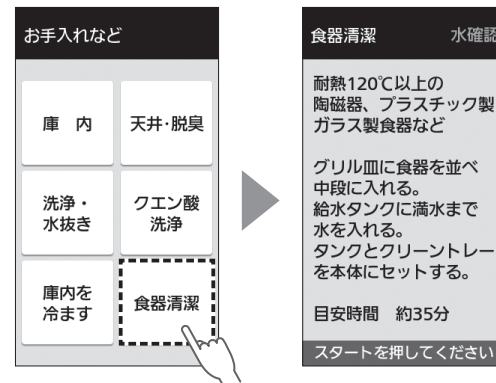


「食器清潔」ができる
容器サイズ
高さ9cm以下
(背の高い食器などは、
寝かせて9cm以下で
あればOK)

2 毎日 お手入れなど
を押す



3 食器清潔 を押す

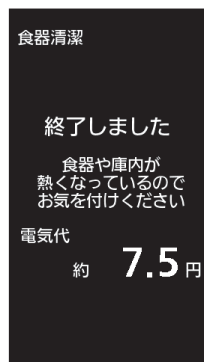


4 スタートする



(目安時間 約35分)

終了ブザーが鳴ったらグリル皿を取り出す



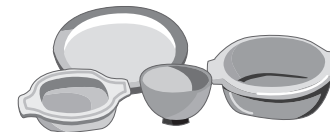
- 取り出すときは、庫内や食器(容器)などが熱くなっているため、お手持ちのミトンなどを使い、落とさないように取り出してください。
- クリーントレーにたまった水を必ず捨ててください。(外すとき、水がこぼれないように注意する)
- 「ピーピー」と2分おきにお忘れ防止ブザーが鳴ります。(6分間)
「取消」ボタンを押すとブザーは止まります。
- 水を捨てたあと、クリーントレーを水洗いしてください。

「食器清潔」で除菌※ができる食器(使えない食器)

○ 除菌※
できる食器

耐熱120℃以上

- プラスチック製食器
(ポリカーボネート製の物を除く)
- 陶磁器
- ガラス製食器
- 鉄製品以外の金属
- シリコン製

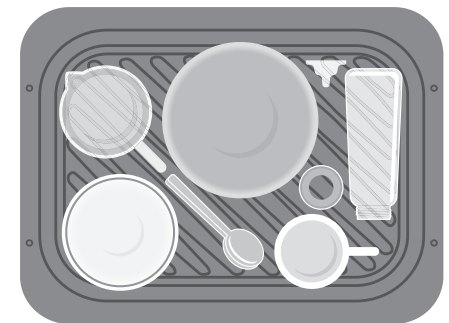


グリル皿に並べられるサイズの食器(容器)、分量が除菌※できます。

並べ方

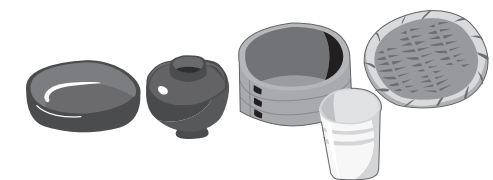
- 開口部を上向きにする。ただし、高さのある容器は寝かせて並べる。(高さのある容器は、庫内上面に当たらないように気を付ける)
- 2枚までなら重ねてもOK。
- 哺乳びんは、乳首やキャップも一緒に並べる。
- ふた付きの容器は、ふたを外して並べる。

つばのあるような食器は、グリル皿の周囲の枠にはみ出さないように並べる。



✕ 使えない食器

- 耐熱120℃未満のプラスチック製食器、ガラス製食器(溶けや変形の原因)
- 漆器、竹製品、木、紙
- 鉄製品(さびの原因)



※試験機関 : 株式会社 食環境衛生研究所
試験方法 : 食器に付着させた菌数を測定
除菌の方法 : 2022年製スチームオープンレンジNE-UBS10Aを「食器清潔」で運転
対象 : 食器に付着した菌
試験結果 : 生菌減少率99.0%以上
試験番号 : 217465N

使用環境、食器などの条件により、効果は異なります。

庫内を冷ます お手入れなど

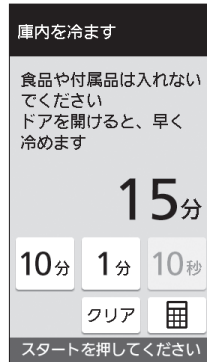
庫内が高温の場合は

庫内が高温のとき、ファンをまわして自動で冷ますことができます。
調理後、すぐに他のメニューで使いたい場合などに便利な機能です。

1 毎日「お手入れなど」から「庫内を冷ます」を選ぶ



2 時間を設定し、スタートする
最大設定時間: 30分



ドアを開けると早く冷めます

●ドアを開けたままでもスタート可能。
途中でドアを開けても、ファンは止まりません。

3 完了(ピーピーと5回鳴る)



●途中で終了したい場合は「取消」ボタンを押してください。

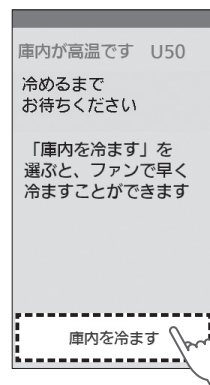


- 庫内をさらに冷めたいときは「時間追加」の表示中に時間を合わせて「あたため／スタート」ボタンを押します。
- 終了後、別の操作をしたいとき「取消」ボタンを押してから操作してください。

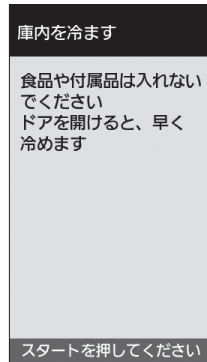
■例：茶わん蒸しを設定中、庫内が高温で「U50」が表示されたとき

調理できる温度になるまで、ファンをまわして庫内を早く冷ますことができます。

1 「庫内を冷ます」を押す



2 庫内に何も入っていないかを確認して、スタートする



あたためスタート

- ドアを開けたままでもスタート可能。
途中でドアを開けても、ファンは止まりません。
- 庫内が冷めたら「ピーピー」と5回ブザーが鳴り、設定中の画面へ戻ります。

自動でお手入れする お手入れなど

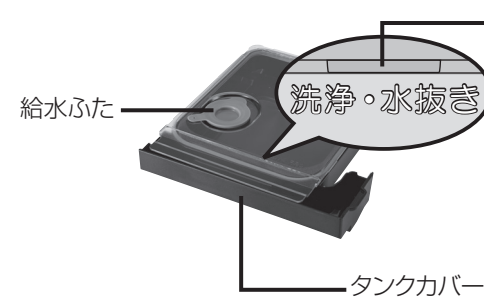
汚れやにおいなどが気になったときに「お手入れ」機能

最初に「毎日」お手入れなどを選びます ➡ P.17

使うたびに 洗浄・水抜き

- 給水経路を洗浄しながら水を抜くことができます。
経路の水はクリーントレーに排出します。
- スチームを使った調理をしばらく(2週間から1か月)しなかったときは、調理時に庫内やクリーントレーに白い粉や水(白色または無色)*が排出される場合があります。
調理前に「洗浄・水抜き」をしてください。
※白い粉、および白く濁った水は、水道水に含まれているカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分が結晶化したことによるもので無害です。
給水経路に固着すると、クリーントレーに排出されずに庫内に排出されることがあります。
その場合は、「クエン酸洗浄」をしてください。➡ P.78

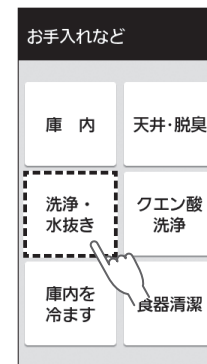
水 クリーントレーに水が残っていないことを確認し、給水タンクの洗浄・水抜きラインまで水 $\frac{1}{2}$ カップを入れてセットしてください。



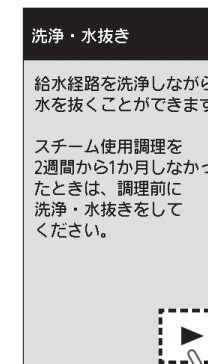
洗浄・水抜きライン

- 「洗浄・水抜き」時の水量は、洗浄・水抜きラインを守ってください。
水量が多くても、少なくてもうまく水抜きができません。

1 毎日「お手入れなど」から「洗浄・水抜き」を選ぶ



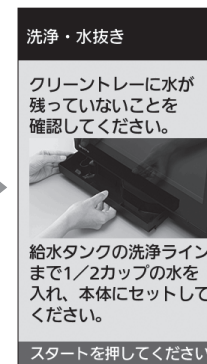
2 ▶を押す



3 スタートする

あたためスタート

(目安時間 約30秒)



- 洗浄中はクリーントレーを外さないでください。
- お手入れ完了後、「取消」ボタンを押してください。
押さないと「ピーピー」と2分おきに6分間、お忘れ防止ブザーが鳴ります。
- 水が出ないときは、数回「洗浄・水抜き」をくり返して使うと水が出てくる場合があります。
また、給水経路がつまっている場合がありますので、「クエン酸洗浄」をしてください。➡ P.78
- 洗浄終了後は、クリーントレーにたまった水を必ず捨ててください。
(外すとき、水がこぼれないように注意する)
- 水を捨てたあと、クリーントレーを水洗いしてください。

- スチームを使った調理直後に、「洗浄・水抜き」を行うときは、湯が排出される場合があります。
クリーントレーを取り外すときは、注意してください。

自動でお手入れする
庫内を冷ます

お手入れなど

自動でお手入れする (つづき)

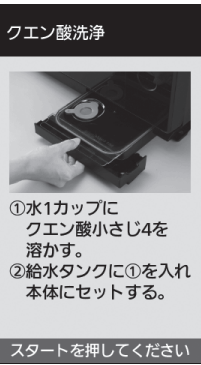
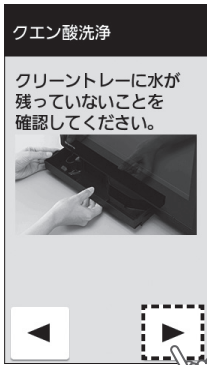
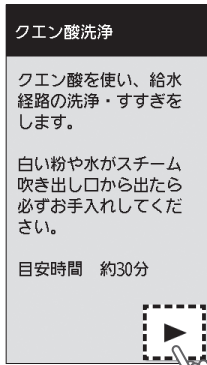
このような場合は クエン酸洗浄

- お手入れの時期が来ると、スチームを使うメニューの加熱終了時に「クエン酸洗浄」の表示が出ます。
(1度表示されると、お手入れするまで表示されます)
長期間お手入れをしないと給水経路がつまり、スチームが出にくくなります。
- お手入れ時期前でも、白い粉や水(白色または無色)*¹がスチーム吹き出し口から出たら、必ずお手入れしてください。
※1 白い粉、および白く濁った水は、水道水に含まれているカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分が結晶化したことによるもので無害です。
- 給水タンクに市販の洗浄用クエン酸*²を溶かしたクエン酸水を入れて給水経路を洗浄します。
クエン酸水で洗浄したあと、水ですすぎ洗浄をします。
洗浄、すすぎに使った水はクリーントレーに排出します。
※2 無添加、または純度99.5%以上のクエン酸をお使いください。



水 クリーントレーに水が残っていないことを確認し、水1カップにクエン酸*²小さじ4(約16g)を混ぜて溶かし、給水タンクに入れてセットしてください。

1 毎日「お手入れなど」から「クエン酸洗浄」を選ぶ 2 ▶を押す



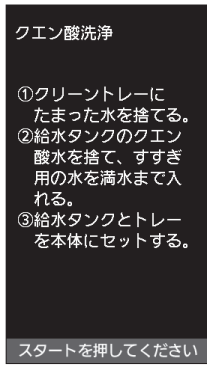
3 スタートする (クエン酸洗浄開始)



(目安時間 約29分)

- クリーントレーを外さないでください。
洗浄、すすぎに使った水を排出します。

4 クエン酸洗浄終了 (ピーピーと5回鳴る)



- クリーントレーにたまった水を必ず捨ててください。
(外すとき、水がこぼれないように注意する)
- 捨てたあと、クリーントレーを必ずセットしてください。
- 給水タンクのクエン酸水を捨ててください。
- 「ピーピー」と2分おきにお忘れ防止ブザーが鳴ります。

5 給水タンクの満水まで水を入れてセットし、スタートする (すすぎ洗浄開始)



(目安時間 約1分)

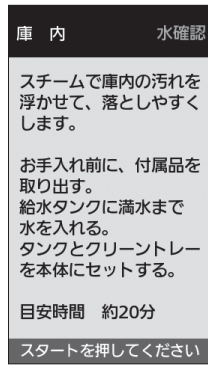
- すすぎ洗浄終了後、クリーントレーにたまった水を必ず捨ててください。
(外すとき、水がこぼれないように注意する)
- お手入れ完了後、「取消」ボタンを押してください。
押さないと「ピーピー」と2分おきに6分間、お忘れ防止ブザーが鳴ります。
- 水(ぬるま湯)を捨てたあと、クリーントレーを水洗いしてください

汚れてきたら 庫内

スチームで庫内の汚れを浮かせて、落としやすくします。
お手入れ前に、角皿、グリル皿を取り出します。

水 給水タンクに満水まで水を入れる。➡ P.24

1 毎日「お手入れなど」から「庫内」を選ぶ 2 スタートする



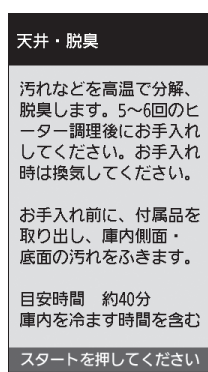
(目安時間 約20分)

- 終了後、庫内の奥面や側面、天井などの浮き出た汚れをふき取る。
- ドアを開けない状態で、ふき取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきに6分間、お忘れ防止ブザーが鳴ります。

天井の汚れや庫内のおいが気になる場合は 天井・脱臭

天井の汚れや庫内のおいの原因(汚れなど)を高温で分解し、脱臭します。
5~6回オープン・グリル調理毎にお手入れすることで、汚れのこびり付きを防ぐことができます。
お手入れするときはしっかり換気をしてください。
お手入れ前に、角皿、グリル皿を取り出し、庫内側面・底面の汚れをふき取っておく。

1 毎日「お手入れなど」から「天井・脱臭」を選ぶ 2 スタートする



(目安時間 約40分)

- ヒーターを使用しているため終了後、本体や庫内が熱くなっています。
お気を付けてください。

お願い

加熱後、ファンがまわって電気部品を冷ますため、最大約15分間は電源プラグを抜かないでください。

お手入れのコツ

加熱終了後、一部のメニューで「お手入れのコツ」が画面に表示されます。
「お手入れのコツ」を押すと、メニューに適した自動のお手入れの設定や内容の確認ができます。

- 給水経路のお手入れ時期が来た場合には、クエン酸洗浄の表示が出ます。➡ P.78



うまく仕上がらない

あたため	共通	熱くならない	●食品が金属容器・アルミホイルなどで、おおわれていませんか。 ●陶器・ガラス・プラスチック製のふたを使っていますか。 ●もう少し加熱したい場合は、 毎日 「レンジ」600Wで時間を合わせて追加加熱をしてください。➡ P.56 ●冷凍カレーは自動ではうまくあたためられません。 ラップをして 毎日 「レンジ」600Wで時間を合わせて加熱してください。➡ P.68
		たれが飛び散る	●深めの耐熱容器に入れて、ラップをしてあたためてください。 ●たれは加熱後にかけましょう。
	1品	熱すぎる	●あたためる分量が少なすぎませんか。50g以上にしてください。 ●深さに対してできるだけ口が広い容器をお使いください。 赤外線センサーをうまく働かせるためです。
		冷凍ごはんがぬるい うまくあたたまらない	●あたためる分量が多すぎませんか。300g以下にしてください。 ●ラップの重なっている方を上にしていますか。必ず下にしてください。
	2品	うまくできない	●食品を中央より離してイラストの白線の間に置いていますか。 はみ出すとうまくあたたまりません。➡ P.30 ●あたためる分量が多すぎませんか。1品250g以下にしてください。 ●冷凍物の分量が多すぎませんか。食品の分量は同じくらいにしてください。

毎日

■スチームあたため

ごはん・おかずが熱すぎる	●仕上がり「弱」または「やや弱」に調節してください。 ●100g未満は 毎日 「レンジ」300Wスチームで時間を合わせて加熱してください。
--------------	---

■中華まん

うまくできない	●中華まんの種類や重さなどに合わせて仕上がりを選んでください。 ●自動では70～120gまであたためることができます。 それ以外の小さな物、大きな物は 毎日 「レンジ」300Wスチームまたは 手動 「スチーム」100℃で様子を見ながら加熱してください。 ●冷蔵庫または、冷凍庫で保存した中華まんのあたためにお使いください。 常温の中華まんは熱めに仕上がります。 仕上がり調節 ◀▶ で1～2段階弱めに設定してください。 ●個数の設定をまちがえていませんか。 ●置き方をまちがえていませんか。 毎日 あたため色々 中華まん ➡ P.38
---------	--

飲み物

熱すぎる 上と下で温度が違う	●置き方をまちがえていませんか。 ● 毎日 飲み物 牛乳・コーヒー か 酒かん を使いましたか。 ●少量を加熱すると沸とうします。容器の8分目まで入れてください。 ●厚手のカップを使うと、熱い場合があります。 温度を低めに合わせるか薄手のカップに変えてください。 ●設定温度は高すぎませんか。 変えた温度は記憶され、次の加熱時に表示します。 ●加熱後よく混ぜてください。 牛乳・コーヒー 、 酒かん ➡ P.40
-------------------	--

■スチーム全解凍、スチーム半解凍

食品が煮えた	●食品の厚みが不均一だと薄い部分が煮えやすくなります。 冷凍するときは、食品の厚みを3cm以下にそろえてください。 ●ラップなどの包装を取り外してください。 ●形状、開始温度などによっては煮えることがあります。 ●さしみは「スチーム半解凍」に合わせてください。➡ P.44 ●1枚ずつ広げてパックされている薄切り肉や霜降りなど脂身の多い薄切り肉は煮えることがあります。仕上がりを「弱」に調節してください。➡ P.44
--------	---

解凍／ゆで野菜

■ゆで野菜

うまくできない	●野菜を直接庫内に置いて加熱したり、陶器・ガラス・プラスチック製のふたを使ったりしていませんか。 野菜は耐熱性の平皿にのせ、ラップをゆったりかけて加熱してください。 ●100g未満の野菜は 毎日 「レンジ」600Wで様子を見ながら加熱してください。 ●葉果菜は種類や分量によって仕上がりを「強」に調節してください。➡ P.47
ゆでムラがある	●じゃがいもなどは、加熱後約5分蒸らしてください。また2個以上ゆでるときは、大きさが同じくらいのじゃがいもを選んでください。 ●じゃがいもなどで、部分的に固さが残る場合は、少し大きめの耐熱皿を使うと、加熱時間が長くなり固さが緩和されます。 ●ほうれん草などが、加熱しすぎになる場合は、葉を上から押さえて高さを低くするようにラップをしてください。

■トースト、スチームトースト、冷凍トースト

焼き色が 薄い・濃い	●「仕上がり調節」の「強」「やや強」で濃く、「弱」「やや弱」で薄く焼くことができます。また、食パンの種類などで焼き色が変わります。 ●連続で焼いたときなど、庫内、グリル皿の温度によって焼き色が変わる場合があります。様子を見ながら焼いてください。 ●「冷凍トースト」 保存は冷凍保存袋に入れ密封して、平らに保存できていますか。 冷凍状態によって焼き色が変わります。➡ レシピブックP.131
---------------	--

料理集

■焼き物

うまくできない	●レシピ通りの分量で調理していますか。 分量を増やして加熱するときは、 手動 「グリル」両面上段で様子を見ながら加熱してください。 (手動 「グリル」両面上段で焼くときは約8～13分に合わせてください)
---------	--

■蒸し物

うまくできない	●給水タンクに水は入っていますか。 ●グリル皿を使っていますか。 ●グリル皿は上段に入っていますか。
---------	--

■ビビンバ、たいめし、彩りピラフ

うまくできない	●給水タンクの水がなくなっていないですか。水量が少なかったり、水を入れ忘れていたりした場合にはうまくできません。 ●グリル皿を使っていますか。 ●グリル皿は下段に入っていますか。 ●加熱が足りないときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。
ごはんが固い うまくできない	●浅くて大きい容器を使うときは、仕上がりを「やや弱」「弱」で調理してください。
箱を使って加熱すると うまくできない	●クッキングシートで作った箱を使っていますか。➡ レシピブック P.104 クッキングシート以外ではうまくできません。

■山菜おこわ

おこわが固い	●もち米をつける水量を10～20mL多めにしてください。 ●もち米をつける時間を長めにしてください。 ●だし汁と酒、しょうゆをよく混ぜてください。 底にしょうゆがたまっていると部分的に固くなることがあります。 ●加熱後は乾燥を防ぐために軽く混ぜてからふたをしてください。
--------	---

グリル皿おすすりめ

蒸し焼き

合わせ技セット

うまく仕上がらない (つづき)

ワンボウルおすすめ

■煮物(葉果菜/根菜)

うまできない

- 野菜の分量を100~500gにして調理していますか。
 - ・ほうれん草や小松菜などの葉菜は300gまで
 - ・「かにとかぶの中華煮」は400gまで
 - 煮汁が多すぎませんか。煮汁が多いとうま検知できず仕上がりが悪くなります。
 - ラップはふんわりゆったりかけていますか。
 - ・ラップが破れるとうまできません。
 - 加熱後、味のしみ込みが悪い場合は、軽く全体を混ぜ合わせて煮汁にしばらくつけておいてください。
- 「煮物・作り方のコツ」➡ レシピブック P.20

■凍ったままワンボウル

うまできない

- 長期保存されている物は乾燥(冷凍焼け)し、うまできない場合があります。

蒸す

■No.122 茶わん蒸し

うまできない

- 給水タンクに水は入ってますか。
 - 容器の置き方をまちがえていませんか。
 - 個数の設定をまちがえていませんか。
- ➡ レシピブック P.96

共通

冷凍して焼いたとき
うま焼けない

- 食品の置き方をまちがえていませんか。
置き方をまちがえると赤外線センサーが正しく検知できず焼けません。
各ページを参照してください。
- 食材の厚みをそろえ、平らに冷凍していますか。
「凍ったままグリル」➡ レシピブック P.66
- 冷凍保存できる期間は2~3週間までです。長期間保存した物は乾燥(冷凍焼け)し、焼き色が濃くなりすぎるなど、上手に焼けなくなります。

■No.95 さんまの塩焼き

焼き色が
濃い・薄い

- 季節や鮮度、脂ののり具合によって焼き色が異なります。焼き足りないときは、**手動「グリル」**片面上面で様子を見ながら焼いてください。

皮が破れる

- 脂が少ないとグリル皿にこびり付くことがあります。サラダ油を塗ってください。
また、グリル皿の溝にはしを入れてやさしく前後に動かすと取り出しやすくなります。

■さば、さけ、さわら

生っぽい
焼き色が薄い

- 魚は大きさや厚みにより、焼き上がりが変わります。
焼き足りないときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。

■No.103 ぶりの照り焼き

照りや味が薄い

- 照りを濃くしたいときは、再度たれの材料を用意して煮詰め、焼き上がったぶりに塗るとよいでしょう。➡ レシピブック P.81

■No.81 ハンバーグ

焼けない
焼き色が薄い

- レシピブックのレシピの分量ですか。
ハンバーグの水分が多いと温度が上がりにくく、上手に焼けません。
➡ レシピブック P.67

■No.87 鶏の照り焼き

生っぽさが残る

- 肉の厚い部分に切れ目を入れて、平らになっていますか。
厚い部分は温度が上がりにくい場合があります。➡ レシピブック P.72

■手羽元

生っぽさが残る

- 手羽元は観音開きにしていますか。
開かないと、骨のまわりの温度が上がりにくい場合があります。

焼く・揚げる

魚類

肉類

焼く／揚げる

肉類

■No.93 ピーマンの肉詰め

かたくり粉、薄力粉の
役割は?

- 薄力粉は、野菜と肉をくっつける役目、かたくり粉は野菜の余分な水分を吸い取る役目をしています。両方の粉を使うと上手に焼き上がります。
➡ レシピブック P.76

野菜類

■No.92 焼き野菜(冷凍)

冷凍中に野菜が黒くなる

- アク抜きをして冷凍していますか。
さつまいもは水につけてアク抜きをしてから冷凍してください。

■グラタン

焼き色が濃い・薄い
焼き上がりがぬるい

- 仕上がり調節「強」で濃く、「弱」で薄く焼くことができます。
また、チーズの種類や容器のサイズなどで焼き色が変わります。
- 具が冷めたままで焼くと内部がぬるい場合があります。
毎日「レンジ」600Wで人肌にあたためてから焼いてください。

■No.104 手作り焼きおにぎり

焼き色にムラがある

- 形が不均一な場合、焼きムラが出やすくなります。
おにぎりを作るときは大きさ、厚みをそろえてください。

■No.107 豚キムチの春巻き

うま焼けない
焼き色が薄い

- 春巻きの皮は、市販の薄めのタイプを使ってください。
もちもちとした柔らかめの皮や手作りの皮は、上手に焼けません。

■No.108 鶏のから揚げ(冷凍)

たれがくっ付き冷凍された

- たれがくっ付いたまま焼こうま焼けない場合があります。

■No.149 スナックピザ

食べると生地が
とても固い

- 生地に厚みがありませんか。生地は薄く均一にのばしてください。
- 具やソースを周囲までまんべんなく広げてください。
また、ピザソースの量を増やしてもよいでしょう。
- 生地をこねすぎていませんか。こね時間が長いと固い生地になってしまいます。

■No.151 山形食パン

うま焼けない
うまふくらまない

- 生地の発酵状態は良好でしたか。
2次発酵は表面が型から少し出る程度が目安です。
「パン作りのコツ」➡ レシピブック P.123

焼き色にムラがある

- 気になる場合は、残り14分で食パン型の前後を入れかえてください。

■No.152 フランスパン

うま焼けない
うまふくらまない

- 生地の発酵状態は良好でしたか。発酵時に生地の温度が高すぎるとうまふくらまず、焼き上がりも悪くなります。
「パン作りのコツ」➡ レシピブック P.123

焼き色にムラがある

- 予熱時、焼き上げ時にカラの角皿を庫内に入れましたか。
入れないとうま焼けません。➡ レシピブック P.124

■No.161 いちごのショートケーキ

うま焼けない
うまふくらまない

- 卵の泡立てがしっかりできていますか。
泡立て器の先から落ちる泡で文字が書けるくらいまで泡立てましょう。

泡立てが
うまできない

- ボウルに油分や水分が付いていませんか。
泡立てるときのボウルは、油分や水分が付いていない物を使ってください。

部分的に粉が残る

- よくふるいながら入れましたか。ふるうことで粉の固まりを取り除き、焼き上がりに粉が残りにくくなります。

焼き色が薄い

- 材料や作り方の違い、ケーキ型の種類で焼き色が変わることがあります。
(例えば、グラニュー糖を使うと焼き色は薄くなります)

パン／お菓子

ピザ・パン

お菓子

うまく仕上がらない

うまく仕上がらない

うまく仕上がらない (つづき)

パン／お菓子

お菓子

No.164 シフォンケーキ

空洞ができる

●卵白の泡立てはツノが立つまでしっかり泡立てないと空洞の原因になります。
また生地を混ぜるときは卵白の固まりが消えるまでしっかり混ぜてください。
●シフォンケーキ型の底のすき間が大きいと、底面に大きな空洞ができる場合があります。

No.174 シュークリーム

焼き色にムラがある
大きさにムラがある

●生地を同じ大きさに絞り出しましたか。大きさが異なると、焼いたときムラになります。

うまくふくらまない

●バターをよく沸とうさせてから粉を加えましたか。
「生地作りのコツ」➡ レシピブック P.146

自動調理全般

うまくできない

●仕上がりは、食品の状態(大きさ、厚み、鮮度、野菜の季節、肉・魚の脂の多少、保存状態など)によって異なります。特に冷蔵庫内のチルドやパースシャルで保存された食品は内部温度が低めに仕上がる場合があります。
●分量(重量)、切り方などはレシピに従ってください。重さが足りないと固めに仕上がる場合があります。仕上がりを「弱」に調節してください。
●棚位置(上段・中段・下段)はまちがっていませんか。
●グリル皿などへの食品の置き方はレシピ通りですか。
→メニューに適した棚位置、食品の置き方を指定しています。
●加熱が足りないときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。

追加加熱

の表示が消えたときは

●手で加熱してください。
例) 鶏の塩焼きの上面の焼き色が薄いとき :「グリル」上面
ハンバーグの全体を焼きたいとき :「グリル」両面上段+スチームプラス

手動

うまくできない

●給水タンクの水がなくなっていますか。水量が少なかったり、水を入れ忘れたりした場合にはうまくできません。
(P.90の「調理中に 水確認」と表示する)を参照)

生っぽい
温度が低い

●加熱が足りないときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。

肉が焼けない
生っぽい

●冷蔵庫に入れて冷えきったまま焼くと、内部に生の部分が残ることがあります。
肉を室温になじませてから焼いてください。

焼き色にムラがある
うまく焼けない

●中段を使っていませんか。1段で調理するときは上段または下段をお使いください。(メニューによって最適な棚位置は異なります)
●バターロール、クッキー、マドレーヌなどは、生地が大きさがそろっていないと焼きムラが出やすくなります。生地大きさはそろえてください。
●バターロール、クッキー、マドレーヌ、ロールケーキなどの焼きムラが気になる場合は、途中、角皿の前後または上下段を入れかえることが、きれいに焼くコツです。
また、ドアを開けすぎると庫内温度が下がってしまうため、ドアはあまり開けないようにしてください。
●型や条件によっては、レシピ通りの温度ではうまく仕上がりにません。
10〜20℃高め・低めで設定してみてください。

紙型を使うと
うまくできない

●スポンジケーキやシフォンケーキなどは、金属製の型を使って焼くときよりも焼き時間が長くなる場合があります。様子を見ながら加熱してください。
●分量に合った大きさの紙型を使ってください。

パンがうまく焼けない
ふくらまない

●生地の発酵状態は良好でしたか。「パン作りのコツ」➡ レシピブック P.123
●生地を同じ大きさに成形しましたか。大きさが異なると焼いたときムラになります。

グリル

肉・魚などの焼き色が薄い
生っぽい

●内部が凍っていませんか。必ず、完全に解凍してから焼いてください。
●冷蔵庫内のチルドやパースシャルで保存された食品は、内部温度が低めに仕上がる場合があります。

うまく焼けない

●給水タンクの水がなくなっていないですか?
【手動】「グリル」両面+スチームを使うときに、水量が少なかったり、水を忘れたりした場合はうまくできません。

骨付き肉がうまく焼けない

●【骨付き肉】を選択していますか。
●給水タンクに満水まで水を入れていませんか。
水量が少なかったり、水を忘れたりした場合はうまくできません。

肉や魚などが焦げてしまう

●50g未満の冷凍薄切り肉を使用する場合は、【冷凍肉・魚】は選択しないでください。
●野菜と一緒に焼くと野菜の水分により焦げにくくなります。
●焦げが気になる場合は、仕上がりを「弱」にするか、少ない分量を選んで加熱するか、様子を見ながら途中で取り出してください。

生っぽい、
うまくできない

●大きさや厚みにより、焼き上がりが変わります。
十分な加熱には、下記がポイントです。
●肉の厚い部分は平らにする。
●厚みは2cm以下にする。
●火が通りにくい肉や魚はグリル皿中央に置き、重ねないで並べる。

焼き色が薄い、
食品の温度を上げたい

●焼き色や加熱が足りないときは、様子を見ながら追加加熱をしてください。
●焼き色も足りないとき :【手動】「グリル」両面上段で、約3〜5分
●焼き色が十分なとき :【手動】「グリル」両面中段で、約3〜5分

魚が焦げてしまった、生っぽい

●たれ漬の魚は、中段で焼いていますか。上段で焼くとうまく焼けません。
●魚は切り身を使用していますか。
一尾魚や開きの調理をする場合は、自動メニューで調理してください。

ホームフリージングした食材が
うまく焼けない

●食材は厚みをそろえ、平らに重ならないようにして冷凍保存していますか。
●長期保存されている物は乾燥(冷凍焼け)し、うまくできない場合があります。

パンが焦げてしまった

●パンをあたためたい場合は、毎日【トースト/パン】【パンあたため】の「惣菜パンあたため」、「ロールパンあたため」、「フランスパンあたため」で加熱してください。➡ P.42

麺やごはんがうまくできない

●麺やごはんのみ焼くと、上面がかたくなりうまくできません。
焼きたいときは、必ず上に野菜、肉または野菜の順にのせて焼いてください。

うまく仕上がらない

うまく仕上がらない

よくあるお問い合わせ

QRコードから
サポート情報を
ご覧いただけます。



Q 質問

A 答え

準備

アースは必要？

- アースは確実に取り付けてください。➡ P.4、11
電源コンセントにアース端子がないときは、アース工が必要です。特に、湿気の多い場所や水けのある場所では、アース工事が法令で定められています。➡ P.11
アース端子がない場合、アース線の長さが足りないときは、お買い上げの販売店にご相談ください。

設置のとき、すき間がない
(例)
上面があけられない

- 安全にご使用いただくために、本体上面、壁とは、下表以上の距離を確保してください。

場 所	上方	左方	右方	前方	後方	下方
離隔距離 (cm)	8	0	0	(開放)	0	0

初めて使用するとき、
においや煙が気になる

- しっかり換気を行いながら、毎日「お手入れなど」天井・脱臭」をしてください。
➡ P.79

グリル皿のフッ素コートが
はがれた
給水タンクが割れた

- グリル皿、給水タンクは、販売店またはパナソニックの家電製品直販サイトでお買い求めいただけます。
<https://ec-plus.panasonic.jp/>

調理

もちやトーストは
焼ける？

- もち 手動「グリル」片面上面を使って焼くことができます。
➡ レシピブック P.165
- トースト 毎日「トースト/パン」トーストまたは、手動「グリル」を使って焼くことができます。➡ レシピブック P.130

市販の冷凍食品や
チルドピザなどを加熱したい

- パッケージの加熱方法に従って様子を見ながら加熱してください。

使い方

給水経路の水を抜きたい

- 給水タンクの洗浄・水抜きラインまで水 $\frac{1}{2}$ カップを入れ、
毎日「お手入れなど」洗浄・水抜き」をしてください。
クリーントレーに排水されます。お手入れのしかた ➡ P.77

手動「オープン」で
設定がうまくできない

- 70～110℃の設定で121分以上(2時間を超える時間)の加熱をしているときは、120℃以上の温度設定ができません。

設定中に「水確認」と表示する

- タンクへの給水忘れを防ぐために、スチームを使うメニューを選ぶと、表示部に「水確認」を点滅表示します。タンクに水が入っていても表示します。加熱をスタートすると表示は消えます。

天井をふき取ると黒くなる

- オートクリーン加工の成分が付着して、少し黒くなる場合があります。

庫内灯を消したい

- 手動「設定」庫内灯」で「消灯」に設定できます。➡ P.20
LEDランプを使用しており、1時間点灯したときの消費電力量は約0.001kWhです。

表示の予熱の目安時間と
実際の時間が違う

- 室温や庫内温度などの諸条件により実際の予熱時間は変動します。

「庫内を冷ます」の
消費電力量は？

- 約15分動かししたときの消費電力量は約0.006kWhです。

●無線LAN機能に関するQ&Aなどは、P.96をご覧ください。

Q&A

Q 質問		A 答え
あたためるときのしくみは?	➡	●赤外線センサーで食品の分量、温度差、位置などをチェックし、1品あたためでは加熱時間をコントロールして無駄な加熱を防ぎ、2品あたためでは温度が低い部分に効率よく電波があたるように「ねらって加熱」を開始します。 省エネ効果があると判定した場合、エコナビ運転となります。➡ P.37
あたためるときは いつ働くの?	➡	●「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の45～90℃設定で、1品あたため時に、食品の分量と温度差を見分けて、食品全体の温度上昇が均一で早いと判断した場合は、加熱時間をコントロールします。 無駄な加熱を防ぐことでエコナビ(省エネ)運転になります。➡ P.37 ●「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の65～85℃設定で、2品あたため時に、食品の温度差や置き位置を見分けて、温度差を検知したら「ねらって加熱」を開始します。「ねらって加熱」をしない場合と比べて、省エネ効果があると判定した場合に、エコナビ運転となります。➡ P.37
あたためはすべてエコナビ?	➡	●1品あたため時は「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の45～90℃、2品あたため時は「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の65～85℃設定時に働きます。他のメニューでは働きません。
あたためるときの「ECONAVI」の点滅表示、 表示の意味は?	➡	●食品の分量や温度差、置き位置を見分けて、エコナビ判定を開始します。判定中は表示部に「ECONAVI」を点滅表示し、省エネ効果がある場合は表示しますが、食品の種類・分量・初期温度、設定温度、置き位置などの諸条件により、エコナビ運転しないことがあります。 その場合は「ECONAVI」は点滅表示、表示しません。
あたためるときに「ECONAVI」が点滅表示、 表示しない	➡	●1品あたため時は「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の45～90℃、2品あたため時は「あたため」ボタン、毎日「あたため色々」お好み温度」の65～85℃設定時以外では「ECONAVI」の点滅表示、表示はしません。➡ P.37 ●エコナビ効果が得られない場合、「ECONAVI」は表示せずに、加熱終了まで点滅表示する場合があります。
あたためるときに短い時間しか「ECONAVI」が表示しない	➡	●表示時間が長いほど、エコナビ効果があるわけではありません。効果があると判定したタイミングで「ECONAVI」を表示します。「ECONAVI」が表示した場合は、点滅開始したときから加熱終了までが省エネになっています。➡ P.37
エリア加熱時のしくみは?	➡	●グリル皿の中央に置いた食品を上ヒーターと電波で上下同時に集中加熱するとともに、温度センサーで庫内温度を検知し、無駄な加熱を防ぐことで省エネ効果がありエコナビ運転となります。
エリア加熱時はいつ働くの?	➡	●スタート後、調理終了までがエコナビ運転となり、表示部に「ECONAVI」を表示します。➡ P.55
省エネになるのはエコナビ運転時だけ?	➡	●エコナビ運転時以外にも、待機時電力オフなど、省エネの工夫がされています。 (年間消費電力量 ^{※1} : 70.2 kWh / 年) (省エネ基準達成率 ^{※2} : 104%) ※1: 年間消費電力量について ➡ P.102 ※2: 省エネ法に定められた2008年度基準に対する達成率を示しています。

エコナビ運転

よくあるお問い合わせ

Q & A

よくあるお問い合わせ

Q & A

故障かな？

故障かな?と思われるときは、以下の項目に従って調べてください。

症 状	原 因
操作できない まったく動かない	●表示部に初期画面を表示していますか。自動電源オフ機能が働いている場合はドアを開けて、初期画面が表示されてから操作してください。 ●タッチ画面をつめの先で操作していませんか。指の腹を使って操作してください。 ●停電していませんか。 ●配電盤のブレーカーが切れている、または電源プラグが抜けていませんか。
食品があたたまらない	●表示部に「デモ」が出ていませんか。店頭用モードに設定されています。 お手入れなど 【解除方法】①「毎日」「レンジ」を押す。 ②「あたため／スタート」ボタンを4度押す。 ③「取消」ボタンを4度押す。
電源を入れたときや加熱中に音がる	●電源を入れたとき、赤外線センサーなどの部品が動作確認で動くため、音がる場合があります。 ●加熱中、出力やヒーターを切り換えているスイッチの音、スチームの発生音、部品を冷ますファンの音などがします。また、オープンやグリルの加熱中、加熱後に庫内壁面の膨張、収縮音がる場合があります。（発酵時はファンを断続回転）
調理中に火花が出る	●レンジ（電波）を使うメニューでは、金属容器などは使えません。 ●金粉・銀粉のある容器や、付属品の角皿を使用していませんか。 ●庫内の壁に金属（アルミホイル・金ぐしなど）が触れていませんか。 ●庫内がさびていませんか。さびが火花の出る原因になることがあります。➡ P.11
煙やいやなにおいが出た	●初めて使うときは、防さびの油が焼け、においや煙が出る場合があります。気になる場合は、しっかり換気を行い、毎日「お手入れなど」の「天井・脱臭」をしてください。➡ P.79 ●庫内・ドア内側に、食品カス・油などが付いていませんか。ヒーター調理中は、排気口などから蒸気や煙が出ることがありますが故障ではありません。
スチームが漏れる	●スチーム調理中、ドアから少量の蒸気が出ることがありますが、故障ではありません。
庫内やドアに水滴が付着する	●気密性の高い設計になっているため、庫内やドアに水滴が付着します。冷めてからふきんなどで、ふき取ってください。
スチームが出ない	●給水タンクは確実にセットされていますか。水は入っていますか。➡ P.24 ●加熱中は、スチームが出ていても見えません。
庫内に水が残る	●スチーム加熱終了後、メニューによっては庫内底面に水がたまります。冷めてからふきんなどでふき取ってください。また、クリーントレーにたまった水も毎回必ず捨ててください。➡ P.24

症 状	原 因
スチームを使うと、音がる	●給水タンクから水を吸い込むときに空気をかみ込む音で、故障ではありません。
ブザーが鳴らない	●ブザー音設定が「操作音と終了音などを消す」になっていませんか。ブザー音を「操作音と終了音などを消す」に設定しているときは、ブザーは鳴りません。➡ P.18
庫内灯が点灯しない	●庫内灯設定が「消灯」になっていませんか。庫内灯の「加熱中」「ドアをあけたとき」の設定を「消灯」としているときは、庫内灯は点灯しません。➡ P.20
レンジ加熱中、初期画面に戻る	●庫内に食品が入っていない、または少量や指定分量以外の食品を入れて加熱していませんか。庫内に食品を入れるか、分量を増やして加熱してください。 ●市販の発熱体を使用した容器などで加熱していませんか。（使える容器・使えない容器 ➡ P.26）➡異常高温になり、安全機能が働いて自動的に動作を停止することがあります。
タッチしていないのに、画面が変わる	●タッチ画面に残った少量の水分などで、画面の表示が変わることがあります。水ぶきをしたり、ぬれた手で触ったりしたあとはからぶきをして水分をふき取ってください。
画面が薄暗くなる	●1分間操作をしないと、省エネのため、画面が薄暗くなりタッチ操作ができなくなります。その場合は、ドアを開けると画面は明るくなり操作できます。➡ P.16
画面の「お知らせ」表示が消えない	●電源プラグを差し込んだときと、専用アプリと接続するまで、たびたび表示されます。➡ P.3 ●専用アプリに接続すると消えます。
白い粉や水（白色または無色）がスチーム吹き出し口から出たり、庫内やクリーントレー内に排出される	●白い粉、および白く濁った水は、水道水に含まれているカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分が結晶化したことによるもので無害です。気になる場合は、自動のお手入れ「洗浄・水抜き」や「クエン酸洗浄」で給水経路の洗浄をしてください。➡ P.77、78 ●吹き出し口や、庫内に付着した粉や水は、固く絞ったぬれぶきんでふき取ってください。 ●スチーム調理やお手入れ後は、クリーントレーにたまった水を捨て、スポンジで水洗いしてください。➡ P.73
ドアパッキンの高さが一部低く、凹んでいる	●ドアの水滴をクリーントレーに流すためにパッキンの一部を低く凹ませています。➡ P.15 性能には問題ありません。

- 無線LAN機能に関するお困りごとなどは、P.98をご覧ください。
- 本書に掲載のURL、QRコードのリンク先は、予告なく変更または削除されることがあります。

故障かな？

故障かな？

故障かな？ (つづき)

次の表示が出たときは内容を確認したあと操作し直してください。「取消」ボタンを押すと表示は消えます。
「U83」を表示したら、P.98をご覧ください。

症 状	原 因
調理中に 水確認 と表示する	調理中、給水タンクの水がなくなったときや、タンクがきちんと差し込まれていないときに表示します。食品の分量やメニューによっては 水確認 表示が出ない場合があります。 ●調理中に 水確認 を表示し、調理を一時停止するメニューが多数あります。 →停止したときは、タンクに水を入れ(➡ P.24)確実に奥まで差し込み、「スタート」ボタンを押して調理を再開させます。 ●調理中に 水確認 を表示するが、「スチームプラス」は調理を続行します。 →次回からは、スタートする前にタンクの水量を確認してください。➡ P.24
U14	スチームを使う調理時、給水タンクに水がない状態で調理しつづけると表示します。 ●水を入れないと上手にできないため、途中で停止します。 ●調理中に 水確認 が表示されたら、必ずタンクに水を入れてください。 ●給水タンクの水がなくなったときに 水確認 を表示し(➡ 上記参照)、一時停止します。 タンクに水を入れないで「スタート」ボタンを押す操作を調理中にくり返すと、3回目のスタート後にしばらくすると「U14」を表示します。
U41	電気部品の温度が高いときに表示します。 ●食品を入れずに加熱していませんか。 ●少量や指定分量以外の食品を加熱していませんか。分量を増やして加熱してください。 ●レンジ(電波)を使うメニューで付属の角皿を入れて加熱していませんか。 付属の角皿は、オーブン(発酵)、グリル上面以外では使えません。 ●グリル両面で、グリル皿を入れずに加熱していませんか。入れて加熱してください。 ●敷物や、紙などが本体底面に吸い付けられて吸気口(➡ P.14)をふさいでいませんか。 取り除いてください。故障の原因になります。
U44	庫内底面が局所的に高温になったときなどに表示します。 ●アルミ製のお弁当用カップ、レトルトパウチの食品(調味料などを含む)を加熱していませんか。 レンジ(電波)を使う加熱では、あたためられません。 レトルトパウチ食品は、パッケージの指示に従って加熱してください。
U50	庫内の温度が高いときに表示します。 ●「あたため」ボタン、毎日「飲み物」では庫内が260℃以上のときに表示します。 ●「庫内を冷ます」を使うと、ファンがまわり庫内を早く冷ませます。➡ P.76 ●表示が消えるまでドアを開けて待つか、「取消」ボタンを押してから手動(レンジ、グリル、オーブン、スチーム)で加熱してください。
U88	タッチ画面が汚れたときなどに表示します。 ●画面に水滴や汚れなどが付着していませんか。ふき取ってください。 ●画面を25秒以上押しつづけていませんか。

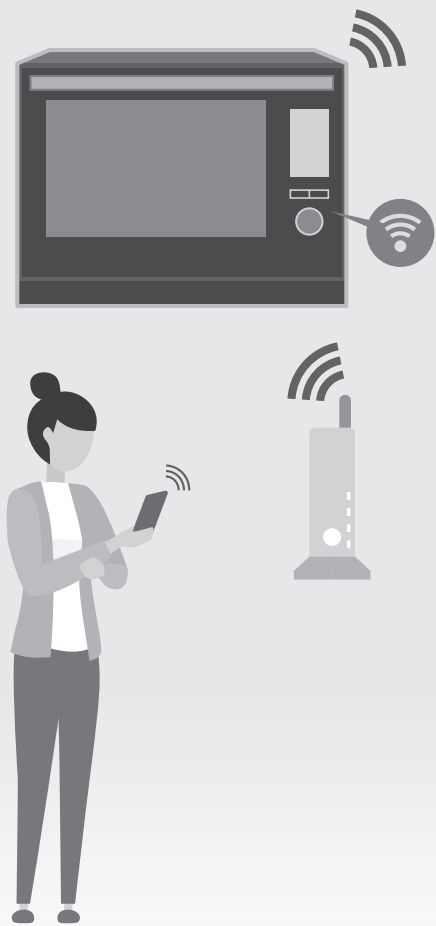
■以上のことをお調べになり、それでもなお異常があるときは次の内容をお買い上げの販売店へご連絡ください。
1. 故障状況 2. 製品名(スチームオーブンレンジ) 3. 品番(NE-UBS10C) 4. お買い上げ日(年月日)

■次のような表示が出たら、故障です。修理をご依頼ください。
→電源プラグを抜き、表示内容をお買い上げの販売店、または修理ご相談窓口へご連絡ください。
「取消」ボタンを押すと表示は消えます。

Hのあとの□□□には、2けたまたは3けたの数字が入ります。

エラー番号 H□□□

アプリと連携
専用アプリ活用ガイド



もくじ

初期設定をする	92
■無線LANランプの表示について	93
専用アプリを使う	94
・ビストロにメニュー(加熱情報)を送信する	
・受信したメニューを調理する	
・ビストロで検索したメニューをスマートフォンで見る	
・受信したメニューをビストロのお気に入り登録する	
Q&A	96
■ビストロの初期化について	96
故障かな?	98
無線LAN/Bluetooth® 使用上のお願い	100
著作権など	101

ソフトウェアの利用に関し順守すべき事項について

本製品および本専用アプリをご利用いただくお客様に対し、注意事項をサイトで公開・周知しています。
詳しくはQRコードをスキャンするか、下記サイトをご覧ください。
https://panasonic.jp/cooking/app_update.html



●URL、QRコード、アプリの内容は予告なく変更または削除されることがあります。
また、説明に使用しているアプリのアイコンや画面などは、アプリの更新により変わることがあります。

初期設定をする

アプリを使うために 必要な機器などを確認する

□スマートフォン

Android™ OSバージョン 8.0以上、iOSバージョン 13.0以上のスマートフォンでご利用できます。
(2024年6月現在)

- インストールするときに、アプリ内のバージョンの情報を必ずご確認ください。

ただし、すべてのスマートフォンで、アプリの動作を保証するものではありません。



□アプリ

「キッチンポケット」

(以降「専用アプリ」と表記)

専用アプリをインストールしてください。➡ P.93

- アプリは無料ですが、インストールやインターネットの通信料はお客様のご負担となります。

□インターネット環境

常時、インターネット接続が可能な環境が必要です。

- FTTH(光ファイバー)、ADSL、CATV(ケーブルテレビ)などのブロードバンド回線。



□パナソニックの会員サイト

CLUB Panasonicの会員登録

専用アプリとビストロとを連携して通信できるようにするには、CLUB PanasonicのログインIDが必要です。

□無線LANブロードバンドルーター

(以降「無線LANルーター」と表記)

ビストロをインターネットに接続するために、無線LANルーターを使用します。

- 無線LANルーターが2.4GHz帯の通信規格であることを確認してください。
(通信規格: IEEE802.11b、IEEE802.11g、IEEE802.11n)
上記以外のルーターは使用できません。
- 設定方法は、無線LANルーターの取扱説明書をご覧ください。
- セキュリティ対策のため、必ず暗号化方式WPA3(AES)、WPA2(AES)、WPA(AES)のいずれかの設定ができる無線LANルーターをご使用ください。
- 暗号化方式はWPA3(AES)、WPA2(AES)をおすすめします。
- WEPのみ対応の機種はお使いいただけません。
- すべての無線LANルーターについての動作保証はしていません。
(モバイルルーターも動作保証はしていません)
- お困りの場合は、「アプリの初期設定に関するお問い合わせ」へお問い合わせください。➡ 裏表紙



初めて専用アプリを使うときは
スマートフォン、ビストロ、無線LANルーターを接続し、
家電登録などの準備が必要です

1 専用アプリ(無料)をスマートフォンにインストールする

■Androidのとき

Google Play



■iOSのとき

App Store



- 専用アプリは無料ですが、インストールやインターネットの通信料はお客様のご負担となります。
- QRコードは、株式会社デンソーウェブの登録商標です。

■ビストロ画面のとき

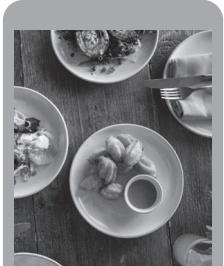


- ビストロでも専用アプリをインストールできるQRコードを表示します。



初回のお知らせ画面からも
専用アプリをインストールできます。

2 専用アプリに従い、無線LAN接続する



手順 2 以降については、
専用アプリに従って操作してください。

専用アプリについてはQRコードからもご覧いただけます。

- 専用アプリは予告なく変更されることがあります。
また、説明に使用しているアイコンや画面などは、
アプリの更新により変わることがあります。

専用アプリ情報サイト



無線LANランプの表示について

ビストロの無線LAN接続や通信状況を、操作部の無線LANランプで確認できます。
加熱中(動作中)、一時停止中、エラー表示中は通信できません。



無線LANランプ

点灯



- 無線LAN接続済み(通信可能)、専用アプリとの通信中

点滅



- 無線LAN機能をONに設定時、通信環境が不安定
(通信エラー) などのとき

消灯

(非点灯)

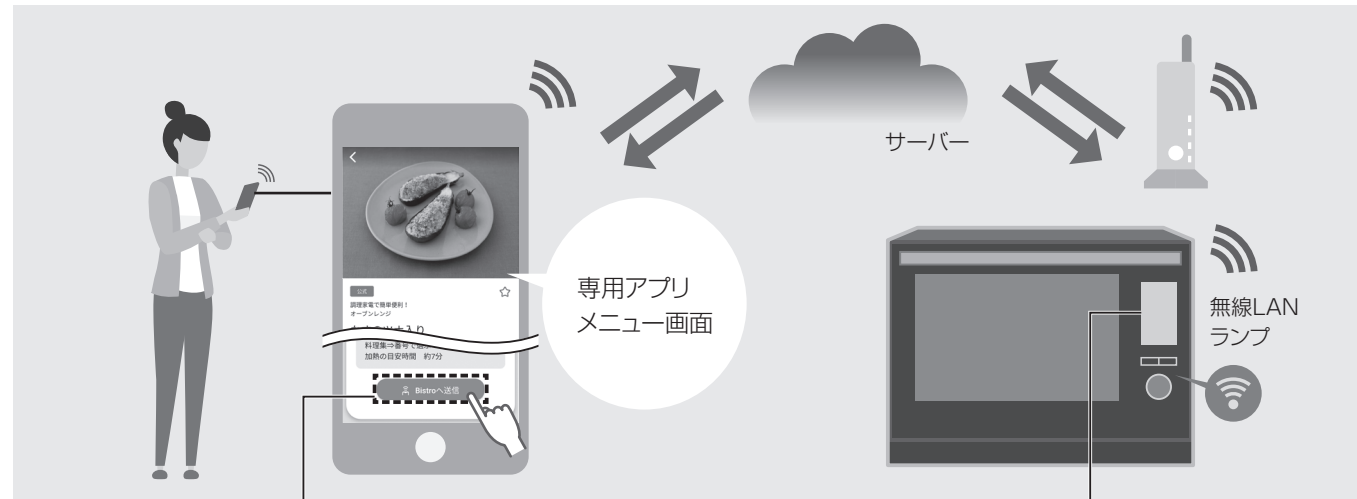


- 無線LAN機能が停止状態(通信不可)

専用アプリを使う

- 専用アプリでメニューを検索して、作りたいメニュー(加熱情報)をビストロに送信できます。
- ビストロからアプリへメニュー(レシピ)を送信して、材料や作り方などを見ることができます。
- スマートフォンのプッシュ通知機能をONにしてお使いください。

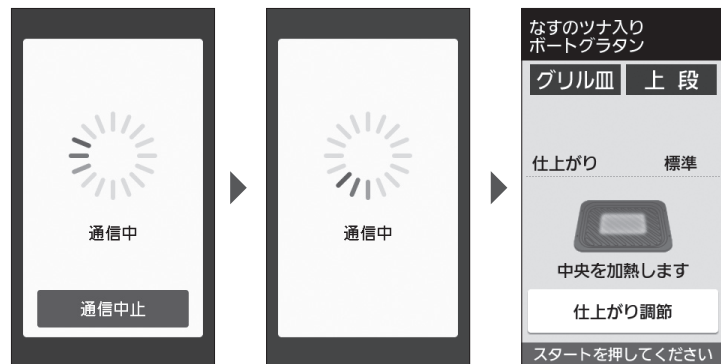
ビストロにメニュー(加熱情報)を送信する



1 送信したいメニューを表示し、**Bistroへ送信**を押す

- ビストロの無線LANランプが点灯していないと送信できません。
→ P.93
- ビストロのロック中は、「通信中」や「加熱画面」は表示されません。
ロック解除後、**料理集** **アプリ連携** から送信したメニューが確認できます。
(ロックについて → P.21)

2 ビストロでメニュー(加熱情報)が受信される



- 受信完了(加熱画面を表示)
- 受信してから6分後、初期画面(毎日画面)に戻ります。

■すぐに調理しない場合は

1 **取 消**を押す

- 受信完了のマークが表示されます。
- 料理集** **アプリ連携** にメニューが保存されています。



お知らせ

- 無線LAN接続中、加熱中(動作中)は、メニューを受信できません。
- 画面が真っ暗のときにメニューを受信すると、「加熱画面」を6分間表示したあと、初期画面(毎日画面)に戻ります。
- 通信状態が悪いと、メニューを送受信できない場合があります。送受信できない場合は、ランプや通信状態を確認してください。
- メニュー受信後、**料理集** **アプリ連携** 画面を表示すると受信完了マークの表示は消えます。
- スマートフォンから送信できない、ビストロが受信できないなどのエラーの場合は、スマートフォンにプッシュ通知されます。

受信したメニューを調理する

スマートフォンを使って送信したメニューは、ビストロの **料理集** **アプリ連携** に保存されます。

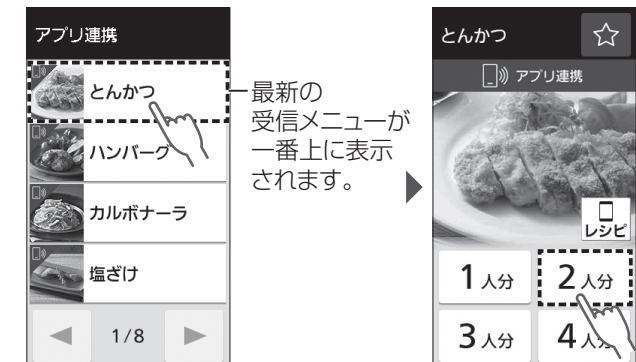
加熱工程が2つ以上あるメニューは、各加熱をビストロへ送信できますが、ビストロの「アプリ連携」にはすべての加熱工程は保存されません。
例: No.81「ハンバーグ」は手順5の工程のみ保存されます。

- 保存されると **料理集** と **アプリ連携** に受信完了マークが付きます。
- 最大32件まで、保存ができます。それを超えると、古いメニューから順に削除されます。

1 **料理集** の **アプリ連携** を選ぶ



2 呼び出したいメニューを選ぶ



- 受信したメニューは、**料理集** から検索したメニューと画面の表示や選択できる分量が異なります。受信したメニューには、「アプリ連携」ロゴが表示されます。

ビストロで検索したメニューをスマートフォンで見る

スマートフォンのアプリに通知(送信)すれば、そのメニューのレシピをアプリで見ることができます。

1 アプリで確認したいメニューをビストロに表示し、**レシピ**を押す



- 送信時はビストロの無線LANランプが点灯していることを確認してください。
また、スマートフォンのプッシュ通知機能などからレシピが確認できます。
- ビストロの画面に**レシピ**が表示されないメニューは、この機能は使用できません。

受信したメニューをビストロのお気に入りに登録する

- 料理集** **アプリ連携** には最大32件、メニューを保存できます。それを超えると古いメニューから順に削除されます。
保存したいメニューはお気に入りに登録してください。

1 **☆**を押す (☆が黄色に変わります)



2 **はい**を押す



お知らせ

- お気に入りに登録できるのは最大32件までです。
お気に入りについて → P.22
- 料理集** の **りれき** からもお気に入りに登録できます。



Q 質問		A 答え
無線LAN機能について	対応端末	
	対応しているスマートフォンを知りたい	●対応OSについては、Android™ OSバージョン 8.0以上、iOSバージョン 13.0以上のスマートフォンでご利用できます。(2024年6月現在) ただし、すべてのスマートフォンで、専用アプリの動作を保証するものではありません。
無線LAN機能について	タブレット端末は使えますか?	●専用アプリはタブレット端末でも見られますが、スマートフォンに合わせたサイズでアプリを作成しているため、画面が見難い場合があります。
	無線LANに接続したい	●専用アプリをインストールし、アプリに従って接続してください。➡ P.93
	初期接続	
無線LAN機能について	使用できる無線LANルーターは?	●無線LANルーターについて ➡ P.92 ●すべての無線LANルーターについての動作保証はしていません。 (モバイルルーターも動作保証はしていません) お困りの場合は、「アプリの初期設定に関するお問い合わせ」へお問い合わせください。➡ 裏表紙
	ビストロのMACアドレスを調べたい	●「詳細接続」で設定を進めていくと、途中でアプリ画面にビストロのMACアドレスが表示されます。
	ビストロを廃棄または譲渡したい (ビストロとスマートフォンとの接続をやめたい)	次のようなときは、 手動 設定 初期に戻す の設定をしてください。➡ 下記参照 ●ビストロを廃棄または譲渡するとき ●不正アクセスによる使用が疑われるとき ●料理集 アプリ連携 を使用中、動作に異常があったとき ●ビストロとスマートフォンの接続をやめるとき
	接続する無線LANルーターを変更したいとき	●無線LANルーターを再接続してください。
無線LAN機能について	その他	

■ビストロの初期化について

無線LAN接続の設定をすべて工場出荷時の初期設定に戻すことができます。

次のようなときは以下の手順に従って、**初期に戻す** の設定をしてください。

- ビストロを廃棄または譲渡するとき
- 不正アクセスによる使用が疑われるとき

1 **手動** **設定** を選ぶ

2 **初期に戻す** を選び、**決定** を押す

設定

品番
NE-UBS10C

無線LAN

電気代

ブザー音

庫内灯

画面デザイン

初期に戻す

初期に戻す

変更した設定やメモリー内容、無線LAN接続をすべて工場出荷時の初期設定に戻しますか？

決定

初期に戻す

初期に戻しました

●3秒後、初期画面に戻ります。

(完了画面)

お知らせ

- **初期に戻す** を行くと、変更した設定やメモリー内容、料理集 **アプリ連携** や **毎日** **お気に入り** に保存されたメニューもすべて工場出荷時の初期設定に戻ります。(初期に戻す ➡ P.20)
- 初期化をした場合、専用アプリの **無線LANを再設定する** からアプリに従って、再接続をしてください。

Q 質問		A 答え
無線LAN機能について	専用アプリは無料ですか?	●無料です。ただし、インストールやサービスのご利用には、別途通信料がかかります。
	家族それぞれのスマートフォンから専用アプリを使いたい	●お一人ずつ CLUB Panasonic の会員になって、それぞれ専用アプリをインストール後、画面に従って家電登録をしてください。
	専用アプリに2台以上のビストロを登録できますか?	●2台目以降のビストロも、1台目と同様に初期接続をしてください。 家電登録時にそれぞれ区別しやすい名前を付けることをおすすめします。 ●複数台の登録はできますが、専用アプリと連携できるビストロは1台のみです。「家電登録」から連携するビストロを選択してください。
	家族で同じIDを使っても大丈夫ですか?	●CLUB Panasonic の会員利用規約では、お一人ずつ会員になっていただくことをおすすめしています。
	会員情報の更新を求められ、ログインできない	●専用アプリは会員情報を最新の状態にしておく必要があります。 画面の案内に従って操作してください。
	パスワードを忘れた	●ログイン画面から「パスワードを忘れた場合はこちら」に進んでください。
	無線LAN接続、家電登録をしないと使えませんか?	●無線LANルーターとの接続や家電登録をしないと、専用アプリからのメニューの送信などはできません。
	専用アプリの動作がおかしい	●スマートフォンがインターネット接続できる状態になっていますか。 インターネットが使えない環境では専用アプリを利用できません。
	専用アプリで見たメニューや分量が、ビストロで検索できない	●専用アプリの一部のレシピには、アプリからビストロにメニューを送信することで初めて使える「アプリ限定」のメニューなどがあります。
	専用アプリから送信したメニュー(加熱情報)がビストロの「アプリ連携」に保存されない	●加熱工程が2つ以上あるメニューは、各加熱をビストロへ送信できますが、「アプリ連携」には、すべての加熱工程は保存されません。
	家電登録したのにビストロにメニューを送れない	●ビストロをお使いになる宅内のルーターと接続しましたか? 別のルーターと接続された場合は、メニューの送信ができません。 ご自宅のルーターで再接続をしてください。

専用アプリ活用ガイド

96

97

故障かな？

無線LAN機能について	
症 状	原 因
無線LANランプが点滅している (通信エラー)	● 手動 設定 の 無線LAN の 機能 ON/OFF で「ON」に設定し、専用アプリをご利用時に無線LANルーターと接続されていないときに点滅します。下記の内容をご確認ください。ルーターと通信できるようになると点灯に変わります。 ・ルーターの電源が切れていないか。 ・ルーターの位置がビストロから遠いなど、通信が不安定ではないか。 → 点灯に変わらない場合は、設定を再度行ってください。 ● 点滅を消したい、専用アプリを使わない場合は、手動 設定 の 無線LAN の 機能 ON/OFF で「OFF」に設定してください。
無線LANの接続をして、ランプが点灯していたのに消えた	● 無線LANが切れたため、再接続が必要です。 ● 店頭用モード(→ P.16)解除後は、すべて工場出荷時の初期設定に戻るため、無線LANも再接続が必要です。 → 再接続を行ってください。 → 再接続を行ってもランプが点灯しない場合は、お買い上げの販売店へご連絡ください。
内容を確認したあと、「取消」ボタンを押して表示を消してから操作し直してください。 「H□□□」などを表示したら、P.90をご覧ください。	
U83	ビストロと無線LANルーターの接続に失敗しました。以下をご確認ください。 ● ルーターの電源が入っていない。→ 電源を入れる。 ● ルーターとビストロの距離が遠い。→ ルーターを近づける。 ● 複数の機器がルーターに接続されている。→ 使っていない機器の電源を切る。 ● サーバーとの接続に失敗しました。 ● インターネット接続に異常が発生している可能性があります。原因が分からない場合はプロバイダーや回線業者、ルーターの製造元にお問い合わせください。 ● 「スキャン接続」で接続に失敗しました。接続設定開始より10分以内に接続できないと、この表示が出ることがあります。 表示がくり返されるときは「詳細接続」で接続してください。 ● 「詳細接続」で、ルーターのSSIDまたはパスワードが間違っていないか。 ルーターの取扱説明書などをご確認ください。

無線LAN/Bluetooth®使用上のお願い

■使用周波数帯

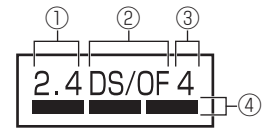
無線LANは2.4GHz帯、Bluetooth®は2.4GHz帯の周波数帯を使用しますが、他の無線機器も同じ周波数を使っていることがあります。

他の無線機器との電波干渉を防止するため、下記事項に留意してご使用ください。

■周波数表示の見方

周波数表示は、定格銘板に記載しています。

無線LANの周波数表示の見方



①2.4 GHz帯を使用

②変調方式がDSSSとOFDM方式

③電波与干渉距離40 m以下

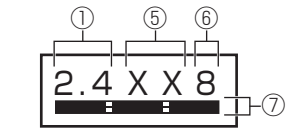
④2.4 GHz～2.4835 GHzの全帯域を使用し、かつ移動体識別装置の帯域を回避可能であることを意味する

⑤変調方式がその他の方式

⑥電波与干渉距離80 m以下

⑦2.4 GHz～2.4835 GHzの全帯域を使用し、かつ移動体識別装置の帯域を回避不可であることを意味する

Bluetooth®の周波数表示の見方



■機器認定

- 電波法に基づく小電力データ通信システムの無線局の無線設備として工事設計認証を受けています。本製品を使用するときに無線局の免許は必要ありません。
- 電気通信事業法に基づく端末機器の設計についての技術適合認定を受けています。本製品を使用するときに電気通信事業者の検査は必要ありません。
- ただし、以下の行為を行うことは、電波法で禁止されています。
- 分解／改造する。
- 品質表示ラベルに記載している適合表示を消す。

■使用制限

使用にあたり、以下の制限がありますのであらかじめご了承ください。

制限をお守りいただけなかった場合、および無線LANの使用または使用不能から生じる付随的な損害などについては、当社は一切の責任を負いかねます。

- 日本国内でのみ使用できます。
- 利用権限のない無線ネットワークには接続しないでください。無線ネットワーク環境の自動検索時に利用する権限のない無線ネットワーク(SSID※)が表示されることがありますが、接続すると不正アクセスと見なされるおそれがあります。
- 磁場、静電気、電波障害が発生するところで使用しないでください。次の機器の付近などで使用すると、通信が途切れたり、速度が遅くなることがあります。
 - ・他の無線LAN機器
 - ・その他の2.4 GHz帯の電波を使用する機器（デジタルコードレス電話機、ワイヤレスオーディオ機器、ゲーム機、パソコン周辺機器など）
 - ・電波が反射しやすい金属物など

※ 無線LANで特定のネットワークを識別するための名前のことです。このSSIDが双方の機器で一致した場合、通信可能になります。

■セキュリティ対策

- 無線LANは電波を使ってデータを送受信するため、不正なアクセスを受けるおそれがあります。データの安全を確保するため、セキュリティ対策を行ってください。（P.92 無線LANブロードバンドルーター 参照）セキュリティ対策を実施せず問題が発生した場合、当社は一切の責任を負いかねますのでご了承ください。
- 無線LANルーターのパスワード(暗号化キー)は、無線LANルーターの取扱説明書を参照して、セキュリティに配慮して設定してください。
- 以下の場合、本機の **手動** **設定** **初期に戻す** の設定をしてください。
 - ・廃棄したり、第三者に譲渡する場合。
 - ・第三者から譲渡された場合、第三者からの不正アクセスなどを防ぐため。

■ファームウェアについて

- 本機は、機能追加・改善、セキュリティ機能の強化などを目的に、インターネットを通じて当社のファームウェアアップデートサーバーに接続し、自身のファームウェアを自動で最新版に更新する機能を持っています。当該更新により、利用者が使用されるファームウェアの機能の追加、削除等の変更がされる場合があります。更新内容については下記のサイトをご覧ください。https://panasonic.jp/cooking/app_update.html
- 更新中は無線通信が一時中断されるため、通信が途切れたり、速度が遅くなったりすることがあります。
- ファームウェアの解析、改造は行わないでください。

■無線LANルーター

- すべての無線LANルーターおよび住宅環境の無線LAN接続、性能は保証できません。JATE等による技術基準適合認定を受けた無線LANルーターをご使用ください。また、コンクリート、鉄筋、金属が使われている建造物内、障害物の近く、同じ周波数を利用する無線通信機器の近くでは、電波が届かなくなったり、電波が途切れたりすることがあります。
- 本製品の無線LANは1～13チャンネルに対応しています。これ以外のチャンネルに設定されている無線LANルーターとは通信できません。

著作権など

- App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
- iOSは、米国その他の国や地域におけるCiscoの商標または登録商標であり、ライセンス許諾を受けて使用されています。
- iPhoneは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
- AndroidおよびGoogle PlayはGoogle LLC. の商標または登録商標です。
- “WPA™”および“WPA2™”および“WPA3™”は、“Wi-Fi Alliance®”の商標です。
- Bluetooth®のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.が所有する登録商標です。



- パナソニック株式会社は、これらのマークをライセンスに基づいて使用しています。その他の商標およびトレードネームは、それぞれの所有者に帰属します。
- その他、本書に記載されている各種名称、会社名、商品名などは各社の商標または登録商標です。なお、本文中では™、® マークは一部記載していません。

■ソフトウェアについて

- 本製品は、以下の種類のソフトウェアから構成されています。
- (1)パナソニック株式会社(以下パナソニック)により、またはパナソニックのために開発されたソフトウェア
 - (2)第三者が保有しており、パナソニックにライセンスされたソフトウェア
 - (3)条件に基づきライセンスされたオープンソースソフトウェア
- 上記(3)に分類されるソフトウェアは、これら単体で有用であることを期待して頒布されますが、「商品性」または「特定の目的についての適合性」についての黙示の保証をしないことを含め、一切の保証はなされません。

最新の情報は、パナソニックのウェブサイトでご確認ください。

仕 様			
電 子レンジ	消 費 電 力	1400 W	
	高周波出力	1000 W※1・800～150 W相当	
	発振周波数	2450 MHz	
	温度調節範囲	－10～90 ℃	
ス チ ーム	スチームヒーター出力	1000 W(350 W+650 W)	
	温度調節範囲	60～100 ℃	
グ リ ル	消 費 電 力	1350 W	
	ヒーター出力	1330 W	
オ ー プ ン	消 費 電 力	1400 W	
	ヒーター出力	1380 W	
	温度調節範囲	発酵(30～65 ℃)・70～300 ℃ ・このオープンレンジの300 ℃での運転時間は約5分間です。 その後は自動的に230 ℃に切り換わります。	
電 源	交流100 V(50 Hz／60 Hz共用)	質 量	約20.0 kg
寸 法	外 形	幅494 mm×奥行435 mm×高さ370 mm (ドアハンドルを含む奥行486 mm)	
	庫 内	幅394 mm×奥行309 mm×高さ235 mm	
無線LAN部	無線LAN規格	IEEE802.11b/g/n	
	周波数範囲	2.4 GHz帯	
	暗号化方式	WPA™(AES)/WPA2™(AES)/WPA3™(AES)	
Bluetooth部	バージョン	Bluetooth 5.0 (Bluetooth Low Energy)	
	接続周波数	2.4 GHz帯	

消費電力量の目安			
区分名※2	F：オープンレンジ(熱風循環加熱方式の物)		
電子レンジ機能の年間消費電力量	58.0 kWh／年	オープン機能の年間消費電力量	12.2 kWh／年
年間待機時消費電力量	0.0 kWh／年	年間消費電力量	70.2 kWh／年

※1 高周波出力1000Wは短時間高出力機能(最大5分)であり、調理中自動的に700Wに切り換わります。これは自動の限定したメニュー(「あたため」ボタンを押してあたためるとき、**毎日** **飲み物**、**毎日** **あたため色々** **お好み温度** の45℃以上)で働きます。
※2 区分名は省エネ法に基づき、機能、加熱方式、および庫内容積の違いで分かれています。

●待機電力について	
・コンセントに電源プラグを差した状態で、表示部と無線LANランプが消灯しているときの消費電力は「0」Wです。 (表示部に初期画面を表示時3.7W)	
・工場出荷時は、無線LANが接続されていないため、表示部消灯時の待機電力は「0」Wです。	
・無線LAN接続後(無線LANランプ点灯時)は通信待機状態のため、表示部が消灯していても消費電力は「0」Wになりません。	

- 年間消費電力量(kWh／年)は省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量によって変化します。
- 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。

使い方・お手入れ・修理 などは
■まず、お買い求め先へ 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
「うまく仕上がらない」、「よくあるお問い合わせ」、「Q&A」、「故障かな?」(P.80～90)、専用アプリ活用ガイドの「Q&A」「故障かな?」(P.96～98)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、お買い上げ日と右の内容をご連絡ください。

●製品名 スチームオープンレンジ

●品 番 NE-UBS10C

●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出張修理いたします。
保証期間： お買い上げ日から本体 1 年間。ただし、マグネトロンは 2 年間です。
(一般家庭用以外に使用される場合は除きます)
- 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 **8年**
当社は、このスチームオープンレンジの補修用性能部品(製品の機能を維持するための部品)を、製造打ち切り後 8 年保有しています。

■転居や贈答品などでお困りの場合は、裏表紙に記載のご相談窓口にご連絡ください。

調理商品
使い方・お手入れなどのご相談窓口フリーダイヤル
0120-878-694

パナは ロクキューヨン

受付時間
9:00～18:00 月～土曜日
(祝日・正月三が日を除く)

■上記電話番号がご利用いただけない場合

06-6907-1187

■FAX フリーダイヤル

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)

アプリの初期設定に関するお問い合わせ

フリーダイヤル
0120-878-832

パナは ハチサンニ

受付時間 9:00～18:00 月～土曜日
(祝日・正月三が日を除く)

修理に関するご相談窓口

フリーダイヤル
0120-878-554

パナは イイヨ

■上記電話番号が
ご利用いただけない場合

03-6633-6700

<https://panasonic.jp/support/repair.html>

・掲載サイトおよび動画の視聴は無料ですが、通信料金はお客様のご負担となります。(パケット定額サービスに未加入の場合、高額になる可能性があります)
・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。
・上記のURLはお使いの携帯電話等により、正しく表示されない場合があります。

【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の発信番号を通知いたしております。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。

愛情点検

長年ご使用のスチームオーブンレンジの点検を！

こんな症状は
ありませんか

- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- 異常なおいや音がする。
- ドアや庫内に著しいガタや変形がある。
- 触ると電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

ご使用
中止

事故防止のため、ご使用
を中止し、コンセントから
電源プラグを抜いて
販売店へ点検をご依頼
ください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「商品登録」をお願いします

特典

- お持ちの家電商品、消耗品情報が一元管理できる！
- 登録商品に関するお知らせやサポート情報が入手できる！
- 登録者限定のキャンペーンに参加できる！

詳しくはこちら

<https://club.panasonic.jp/aiyo/>

今すぐ「専用アプリ」をご登録いただくと、メーカー保証1年

IoT延長保証サービス+2年

無料で2年間保証期間を延長

3年間保証

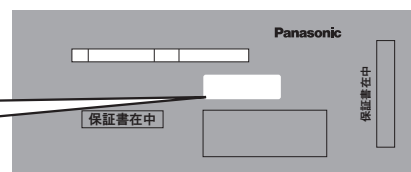
・購入日または納品日のどちらかの遅いほうから50日以内のお申込みが必要です。



申込詳細はこちら

保証書のQRコードから登録していただくと、
品番と製造番号を入力する必要がなく、
簡単に登録いただけます。

QRコード



QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

パナソニック株式会社 くらしアプライアンス社

〒525-8520 滋賀県草津市野路東2丁目3番1-1号
© Panasonic Corporation 2024

F0003-14D0
F0224-0