

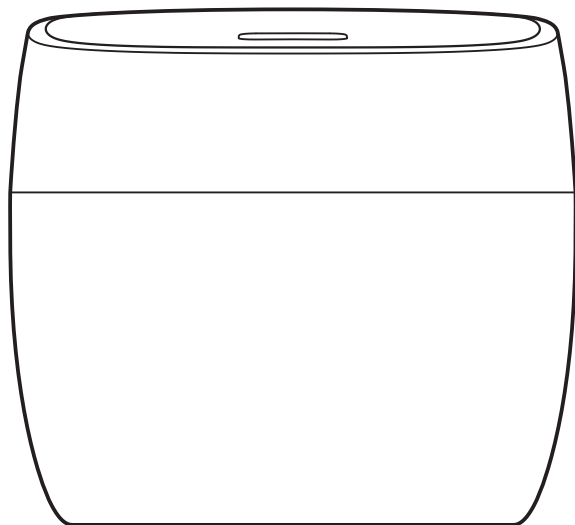
取扱説明書

可変圧力IHジャー炊飯器（家庭用）

品番 **SR-M10B**
(1.0 Lタイプ)

品番 **SR-M18B**
(1.8 Lタイプ)

お好みに合わせて
かたさや食感が選べます



もくじ

安全上のご注意	2	確認と準備
使用上のお願い	5	
おいしく炊くコツ	6	
各部の名前と付属品	8	
●現在時刻が合っていないときは	8	
ごはんを炊く	9	使い方
コースの使い分け	10	
コースを選ぶ	16	
保温する	17	
予約する	18	
電気代を表示する	19	
お手入れする	20	お手入れ
すし	24	ごはんレシピ
炊込みごはん／炊きおこわ	25	
雑穀米／玄米／麦ごはん	26	
おかゆ／雑炊	27	
こんなときは	28	必要なとき
こんな表示が出たら	35	
故障かな？	36	
仕様	38	
別売品（内釜）	39	
保証とアフターサービス	39	

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。

- 圧力式炊飯器は、内部が高圧になるため、取り扱いを誤ると危険ですので、この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
- ご使用前に「安全上のご注意」（2～4ページ）を必ずお読みください。
- 保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「**CLUB Panasonic**」で「商品登録」をお願いします。（裏表紙ご参照）



安全上のご注意

必ずお守りください

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

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

警告 「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。

注意 「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

してはいけない内容です。

実行しなければならない内容です。

警告



圧力式だから！

内部が極めて高温・高圧になります

誤った使い方は

蒸気漏れや内容物の噴出によるやけどやけがの原因になります。

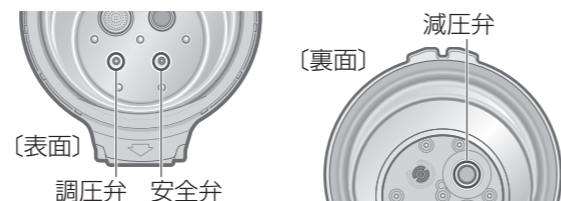
本体の変形・破損・故障の原因にもなります。

以下の注意事項を必ずお守りください。

使用前に

次のことを確認する

●弁が上下に動くこと（お手入れはP.22）

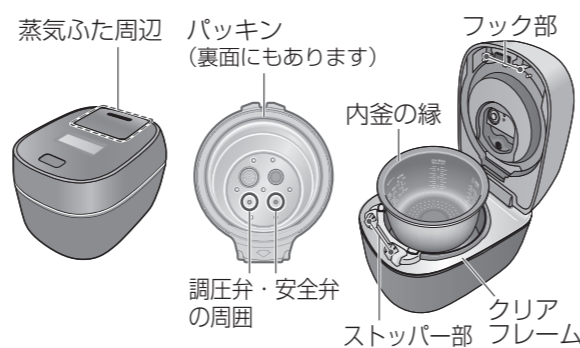


●穴が目詰まりしていないこと（お手入れはP.22）

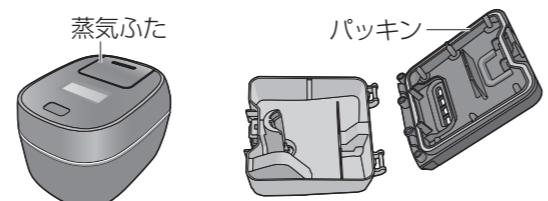
●ツメが折れたり変形したりしていないこと



●ごはん粒や異物が付いていないこと（お手入れはP.22～23）
パッキンは変形や剥がれ・破れもないこと



●蒸気ふたが付いていること（パッキンが外れていないこと）



ふたを「カチッ」と音がするまでゆっくり確実に閉める

●ふた加熱板を取り付けていないときは閉まりません。



お米や水の量、具材や調理方法について

お米の量に合った水の量にする (P.6～7)
(吹きこぼれによるやけどやけがの原因)

- お米は付属の計量カップではかる。
- 水は炊きたいコースに合った水位線に合わせる。
→お好みで増やすときは水位線より3 mm以内にする。

取扱説明書に記載した用途以外には使わない
(火災・感電の原因にもなります)

●減圧弁フィルター、調圧弁、安全弁を塞ぐ
おそれのある物は内釜に入れない。

<禁止する具材例>

- 煮炊きで分量が増える物（練り物、豆類、めん類など）
→豆類は、別鍋でゆでてから使う。
- 急激に熱に反応して発泡する物（重曹など）
- 薄皮状の物が浮きやすい食材（青菜、トマトなど）
- 牛乳などお米が吸水しにくい物

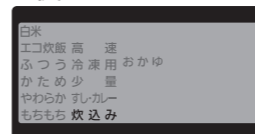
<禁止する調理例>

- ポリ袋などに具材や調味料を入れて行う調理
- クッキングシートなどを落としふた代わりに使う調理
- とろみが出る調理（カレーやシチュー、ジャムなど）
- 多量の油を入れる調理
- 内釜の「MAX」線を超える量の調理

コースについて

コースを正しく使う (P.10～15)

- 「お米」や「炊き方」に合わせた専用コースを使う。
- 具材を入れて炊くときは、「炊込み」「おかゆ」を使う。



使用時は

次のことをしない

●炊飯・お手入れ機能中は、ふたを開けない。
(熱湯の飛び散りなどによるやけどやけがの原因)
ふたが閉まらなくなることもあります



●圧力表示が消えて、蒸気が出なくなるまでお待ちください。

●炊飯・お手入れ機能中にやむを得ずふたを開けるときは

- 1 炊飯器の近くに人がいないことを確認する
- 2 取消/切を押して炊飯またはお手入れ機能を取り消す



●最長約4分間点滅し続けることがあります。

- 3 圧力点滅表示が消えて、蒸気が出ていないことを確認してから、フックボタンを押す



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

<異常・故障例>

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

→すぐに販売店へ点検・修理を依頼してください。

確認と準備

安全上のご注意

安全上のご注意

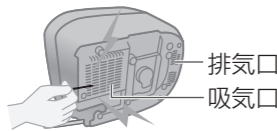
必ずお守りください

警告

■本体の取り扱い

○ 次のことをしない

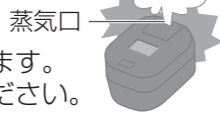
- 本体を水洗いしたり、水につけたり、水をかけたりしない。
(感電、ショートによる発火の原因)
- 分解・修理・改造をしない。
(火災・感電・けがの原因)
→ 修理は販売店にご相談ください。
- 取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児に触れさせたりしない。
(やけど・けが・感電の原因)
- 本体底面の吸排気口や隙間に異物(特にピンや針金などの金属物)を入れない。
(感電、異常動作によるけがの原因)



■使用中や使用後しばらくは

○ 蒸気口に手や顔を近づけない (やけどの原因)

- 蒸気口から勢いよく蒸気が出ます。特に乳幼児には充分ご注意ください。



■電源プラグやコードは

○ 次のことをしない

- 電源プラグ・コードを傷めない。
(破損し、火災・感電の原因)

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

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

! 次のことを守る

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

注意

■本体の取り扱い

○ 次のことをしない

- 空だきしない。(やけどの原因)
- 使用中や使用後しばらくは高温部に触れない。
(やけどの原因)
● 蒸気ふた・ふた加熱板・内釜など
→ 熱いうちに内釜を取り出すときは、必ず乾いたふきんやミトンなどを使う。
→ お手入れは、電源プラグを抜き本体が冷めてから行う。
- 専用の内釜以外は使わない。
(過熱や異常動作によるやけどやけがの原因)
- 内釜は食器洗い乾燥機を使わない。
(洗剤で内釜の縁が腐食し、触るとけがの原因)

■持ち運ぶときは

○ フックボタンに触れない (ふたが開き、やけどの原因)

! 持ち手(本体底の左右凹部)を持つ (やけどやけがの原因)



■設置場所は

○ 次の場所で使わない

- 不安定な場所や熱に弱い敷物の上
(やけど・けが・火災の原因)
- アルミシートや電気カーペットの上
(アルミ材が発熱して発煙・発火の原因)
- 壁や家具の近く(変色・変形・破損の原因)
→ ふたを開けたときに、ふたが壁や家具など周囲の物に当たらない位置で使う。
→ 蒸気が当たったり、蒸気がこもったりしない所で使う。
- 水のかかる所や火気の近く(感電・漏電・火災の原因)

! 棚の耐荷重を守る (落下によるやけどやけがの原因)

- 1.0 L タイプは 12 kg 以上、1.8 L タイプは 15 kg 以上の物を使う。

■電源プラグやコードは

○ コンセントに差し込んだ電源プラグに蒸気を当てない (感電、ショートによる発火の原因)

! 次のことを守る

- 電源プラグを抜くときは、必ず電源プラグを持つ。
(感電、けが、ショートによる発火の原因)
- 使用時以外は電源プラグをコンセントから抜く。
(けが、やけど、絶縁劣化による感電や漏電火災の原因)



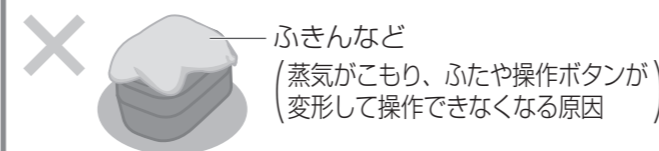
! 医療用ペースメーカーなどをお使いの方は医師とよくご相談ください
● 本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

使用上のお願い

末永くお使いいただくために、次のことをお守りください。

本体の取り扱い

使用中は、本体上面を塞がない



本体底面の吸排気口を塞がない

- (本体に熱がこもり、故障の原因)
- じゅうたん・ビニール袋・アルミ箔・布の上で使うなど
- ほこりが詰まった状態で使うなど
→ 定期的に取り除く(P.23)

本体や本体の周りは清潔にして使用する (本体底面の吸排気口から虫などが入ると故障の原因)

フックボタン周囲の隙間に汚れが入り込まないようにする

- お手入れのときなど
(フックボタンが引っ掛かってふたの開閉ができなくなる原因)

ごはん粒など異物や汚れが付いたまま使わない

- (エラー表示が出る、ごはんがこげる、ふたが開かなくなるなどの原因)



磁気に弱い物や磁石を近づけない

- ラジオ・テレビ・補聴器など
(雑音が入る、音が小さくなる原因)
- ICカードやキャッシュカードなど
(記録が消える、壊れる原因)
- 磁石など(誤動作の原因)

直射日光が当たる所で使わない (変色の原因)

IHクッキングヒーターの上で使わない (故障の原因)

蒸気処理機をお使いのお客様へ

- 圧力式炊飯器は、コースによって多量の蒸気が勢いよく出るため、処理しきれず、こもったり結露したりすることがあります。
→ 蒸気処理機の取扱説明書をご確認ください。
付着・滴下した露は乾いた布で拭いてください。

内釜の取り扱い

内釜内面フッ素加工(ダイヤモンドハードコート)の保証期間は、本体お買い上げ日から3年間です。ただし、誤った使い方をしたときは、保証期間内でも「有料」とさせていただきます。

炊飯器以外では使わない

- ガス火、IHクッキングヒーター、電子レンジなど

かたい物に当てない (傷が付く、変形する原因)

次のことをお守りください

(内面フッ素加工の剥がれや傷付きなどを防ぐため)

■準備のとき

- 泡立て器などで洗米しない。
- 金属製のざるなどを当てない。

■炊き上がったとき

- しゃもじなどでたたいたりしない。
(よそうときなど)
- 内釜で酢を混ぜない。
(すしめしなど)
- 金属製のおたまは使わない。
(おかゆなど)
- 内釜で塩やふりかけなどを混ぜない。

■お手入れのとき(P.20、22)

- 洗いおけ代わりに使わない。
(スプーンや食器類を入れない)
- 調味料を使った場合(炊込みごはんなど)は、早めに洗う。
- 洗ったあと乾かすときは、食器の上に伏せたりしない。
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器を使わない。
- 磨き粉や金属たわし、ナイロンたわしなどで洗ったり、こすったりしない。
→ やわらかいスポンジで洗う。

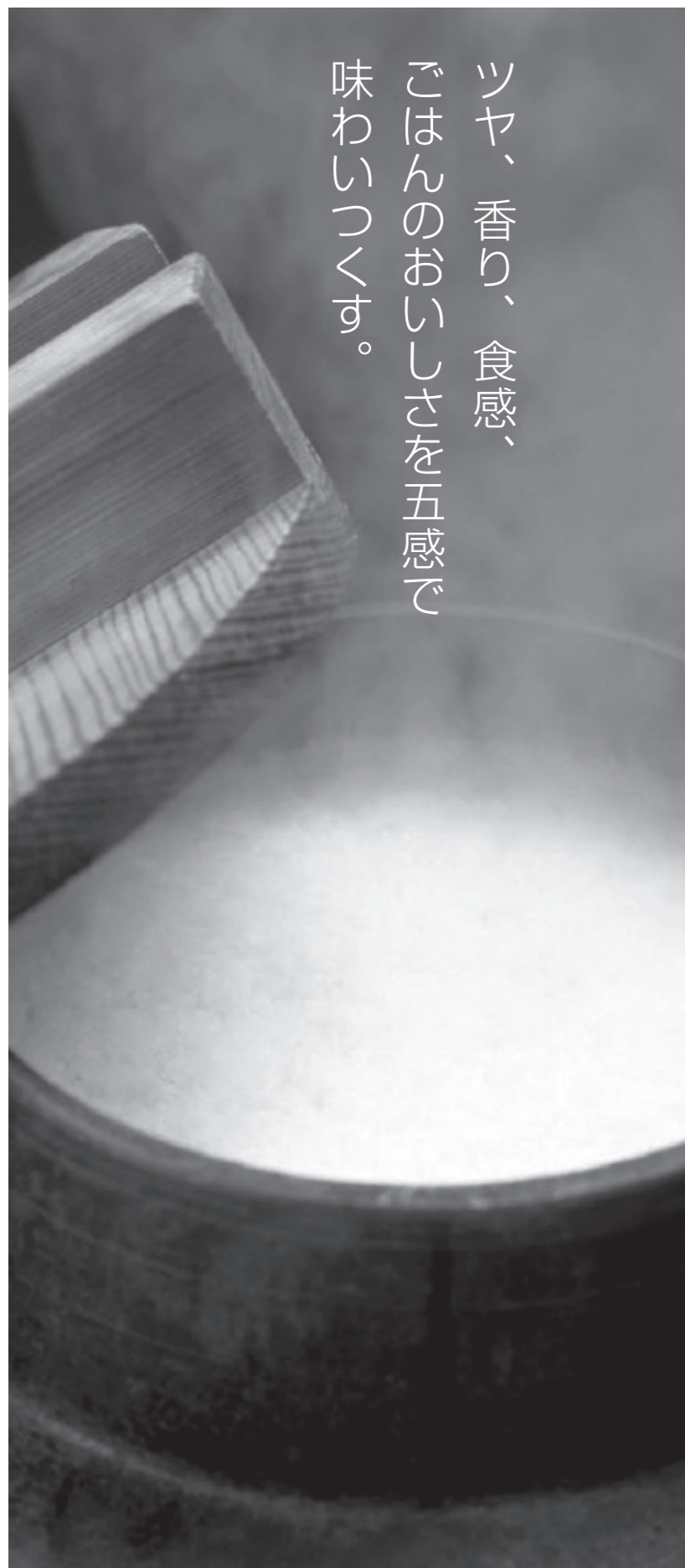
内釜についてお知らせ

[外面] 浅い傷や小さな凹凸は性能に問題ありません。
(こすれなど、使い方や使用頻度により発生)
[内面] フッ素が剥がれるとごはんが付きやすくなります。
フッ素は食べても体内で吸収されず排出されます。
→ 気になるときや内釜が変形したときは、購入できます。(P.39)

確認と準備

安全上のご注意・使用上のお願い

おいしく炊くコツ



ツヤ、香り、食感、
ごはんのおいしさを五感で
味わいつくす。



お米のはかり方

- 付属の計量カップすりきりではかる。

お知らせ

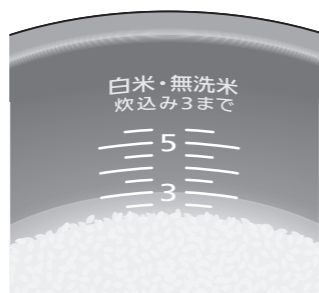
- 計量米びつを使うと、米びつ内のお米が多いときは多めに、少ないときは少なめに出ることがあります。



お米の洗い方

内釜でも洗えます

- お米はやさしく洗う。
 - ①最初はたっぷりの水で大きくかき混ぜ、すぐに水を捨てる
 - ②軽くかき混ぜるようにして、水を2～5回入れ換えながら洗う（水は少し白いくらいでよい）
- 無洗米は、軽く底からかき混ぜる。（お米と水をなじませるため）

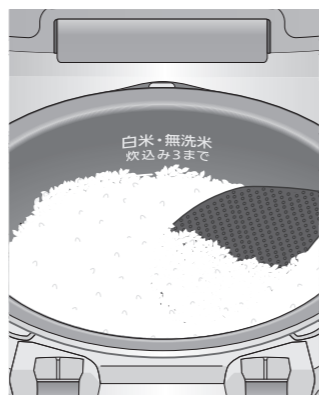


水加減のしかた

- コースに合った水位線を使う。(P.10～15)
 - ①お米を平らにならす
 - ②平らな台の上で、左右の目盛りを見ながらお米のカップ数に合わせる

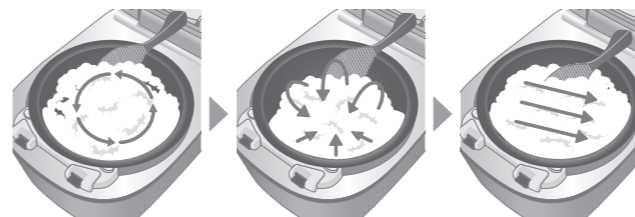
お知らせ

- 目盛りの長い線は、1カップ刻み、短い線は0.5カップ刻みです。



ごはんのほぐし方

- 炊き上がったらすぐにごはんをほぐす。



- ①鍋肌に沿ってしゃもじをぐるりと入れる
- ②底から上下を返す
- ③ごはん粒を潰さないよう切るように混ぜる

こんなことにも 気をつけて！

- 専用コースで炊く (P.10～15)
- 使うたびにお手入れ (P.20～23)
お手入れが不十分だと、ごはんの食味低下やにおいの原因になります。

■お米の選び方と保存のしかた

- 精米日の新しい物を選ぶ。
- 開封したら早めに食べる。
- 冷蔵庫で保存する。

■炊飯に適した水を使う

- 水道水や浄水器の水を使う。
- pH 9より高いアルカリイオン水は、べたつきや黄変の原因になります。
- 硬度100以上のミネラルウォーターは、べたつきやかたくなる原因になります。



浸すと蒸らすは しなくてもいいの？

炊飯前にお米を水に浸すことと、炊飯後の蒸らしは必要ありません。炊飯器におまかせ！

炊飯スタート

炊飯時間

吸水

弱火で加熱することでお米の芯まで充分吸水させます。

炊き上げ

ムラなく一気に加熱し、吹きこぼさずに沸騰を維持します。

蒸らし

米粒表面の余分な水分を飛ばし、水分を均一にします。

ブザーが鳴ったら…炊飯終了

- 炊き上がると自動で保温になります。

■お米を水に浸していたときは

(夏場など水温が高いときは30分～8時間、冬場は1～13時間)

コースを合わせて
炊飯を2回押す
(吸水時間を短縮します)



お願い

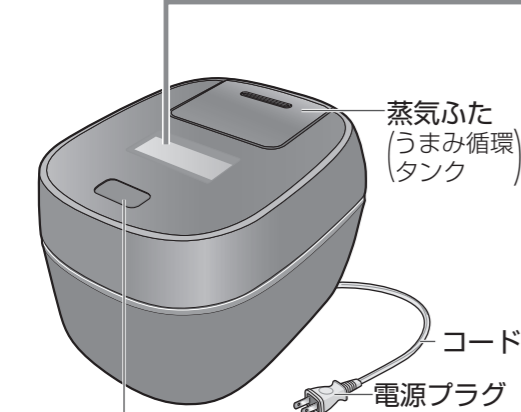
- 夏場など水温が高いときは8時間以上、冬場は13時間以上浸さないでください。(お米が発酵し、においの原因)

お知らせ

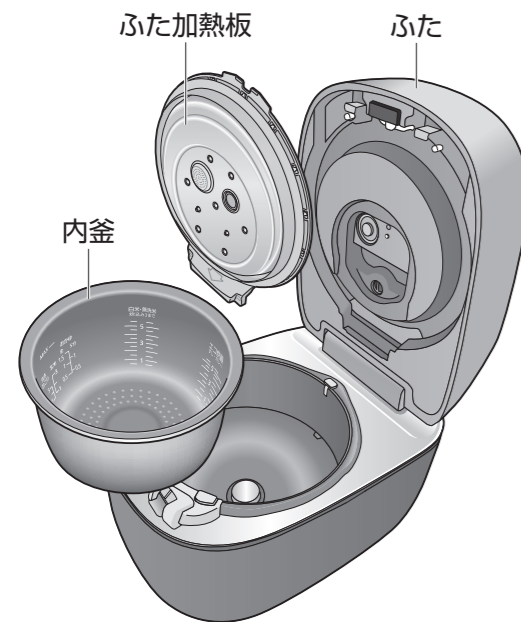
- 「炊込み」「おかゆ」「玄米」には使えません。
- 炊飯残時間は炊き上がる約10分前から表示します。
- 予約をするときは、自動的に吸水時間を短縮するため、「炊飯」ボタンを2回押す必要はありません。

各部の名前と付属品

本体

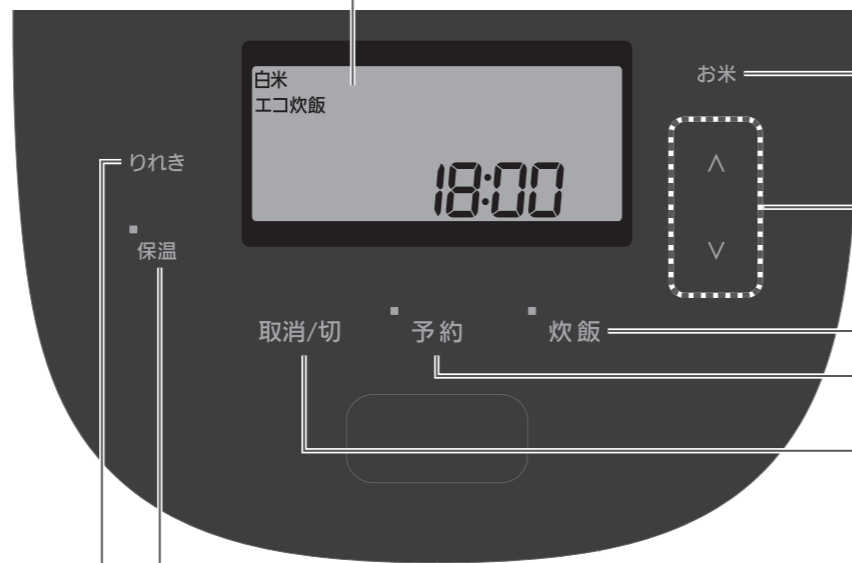


フックボタン
●押すとふたが開きます。



液晶画面・操作ボタン (●操作ボタンは静電式です)

電源プラグを差し込むと、
待ち受け画面が表示され、操作できます。



りれきボタン
●炊飯りれきを呼び出すとき (P.16)

操作ボタンについて

文字の中央を軽く押すと操作できます。

- 次の場合は反応しないことがあります。
 - ・早く押したとき
 - ・ふたに手や物を置いているとき (置いている物に反応することがあります)
 - ・指以外の物で押したとき
 - ・指や操作ボタンがぬれたり汚れたりしているとき
 - ・指サック・傷テープをしているとき

お知らせ

- 周囲の温度や湿度、近くの電気製品の動作状態によっても影響を受けることがあります。

待ち受け画面 (待機中)
●例：お買い上げ時の画面 (現在時刻は出荷時に合わせています)

お米ボタン
●お米 (の種類) を選ぶとき

選択ボタン
●炊き方などを選ぶとき
●時刻などを設定するとき

炊飯ボタン
予約ボタン
●予約炊飯するとき (P.18)

取消/切ボタン
●待ち受け画面に戻るとき
●炊飯・再加熱・予約・お手入れ機能を取り消すときは長押し

保温ボタン
●保温中のごはんを再加熱したり、一度切った保温を再開したりするとき (P.17)

画面に表示される文字やマークについて

圧力

圧力をかけるコースのときに表示



操作をロックしているときに表示

- いたずらや誤操作を防ぐためすべての操作をロックすることができます。
- ロック/解除のしかた「取消/切」と「↑」ボタンを同時に押す。操作をするたびにロックと解除が切り換わります。

現在時刻が合っていないときは

1 ▲▼ を同時に押す



- 炊飯・保温・予約・お手入れ機能中や **圧力** 点減表示中は設定できません。

2 ▲▼ で時刻を合わせる



- 1分単位で設定できます。(押し続けると早送り)
- 点減が止まれば完了

コースについて

●お買い上げ時は消費電力量に配慮して炊く「エコ炊飯^{*}」に設定されています。

●標準的な炊き方で炊くときは「ふつう^{*}」を選んでください。

※：ご使用コースなどによって消費電力量は異なります。

ごはんを炊く

初めてお使いのときは…

蒸気ふた・ふた加熱板・内釜・立つしゃもじ・計量カップを洗ってください。(P.20)

1 お米をはかる

2 お米を洗い、内釜に入れる
●内釜でも洗えます。

3 水加減をする
●内釜の周囲の水分などは拭き取る。

4 内釜を入れ、ふたを閉める

5 電源プラグを差し込む

6 コースを確認する



■コースを選ぶとき (P.16)

7 **炊飯** を押す (炊飯を始める)
●炊飯中はふたを開けない。

8 ブザーが鳴ったら炊飯終了
→すぐにごはんをほぐす
●自動的に保温になります。(P.17)

コースの使い分け

- 「お米」や「炊き方」に合わせた専用コースで炊いてください。(別のコースで炊くと蒸気漏れや内容物が噴出する原因)
- 具材を入れて炊くときは、「炊込み」「おかゆ」を使ってください。(P.12～15)

お米	使い分けのポイント	炊き方	炊飯時間 (目安)	炊飯容量* (カップ)	内釜の 水位線	圧力				
白米 無洗米	省エネで炊く	エコ炊飯	42分	0.5～5.5	エコ炊飯	あり				
				1～10						
	お好みや献立に 合わせて炊く	標準的な炊き方 ふつう	標準的な炊き方 ふつう	48分	0.5～5.5	白米・ 無洗米	あり			
					1～10					
				しっかりかためのパラツとしたごはん かため	しっかりかためのパラツとしたごはん かため			45分	0.5～5.5	なし
									1～10	
しっとりやわらかごはん やわらか	しっとりやわらかごはん やわらか	しっとりやわらかごはん やわらか	54分	0.5～5.5	あり					
				1～10						
粘りの強いもちもちごはん もちもち	粘りの強いもちもちごはん もちもち	粘りの強いもちもちごはん もちもち	51分	0.5～5.5	あり					
				1～10						

4種類の炊き分け

■ごはんのかたさや食感が選べます。
まずは「ふつう」をお試しいただき、
お好みや献立に合わせて、使い分けてください。



使い方

コースの使い分け

エコ炊飯

●お買い上げ時の設定です。
炊飯時間と消費電力量に配慮して炊き上げます。
火力を抑えて炊くので、ややかために炊き上がります。

消費電力量の比較		
	SR-M10B (3カップ炊飯時)	SR-M18B (4カップ炊飯時)
エコ炊飯	158 Wh	217 Wh
ふつう	217 Wh	267 Wh

省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による

※：上段 SR-M10B 下段 SR-M18B

コースの使い分け (つづき)

- 「お米」や「炊き方」に合わせた専用コースで炊いてください。(別のコースで炊くと蒸気漏れや内容物が噴出する原因)
- 具材を入れて炊くときは、「炊込み」「おかゆ」を使ってください。(P.12～15)

お米	使い分けのポイント	炊き方	炊飯時間 (目安)	炊飯容量*1 (カップ)	内釜の 水位線	圧力
白米 無洗米	 短時間で炊く	高速※2	24～37分	0.5～5.5 1～10	白米・ 無洗米	あり
	 冷凍用のご飯を炊く	冷凍用	50分	0.5～5.5 1～10	白米・ 無洗米	なし
	 少ない量をおいしく炊く	少量	47分	0.5～1.5 1～2.5	白米・ 無洗米	あり
	 すしめし用に炊く	すし・カレー	47分	1～5.5 2～10	すし・ カレー	あり
	 カレー用に炊く			1～5.5 2～10	すし・ カレー	
	 炊込みごはんを炊く	炊込み	54～60分	1～3 2～6	白米・ 無洗米	なし
	 赤飯・おこわを炊く (もち米を使うとき)			52～60分	1～3 2～6	
	 おかゆを炊く	おかゆ	51～80分	0.5～1.5	おかゆ (全)	なし
	0.5～3					
	0.5～1 0.5～2			おかゆ (5分)		

※1：上段 SR-M10B 下段 SR-M18B ※2：吸水時間 (P.7) を短縮するので、ややかために炊き上がります。

冷凍用

- 冷凍保存に適したごはんです。電子レンジで温めても、べたつきにくくほぐれやすいごはんになります。

冷凍のしかた

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

冷凍のコツ

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

電子レンジで温めるとき

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

加熱時間の目安(約150g/個)	
1個のとき	2～3分
2個のとき	4～5分

電子レンジ(600W)のとき

具材を入れて炊くとき

- 「おかゆ」の炊飯容量は(P.38)
- 炊飯中にふたを開けて、具材を入れないでください。(P.3)

コースの使い分け (つづき)

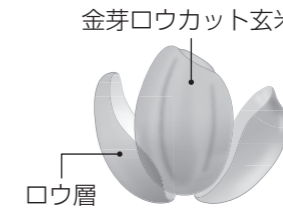
- 「お米」や「炊き方」に合わせた専用コースで炊いてください。(別のコースで炊くと蒸気漏れや内容物が噴出する原因)
- 具材を入れて炊くときは、「炊込み」「おかゆ」を使ってください。(P.12～15)

お米	使い分けのポイント	炊き方	炊飯時間 (目安)	炊飯容量*1 (カップ)	内釜の 水位線	圧力
雑穀米	 雑穀米を炊く	▶ ごはん	43～53分	0.5～4 1～8	白米・無洗米	あり
	 雑穀米でおかゆを炊く	▶ おかゆ (全がゆのみ)	51～80分	0.5～1.5 0.5～3	おかゆ(全)	なし
玄米	 玄米を炊く	▶ ごはん	65～74分	1～3 1～7	玄米	あり
	 玄米でおかゆを炊く	▶ おかゆ (5分がゆのみ)	116～161分	0.5～1 0.5～2	おかゆ(5分)	なし
ロウカット玄米	 金芽ロウカット玄米を炊く	▶ ごはん	59～72分	1～3 1～7	玄米	あり
	 金芽ロウカット玄米でおかゆを炊く	▶ おかゆ (全がゆのみ)	51～80分	0.5～1.5 0.5～3	おかゆ(全)	なし
麦ごはん	 麦ごはんを炊く	▶ — ※2	44～53分	0.5～4 1～7	白米・無洗米	あり

※1：上段 SR-M10B 下段 SR-M18B ※2：炊き方（「やわらか」「おかゆ」など）は選べません。麦ごはんのみ炊くことができます。

ロウカット玄米

- 東洋ライス株式会社の「金芽ロウカット玄米*」専用のコースです。水加減は「玄米」水位線に合わせ、あらかじめ浸さなくても炊けるようにしました。
- ※「金芽」「ロウカット玄米」は東洋ライス株式会社の登録商標です。



金芽ロウカット玄米
玄米表面のロウ層を均等に取り除いた新しい玄米です。玄米の栄養はほぼそのまま、白米のように食べやすく消化がよいお米です。洗米すると栄養分が流れるので洗わずに炊飯してください。

やわらかく炊きたいとき

- あらかじめ水に浸してから(30分～2時間程度)、「炊飯」ボタンを1回押してください。
- 水を多めにしてください。(水位線より1～2mm程度が目安)

白米を混ぜて炊くとき

水加減

- ①炊飯容量(金芽ロウカット玄米+白米)の「白米・無洗米」水位線に合わせる。
- ②金芽ロウカット玄米1カップ当たり50mL加水する。

「お米」や「炊き方」

	白米の方が 多いとき	同量もしくは、 金芽ロウカット玄米の方が 多いとき
ごはんを炊くとき	「ふつう*」	「ロウカット玄米/ごはん」
炊込みごはんを炊くとき	「炊込み*」	

※「お米」は「白米」または「無洗米」を選ぶ。

金芽ロウカット玄米のお問い合わせ

東洋ライス株式会社 ホームページ <https://www.toyo-rice.jp/>
東洋ライスお客様相談室
☎ 0120-61-7550
(平日 10:00～12:00、13:00～16:00)
受付時間は状況により変更となる場合がございます。

麦ごはん

- 白米に麦を混ぜて麦ごはんを炊くコースです。

炊き方 白米1カップのとき

- ①白米を洗い、水を白米・無洗米：1まで入れる。
- ②麦と水を加え(各1/4カップ)底から軽くかき混ぜて平らにする。(麦と水をなじませるため)
- ③「麦ごはん」コースで炊く。

- 麦は、白米1カップ当たり1/2カップまで、水は麦と同量にしてください。(多すぎると吹きこぼれることがあります)
- こげが気になるときは、手順①のあと麦を別洗いしてください。

炊き方いろいろ

具材を入れて炊くとき

- 「おかゆ」の炊飯容量は(P.38)
- 炊飯中にふたを開けて、具材を入れないでください。(P.3)

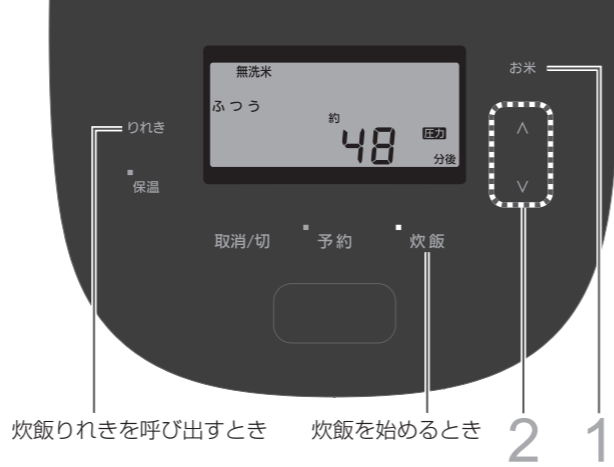
雑穀米ごはんを炊くとき

- 雑穀は、白米1カップ当たり30gまでにしてください。(多すぎると吹きこぼれることがあります)
- 市販の袋に水加減の記載があるときは、それに従ってください。

玄米ごはんを炊くとき

- 玄米は、白米や無洗米と混ぜないでください。(うま味炊けません)

コースを選ぶ



例：「無洗米／ぶっつ」で炊く場合

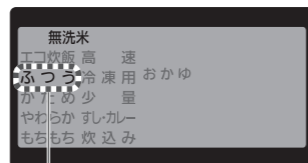
1 お米を押して、お米(の種類)を選ぶ



点滅しているところが
選択されています

■お米(の種類)が合っているとき→2へ

2 ▲▼で炊き方を選ぶ



点滅

■炊き方が合っているとき
→「炊飯」を押すと炊飯を開始します。

■コースを選んだあと、炊飯を始めるには→「炊飯」を押す

●炊飯残時間表示は(P.38)

お知らせ

●「炊飯」ボタンを押すとコースを記憶します。

炊飯りれきを呼び出して
炊くとき

●りれきには過去炊飯した
3コースを残しています。
(りれきにあるコースで炊飯)
したときは残しません

① りれきを押して
炊飯りれきを
呼び出す

●押すたびに古いりれき
が表示されます。

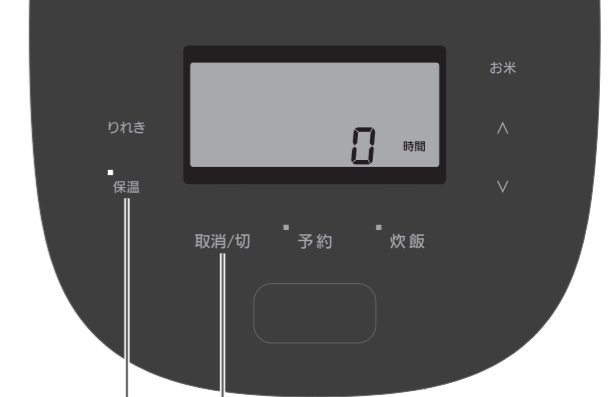
② 「炊飯」を押して
炊飯を始める

お知らせ

- お買い上げ時は、りれきに
「白米／エコ炊飯」を
設定しています。
- すでに、りれきが3つある
ときは一番古いりれきに
上書きします。

保温する

炊き上がると自動的に保温になります。
(すぐにごはんをほぐしてください)



- 再加熱するとき
- 保温を再開するとき
- 保温を切るとき

■以下のコースでの保温はおすすめしません。



× ●「炊込み」
(ふた加熱板のさびや、
食味低下の原因)



× ●「雑穀米」
●「麦ごはん」
(食味低下の原因)



× ●「おかゆ」
(のり状になる原因)



× ●「玄米」
●「ロウカット玄米」
(食味低下の原因)

●「冷凍用」：炊き上がり直後の風味や食感を損なわないよう、早めに冷凍することをおすすめします。(P.13)

お願い

- 24時間以上の保温はしないでください。
(ごはんがにおう・黄ばむ・乾燥するなどの原因)
- 高温多湿の地域では「保温中に露やにおいが気になる
とき」(P.32)の設定をしてください。
(保温臭がしやすいため)
- ごはんが残っているときに保温を切ったり、
電源プラグを抜いたりしないでください。
(露やにおいの原因)
- しゃもじを入れたまま保温しないでください。
(においの原因)

お知らせ

●経過時間は、0～23時間まで1時間単位で表示します。
24時間を超えても保温は継続しますが、
表示は現在時刻に変わります。

保温を切るときは

●内釜にごはんが残っていない状態で

1 「取消/切」を押す

●保温を切ると電気代を表示します。(約10秒間)
(P.19)



2 電源プラグをコンセントから抜く

お知らせ

●「取消/切」を押さずに電源プラグを抜くと、
次に電源プラグを差し込んだとき、
保温が再開されます。

保温中にごはんを再加熱するとき

保温中のごはんをアツアツにします。

1 保温中のごはんをほぐす

2 点灯
「保温」を押す → 点滅 (約5～8分)
「保温」



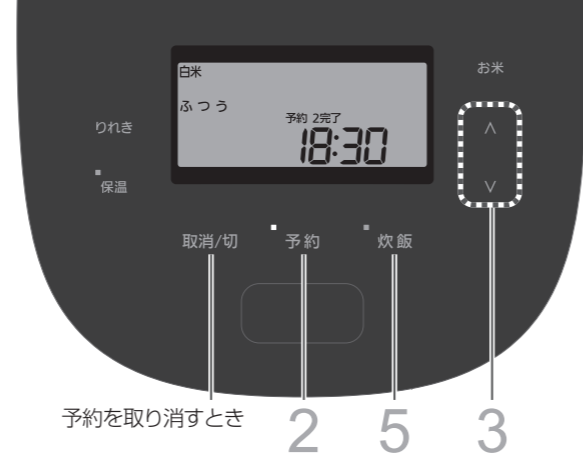
●ブザーが鳴ったら再加熱終了
→すぐにごはんをほぐす

お知らせ

- 次の場合は再加熱できません。
 - ごはんが冷めているとき(ブザーが3回鳴る)
 - 保温中でないとき
- 繰り返し再加熱すると、食味低下の原因に
なります。

予約する

炊き上がり時刻は、2通り設定できます。
(「予約1」は朝食用、「予約2」は夕食用など)



例：「予約2」を18時30分に合わせる場合

1 現在時刻を確認する

- 合っていないときは (P.8)



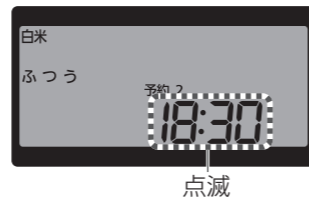
2 「予約」を押して、「予約2」を選ぶ

- ボタンを押すたびに「予約1」と「予約2」が切り換わります。



3 ▲▼で時刻を合わせる

- 10分単位で設定できます。
- ボタンを押し続けると早送りできます。
- 時刻が合っているとき→4へ



4 コースを確認する

- コースを選ぶときは (P.16)



5 「炊飯」を押して、予約する

- 「予約」ボタン(点灯中)を押すと、押ししている間、現在時刻を見ることができます。
- ブザーが鳴ったら炊飯終了 →すぐにごはんをほぐす
- 自動的に保温になります。(P.17)



お願い

- 夏場など水温が高いときは8時間以上、冬場は13時間以上の予約はしないでください。(お米が発酵し、においの原因)

お知らせ

- 炊き上がり時刻を設定すると、次に設定するまで記憶されます。
- 「炊込み」は、予約できません。
- 発酵の早い自家製発芽玄米は、予約をおすすめしません。
- 予約炊飯は、お米が水を余分に吸うため、やわらかくなる場合があります。また浸している間に、お米から溶け出したうまみ成分が釜底に沈殿し、こげることがあります。
- 予約炊飯では、炊飯残時間を表示しません。
- 炊き上がり時刻までの時間が短すぎると、予約後すぐに炊き始めます。(P.38 予約可能時間)

いつも同じ時刻に炊き上げるときは

- ① 「予約」を押して、「予約1」か「予約2」を選ぶ



- コースと時刻を確認してください。

- ② 「炊飯」を押す

電気代を表示する

保温を切ると自動で表示されます。

- 炊飯と保温にかかった電気代(目安)の合計を表示(約10秒間)したあと待ち受け画面に戻ります。



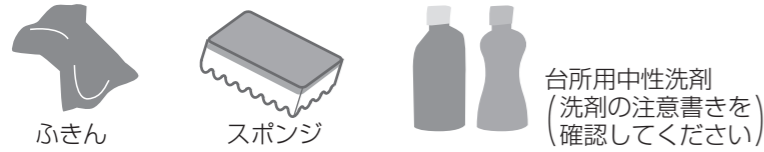
お知らせ

- 電気代が0.05円未満のときは、「約0.0円」と表示されます。
- 電気代単価(お買い上げ時：31円/kWh)を変更したいときは (P.34)
- 電気代は、炊飯器本体で記録した消費電力量と電気代単価を基に算出しています。消費電力量は、お米や水の量、炊き方、周囲の温度などによって異なります。
- 炊飯の途中で取り消したりエラーが表示されたりしたときは、電気代を自動で表示しません。
- 「お手入れ」の電気代は算出していません。
- 「保温」ボタンを押して保温を開始すると、そのときから「取消/切」ボタンを押すまでにかかった電気代を表示します。ただし、保温経過時間は、炊飯終了後からの積算です。
- 電気代は、計量法で定められた算出法に基づいた数値ではないため、公的な取引には使用できません。
- 電気代表示(自動)をやめたいときは (P.34)

お手入れする

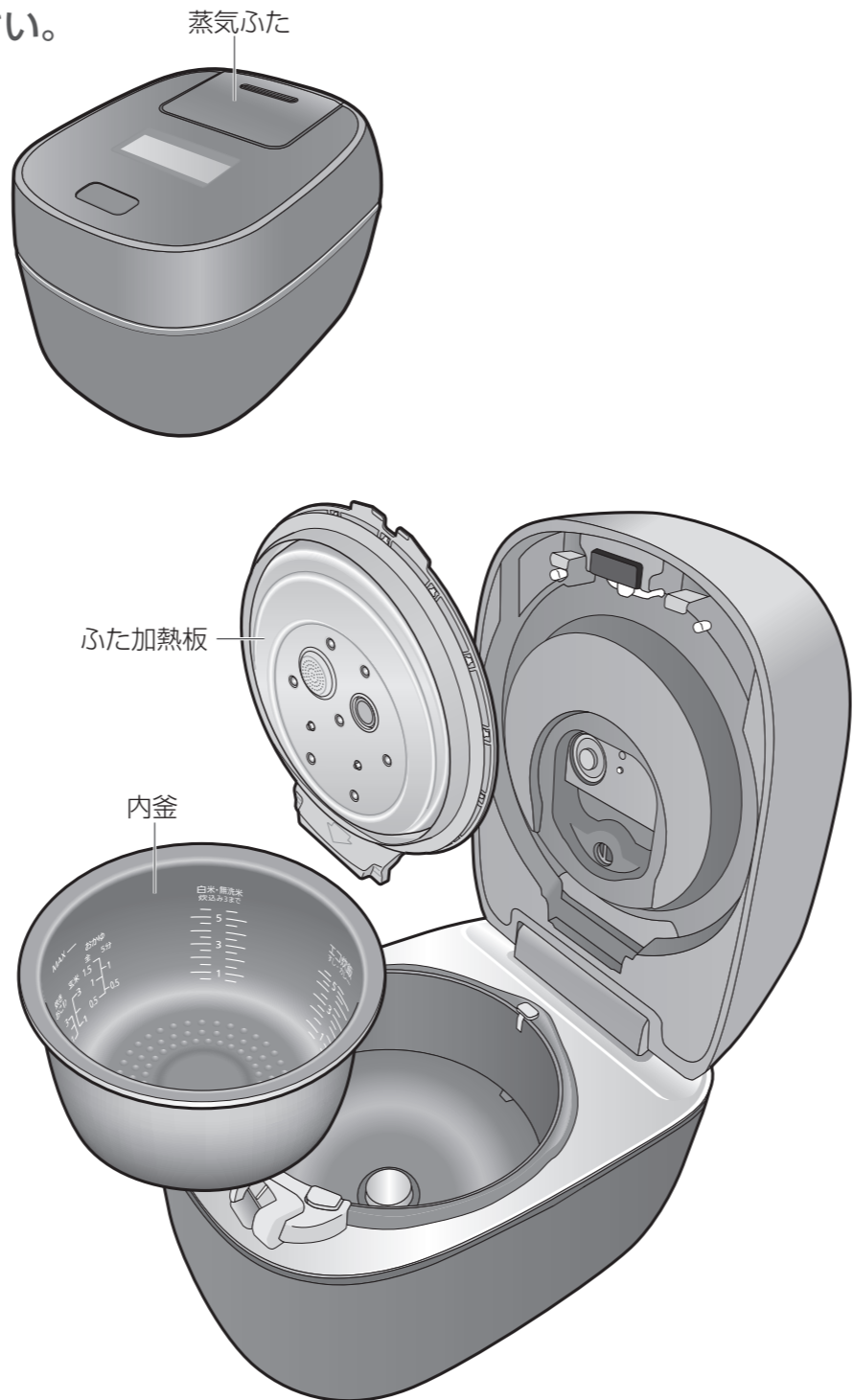
電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。

準備する物

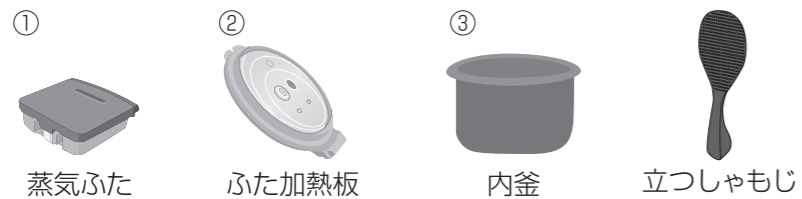


使えない物

- × 金属たわし/
ナイロンたわしなど
(各センサーは除く)
- × 研磨粒子部分で
洗わない
- × ベンジン / シンナー /
磨き粉 / 漂白剤 /
除菌アルコールなど
- × 食器洗い乾燥機 /
食器乾燥器
(ふた加熱板・立つしゃもじは除く)



初めてお使いのときや使うたびに洗う



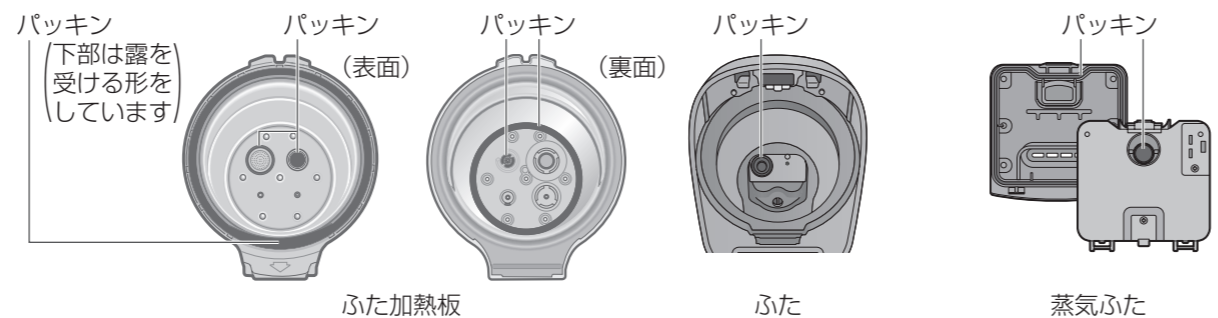
- ①～③の順に取り外し、お手入れ後は逆の手順で取り付けてください。
- 初めてお使いのときは、計量カップも洗ってください。

調味料を使ったときは

早めにお手入れする (においや腐敗・さびの原因)

パッキンは 取り外さないでください

- 取り外すと、蒸気漏れや
内容物が噴出する原因になります。
- 強い力でこすったり、引っ張ったり、
とがった物で突いたりしないで
ください。
(変形する・剥がれる・破れる原因)



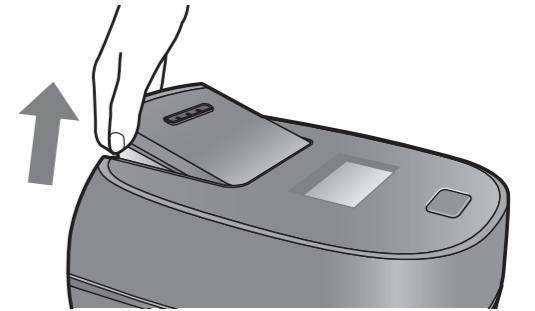
取り外し方と取り付け方

蒸気ふた

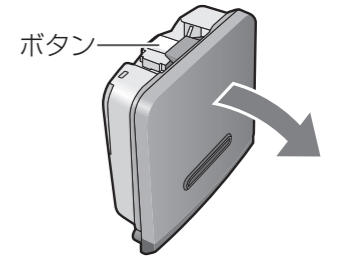
■取り外し方

1 持ち上げて 外す

- ご使用後は、
水滴が落ちる
ことがあります。



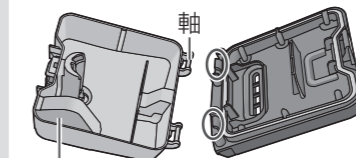
2 ボタンを 押しながら開く



■取り付け方

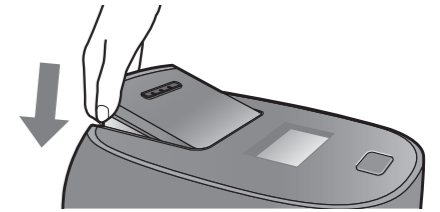
① 軸を差し込み

- ② 「カチッ」と音がするまで
確実に閉める



中にボールが入っているため、
振ると音がします

- ③ 手前側を入れてから
「カチッ」と音がするまで
ふたに押し込む
(浮いていないこと)

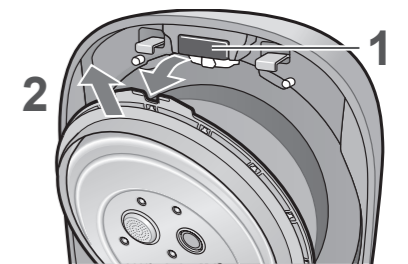


ふた加熱板

■取り外し方

1 ボタンを押す

- 手前に傾きます。

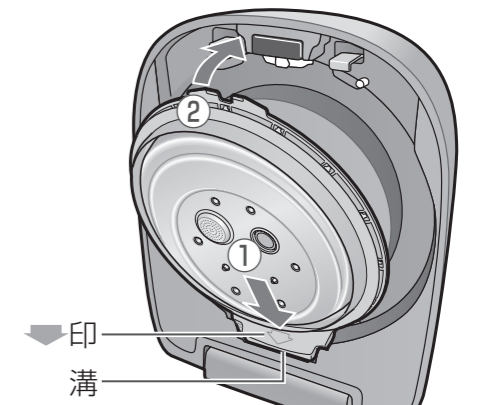


2 引き抜く

■取り付け方

① 印を溝に差し込み

- ② 「カチッ」と音がするまで
押し込む



お手入れ

お手入れする

お手入れする (つづき)

調味料を使った場合 (炊込みごはんなど) は、早めにお手入れを!

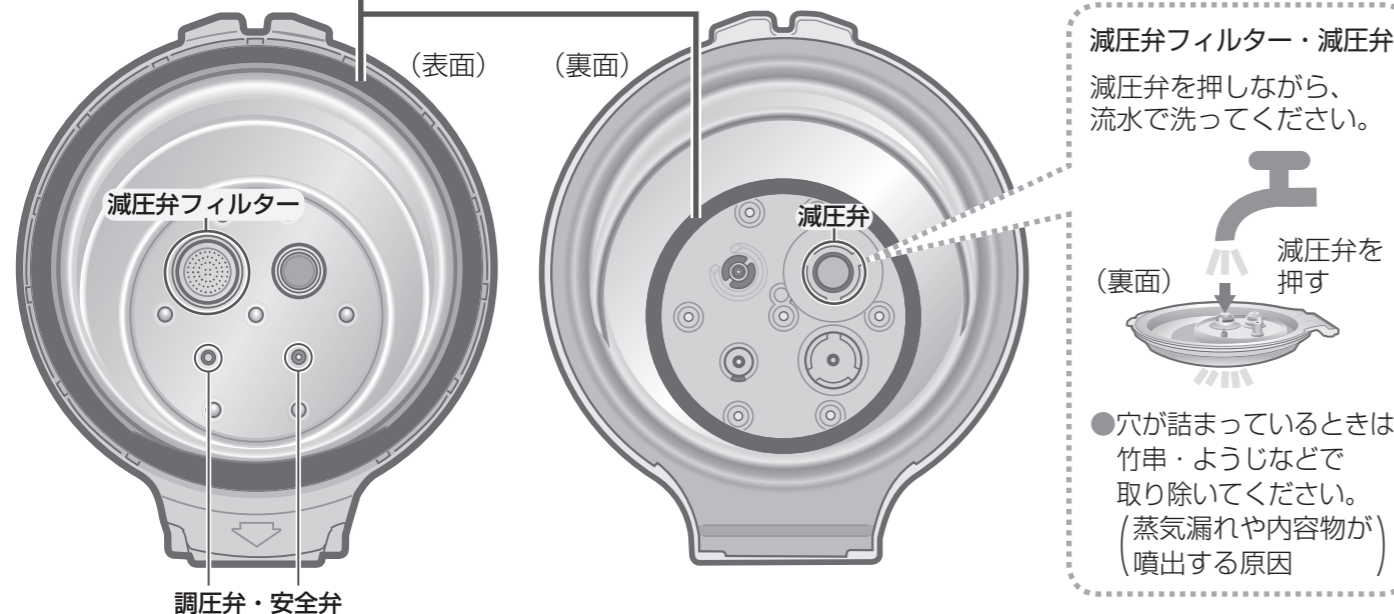
食器洗い乾燥機を使う / やわらかいスポンジで洗う

ふた加熱板・立つしゃもじ

使うたびに

- 食器洗い乾燥機を使うときは
 - ふた加熱板をかごの端や食器などに強く当てないでください。(破損やさびの原因)
 - ふた加熱板 (特にパッキン・減圧弁フィルター・調圧弁・安全弁・減圧弁) や立つしゃもじに汚れが残っているときは、やわらかいスポンジで洗ってください。

- やわらかいスポンジで洗うときは (台所用中性洗剤を使う)
 - 内側に汚れが残りやすいため丁寧に洗ってください。(ごはんのにおいや腐敗、蒸気漏れ、内容物が噴出する原因)

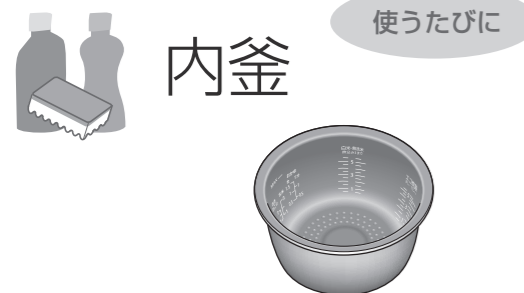


- 調圧弁・安全弁
2~3回指で軽く押しながら、流水で洗ってください。
- 弁の周囲にごはん粒など異物や汚れが詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除いてください。(蒸気漏れや内容物が噴出する原因)

- お願い
- 洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。

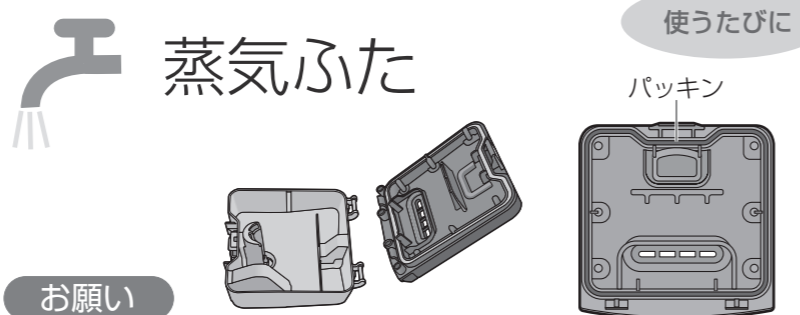
やわらかいスポンジで洗う

(台所用中性洗剤を使う)



- お願い
- 内釜を洗いおけ代わりに使わないでください。(内面フッ素加工が剥がれる原因)
 - 洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。

水洗いする



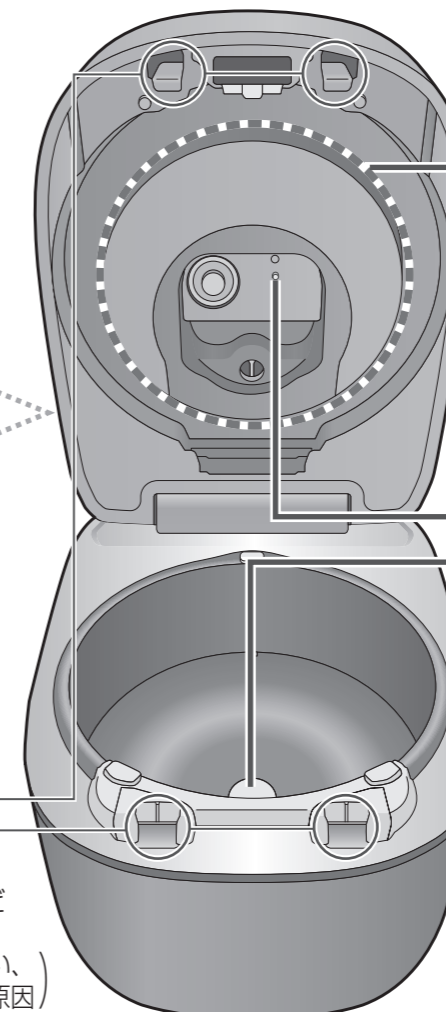
- お願い
- パッキンは取り外さないでください。外れたときは浮きがないよう確実に取り付けてください。(蒸気漏れや内容物が噴出する原因)
 - 洗ったあとは、乾いた布で拭いてください。

固く絞ったふきんで拭く

使うたびに

本体

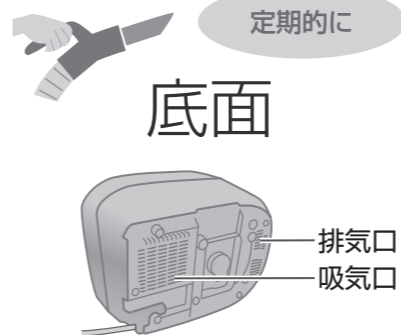
- 蒸気ふた取付部
- 蒸気ふたを外し、取付部を拭いてください。
- 操作ボタン
- 水や汚れ・異物を取り除いてください。
- フックボタン
- 汚れたときや引っかかるときは、フックボタンを押しながら、ぬるま湯を含ませた綿棒で汚れを拭き取ってください。
- フック部
- ごはん粒など異物が詰まっているときは、竹串・ようじなどで取り除いてください。(ふたが開かない・閉まりにくい、蒸気漏れ、内容物が噴出する原因)
- ストッパー部



- ふた加熱板を外したあとのくぼみとパッキンは丁寧に拭いてください。(ごはんのにおいや腐敗の原因)
- 汚れが落ちにくいときは、台所用中性洗剤を含ませたナイロンたわしで軽く磨いてから拭いてください。(汚れたまま使うと、エラー表示が出る、ごはんがこげたりしてうまく炊けない原因)
- 調味料などが付着したときは、早めに拭いてください。(さびの原因)

掃除機などで取り除く

定期的に



- 月1回程度を目安に確認し、汚れているときはほこりやごみを取り除いてください。

「お手入れ機能」を使う

においが取れない、ふた加熱板や蒸気口の汚れが落ちにくいときに...

■準備

内釜に水を入れる

- 水量の目安

品番	水位線
SR-M10B	白米・無洗米: 2
SR-M18B	白米・無洗米: 3

- 水以外は入れないでください。(蒸気漏れや内容物が噴出する原因)

■お知らせ

- お手入れ機能中も圧力がかかります。
- においや汚れは完全に取れないことがあります。

■操作

- 1 ▲▼ を押し、「お手入れ」を表示させる
●炊き方の最後に表示します。
- 2 炊飯 を押す→お手入れ開始
●約28分かかります。
- 3 ブザーが鳴ったら 取消/切 を押す
●内釜のお湯が冷めたら、蒸気ふた・ふた加熱板・内釜を洗ってください。

すし



手巻きすし

【材料(4人分)】

白米…………… 3カップ
 焼きのり…………… 適量
A. 合わせ酢) 酢…………… 90 mL
 砂糖…………… 大さじ2½
 塩…………… 小さじ1½
具材) まぐろ・いか・えび・サーモン・
 いくら・きゅうり・卵・たくあん・
 かいわれ菜・アボカドなど… 適量

【作り方】

①準備する
 白米を洗い、水をすし・カレー水位線：3まで入れて平らにする。

②「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶	炊飯
炊き方	すし・カレー		

③すしめしを作る

Aを鍋に入れて軽く温め、合わせ酢を作る。
 すしおけの内側を軽くぬらしておく。
 プザーが鳴ったら、ごはんをすしおけに移す。
 合わせ酢をごはんにまんべんなく振り入れ、切るように混ぜながら、うちわであおいで冷ます。
 乾燥しないように、固く絞ったふきんをかける。

④巻く

焼きのりに、すしめしとお好みの具材を載せて巻く。

すしめしを作るときは

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



いなりずし

【材料(20個分)】 1個分：161 kcal

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

【作り方】

①準備する
 白米を洗い、水をすし・カレー水位線：3まで入れて平らにする。

②「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶	炊飯
炊き方	すし・カレー		

③油揚げを煮る

油揚げを2～3分ゆで、油抜きする。鍋に油揚げと即席だしの素を入れ、水400 mLを加え、弱火で約10分煮る。さらに**A**を加えて、汁がなくなるまで煮る。

④すしめしを作る

Bを鍋に入れて軽く温め、合わせ酢を作る。
 すしおけの内側を軽くぬらしておく。
 プザーが鳴ったら、ごはんをすしおけに移す。
 合わせ酢をごはんにまんべんなく振り入れ、切るように混ぜながら、いり白ごまを加え、うちわであおいで冷ます。乾燥しないように、固く絞ったふきんをかける。

⑤仕上げる

油揚げにすしめしを詰める。皿に並べて紅しょうがを飾る。

炊込みごはん／炊きおこわ



五目ごはん

【材料(6人分)】 1人分：309 kcal

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

【作り方】

①準備する
 ごぼう…ささがきにして水につける。
 こんにゃく…さっとゆでて細切りにする。

干しいたけ…ぬるま湯で戻したあと、細切りにする。

油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。

白米を洗い、調味料を入れ、水を**白米・無洗米水位線：3**まで入れ、よくかき混ぜて平らにする。お米の上に具材を載せる。(混ぜない)

②「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶	炊飯
炊き方	炊込み		

③仕上げる

プザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐす。



まつたけごはん

【材料(6人分)】 1人分：296 kcal

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

【作り方】

①準備する
 油揚げ…熱湯をかけて油抜きし、細切りにする。

みつば…塩少々(分量外)を加えた熱湯でさっとゆでて冷水に取り、水けを絞って2～3 cmに切る。

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

Aを混ぜ合わせる。白米を洗い、**A**を入れ、水を**白米・無洗米水位線：3**まで入れ、よくかき混ぜて平らにする。お米の上に油揚げとまつたけを載せる。(混ぜない)

②「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶	炊飯
炊き方	炊込み		

③仕上げる

プザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、みつばを飾る。



赤飯

【材料(6人分)】 1人分：295 kcal

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

【作り方】

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

②炊く準備をする
 もち米を洗い、ざるに上げて、ぬれぶきんをかけ、30分程度水けを切る。内釜にもち米を入れ、小豆の煮汁を炊きおこわ水位線：3まで入れて平らにする。足りないときは、水を加える。もち米の上に小豆を載せる。(混ぜない)

③「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す

お米	白米または無洗米	▶	炊飯
炊き方	炊込み		

④仕上げる

プザーが鳴ったら、ごはんを上下に返すようにふんわりほぐし、器に盛り、ごま塩を振る。

赤飯は

- 小豆の煮汁を使うため、釜底のごはんの色が濃くなります。

炊込みごはん／炊きおこわを炊くときは

- 水加減は、具材を入れる前にする。
- 具材の量は、お米1カップ当たり75 g以下にする。(多すぎるとうまく炊けません)
- 具材は小さめに切り、お米の上に乗せる。市販の素に作り方の記載があるときは、それに従ってください。
- すぐに炊飯する。(時間がたつと、調味料が沈殿してうまく炊けません)
- 炊飯中にふたを開けて、具材を入れない。(P.3)



炊きおこわの水加減について

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

雑穀米／玄米／麦ごはん



雑穀米サラダ

【材料(4人分)】 1人分: 285 kcal

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

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水を白米・無洗米水位線：1まで入れて平らにする。白米の上に雑穀を載せる。
(市販品で水加減が記載されているときは、その内容に従う)
- 「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す**

お米	雑穀米
炊き方	ごはん
- ドレッシングを混ぜる**
ドレッシングを作り、炊きたてのごはんに混ぜる。(内釜で混ぜない)
- 仕上げる**
レタス以外の具材を5mm程度の角切りにし、冷ましたごはんに混ぜる。器にレタスを敷き、彩りよく盛りつける。

大豆とひじきの混ぜごはん

【材料(6人分)】 1人分: 307 kcal

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

【作り方】

- 準備する**
玄米を軽く洗い、水を玄米水位線：3まで入れて平らにする。
- 「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す**

お米	玄米
炊き方	ごはん
- 具材を準備する**
芽ひじき…20分ほど水で戻し、やわらかくする。
芽ひじきと大豆水煮をサラダ油で炒め、ひたひたの水で煮る。水分がなくなってきたら、油揚げと調味料を入れ、さらに汁けがなくなるまで煮る。
- 仕上げる**
ブザーが鳴ったら具材を混ぜ、塩で味を調える。(内釜で具材を混ぜない)

甘えびの麦とろ丼

【材料(6人分)】 1人分: 296 kcal

白米…………… 2カップ
押し麦…………… ½カップ(60g)
具材 山芋…………… 300g
甘えび…………… 25尾
調味料 だし汁(一番だし)… 75mL
薄口しょうゆ…………… 小さじ1
塩・おろしわさび… 各少々
飾り用 オクラ…………… 1本
刻みのり…………… 適量

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、水を白米・無洗米水位線：2まで入れる。押し麦を上に乗せ、½カップ(90mL)の水を足して軽く混ぜて平らにする。
- 「お米」を設定し「炊飯」ボタンを押す**

お米	麦ごはん
----	------
- とろろを作る**
山芋の皮を厚めにむき、すりおろす。甘えびの尾と殻を取り、粗く刻み、半量をすり鉢に入れ、すりこ木でペースト状になるまでする。甘えびがペースト状になったら、山芋を加えてよくすり混ぜ、だし汁を少しずつ加えてすりのばす。薄口しょうゆ、おろしわさびを加え、塩で味を調える。残りの甘えびを加えて混ぜる。
- 仕上げる**
オクラを色よくゆでて、冷水にとり、水けを切って小口切りにする。茶わんにごはんを盛りつけてとろろをかけ、オクラと刻みのりを飾る。

おかゆ／雑炊



茶がゆ

【材料(4人分)】 1人分: 133 kcal

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

【作り方】

- 準備する**
白米を洗い、冷ましたほうじ茶をおかゆ(5分)水位線：1まで入れて平らにする。
- 「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す**

お米	白米または無洗米
炊き方	おかゆ
- 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、塩を加え、全体をかき混ぜて器に盛り、お茶の葉を散らす。

玄米小豆がゆ

【材料(4人分)】 1人分: 159 kcal

玄米…………… 1カップ
小豆…………… ¼カップ(35g)
小豆の煮汁(炊飯用に使う)

【作り方】

- 小豆をゆでる**
小豆をたっぷりの水でゆで、沸騰したら煮汁を捨てる。再び水を加え、弱火でゆでる。ゆで上がった後、煮汁は別容器に移して冷まし、小豆はざるに上げて、ぬれぶきをかけておく。
- 炊く準備をする**
玄米を軽く洗い、小豆の煮汁をおかゆ(5分)水位線：1まで入れて平らにする。足りないときは、水を加える。
- 「お米」と「炊き方」を設定し「炊飯」ボタンを押す**

お米	玄米
炊き方	おかゆ
- 仕上げる**
ブザーが鳴ったら、①の小豆を加え、全体をかき混ぜて器に盛る。

ロウカット玄米の鶏雑炊

【材料(6人分)】 1人分: 123 kcal

ロウカット玄米ごはん…………… お茶わん3杯分(約340g)
だし汁…………… 3½カップ
具材 鶏肉…………… 100g
にんじん・しいたけ…各50g
長ねぎ…………… ½本
調味料 塩…………… 小さじ½
薄口しょうゆ…………… 少々

【作り方】

- 準備する**
鶏肉…1cm角に切る。にんじん・しいたけ…薄切りにする。長ねぎ…小口切りにする。
- 煮る**
鍋でだし汁と調味料を煮立たせたあと、具材を入れて軽く煮る。さらに、ロウカット玄米ごはんを加え3～5分ほど煮る。
●玄米ごはんや雑穀米ごはんでもできます。

おかゆを炊くときは



- 白米・無洗米のときは、全がゆと5分がゆの水位線をお好みにより使い分ける。(5分がゆの方が水分が多いおかゆ)
- ごはんは使わない。(ごはんからおかゆを作るコースではありません)
- 牛乳類は使用しない。(うまく炊けません)
- 味付けは炊き上がったからする。(調味料が沈殿してうまく炊けません)
- 具材を入れるときは、お米1カップ当たり150g以下にする。(多すぎるとうまく炊けません)
- 炊飯中にふたを開けて、具材を入れない。(P.3)

こんなときは

■うまく炊けない、おいしくない…と思ったら

こんなとき	ここを確認！
やわらかい ・べたつく	<ul style="list-style-type: none"> ●お米や水は、正確にはかりましたか？(P.6～7) ●炊き上がったあと、すぐにごはんをほぐしましたか？ (余分な水分を逃がすため) ●お米を長時間水に浸していませんか？(長時間の予約炊飯など) 浸している間に、お米が水を余分に吸うため、やわらかくなる場合があります。 →予約炊飯のときは、水を少なめにする。(水位線より1～2 mm程度) <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お湯で洗米していませんか？ ●規定量以上のお米を「少量」コースで炊いていませんか？ (SR-M10B:0.5～1.5カップ、SR-M18B:1～2.5カップ) ●洗米時に力を入れて洗っていませんか？ (お米が割れてべたつくことがあります) ●割れ米が多く混ざっていませんか？ ●洗米後にざるに上げたまま放置していませんか？ (お米にひびが入ってべたつくことがあります) ●「雑穀米」コースを使って分づき米を炊いているときや、発芽玄米に白米を混ぜて炊いているときは、分づきの度合いや混ぜる白米の量によってべたつくことがあります。 →「白米」コースで炊いてください。 ●水位線より1～2 mm程度、水を減らす。(新米など) <p>炊き方</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お米を水に浸していたときは、「炊飯」ボタンを2回押していますか？(P.7) ●かたさの好みに合ったコースに変えてみる。(P.10～11、16) (「かため」など)
	<ul style="list-style-type: none"> ●お米や水は、正確にはかりましたか？(P.6～7) ●「エコ炊飯」や「高速」で炊いていませんか？ <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●水位線より1～2 mm程度、水を増やす。(夏場のお米など) <p>炊き方</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お米を充分水に浸さずに、「炊飯」ボタンを2回押していませんか？ →浸した時間が短いときは、1回だけ押してください。 (夏場など水温が高いときは30分未満、冬場は1時間未満のとき) ●かたさの好みに合ったコースに変えてみる。(P.10～11、16) (「やわらか」など) ●お米を水に30分～2時間程度浸してから炊く。 (「炊飯」ボタンは1回押し)

こんなとき	ここを確認！
かたい ・芯がある ・ぱさつく ・表面がべたつき 芯が残る	<ul style="list-style-type: none"> ●お米や水は、正確にはかりましたか？(P.6～7) ●「エコ炊飯」や「高速」で炊いていませんか？ <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●水位線より1～2 mm程度、水を増やす。(夏場のお米など) <p>炊き方</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お米を充分水に浸さずに、「炊飯」ボタンを2回押していませんか？ →浸した時間が短いときは、1回だけ押してください。 (夏場など水温が高いときは30分未満、冬場は1時間未満のとき) ●かたさの好みに合ったコースに変えてみる。(P.10～11、16) (「やわらか」など) ●お米を水に30分～2時間程度浸してから炊く。 (「炊飯」ボタンは1回押し)

こんなとき	ここを確認！
こげる	<ul style="list-style-type: none"> ●精米や洗米は、充分しましたか？ ●予約炊飯していませんか？(お米を長時間水に浸していませんか？) 浸している間に、お米から溶け出したうまみ成分が釜底に沈殿し、こげることがあります。 ●無洗米を使っていませんか？(無洗米はこげやすくなります) →炊く前に、軽く水洗いすると和らぎます。 →「無洗米」コースで炊いてください。 <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●洗米時に力を入れて洗っていませんか？ (お米が割れてこげることがあります) ●割れ米が多く混ざっていませんか？ ●汚れや異物が付いていませんか？ (蒸気センサーや釜底センサー、内釜の底、本体内部)(P.23) ●洗米後にざるに上げたまま放置していませんか？ (お米にひびが入ってこげることがあります) ●炊込みごはんなど調味料を入れて炊くとこげやすくなります。 ●赤飯は小豆の煮汁を使うため、底の色が濃くなります。 ●分づき米、胚芽米は、白米に比べてこげやすくなります。 <p>炊いたあと</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お米の種類や水質などにより、底に色が付くことがあります。 底にできるきつね色のこげは、故障ではありません。 <p>→改善しないときは「ごはんのこげが気になるとき」の設定をしてください。(P.33)</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはんが残っているときに、保温を切ったり、電源プラグを抜いたりしていませんか？ ●使うたびにお手入れしていますか？ お手入れが不十分だと、ごはんの食味低下やにおいの原因になります。 汚れ(おねば)が残ったまま使い続けると、ごはんが傷む原因になります。 (ベチャベチャ・パラパラのごはん) <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●精米や洗米は、充分しましたか？ <p>炊いたあと</p> <ul style="list-style-type: none"> ●炊込みごはんなど調味料を入れて炊いたあとは、においが残ることがあります。 ●24時間以上保温していませんか？ ●しゃもじを入れたまま保温していませんか？ ●冷めたごはんを継ぎ足していませんか？ <p>気になるときは</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 念入りにお手入れする(特にふた加熱板のパッキン)(P.22) 2 「お手入れ機能」を使う(P.23) <p>→改善しないときは「保温中に露やにおいが気になるとき」の設定をしてください。(P.32)</p>

こんなとき	ここを確認！
におう ・保温中のごはんが ベチャベチャ・ パラパラになる	<ul style="list-style-type: none"> ●ごはんが残っているときに、保温を切ったり、電源プラグを抜いたりしていませんか？ ●使うたびにお手入れしていますか？ お手入れが不十分だと、ごはんの食味低下やにおいの原因になります。 汚れ(おねば)が残ったまま使い続けると、ごはんが傷む原因になります。 (ベチャベチャ・パラパラのごはん) <p>次のことをご確認ください。</p> <p>炊く前</p> <ul style="list-style-type: none"> ●精米や洗米は、充分しましたか？ <p>炊いたあと</p> <ul style="list-style-type: none"> ●炊込みごはんなど調味料を入れて炊いたあとは、においが残ることがあります。 ●24時間以上保温していませんか？ ●しゃもじを入れたまま保温していませんか？ ●冷めたごはんを継ぎ足していませんか？ <p>気になるときは</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 念入りにお手入れする(特にふた加熱板のパッキン)(P.22) 2 「お手入れ機能」を使う(P.23) <p>→改善しないときは「保温中に露やにおいが気になるとき」の設定をしてください。(P.32)</p>

必要なとき

こんなときは

こんなときは (つづき)

■うまく炊けない、おいしくない…と思ったら

こんなとき	ここを確認！
味がしない 甘味がない おいしくない	<ul style="list-style-type: none"> ●「エコ炊飯」で炊いていませんか？ →「ふつう」をお試しください。(高火力で炊くため、甘味が増します) ●洗米するとき、何度もすすいでいませんか？ →すすぎは、2～5回程度にしてください。 (少し白い水は、うまみ成分が溶けたものです)
露が付く	<ul style="list-style-type: none"> ●炊き上がったあと、すぐにごはんをほぐしましたか？(余分な水分を逃がすため) ●ごはんが残っているときに、保温を切ったり、電源プラグを抜いたりしていませんか？ ●気温が低い場所で炊飯や保温をすると露が付きやすくなります。(冬場など) ●炊込みごはんは具材の種類や量によって、露の量が増えることがあります。 <p>改善しないときは 「保温中に露やにおいが気になるとき」の設定をしてください。(P.32)</p>
黄ばむ	<ul style="list-style-type: none"> ●24時間以上保温していませんか？ ●繰り返し再加熱していませんか？ ●精米や洗米は、充分しましたか？ ●お米の種類や水質などにより、炊き上がり後のごはんが黄色く見えることがあります。 <p>改善しないときは 「保温中に変色や乾燥が気になるとき」の設定をしてください。(P.32)</p>
乾燥する	<ul style="list-style-type: none"> ●24時間以上保温していませんか？ ●繰り返し再加熱していませんか？ ●蒸気ふたは、正しく取り付けられていますか？ ●本体・ふた加熱板のパッキンや内釜の縁にごはんが付いていませんか？ ●内釜が変形していませんか？ →変形したときは購入できます。(P.39) <p>改善しないときは 「保温中に変色や乾燥が気になるとき」の設定をしてください。(P.32)</p>
おかゆが のり状になる	<ul style="list-style-type: none"> ●お米を長時間水に浸していませんか？(長時間の予約炊飯など) ●おかゆを保温していませんか？
薄い膜ができる	<ul style="list-style-type: none"> ●洗米しすぎて、お米が割れたりしていませんか？ ●お米のぬか分が残っていませんか？ (オブラート状の薄い膜は、でんぷんが溶けて乾燥したもので、害はありません)
炊き上がった ごはんの表面が 凸凹になる	<ul style="list-style-type: none"> ●炊飯前にお米を平らにならしていますか？ ●IH(電磁誘導加熱)の特長である強い火力によるものです。異常ではありません。 ●下記の場合は、凸凹になりやすくなります。 <ul style="list-style-type: none"> ●洗米が不十分なとき ●割れ米が多く混ざっているとき ●炊飯量が少ないとき ●夏場のお米を炊いたとき ●洗米時に力を入れて洗ってお米が割れたとき

■使い方は？ どうすれば？ …と迷ったら

こんなとき	こうしましょう！										
保温は 切る？切らない？	<ul style="list-style-type: none"> ●内釜にごはんが残っているときは保温を切らないでください。 ●冷めるときに結露して、ごはんがベチャベチャになります。 ●密閉状態では、ゆっくり冷めるため傷みややすくなります。(においの原因) ●24時間以内に食べきれないときは、 <ol style="list-style-type: none"> ①できるだけ早めに取り出し、粗熱をとってからラップに包んで冷凍庫へ。 ②電子レンジで温めてお召し上がりください。 										
コースは自動的に 記憶される？ されない？	<ul style="list-style-type: none"> ●「お手入れ」以外のコースは、炊飯すると自動的に記憶します。 (次回から「炊飯」ボタンを押すだけで炊くことができます) 										
各コースの 炊飯容量は？	<ul style="list-style-type: none"> ●コースによって、容量は異なります。(P.10～15) ●内釜の上限まで余裕があっても、炊飯容量は守ってください。 (蒸気漏れや内容物が噴出する、うまく炊けない原因) 										
炊飯残時間は すべてのコースで 表示される？ されない？	<ul style="list-style-type: none"> ●コースによって異なります。(P.38) ●「高速」や「炊込み」などでは、炊飯時間が確定するまで表示しません。 										
お米を炊く前に 浸す？浸さない？	<ul style="list-style-type: none"> ●洗米後は、すぐに炊飯してください。(P.7) (浸してから炊くと吸水しすぎて、ごはんがべたついたり、 やわらかくなったりすることがあります) <p>浸していたときは →「炊飯」ボタンを2回押してください。(吸水時間を短縮します)</p> <p>予約炊飯のときは →自動的に吸水時間を短縮して炊き上げます。</p>										
コースは？ ・具材を入れて炊くとき ・白米に他の穀類を 混ぜて炊くとき ・白米以外のお米を 炊くとき	<ul style="list-style-type: none"> ●具材を入れるときは、必ず「炊込み」「おかゆ」を使い、具材は適量を守って混ぜずにお米の上に載せてください。市販の素に作り方の記載があるときは、それに従ってください。(他のコースを使うと蒸気漏れや内容物が噴出する原因) ●白米に他の穀類を混ぜて炊くときのコースは <table border="1" data-bbox="1929 1533 2760 1732"> <thead> <tr> <th>混ぜる穀類</th> <th>コース</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>発芽玄米</td> <td>「雑穀米」で炊いてください。</td> </tr> <tr> <td>玄米</td> <td>●市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従ってください。 →混ぜて炊くことはできません。</td> </tr> </tbody> </table> ●白米以外のお米を炊くときのコースは <table border="1" data-bbox="1929 1774 2760 1879"> <thead> <tr> <th>お米の種類</th> <th>コース</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>胚芽米</td> <td>「雑穀米」で炊いてください。</td> </tr> </tbody> </table> 	混ぜる穀類	コース	発芽玄米	「雑穀米」で炊いてください。	玄米	●市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従ってください。 →混ぜて炊くことはできません。	お米の種類	コース	胚芽米	「雑穀米」で炊いてください。
混ぜる穀類	コース										
発芽玄米	「雑穀米」で炊いてください。										
玄米	●市販の袋に水加減などの記載があるときは、それに従ってください。 →混ぜて炊くことはできません。										
お米の種類	コース										
胚芽米	「雑穀米」で炊いてください。										

こんなときは (つづき)

- P.28～30の対応をしても症状が改善しないときなどは設定が変更できます。
- 手順1の「お米」「炊き方」に合っているときでも「A」「V」ボタンを押して選び直してください。(選んだ「炊き方」を点滅させるため)
- 手順2・3・4は、それぞれ16秒以内に完了してください。16秒を過ぎると待ち受け画面に戻ります。→始めからやり直してください。

保温中に露やにおいが気になるとき

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「炊飯」を押す
- 「お米」で「Ho:10」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- 12時間を超える保温はしないでください。
- お買い上げ時は「Ho:00」です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

保温中に変色や乾燥が気になるとき

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「炊飯」を押す
- 「お米」で「Ho:20」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- お買い上げ時は「Ho:00」です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

保温温度を上げたいとき

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「炊飯」を押す
- 「お米」で「Ho:30」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- 12時間を超える保温はしないでください。
- もっと上げたいときは、「Ho:31」に設定してください。
- お買い上げ時は「Ho:00」です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

ごはんのこげが気になるとき

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「お米」で「02」を表示させて、「炊飯」を押す
- 「お米」で「So:L1」または「So:L2」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- 上記設定で改善しないときは、「So:L3」にしてください。(白米・無洗米のみ)
- 「0」「3」が表示されます。
- 「無洗米」「エコ炊飯」「少量」の選択はできません。
- 「白米/0/3」を使用してください。かたさや食感などの炊き分けはできません。
- 「りれき」は削除されることがあります。
- お買い上げ時は「So:Hi」です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。
- 「So:L3」以外に戻すと、りれきはお買い上げ時の設定に戻ることがあります。(P.16)

白米・無洗米がお好みに炊けないとき (お米の性質や状態によってうまく炊けないとき)

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「お米」で「03」を表示させて、「炊飯」を押す
- 「お米」で「0」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- 変更すると
- 「0」が表示されます。
- 「無洗米」「エコ炊飯」「少量」の選択はできません。
- 「白米/0」を使用してください。かたさや食感などの炊き分けはできません。
- 「りれき」は削除されることがあります。
- お買い上げ時は「0」を表示しない設定です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。
- りれきはお買い上げ時の設定に戻ることがあります。(P.16)

操作ボタンの受付時間を長くしたいとき

- 「お米」と「炊き方」を設定する

お米	白米または無洗米
炊き方	高速
- 「保温」を長押しする(5秒間)
- 「お米」で「06」を表示させて、「炊飯」を押す
- 「お米」で「Lo」を表示させる

お知らせ

- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
- お買い上げ時は「Hi」です。
- 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

必要なとき
こんなときは

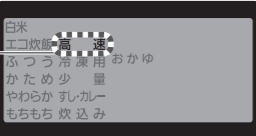
こんなときは (つづき)

- 音・表示などに関する設定が変更できます。
- 手順1の「お米」「炊き方」に合っているときでも「入」「V」ボタンを押して選び直してください。(選んだ「炊き方」を点滅させるため)
- 手順2・3・4は、それぞれ16秒以内に完了してください。16秒を過ぎると待ち受け画面に戻ります。→始めからやり直してください。


炊飯終了時などの終了音を消したいとき

1 「お米」と「炊き方」を設定する



お米	白米または無洗米
炊き方	高速

点滅 



2 **保温** を長押しする(5秒間)



3 **お米** で「07」を表示させて、
炊飯 を押す

4 **お米** で「OFF」を表示させる

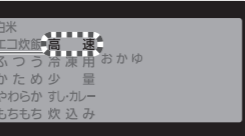
●10秒後、自動的に完了

- お知らせ**
- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
 - 「消す」設定をしても、ボタンの受付音は消えません。
 - お買い上げ時は「On」です。
 - 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。


電気代表示(自動)をやめたいとき

1 「お米」と「炊き方」を設定する



お米	白米または無洗米
炊き方	高速

点滅 



2 **保温** を長押しする(5秒間)



3 **お米** で「08」を表示させて、
炊飯 を押す

4 **お米** で「OFF」を表示させる

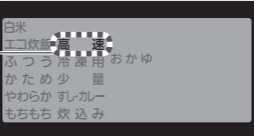
●10秒後、自動的に完了

- お知らせ**
- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
 - お買い上げ時は「On」です。
 - 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。


電気代単価を変更したいとき

1 「お米」と「炊き方」を設定する



お米	白米または無洗米
炊き方	高速

点滅 

2 **保温** を長押しする(5秒間)





3 **お米** で「09」を表示させて、
炊飯 を押す

4 **入** **V** で電気代単価を合わせる

●1円単位で1～99円まで設定できます。

●10秒後、自動的に完了

- お知らせ**
- 設定完了後、しばらくすると待ち受け画面に戻ります。
 - お買い上げ時は「31円/kWh」です。
 - 元に戻すときは、再度同じ操作をしてください。

こんな表示が出たら




エラー表示	ここを確認!
U10	●内釜はセットされていますか? ①専用の内釜をセットする。 ②「取消/切」ボタンを押して表示を消す。 (押さなくてもふたを閉めてしばらく待つと消えることがあります)
U12	●内釜の底やふた加熱板、蒸気センサー、釜底センサーに異物や汚れが付いていませんか?(P.22~23) →異物や汚れを取り除き、「取消/切」ボタンを押してください。 ●内釜の水の量が多くないですか? →「取消/切」ボタンを押してください。 (次に炊飯するときは、水を少なめにしてください)
U14	●96時間を超える保温をしていませんか? →「取消/切」ボタンを押してください。
U15	●ふたが開いていませんか? ●蒸気ふたは付いていますか? →紛失したときは、販売店でご購入ください。 蒸気ふたがなくても炊飯はできますが、 ・うまく炊けないことがあります。 ・吹きこぼれることがあります。 ・炊き上がったあと、再度「U15」を表示することがあります。 ・炊き上がったあと、保温中のごはんが乾燥することがあります。
U25	●本体底面の吸排気口がほこりなどで詰まっていますか? →次の手順でほこりを取り除いてください。 ①「取消/切」ボタンを押したあと電源プラグを抜く。 ②本体が冷めたら内釜を取り出す。 ③本体底面の吸排気口のほこりを取り除く。(P.23) ●じゅうたんなどの上で使っていませんか?(P.5) →本体底面の吸排気口を塞がない場所でお使いください。
U39	●操作ボタンに水分や異物・汚れが付いていたり、物(ふきんなど)を置いたりしていませんか? →水分や異物・汚れを取り除いてください。 →置いている物を除いてください。 ●ボタンを長押ししていませんか?
H00	●電源プラグを抜き、再度差し込んでも「H00」が表示された場合は故障です。 →お買い上げの販売店に、表示内容(H)のあとの2桁の数字をお知らせのうえ修理をご依頼ください。

上記の対応をしても回復しないときは、販売店に修理をご依頼ください。

こんなときは 必要なとき こんな表示が出たら

故障かな？

サービスを依頼される前に次の点をご確認ください。

症状	ここを確認！	
炊飯中	●残時間表示が止まる ●炊飯時間が長い	●続けて炊くと、時間が長くなります。(最長約1時間) ●内釜の水の量を増やしていませんか？ 増やすと時間が長くなります。(最長約15分)
	蒸気口以外から蒸気が漏れる	●本体・ふた加熱板のパッキンや内釜の縁にごはんが付いていませんか？ ●ふた加熱板は、使うたびに洗い、正しく取り付けていますか？(P.21～22) ●内釜が変形していませんか？ →変形したときは購入できます。(P.39) ●ふた加熱板のパッキンが変形したり、剥がれたり、破れたりしていませんか？ →蒸気が漏れるときは、お買い上げの販売店にご相談ください。 ●ふたを「カチッ」と音がするまで、ゆっくり確実に閉めましたか？
炊飯・保温中	音がする	●「ブーン」音…熱を逃がすファンが回っている音です。 ●「ジー」音、「ブー」音…IH(電磁誘導加熱)の通電音です。 (保温中は周期的に聞こえることがあります) ●「シュー」音…蒸気が噴き出す音です。 ●「ゴボゴボ」音…沸騰時の強力な泡が蒸気ふたに当たる音です。 ●「プシュー」音…圧力を抜いている音です。 ●ふた開閉時の「カタン」音…蒸気ふたに入っているボールが転がる音です。
炊飯後	ふた加熱板にごはん粒が付く	●おどり炊き(お米をおどらせて炊きムラを抑える炊き方)特有の現象です。 故障ではありません。
予約	予約したのにすぐ炊き始める	●現在時刻は合っていますか？(24時間表示です)(P.8) ●「予約可能時間」より前に予約しましたか？(P.38)
	予約したのに炊き始めない	●炊飯開始までお米を水に浸しているため、開始後の吸水時間を短縮し、少し遅れて炊き始めます。 (炊き上がりの約40分前にならないと炊飯を始めないコースもあります)
	予約した時刻に炊き上がらない	●現在時刻は合っていますか？(24時間表示です)(P.8) ●「炊飯」ボタンは押しましたか？(P.18) ●「予約可能時間」より前に予約しましたか？(P.38)
その他	操作ができない(操作ボタン・フックボタン)	●炊飯・お手入れ機能を取り消した直後は操作できません。(最長約4分間) →「圧力」点滅表示が消えて、蒸気が出ていないことを確認してから操作してください。 ●画面に「  」が表示されていませんか？ →「取消/切」と「  」ボタンを同時に押してください。  が消えます ●文字の中央を軽く押していますか？ →反応しないときは、「操作ボタンについて」(P.8)をご確認ください。
	「保温」ボタンを受け付けない	●保温を切っていませんか？ ●ごはんが冷めていませんか？(ブザーが3回鳴ります) 50℃以下のときは、再加熱できません。

症状	ここを確認！	
炊飯・保温・予約・お手入れ機能が取り消された	●使用中に「取消/切」ボタンに水分や異物・汚れが付いていたり、物(ふきんなど)を置いたりしていませんか？ ボタンが反応することがあります。	
電源プラグを抜くと表示が消えた	●電源プラグを差すと画面が表示され操作できます。 電源を抜く直前の状態に戻り、動作を継続します。 予約時の炊き上がり時刻や設定した内容などは記憶しています。	
電源プラグを差し込むといつも「8:30」を表示する	●リチウム電池が消耗しています。 現在時刻や予約時の炊き上がり時刻は記憶できませんが、炊飯や保温に差し支えはありません。 予約炊飯をする場合は、毎回現在時刻を合わせてください。 リチウム電池は本体内部に固定されており、お客様ご自身では交換できません。 →交換は、お買い上げの販売店または修理に関するご相談窓口(裏表紙)へご依頼ください。	
電源プラグから火花が飛んだ	●電源プラグを抜き差しするときに小さな火花が出ることがあります。 IH(電磁誘導加熱)方式固有のもので、故障ではありません。	
その他	ふたが開かない	●フック部、クリアフレーム、ストッパー部、減圧弁フィルターに米粒などが付いたり、詰まったりしていませんか？(P.22～23) ●内釜が入っていますか？ 内釜が入っていないときは、開きにくいことがあります。 →フックボタンを奥まで押して、ゆっくり指を離してください。 【圧力表示中】 ●フックボタンに触れたり、本体を動かしたりしていませんか？ →炊飯・お手入れ機能終了後、一度ふたを押し下げた後、フックボタンを押してください。 ●フックボタンを押してもふたは開きません。 →炊飯・お手入れ機能中にやむを得ずふたを開けるときは(P.3) ●停電すると、ふたが開かないことがあります。 →再び通電すると炊飯・お手入れ機能を続けます。 炊飯・お手入れ機能が終了するまで待ってから、フックボタンを押してください。
	ふたが閉まりにくい	●フック部、クリアフレーム、ストッパー部、減圧弁フィルターに米粒などが付いたり、詰まったりしていませんか？(P.22～23) ●ふた加熱板を正しく取り付けていなかったり(P.21)、ツメが折れたり、変形したり(P.2)していると閉まりません。 ●圧力式炊飯器は密閉度が高いため、閉まりにくく感じる場合があります。 →「カチッ」と音がするまで、ゆっくり閉めてください。
ふたと本体の間に隙間がある	●圧力式炊飯器は内部が高圧になるため、ふたが確実に閉まる構造になっています。隙間は、この構造によるものです。ボタン操作時にふたが上下に動きますが、異常ではありません。 ●炊飯・お手入れ機能中は圧力により隙間が広がる場合があります。	
●内釜とふたの密着度が高いため、ふたを開くときに内釜が一緒に持ち上がり、音がすることがあります。		

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

必要なとき

故障かな？

仕様

お米	炊き方	炊飯時間の目安(分) ()内は、お米を水に浸していたとき(P.7)	炊飯残時間表示 ^{*2}	保温 ^{*3}	予約可能時間 炊き上がりの〇〇分前～	炊飯容量(カップ数)	
						()内は、具材を入れて炊くとき	
						SR-M10B	SR-M18B
白米・無洗米	エコ炊飯	42(30～40)	直後	○	60分前～	0.5～5.5	1～10
	ふつう	48(33～42)	直後	○	60分前～	0.5～5.5	1～10
	かため	45(28～37)			60分前～		
	やわらか	54(38～43)			70分前～		
	もちもち	51(36～44)			60分前～		
	高速	24～37(23～34)	約10分前	○	50分前～	0.5～5.5	1～10
	冷凍用	50(31～42)	直後	○	60分前～	0.5～5.5	1～10
	少量	47(33～35)			60分前～	0.5～1.5	1～2.5
	すし・カレー	47(28～36)			60分前～	1～5.5	2～10
	炊込み	54～60	約10分前	×	-	1～3	2～6
炊込み(もち米を使うとき)	52～60						
おかゆ		51～80	約10分前	×	90分前～	全:0.5～1.5 (0.5～1)	全:0.5～3 (0.5～2.5)
						5分:0.5～1 (0.5)	5分:0.5～2 (0.5～1.5)
雑穀米	ごはん	43～53(36～45)	約10分前	×	70分前～	0.5～4	1～8
	おかゆ	51～80			90分前～	全:0.5～1.5 (0.5～1)	全:0.5～3 (0.5～2.5)
玄米	ごはん	65～74	約10分前	×	90分前～	1～3	1～7
	おかゆ	116～161			170分前～	5分:0.5～1 (0.5)	5分:0.5～2 (0.5～1.5)
ロウカット玄米	ごはん	59～72(45～55)	約10分前	×	80分前～	1～3	1～7
	おかゆ	51～80			90分前～	全:0.5～1.5 (0.5～1)	全:0.5～3 (0.5～2.5)
麦ごはん	- ^{*1}	44～53(36～42)	約10分前	×	70分前～	0.5～4	1～7

※1:炊き方(「やわらか」「おかゆ」など)は選べません。麦ごはんのみ炊くことができます。
 ※2:「直後」は炊飯開始直後から残時間表示、「約10分前」は炊き上がり約10分前から残時間表示することを表しています。
 お米を水に浸していたとき(P.7)や画面に「0」を表示しているとき(P.33)は、「約10分前」になります。
 予約炊飯では炊飯残時間を表示しません。
 ※3:「×」印も、自動的に保温になりますが、おすすめしません。(P.17)

お知らせ ●発芽玄米・分づき米・胚芽米は、「雑穀米」で炊くことができます。

	SR-M10B	SR-M18B
電源	交流100V / 50-60Hz	
定格消費電力(W)	1200	1400
コードの長さ*(m)	1.0	
質量*(kg)	6.2	7.5
大きさ* (cm)	幅×奥行×高さ	幅×奥行×高さ
	24.7×33.3×23.7	27.3×35.8×27.2
	ふたを開けたときの高さ	ふたを開けたときの高さ
	47.0	53.0

●電源が「切」の状態での消費電力は、約1.0Wです。
 (電源プラグを接続した状態)
 ●この製品は、日本国内用に設計されています。
 電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。また、アフターサービスもできません。
 ※:おおよその数値です。

家庭用品品質表示法に基づく省エネ関連表示

	SR-M10B	SR-M18B
最大炊飯容量(L)	1.0	1.8
区分名	B	D
蒸発水量(g)	16.2	13.9
年間消費電力量(kWh/年)	78.0	123
1回当たりの炊飯時消費電力量 ^{*1} (Wh)	158	217
1時間当たりの保温時消費電力量 ^{*2} (Wh)	13.9	18.2
1時間当たりのタイマー予約時消費電力量(Wh)	0.74	0.84
1時間当たりの待機時消費電力量(Wh)	0.68	0.80

●実際にお使いになるときの消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用コース、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。
 ●年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいています)
 ●蒸発水量は、1回当たりの炊飯時に炊飯器機体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。
 ※1:工場出荷時の「エコ炊飯」での電力量です。
 ※2:工場出荷時の保温設定での電力量です。

別売品(内釜)

内釜のご購入は……

販売店やパナソニックの家電製品直販サイトでお買い求めいただけます。
 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/>

■内釜

品番: ARE50-N65(SR-M10B)
ARE50-N64(SR-M18B)

保証とアフターサービス よくお読みください

使いかた・お手入れ・修理などは
■まず、お買い上げの販売店へご相談ください
 ▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名			
電話	()	-	
お買い上げ日	年	月	日

修理を依頼されるときは
 「こんなときは」「こんな表示が出たら」「故障かな?」
 (28～37ページ)でご確認のあと、直らないときは、まず電源プラグを抜いて、お買い上げ日と下の内容をご連絡ください。

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

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

保証期間: 本体お買い上げ日から
 ●本体1年間
 ●内釜内面フッ素加工3年間



※ただし、次の場合は保証期間内でも「有料」とさせていただきます。
 ●一般家庭用以外に使用したとき
 ●取扱説明書に記載した用途以外に使用したとき
 ●取扱説明書の記載事項を守らなかったとき

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

※修理料金は、次の内容で構成されています。
 [技術料] 診断・修理・調整・点検などの費用
 [部品代] 部品および補助材料代
 [出張料] 技術者を派遣する費用

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

■転居や贈答品などでお困りの場合は、裏表紙のお問い合わせ窓口にご連絡ください。

PSCマーク、SGマークを取得しています。



PSCマーク

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



SGマーク

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

お問い合わせ窓口

サポート総合窓口

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



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 パナは ロクキューヨン
0120-878-694 受付時間 9:00~18:00 月~土曜日 (祝日・正月三が日を除く)

■上記電話番号をご利用 06-6907-1187
 いただけない場合
 ■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)



修理に関するご相談窓口

フリーダイヤル パナは イイヨ
0120-878-554

■上記電話番号をご利用 03-6633-6700
 いただけない場合

<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に発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

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/>

●炊飯器背面のQRコードから登録していただく、品番や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。

愛情点検

長年ご使用の可変圧力IHジャー炊飯器の点検を!

こんな症状はありませんか

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

ご使用中止

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

パナソニック株式会社 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

RZ19-N651
E0724K10524