



**ORIGINAL
BASIC**

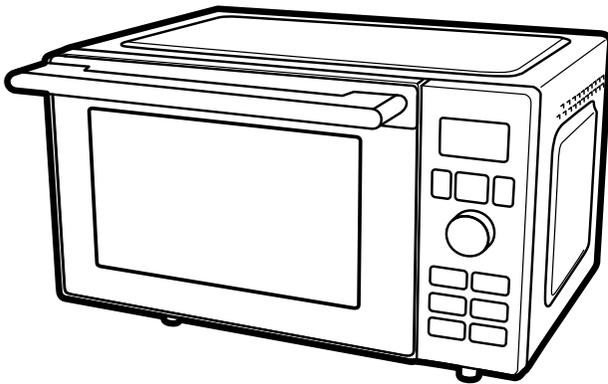
家庭用

日本国内専用
Use only in Japan

オーブンレンジ
OB-OR181

取扱説明書

保証書



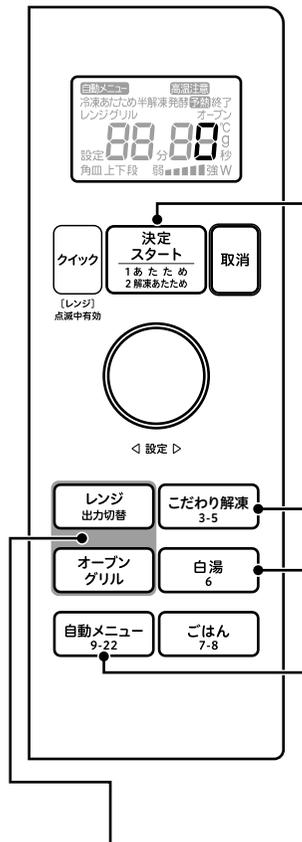
— もくじ —

お使いになる前に	2
本機でできること	2
知っておいていただきたいこと	3
安全上のご注意.....	4
各部のなまえ.....	10
据え付けの確認.....	12
庫内を空焼きする	13
加熱のしくみ.....	13
使いかた	14
使える容器・使えない容器.....	14
オートであたためる	15
解凍する	18
ミネラルウォーターで白湯をつくる.....	20
ごはんをあたためる	21
飲み物をあたためる	22
野菜を加熱する(ゆでる).....	24
調理する	26
お料理メニューのレシピ.....	27
マニュアルであたためる.....	29
グリルで調理する	30
オープン・発酵で調理する.....	31
加熱時間のめやす	33
消音モード.....	35
チャイルドロック	35
長くご愛用いただくために	36
お手入れのしかた	36
あたため・解凍・調理が うまくできないときは.....	38
故障かなと思ったら	40
部品・消耗品.....	41
仕様	42
保証とアフターサービス.....	43
保証書	44

このたびは本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。
この製品を安全に正しくお使いいただくために、お使いになる前に
この取扱説明書をよくお読みになり十分に理解してください。
お読みになった後は、お手元に置いて保管してお使いください。
この取扱説明書の内容は改善のため、予告なく変更することがあります。

本機でできること

食材をあたためるだけでなく、グリル・オープン機能により焼き上げる調理も可能です。



オートであたためる／オートで調理する **自動メニュー**

出力(W) / 温度と時間を設定せずにあたためや解凍、調理を行います。レンジ加熱では、本体内部の湿度センサーで加熱時間を調節します。

▶ おかず・お弁当(常温・冷蔵) **15 ページ** 湿度センサー作動

決定スタート を1回押す
1 あたため
2 解凍あたため

▶ ごはん **21 ページ** 湿度センサー作動

ごはん 7-8 を押し、冷凍ごはんは「7：冷凍ごはん」、ごはんは「8：ごはん」を選ぶ

▶ おかず(冷凍) **17 ページ** 湿度センサー作動

決定スタート を2回押す
1 あたため
2 解凍あたため

▶ 飲み物(牛乳) **22 ページ**

自動メニュー 9-22 を押し、「9-1：飲み物1杯」、「9-2：飲み物2杯」を選ぶ

▶ こだわり解凍 **18 ページ**

こだわり解凍 3-5 を押し、ひき肉／薄切り肉は「3」、肉／魚は「4」、刺身は「5」を選ぶ

▶ 根菜・葉果菜

24 ページ 25 ページ 湿度センサー作動
自動メニュー 9-22 を押し、根菜は「10」、葉果菜は「11」を選ぶ

▶ 白湯 **20 ページ**

白湯 6 を押し

マニュアルであたためる(レンジ) **29 ページ**

お好みの出力(W)と時間を設定して、あたためや解凍を行います。

出力900/600/500/200/100 Wから選びます。

簡単レンジモード **30 ページ**

設定ダイヤルを回して時間を設定するだけであたためをスタートします。

グリル・オープン・発酵調理 **30 ページ 31 ページ**

お好みの温度と時間を設定して、焼き調理、発酵調理を行います。

▶ お料理メニュー **26 ページ**

自動メニュー 9-22 を押し、メニュー番号を選ぶ

- | | |
|-------------|------------|
| 12 パスタ | 18 塩ざけ・塩さば |
| 13 マグカップスープ | 19 ハンバーグ |
| 14 肉じゃが | 20 から揚げ |
| 15 惣菜あたため | 21 焼きいも |
| 16 トースト | 22 プリン |
| 17 冷凍トースト | |

▶ クイック機能 **18 ページ 29 ページ**

加熱時間を短縮できる機能です。自動メニューのこだわり解凍機能 **18 ページ** とマニュアルのレンジ加熱* (500 W/600 Wのみ) **29 ページ** で使えます。

クイック を押し、**こだわり解凍 3-5** または **レンジ 出力切替** を選ぶ
(レンジ) 点滅中有効

おしらせ

- 加熱開始後に「クイック」ボタンを押すことでもこの機能を使えます。

*本体の状況や使用条件により、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。

| 知っておいていただきたいこと

安全に長くお使いいただくために

庫内やドア内側に食品くずなどの異物や汚れが付いたまま加熱すると、火花(スパーク)が発生し、発火の原因になります。

▶「お手入れのしかた」36ページ

上手な冷凍のしかた

▶ 新鮮なうちに小分けして冷凍する

1回分ずつ(100～300g)に分け、均等な厚さ(約2cm)になるように平らな形にまとめます。厚さを均等にすると、あたたまり具合にムラが出にくくなります。

▶ ラップなどで密封する

酸化や乾燥を防ぐために、空気が入らないよう、ピッタリと密封してください。

ファンの動作について

繰り返して加熱した後や《取消》ボタンを押したとき、本体内部の冷却のため、ファンが回転することがありますが、故障ではありません。ファンの動作中は電源プラグを抜かないでください。ファンの動作中でも食品の取り出しや続けて加熱することができます。

自動電源オフ(省エネ機能)

「」が表示された状態で5分以上操作しなかったとき、自動で電源が切れ、「」表示が消えます。ドアを開けると電源が入り、「」が表示されます。



ご注意

- ドアを閉めた状態のとき、電源プラグを差し込んだだけでは電源は入りません。

加熱中にドアを開けると

加熱を一時停止します。ドアを閉め、《決定/スタート》ボタンを押すと再スタートします。

レンジ加熱について

▶ レンジ加熱でラップをかけるときは

ラップは軽くかけ、密閉容器のふたは外してください。湿度センサーが食品の蒸気を検知して加熱を終了させます。ラップをきつくかけたり、密閉容器のふたを外さずに加熱すると、蒸気を検知できず、加熱しすぎる場合があります。

ご注意

- 湿度センサーが作動するメニューを連続で使用すると、庫内の水蒸気の影響で、センサーが正しく作動しないことがあります。時間をあけて使用するか、レンジモード(マニュアル)を使用してください。

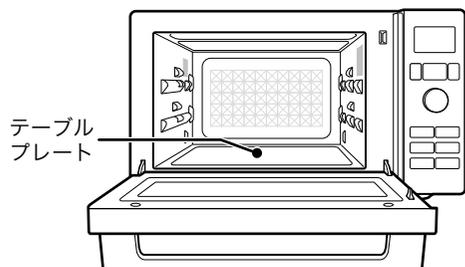
▶ 900Wでの加熱時間について

安全上、『レンジモード(マニュアル)の900W』、『900Wで加熱するクイック機能』や『一部の自動メニュー』の合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は以下のように動作が制限されます。

- レンジモード(マニュアル)で900Wが表示されない
 - 《クイック》ボタンの後に《レンジ出力切替》ボタンを押すと「ピピッ」と音が鳴り、出力が選べない
- その場合は、レンジモード(マニュアル)の500Wまたは600Wで加熱してください。

テーブルプレートについて

- 調理中や調理後しばらくは高温になっています。手を触れるとやけどのおそれ、熱に弱い容器を置くと溶けるおそれがあります。
- テーブルプレートは急冷や衝撃を与えると割れることがあります。



お使いになる前に

安全上のご注意

— 必ずお守りください —

ここに示した注意事項は、お使いになるかたや他のかたへの危害と財産への損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために重要な内容を記載しています。お使いになる前によくお読みになり、記載事項を必ずお守りください。

表示の説明



危険 取り扱いを誤った場合、死亡または重傷を負う可能性が特に高い内容です。



警告 取り扱いを誤った場合、死亡または重傷を負う可能性が想定される内容です。



注意 取り扱いを誤った場合、傷害を負う、または物的損害が発生することが想定される内容です。

図記号の説明



禁止(してはいけない内容)を示します。



強制(実行しなくてはならない内容)を示します。

危険



分解禁止

分解・修理や改造を絶対に行わない

発火・感電・けがの原因になります。修理は、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターにご相談ください。



接触禁止

本体のすき間・開口部に指や物を入れない

火災・感電・けがの原因になります。異物が本体に入った場合はすぐに使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターに点検・修理を依頼してください。

警告

本製品の取り扱いについて



禁止

子どもや操作に不慣れなかただけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わないやけど・感電・けがの原因になります。操作できる人が必ず付き添ってください。



水ぬれ禁止

本体を水に浸けたり、本体や操作部に水をかけたりしない

感電・ショートによる発火の原因になります。



食品分量・容器など本書記載の内容に従って調理する

発火・火災の原因になります。



禁止

屋外で使用しない

雨水のかかる場所で使用すると、漏電・感電の原因になります。



調理を中止するときは《取消》ボタンを押す

先に電源プラグを抜くと、火災・感電の原因になります。



製品に異常が発生した場合は、すぐに使用を中止する

製品に異常が発生したまま使用を続けると、発煙・感電・漏電・ショートによる発火・けがなどの原因になります。

<異常・故障例>

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる
- スタートボタンを押しても加熱されない
- 自動的に切れないことがある
- 焦げくさいにおいが出たり、異常な音や火花(スパーク)がでる
- ドアに著しいガタや変形がある
- 触ると電気を感じる など

上記のような場合は、すぐに使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターに点検・修理を依頼してください。



禁止

調理以外の用途では使用しない

故障・やけど・けが・火災の原因になります。市販のレンジ加熱用のゆたんぼ・ほ乳瓶(消毒ケース)・玩具などは加熱しないでください。

 **警告**

本製品の取り扱いについて (つづき)



カーテンなど可燃物の近くで使わない
火災の原因になります。



角皿に油を入れて使わない
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破裂の原因になります。

電源コード・電源プラグについて



ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない
感電・けがの原因になります。



電源コード・電源プラグを破損するようなことはしない

電源コードや電源プラグを以下のような状態で使うと、感電・ショートによる発火・火災の原因になります。
傷つける、加工する、無理に曲げる、高温部に近づける、ねじる、引っ張る、重い物を載せる、挟み込む など



禁止

電源コードが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない
感電・ショートによる発火の原因になります。



電源プラグは根元まで確実に差し込む
差し込みが不完全だと、感電や発熱による火災の原因になります。



プラグを抜く

電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず電源プラグを持って引き抜く

感電やショートによる発火の原因になります。



電源プラグの刃および刃の取り付け面に付着したほこりはふき取る
ほこりが付着していると、火災・感電の原因になります。



プラグを抜く

お手入れをするときは必ず電源プラグをコンセントから抜く

やけど・感電・けがの原因になります。



禁止

電源プラグをなめさせない
感電・けがの原因になります。特に乳幼児には触れさせないように注意してください。



プラグを抜く

長期間使用しないときは電源プラグをコンセントから抜く

絶縁劣化による感電・漏電・火災の原因になります。



電源は交流100 Vで、定格15 A以上のコンセントを単独で使用する

交流100 V以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使うと、火災・感電・故障の原因になります。延長コードを使用したり、たこ足配線などで定格を超えると、異常発熱し、発火の原因になります。



水ぬれ禁止

電源コード・電源プラグを水につけたり、水をかけたりしない

感電・ショートによる発火の原因になります。



禁止

電源コードを束ねて使わない
熱の逃げ場がなくなって高温になり、ショートによる発火の原因になります。



禁止

電源コードは排気口などの高温部に近づけない

電源コードを傷める原因になります。

お使いになる前に



警告

食品のレンジ加熱について



禁止

市販のレンジ加熱用金属製調理器具は使用しない

テーブルプレートの破損や故障の原因になります。



禁止

食品を加熱しすぎない

食品の分量に対して、加熱時間が長いと、発煙・発火・火災・やけどの原因となります。

- レンジモード(マニュアル)で加熱するときは、設定する時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する。
- 少量(100g未満)の食品は自動メニューで加熱しない。
- 自動メニューで加熱するときは、分量・容器・ラップのかけかたなど本書記載の内容に従う。



レンジモード(マニュアル)で加熱するとき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、やけどの原因になります。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、煙が出たり、発火したりすることがあります。



殻や膜のある食品は、割れ目や切れ目を入れてから加熱する

破裂して、やけど・けがの原因になります。



卵を加熱する場合は溶きほぐしてから加熱する



禁止

生卵やゆで卵(殻つき・殻なし)、目玉焼きは加熱しない

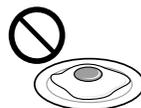
卵が破裂してテーブルプレートが破損するおそれがあり、やけど・けが・故障の原因になります。



生卵



ゆで卵



黄身や目玉焼き



禁止

次のような状態のまま加熱しない

やけど・けが・火災の原因になります。

- 鮮度保持剤(脱酸素剤など)を入れた状態
 - 包装や食品にラベルやテープを貼った状態
 - びんや容器にふたや栓などをした状態
 - 缶詰の缶のままの状態
 - 市販のレトルト食品の袋のままの状態
- 鮮度保持剤を取り出し、ラベルやテープを剥がし、蓋や栓をはずし、缶詰などは別の容器に移しかえて加熱してください。

液体のレンジ加熱について



禁止

液体を加熱しすぎない

加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

- 飲み物(水・牛乳・コーヒーなど)
 - とろみのある物(カレー・シチューなど)
 - 油脂分の多い物(生クリーム・バターなど)
- 加熱しすぎた場合は、1～2分程度庫内で冷ましてから取り出してください。



禁止

加熱直後は上からのぞき込まない

突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。



禁止

加熱直後はインスタントコーヒーなどの粉末や、ミルクなどの液体を入れない

突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。



禁止

《あたため》で飲み物や汁物などを加熱しない

加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

- 水(白湯)は自動メニューの《白湯》、牛乳は自動メニューの《飲み物》、それ以外はレンジモード(マニュアル)で加熱する。
- 加熱後に追加で加熱するときは、レンジモード(マニュアル)の500W以下で様子を見ながら加熱してください。



飲み物をあたためるときは、背の低い広口の容器を使用する

背の高い細口の容器を使用すると、加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。



加熱前によくかき混ぜる

加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

警告

アース線について



アースを確実に取り付ける

感電・漏電の原因になります。

- アース線をアース端子に接続してください。

▶「アース線の取り付けについて」12ページ

- ガス管や水道管、電話や避雷針のアース線には絶対に接続しないでください。法令で禁止されています。

- アース端子がない場合や、湿気の多いところや水気のある場所で使用する場合は、アース接地工事（「電気工事士」の有資格者による接地工事）を行ってください。工事はお買い上げの販売店にご相談ください。（本体の価格には、工事費は含まれていません。）

注意

設置に関する注意事項



不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使わない

転倒によるけが・故障や火災の原因になります。以下のような物の上では使わないでください。毛足の長いじゅうたん・ふとん・プラスチック樹脂など



コンセントが排気口近くになる場所に置かない

コンセントが排気口付近にあると、蒸気により結露し、漏電の原因になります。コンセントよりも高い位置に本体を据え付けてください。



水のかかる恐れのある場所や湿気の多い場所では使わない

故障・感電の原因になります。



直射日光が当たるところでは使用しない

変色の原因になります。



水平で丈夫な場所に据え付ける

不安定な場所は、騒音・振動・本体落下の原因になり、けがをするおそれがあります。

また、庫内の食品が見えにくい高さの位置には設置しないでください。



炊飯器やポットなどの蒸気がかかる場所に置かない

故障の原因になります。



本体と壁の距離は下表以上の距離を確保する

場所	上面	左側	右側	前面	背面	下面
離隔距離 (cm)	15	10	10	開放	10	0

壁面がガラスの場合、温度差で割れるおそれがあるので、20 cm以上あけてください。

上記の記載寸法を離しても、調理中の油や湯気が排気に混じり、排気口付近の壁が汚れることがあります。壁の汚れが気になる際は壁面にアルミホイルなどを貼ってください。（製品には貼らないでください。）



ガスコンロなどの火気の近くには置かない

感電・漏電・火災の原因になります。



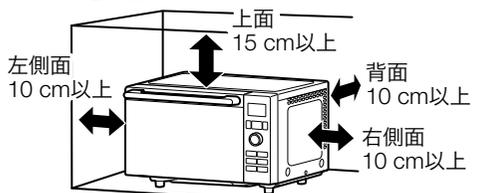
熱に弱い壁や家具の近くで使わない

蒸気や熱で、傷み・変色・変形の原因になります。



本体の上にものを置いたり、布などをかぶせたりしない。上面を覆うような設置はしない

置いたものが過熱し、変形・焦げ・発火・火災の原因になります。製品のまわりにすき間があっても、上面は開放してください。



左右いずれか1面を開放

注意

使用上の注意事項



ドアに物を挟んだまま調理しない
電波もれや熱もれによる傷害・やけど・発火・火災の原因になります。



ドアガラスやテーブルプレートの割れ防止のため、以下のような使いかたはしない
ガラスが割れて、けがの原因になります。傷がついてもすぐに割れず、使用中や使用後の熱膨張・熱収縮により割れることがあります。

- 局部的に熱を加えない、直火をあてない
- 落としたり、強い衝撃を与えない
- 急激に冷やさない
- 傷をつけない(みがき粉・金属タワシなどでお手入れしない)



お手入れは冷えてから行う
高温部に触れ、やけどの原因になります。



庫内(壁面など)に食品くずがついたまま調理しない
発火・火災の原因になります。



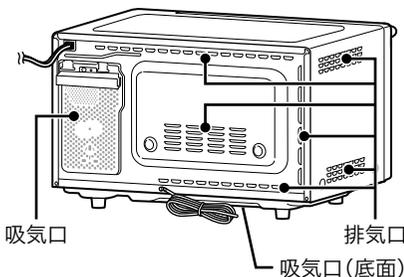
本体が転倒・落下した場合は、そのまま使用しない
電波もれや熱もれ・感電・やけどの原因になります。電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターに点検・修理を依頼してください。



本体に水をかけない
故障・感電の原因になります。誤って水などをこぼした場合は、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターに点検・修理を依頼してください。



吸気口・排気口をふさがない
故障・火災の原因になります。ほこりなどがたまるないように定期的にお手入れしてください。また、布や紙の上に本体を置かないでください。



ドアを開けるときの庫内をのぞき込まない
熱気や水蒸気などによるやけどのおそれがあります。



ドアに無理な力を加えたり、本体にのったりしない
ドアがガタつき、電波もれや熱もれによる傷害・やけどの原因になります。またドアを開けた状態でドアに力を加えると、庫内の食品や本体が転倒・落下してやけどやけがの原因になります。



ヒーターを使う調理中・調理後は高温になっているため、本体・排気口・ドア・庫内などに直接触れない
やけど・けがの原因になります。特に本体や角皿は高温になります。



ドアの開閉時に指などはさまないよう注意する
けがの原因になります。



食品や容器・角皿を取り出すときは必ずミトンなどをはめる
直接触れると、やけど・けがの原因になります。濡れたふきんなどは熱が伝わりやすいため使わないでください。



庫内で食品が燃え出したときはドアを開けない
勢いよく燃えるおそれがあります。

1. すぐに《取消》ボタンを押し、運転を止め、電源プラグを抜く
2. 燃えやすい物を本体から遠ざけ、鎮火するまで待ち、火の勢いがなかなか衰えないときは、水か消火器で消す

鎮火後、そのまま使用せず、お買い上げの販売店またはシロカサポートセンターに点検・修理を依頼してください。



落雷のおそれがあるときは、電源プラグをコンセントから抜く
故障の原因になります。

⚠ 注意

レンジ加熱における注意事項

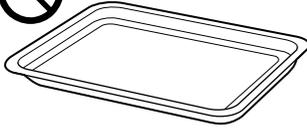


禁止

レンジ加熱のとき、付属の角皿や金属製の次の物は使用しない

火花(スパーク)で故障・発火・テーブルプレート破損の原因になります。また、火花(スパーク)が出てもすぐには割れず、その後のご使用中またはご使用後(放置時)の熱膨張・熱収縮により割れることがあります。

- 金ぐしや金属の調理用具
- アルミ箔
- 金属・ホーローの鍋・ふた
- アルミなどで表面加工されたプラスチック容器
- 市販のレンジ加熱用金属製調理器具



禁止

庫内に食品を入れない状態でレンジ加熱しない

故障・発火の原因になります。



乳幼児用ミルク・ベビーフード・介護食などをあたためるときは、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱する

やけどの原因になります。



市販のベビーフードは、別の容器に移しかえて加熱する

やけど・けがの原因になります。



ラップなどのおおいは、ゆっくりと剥がす

蒸気が一気に出てやけどの原因になります。

オーブン加熱における注意事項



禁止

必要以上にオーブン加熱しない

過熱により、発火する原因になります。調理時間は短めに合わせて、でき具合を見ながら調理してください。



禁止

調理後の角皿は本体や熱に弱い物の上に置かない

変形・焦げの原因になります。



禁止

調理後の角皿を急激に冷やさない

角皿がゆがむ原因になります。



本書記載のレシピ以外をグリル・オーブン加熱で調理するときは、様子を見ながら加熱する

類似メニューの温度や時間を参考にしてください。



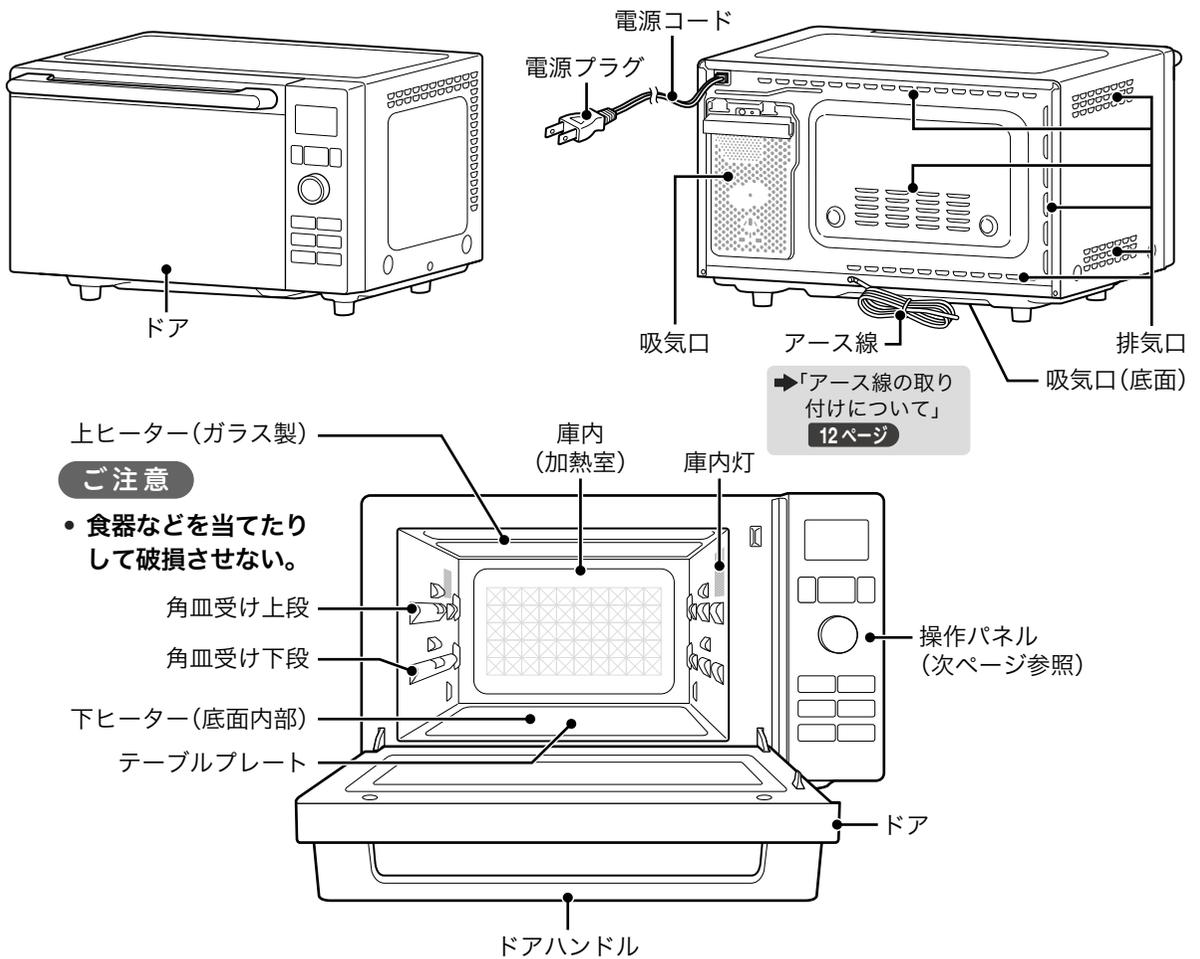
オーブン加熱の際は耐熱容器を使う

紙・プラスチック製など熱に弱い容器は使わないでください。また、ラップなど耐熱性のない素材を庫内に入れないでください。発火の原因になります。

お願い

- 本体はラジオ・テレビ・無線機器(無線LAN機器・Bluetooth対応機器・2.4 GHz帯の電波を使用する機器)やアンテナ線などから4 m以上離してください。雑音や映像の乱れ、通信エラーの原因になります。
- 医療用ペースメーカーをお使いのかたは、本製品を使用する際には専門医師とよくご相談の上、使用してください。

各部のなまえ

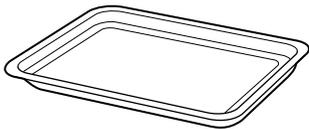


ご注意

- 食器などを当てたりして破損させない。

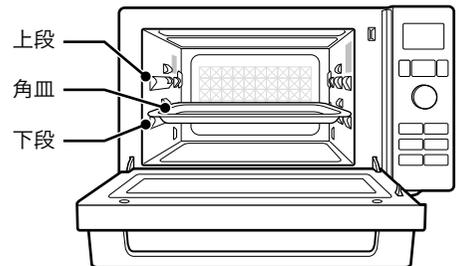
付属品

▶ 角皿



角皿の使いかた

角皿はグリル・オーブン調理で使用します。上段または下段にセットできます。



ご注意

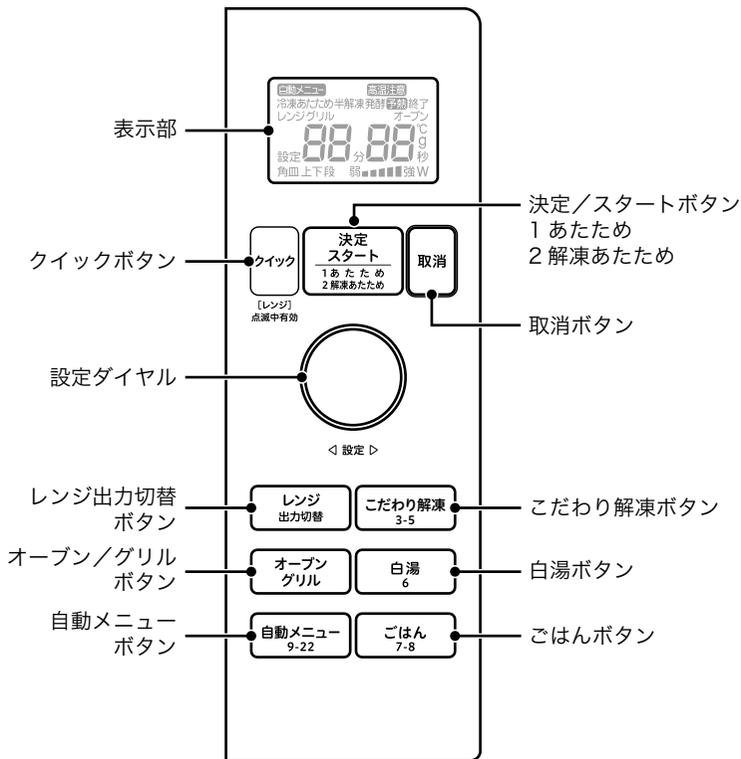
- 角皿はレンジ加熱を行う自動メニューやレンジモード(マニュアル)で使用しないでください。
火花(スパーク)が出て、故障・発火の原因になります。



レンジ加熱では絶対に使わない



操作部



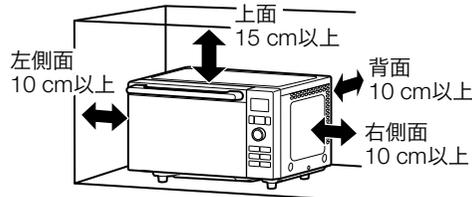
名称	説明
表示部	メニュー番号・加熱時間・出力・加熱温度・解凍時の重量などが表示されます。
クイックボタン	加熱時間を短縮できます。 自動メニューのこだわり解凍機能 18ページ とマニュアルのレンジ加熱(500 W/600 Wのみ) 29ページ で使えます。
設定ダイヤル	<ul style="list-style-type: none"> 自動メニューの番号選択・加熱時間・加熱温度・加熱後の追加加熱時間・解凍時の重量・仕上がりの強弱を設定します。 調理やあたためを行っていない状態で設定ダイヤルを回すと、簡単レンジモードになります。 30ページ
レンジ出力切替ボタン	レンジモード(マニュアル)の出力を切り替えます。
オープン/グリルボタン	「グリル」・「オープン」・「オープン(予熱あり)」のモードを切り替えます。
自動メニューボタン	自動メニューモードに切り替えます。
決定/スタートボタン 1 あたため 2 解凍あたため	<ul style="list-style-type: none"> ボタンを1回押すとあたため、2回押すと解凍あたためが始まります。 自動メニュー・レンジモード(マニュアル)などの運転をスタートするときに押します。 設定した内容を決定するときに押します。
取消ボタン	ボタンを押し間違えたときや、あたためを中止するときに押します。
こだわり解凍ボタン	解凍モードを切り替えます。
白湯ボタン	ミネラルウォーターで白湯を作るときに押します。
ごはんボタン	「7冷凍ごはん」・「8ごはん」のあたためモードを切り替えます。

据え付けの確認

設置場所について

火災を防ぐために、壁や家具など周囲の可燃物から下図の距離を離して設置してください。

→「設置に関する注意事項」[7ページ](#)



左右いずれか1面を開放

重要

樹脂製の、熱に弱い壁や家具などの場合は、さらに距離を離す。

不安定な場所や熱に弱い物の上、近くでは使わない。

- じゅうたん・ふとん・畳・テーブルクロス・布・紙・プラスチックの置台・塗装を施してある台や家具の上や近く、カーテンなどの燃えやすい物のそばなどで使わないでください。変色・変形・火災の原因になります。
- 本体の下に布などがあると、ファンが動作したときに底面の吸気口をふさいで冷却できなくなり、故障の原因になります。
- 本製品を冷蔵庫・電子レンジ・オープンレンジなどの上に載せて使わないでください。

肩よりも高い位置に置いて使わない。

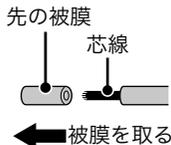
食品を取り出すときに不安定になり、けが・やけどの原因になります。

壁面がガラスの場合、20 cm以上あける。

温度差で割れる原因になります。

アース線の取り付けについて

▶ コンセントにアース端子がある場合



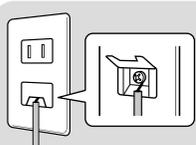
アース線先端の被膜を取ってください。このとき、芯線を傷つけないように注意してください。

アース端子の例



つまみタイプ

つまみを緩め、ねじ部分にアース線先端の芯線を巻きつけ、つまみを締めてください。



ふた付タイプ

ふたを開けてドライバーでねじを緩め、ねじ部分にアース線先端の芯線を巻きつけます。ドライバーでねじをしめ、ふたを閉めてください。

▶ コンセントにアース端子がない場合

アース接地工事(電気工事有資格者によるD種接地工事)を行ってください。工事はお買い上げの販売店にご相談ください。

次の場合は、感電事故を防止するため電気工事有資格者による、D種接地工事が法律で義務づけられています。

- 湿気の多い場所
水蒸気が充満する場所、土間・コンクリート床、酒・しょうゆなどを醸造または貯蔵する場所
- 水気のある場所(漏電遮断機の取り付けも義務付けられています)
水を取り扱う土間、洗い場など水気のある場所
地下室など常に水滴が漏出したり、結露する場所

庫内を空焼きする

お使いになる前に、庫内に付着している油を焼き切るために空焼きを行ってください。空焼きをすると調理中の煙やにおいが軽減されます。

ご注意

- 空焼きの加熱中や終了後しばらくは庫内・ドアに触らないでください。やけど・けがの原因になります。
- 油の焼けるにおいや煙が出ることもあるので、窓を開けるか、換気扇を回してください。煙やにおいに敏感な小鳥などは別の部屋に移してください。

お使いになる前に

1 庫内に何も入っていないことを確認して、ドアを閉める

- 梱包材などは必ず取り除いてください。角皿は入れないでください。

2 《オープン/グリル》ボタンを2回押し、設定ダイヤルを回して「200℃」に設定し、《決定/スタート》ボタンを押す



3 設定ダイヤルを回して「20分」に設定し、《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まり、残り時間が表示されます。



加熱のしくみ

加熱の種類	加熱のしくみ	角皿(付属品)の使用
レンジ	食品に含まれる水分子をマイクロ波(2.4GHz)で振動させることで加熱します。	×
グリル	上ヒーターで加熱します。高火力で短時間に焼き上げるため、表面に焼き目をつけたい調理に向いています。	○
オープン	上下のヒーターで庫内の温度を一定にキープしながら、じっくり加熱します。全体を均一に焼き上げる調理に向いています。	○

○使える容器・×使えない容器

ご注意

- ・プラスチック類は家庭用品品質表示法に基づく耐熱温度表示をご覧ください。
- ・材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。
- ・市販のレンジ加熱用金属製調理器具は使わないでください。故障の原因になります。

容器の種類	レンジ加熱	オープン/グリル
プラスチック容器・シリコン容器	<p>耐熱温度140℃以上のプラスチック容器・シリコン容器 ポリプロピレン製など</p> <p>○</p> <p>ただし、次のものは使えません。 ・油脂・糖分・塩分の多い食品、ケチャップなど(高温になるため) ・「電子レンジ使用可」表示のない容器 ・密閉性の高いふた・熱に弱いふた</p>	<p>× 「オープン・トースター・グリル使用可」の表示のあるものは使えません。</p>
	<p>その他のプラスチック容器</p> <p>×</p> <p>耐熱温度が140℃未満のもの(ポリエチレン・スチロール樹脂など)や、耐熱温度が高くても電波で変形するもの(メラミン・フェノール・ユリア樹脂・アルミなどで表面加工した樹脂など)は使えません。</p>	<p>×</p>
陶器・磁器	<p>耐熱性のある陶器・磁器 ココット皿・グラタン皿など</p> <p>○</p>	<p>○</p>
	<p>日常使っている陶器・磁器 茶碗、皿など</p> <p>○</p> <p>ただし、次のものは使えません。 容器を傷めたり、火花(スパーク)が出ることがあります。 ・金・銀を使った容器 ・色絵が付いた容器・ひび模様のある容器</p>	<p>×</p>
ガラス容器	<p>耐熱性のあるガラス容器</p> <p>○</p> <p>ただし、加熱後に急冷すると割れることがあります。</p>	<p>○</p>
	<p>耐熱性のないガラス容器 強化ガラス・クリスタルガラス・カットグラスなど</p> <p>×</p>	<p>×</p>
その他	<p>ラップ類 耐熱温度が140℃以上のもの</p> <p>○</p> <p>ただし、砂糖・バター・油を使った料理は高温になり、ラップが溶けるため使えません。</p>	<p>×</p>
	<p>アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器・アルミ箔</p> <p>×</p> <p>電波を反射するため使えません。 庫内壁面・ドア・テーブルプレートに触れると火花(スパーク)が出て、破損や故障の原因になります。</p>	<p>○</p>
	<p>竹・木・藤・紙・ニス塗り・漆塗り容器など</p> <p>×</p> <p>焦げたり、塗りがはげたり、ひび割れすることがあるため使えません。 特に針金を使っているものは燃えやすくなります。</p>	<p>×</p> <p>オープンシートは使用できます。</p>

オートであたためる

警告

※
スタート
1.あたため

であたためるときは



- 100 g未満の食品を加熱しない
発煙・発火の原因になります。レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。➡ 29ページ



- 飲みものは加熱しない
- 水分の少ないもの、乾燥したもの、弾けやすい食材の入ったものは加熱しない
発煙・発火・突沸の原因になります。

自動あたためモード

決定
スタート
1.あたため

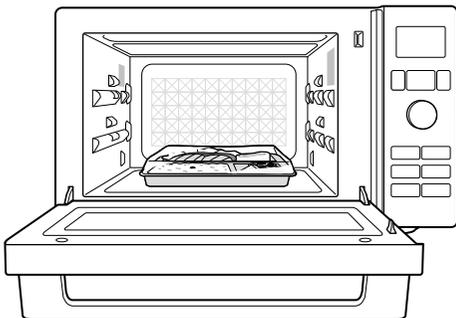
自動メニュー 1: あたため

常温・冷蔵のお弁当やお惣菜、ご家庭で調理した食品(おかずなど)を自動であたためます。

- 1回分の量のめやす:
1～2人分(100～300 g)
お弁当は1個
- 食品の温度のめやす:
常温は約20℃、冷蔵は0～10℃

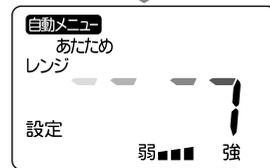
1 食品を入れる

- 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。食品によりラップをします。
- ➡ 「使える容器・使えない容器」 14ページ
- ➡ 「常温・冷蔵保存した食品のあたため」 16ページ
- ➡ 「レンジ加熱でラップをかけるときは」 3ページ



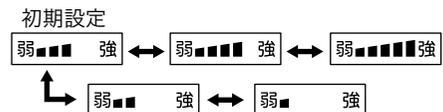
2 《決定/スタート》ボタンを1回押す

- 約2秒後に加熱が始まります。



仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



使
い
か
た

3 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分)
別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

あたためられるお弁当

コンビニエンスストアやスーパーマーケットで売られている、「レンジ加熱」の表記のあるお弁当

おしらせ

- お弁当の種類によって、あたためる具合が異なります。
- 揚げものは熱めに、厚みのある食品はぬるめになることがあります。
- 漬けものなどもあたためられます。

常温・冷蔵保存した食品のあたため

▶ お弁当

ラップなし

しょうゆやマヨネーズなどの調味料を必ず取り外し、包装をはずさずに1個ずつあたためます。卵は取り除いてください。

▶ 野菜の煮物・おでん

ラップなし

卵は取り除いてください。容器に入れて、煮汁をかけます。

▶ 煮魚

ラップあり

容器に入れて、煮汁をかけます。煮魚は身が飛び散ることがあるので、深めの皿に入れ、ラップをしてください。

▶ カレー・シチュー

ラップあり

エビやイカ、丸ごとのマッシュルームは飛び散ることがあるので、ラップをしてください。加熱後はよくかき混ぜてください。

ご注意

次の食品は自動メニュー《1あたため》であためないでください。

- 肉まん・あんまんなどあん入りの食品
- みそ汁・スープなどの汁物
- 「レンジ加熱」の表記のないお弁当
- 薄く小さく切った野菜
(ミックスベジタブルなど)

レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。

➡「マニュアルであたためる」29ページ

容器は、陶磁器や耐熱性のある容器をご使用ください。漆器や耐熱性のない容器は使えません。

➡「使える容器・使えない容器」14ページ

解凍あたためモード



自動メニュー 2：解凍あたため

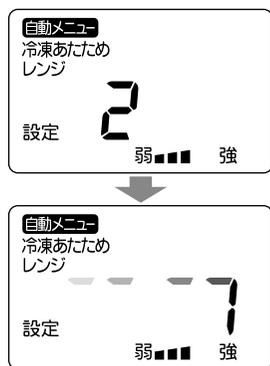
低出力で解凍、徐々に出力を上げて加熱し、湿度センサーで加熱時間を調節することで、加熱ムラを抑えます。いろいろな食材の入った冷凍のお弁当や冷凍パスタのあたために適しています。

1 食品を入れる

- 冷凍庫から出した食品を、量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。
- ➔「使える容器・使えない容器」14ページ
- ➔「レンジ加熱でラップをかけるときは」3ページ

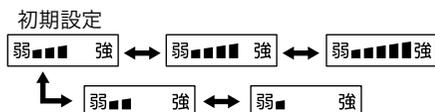
2 《決定/スタート》ボタンを2回押す

- 約2秒後に加熱が始まります。



仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



加熱途中で残り時間の表示に変わります。

3 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分)別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

次の食品は自動メニュー《2解凍あたため》であたためないでください。

- 肉まん・あんまんなどあん入りの食品
- 薄く小さく切った野菜(ミックスベジタブルなど)

レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。➔「マニュアルであたためる」

29ページ

食材別冷凍のしかた

▶ 野菜

かためにゆで、水気をよく切って1回分(100～200g)ずつ冷凍します。

▶ カレーなど

カレーなどは100～300gずつに分け、薄く(厚さ2～3cm)平らにして冷凍します。

使
い
か
た

解凍する

こだわり解凍
3-5

自動メニュー 3：ひき肉／薄切り肉

自動メニュー 4：肉／魚

自動メニュー 5：刺身

冷凍庫で保存していた肉や魚などを解凍または半解凍します。

半解凍は、中心が軽く凍った程度に解凍します。加熱後、3～5分放置して自然解凍します。

大きさのめやす

- ひき肉／薄切り肉：厚さ約2 cm、分量100～500 g
- 肉／魚：厚さ2～3 cm、分量100～500 g
- 刺身：ブロック(さく)のもの、厚さ2.5～4.5 cm、分量100～500 g



ご注意

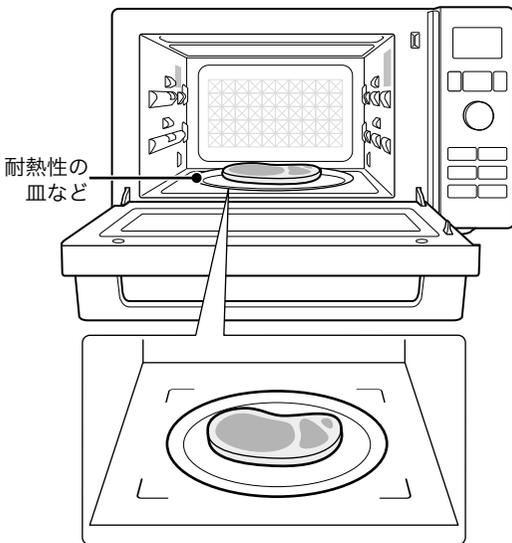
次のような食品は、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。

- 分量が100 g未満の食品
- 冷凍庫から出してしばらく時間のたった食品
- 溶けかけている食品

1 食品を入れる

- 冷凍庫から取り出した食品を量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。ラップなどの包装は外してください。発泡スチロールのトレーも使えますが、耐熱性の皿より加熱されやすいため、部分的に煮えたりすることがあります。

▶「使える容器・使えない容器」14ページ



2 《クイック》ボタンを押す

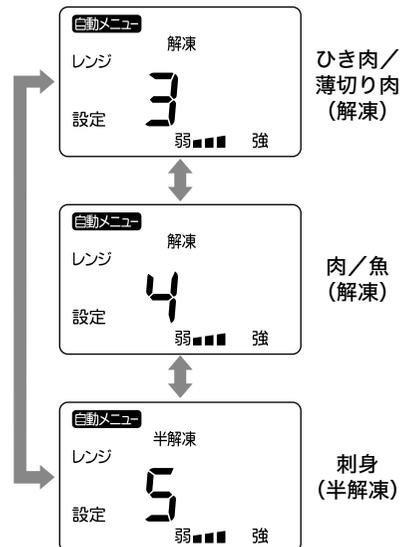
(クイック機能を使うとき)

- [レンジ]が点滅します。



3 《こだわり解凍》ボタンを押し、設定ダイヤルを回してメニュー番号(3, 4, 5)を選択し、《決定/スタート》ボタンを押す

- 設定ダイヤルを回すとメニューが以下の順に切り替わります。
- メニューは《こだわり解凍》ボタンを繰り返し押ししても選択できます。



4 設定ダイヤルを回して重量を合わせる

- 100～500 gまで、10 g単位で設定可能です。



ご注意

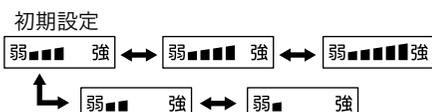
- 解凍モードは重量(g)の設定が必要です。必ず重量(g)を合わせてから《決定/スタート》ボタンを押してください。

5 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。
- 手順2で《クイック》ボタンを押した場合、[-- --]が表示されたあとに残り時間が表示されます。
- 手順2で《クイック》ボタンを押さなかった場合、[レンジ]が点滅している10秒以内に《クイック》ボタンを押すと、クイック機能により加熱時間を短縮できます。[-- --]が表示されたあとに残り時間が表示されます。

仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



ご注意

- 庫内が高温になっているときはスタートできません。《取消》ボタンを押してドアを開け、庫内が冷えるまでお待ちください。

6 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長30分) 別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

- 形状や肉質・冷凍状態・温度によっては部分的に煮えたり、固めになったり、凍った部分が残ったりすることがあります。

食材別冷凍のしかた

▶ 肉

ひき肉は約2 cmの厚さ、薄切り肉はなるべく重ならないようにラップで包み、密封できる保存袋に入れて冷凍します。



▶ 魚

水気をしっかり拭き取り、ラップで包み、密封できる保存袋に入れて冷凍します。

ミネラルウォーターで白湯をつくる

白湯
6

自動メニュー6：白湯

警告



・飲み物は加熱しすぎない(突沸に注意)

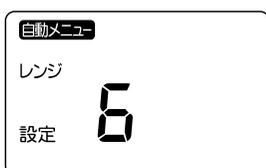
取り出すとき飲み物が突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

1 ミネラルウォーターを入れる

1杯分の分量：200 ml
加熱前の温度のためやす：20 °C前後

- ・ 広口で背の低い容器(コップ・マグカップなど)を使います。
 - ・ ラップはせず、庫内中央に置きます。
 - ・ 容器の7～8分目が適量です。
- ➔「使える容器・使えない容器」14ページ

2 《白湯》ボタンを押す



3 《決定/スタート》ボタンを押す

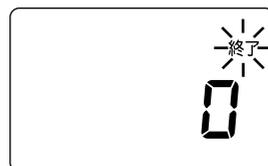
- ・ 加熱が始まり、残り時間が表示されます。

ご注意

- ・ 庫内が高温になっているときはスタートできません。《取消》ボタンを押してドアを開け、庫内が冷えるまでお待ちください。

- ・ 本機能は煮沸をせずに白湯をつくります。必ずミネラルウォーターをご使用ください。

4 ブザーが鳴ったら取り出す



- ・ 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

ご注意

- ・ 加熱前の水温や使用環境、容器により、できあがりまでの時間や温度は異なります。さらに加熱したい場合はレンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。
- ➔「マニュアルであたためる」

29ページ

ごはんをあたためる

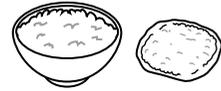
ごはん
7-8

自動メニュー7：冷凍ごはん

自動メニュー8：冷蔵ごはん

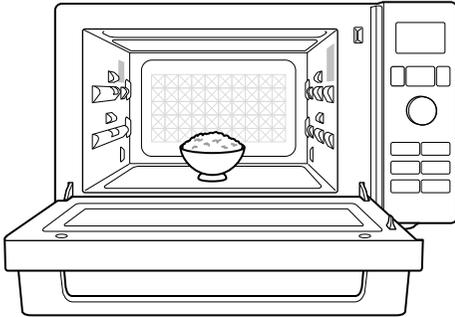
冷凍したごはん・常温/冷蔵のごはんをあたためます。

• 1膳分のめやす：150 g



1 ごはんを入れる

- 冷凍ごはん：ラップに包んだ冷凍ごはんは耐熱性の皿の上ののせます。
 - 常温・冷蔵ごはん：ラップはせず、しっかりとさせたいときは水を振ります。
 - 庫内中央に置きます。
- ➔「使える容器・使えない容器」14ページ



2 《ごはん》ボタンを押し、設定ダイヤルを回してメニュー番号を選択する

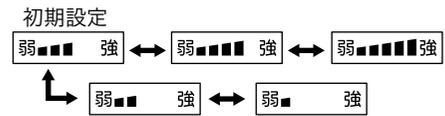
- 設定ダイヤルを回すとメニュー番号が切り替わります。
- メニューは《ごはん》ボタンを繰り返し押しでも選択できます。
- 冷凍ごはんは7、冷蔵ごはんは8を選択します。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。
- 加熱途中で残り時間の表示に変わります。

仕上がり調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



使いかた

4 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



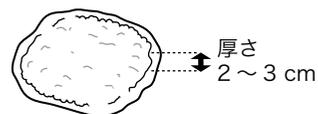
- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分) 別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ごはんの冷凍のしかた

温かいうちに茶わん1杯分(約150 g)を薄く(厚さ2~3 cm)平らにして包み、粗熱をとってから冷凍します。丸めたり、大量のごはんをひとまとめにすると、中まであたたまりにくくなります。



飲み物をあたためる

自動メニュー
9-22

自動メニュー 9：飲み物

コーヒー・お茶・水・みそ汁・スープなどの汁物はレンジモード(マニュアル)であたためます。

→「マニュアルであたためる」[29ページ](#)



警告



・飲み物は加熱しすぎない(突沸に注意)

取り出すとき飲み物が突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

加熱前、加熱後によくかき混ぜてください。

杯数に合わせたメニュー番号を選択して加熱してください。

1 飲み物を入れる

飲み物の種類	1杯分の分量	加熱前の温度のめやす
牛乳	200 ml	約10℃

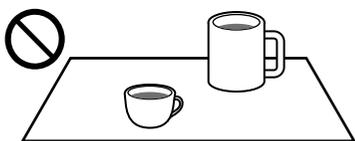
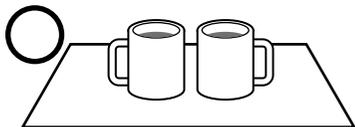
- ・ 広口で背の低い容器(コップ・マグカップなど)を使います。
- ・ ラップはせず、飲み物を庫内中央に置きます。
- ・ 容器の7～8分目が適量です。

→「使える容器・使えない容器」[14ページ](#)

ご注意

- ・ 飲み物を2杯あたためるときは、分量を揃えて、庫内中央に並べて置いてください。

飲み物の種類や量、容器が異なると、うまくあたまらないことがあります。



2 《自動メニュー》ボタンを押し、設定ダイヤルを回して、メニュー番号を選択する

- ・ 設定ダイヤルを回すと、メニュー番号が切り替わります。
- ・ 杯数に合わせてメニュー番号を選択してください。

メニュー	メニュー番号	分量
牛乳	9-1	1杯
	9-2	2杯

3 《決定/スタート》ボタンを押す

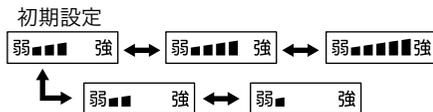
- 加熱が始まります。

ご注意

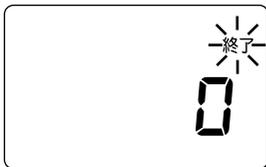
- 庫内が高温になっているときはスタートできません。《取消》ボタンを押してドアを開け、庫内が冷えるまでお待ちください。

仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



4 ブザーが鳴ったら取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分)
別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

野菜を加熱する(ゆでる)

自動メニュー
9-22

自動メニュー 10：根菜、11：葉果菜

野菜を加熱します。耐熱性の皿を使用してください。

- 1回分の量のめやす：根菜(100～400g)、葉果菜(100～300g)



根菜

水分が少ない野菜(にんにくなど)を加熱する場合は、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。

素材名	調理のコツ	ラップの有無
にんじん	1 cm幅に切り、皿に並べてラップをゆったりかける。	有
さつまいも	1 cm幅に切り水にさらす。水を切って皿に並べてラップをゆったりかける。	
里いも	皮をむいた里いもは、塩もみして水で洗い、ぬめりを取り、皿に並べてラップをゆったりかける。	
れんこん	1 cm幅に切り、酢水につけて水にさらす。水を切って皿に並べてラップをゆったりかける。	
じゃがいも	丸ごとのときは洗った水気を残し、皿の中央に置いてラップをゆったりかける。 切るときは皮付きのまま4等分に切って皿の中央に置いてラップをゆったりかける。	

1 野菜を入れる

- 庫内中央に置きます。
- ▶「使える容器・使えない容器」14ページ
- ▶「ラップをかけるときは」3ページ

2 《自動メニュー》ボタンを押し、設定ダイヤルを回して、メニュー番号10を選択する

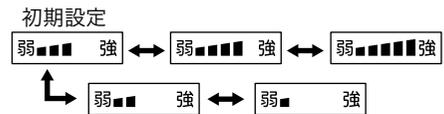
- 設定ダイヤルを回すとメニュー番号が切り替わります。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。
- 加熱途中で残り時間の表示に変わります。

仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



4 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分)
別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

葉果菜

素材名	調理のコツ	ラップの有無
葉菜	ほうれん草 太い茎には切れ目を入れ、葉先と根元を交互に並べてラップで包み、皿に置く。加熱後、冷水で一気に冷ましアク抜き、色止めをする。	有
	キャベツ 芯を削ぎ落とし、8 cm幅くらいのごく切りにしてラップで包み、皿に置く。	
花・果菜	ブロッコリー 小房に分けて洗い、皿の中央に置き、ラップをゆったりかける。加熱後、冷水で一気に冷まし色止めをする。	有
	とうもろこし 皮をむき、皿に置いてラップをゆったりかける。	
	かぼちゃ 2～3 cm幅に切り、皿に並べてラップをゆったりかける。	

1 野菜を入れる

- 庫内中央に置きます。
- ▶「使える容器・使えない容器」14ページ
- ▶「ラップをかけるときは」3ページ

2 《自動メニュー》ボタンを押し、設定ダイヤルを回して、メニュー番号11を選択する

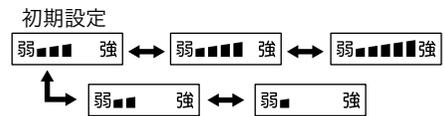
- 設定ダイヤルを回すとメニュー番号が切り替わります。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。
- 加熱途中で残り時間の表示に変わります。

仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



4 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長15分)

別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

使いかた

調理する

自動メニュー
9-22

自動メニュー 12～22

メニューを選ぶだけで、それぞれのメニューに合わせた調理時間で調理できます。材料や作りかたの詳細は「お料理メニューのレシピ」[27ページ](#)をご覧ください。

基本的な操作のしかた

1 食品を入れる

- ▶「お料理メニューのレシピ」[27ページ](#)
- ▶「使える容器・使えない容器」[14ページ](#)

ご注意

- レンジ加熱のメニューは角皿を使用しないでください。

2 《自動メニュー》ボタンを押し、設定ダイヤルを回してメニュー番号を選択する

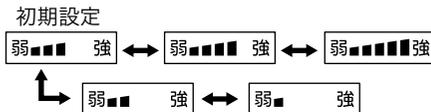
- 設定ダイヤルを回すとメニュー番号が切り替わります。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。

仕上がりを調節するには

スタート後、[設定]が点灯している10秒以内に設定ダイヤルを回し、仕上がりの強弱(5段階)を選びます。初期設定は3段階目です。



4 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。

(レンジ調理は最長15分、グリル調理は最長30分、オープン調理は最長90分)
別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

お料理メニューのレシピ

*仕上がり調節(3段階目)の加熱時間

メニュー/ 加熱時間*のめやす	加熱方法/ 角皿の位置	材料	作りかた
12 パスタ ナポリタン (2人分) 直径21 cmの耐熱 ガラス製ボウル使用 約11分	レンジ (ラップあり)	・ スパゲティ(1.6 mm/2等分に折る):160 g ・ 水:250 ml ・ A ソーセージ(斜め切り):5本 ・ A 玉ねぎ(5 mm幅のくし切り):1/4個 ・ A ピーマン(5 mm幅の輪切り):1個 ・ A マッシュルーム(5 mm幅に切る):3個 ・ A バター:15 g ・ B ケチャップ:大さじ3 ・ B ウスターソース:大さじ1/2 ・ B こしょう:少々	①ボウルに水を入れ、スパゲティを方向をそ るえて入れる。 ② A のをせ、ラップをゆったりかけ、庫内中央 に置いて、メニュー12を選び、スタートす る。 ③加熱後、スパゲティをほぐし、 B を加えて全 体を混ぜ合わせる。
13 マグカップスープ 味噌汁 (1杯分) 13-1:1杯 13-2:2杯 13-1:約3分10秒 13-2:約5分	レンジ (ラップあり)	・ A 小松菜(3 cm幅に切る):1/2株 ・ A 油揚げ(短冊切り):1/4枚 ・ だし汁:150 ml ・ みそ:小さじ2	①マグカップに A を入れ、だし汁を100 ml加 える。 ②ラップをゆったりかけ、マグカップを庫内 中央に置いて、杯数に合わせてメニュー番 号を選び、スタートする。 ③ブザーが鳴ったら、マグカップを取り出し、 みそを加えて溶かし、残りのだし汁を加え て混ぜ合わせる。 ④ラップをかけずにマグカップを庫内中央に 置き、スタートする。
14 肉じゃが (2~3人分) 直径21 cmの耐熱 ガラス製ボウル使用 約8分	レンジ (ラップあり)	・ じゃがいも(2 cm幅のいちょう切り):2個 ・ 牛薄切り肉(一口大に切る):120 g ・ にんじん(3 mm幅のいちょう切り):1/4本 ・ 玉ねぎ(5 mm幅のくし切り):1/4個 ・ A 水:大さじ3 ・ A 砂糖、しょうゆ:各大さじ1・1/2 ・ A 酒、みりん:各大さじ1	① A を混ぜ合わせる。 ②ボウルに牛薄切り肉を広げて並べ、にんじ ん→じゃがいも→玉ねぎの順に入れたら① を加える。 ③ラップをゆったりかけ、庫内中央に置いて、 メニュー14を選び、スタートする。 ④加熱後、10分ほどおいてから全体を混ぜ合 わせる。
15 惣菜あたため 15-1:1人分 15-2:2人分 15-1:約6分 15-2:約7分	オープン  上段	・ フライなど	①角皿にアルミ箔かオープンシートを敷き、 フライを並べる。 ②分量に合わせてメニュー番号を選び、スター トする。
16 トースト 16-1:1枚 16-2:2枚 16-1:約4分30秒 16-2:約6分	グリル  上段	・ 食パン:1~2枚 裏返すまでの時間のめやす: 2分30秒~3分30秒	①角皿に食パンを並べ、枚数に合わせてメ ニュー番号を選び、スタートする。 ②ブザーが鳴ったら食パンを裏返してスター トする。 ご注意: ・ 裏返しをお知らせするブザーが鳴ってから 10分以内にスタートしてください。 ・ 消音モードを設定していると、裏返しをお 知らせするブザーが鳴りません。時間表示 が停止したらドアを開けて、パンを裏返し てスタートしてください。
17 冷凍トースト 17-1:1枚 17-2:2枚 17-1:約5分30秒 17-2:約6分30秒	グリル  下段	・ 冷凍した食パン:1~2枚 裏返すまでの時間のめやす: 3分30秒~4分	①角皿に食パンを並べ、枚数に合わせてメ ニュー番号を選び、スタートする。 ②ブザーが鳴ったら食パンを裏返してスター トする。 ご注意: ・ 裏返しをお知らせするブザーが鳴ってから 10分以内にスタートしてください。 ・ 消音モードを設定していると、裏返しをお 知らせするブザーが鳴りません。時間表示 が停止したらドアを開けて、パンを裏返し てスタートしてください。

使
い
か
た

お料理メニューのレシピ

メニュー/ 加熱時間*のめやす	加熱方法/ 角皿の位置	材料	作りかた
18 塩ざけ・塩さば 約13分	グリル  上段	・ 塩ざけ：4切れ(1切れ約80 g) または ・ 塩さば：4切れ (1切れ約100 g/皮に切り込みを入れる)	①角皿にアルミ箔かオープンシートを敷き、皮を上にして魚を並べる。 ②メニュー 18を選び、スタートする。
19 ハンバーグ (4人分) 約12分 (+予熱約20分)	予熱オープン  下段	・ 合挽き肉：400 g ・ 塩：小さじ1/2 ・ 玉ねぎ(みじん切り)：1/2個 ・ バター：15 g ・ A パン粉：20 g ・ A 牛乳：大さじ4 ・ A こしょう・ナツメグ：各少々 ・ A 溶き卵：1/2個分 ※予熱時間は庫内の温度によって変わる可能性があります。	①耐熱容器に玉ねぎとバターを入れ、庫内中央に置いて、レンジ600 Wで3分加熱し、冷ます。 ②パン粉を牛乳でふやかす。メニュー 19を選び、スタートする。(予熱開始：予熱時間約20分) ③ポウルに合挽き肉と塩を入れ、粘りが出るまで混ぜ、 A と①を加えて混ぜ合わせる。4等分にし、空気を抜きながら厚さ2 cmの小判形にして中央をくぼませる。 ④角皿にアルミ箔またはオープンシートを敷き、③を並べる。ブザーが鳴ったら、角皿を入れ、スタートする。
20 から揚げ (4～5人分) 約14分	オープン・グリル  上段	・ A 鶏もも肉(一口大に切る)：500 g ・ A しょうゆ：大さじ2 ・ A 酒、みりん：各大さじ1 ・ A しょうが(すりおろし)：小さじ2 ・ A にんにく(すりおろし)：小さじ1 ・ B 薄力粉、片栗粉：各大さじ3	① A を合わせて30分ほど漬け込む。 ②①の水気をキッチンペーパー等で軽くふき取り、 B を加えて混ぜ合わせる。 ③角皿にアルミ箔またはオープンシートを敷き、②を皮を上にして並べ、メニュー 20を選び、スタートする。 ④加熱後、キッチンペーパーを敷いた皿に移し、油をきる。
21 焼きいも 約45分	オープン  下段	・ さつまいも： 4本(1本約250 g/直径4～5 cm)	①さつまいもはフォークか竹串で表面に数か所穴をあける。 ②角皿に並べ、メニュー 21を選び、スタートする。
22 プリン (4個分) 直径約8.5 cm×高さ 4.5 cmのココット 型使用 約37分	オープン  下段	・ 卵(Mサイズ)：2個 ・ A 牛乳：280 ml ・ A 砂糖：35 g ・ バニラエッセンス：少々 <カラメルソース> ・ 砂糖：30 g ・ 水：大さじ1・小さじ2 <カラメルソースの作りかた> 小さめの鍋に砂糖と大さじ1の水を入れて中火にかける。焦げ色がついてきたら、鍋を動かしながら色を均一にする。火を止めて、素早く小さじ2の水を加えてのばす。	①カラメルソースを型に流し入れる。 ②耐熱容器に A を入れて庫内中央に置いてレンジ600 Wで2分加熱する。加熱後、混ぜ合わせて砂糖を溶かす。 ③ポウルに卵を溶きほぐし、②を少しずつ加えて混ぜ合わせ、こし器でこす。バニラエッセンスを加えて混ぜ合わせる。(卵液の温度のめやす：40℃) ④③を型に静かに流し入れ、1個ずつアルミ箔でふたをする。 ⑤角皿に並べ、熱湯250 mlを注ぐ。 ⑥メニュー 22を選び、スタートする。加熱後、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。 ご注意： ・ 角皿に熱い湯が残っているため、取り出すときはやけどに注意してください。

高出力に切り替えて加熱することにより、加熱時間を短縮できます。

マニュアルであたためる

警告



● **食品・飲み物は加熱しすぎない**
 発煙・火災の原因になります。飲み物は取り出すとき飲み物が突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。時間を控えめに設定し、調理中、様子を見ながら加熱してください。

● **次の食品を加熱するときはクイック機能を使わない**
 ・肉まん、あんまんなどあん入りの食品・みそ汁、スープなどの汁物
 ・薄く小さく切った野菜(ミックスベジタブルなど)
 あんまんは先にあんが熱くなり、加熱しすぎると発煙・火災の原因になります。取り出すとき汁物が突然沸とう(突沸)して飛び散り、やけど・けがの原因になります。

レンジ
出力切替

レンジモード(マニュアル)

手動で出力(W)と加熱時間を設定してあたためます。

▶ 出力設定のめやす

900 W	・食品をあたためる ・調理する	200 W	・解凍する
600 W	・野菜をゆでる ・食品をあたためる ・調理する	100 W	・冷凍食品をあたためる
500 W	・冷凍食品をあたためる		

1 食品を入れる

● 食品を量に合った耐熱性の容器に入れ、庫内中央に置きます。食品により、ふたやラップをします。

➔「使える容器・使えない容器」**14 ページ**

➔「加熱時間のめやす」**33 ページ**

2 《クイック》ボタンを押す

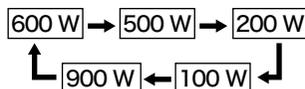
(クイック機能を使うとき)

● [レンジ]が点滅します。



3 《レンジ出力切替》ボタンを押し、出力を設定する

● ボタンを押すたびに出力が切り替わります。手順2で《クイック》ボタンを押したときは、500 Wと600 Wのみ選べます。



*900 Wの合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は900 Wでの加熱、クイック機能を使用できません。詳しくは「900 Wでの加熱時間について」**3 ページ**をご覧ください。

4 設定ダイヤルを回して加熱時間を設定する

- 0～5分は10秒単位、5分～10分は30秒単位、10分～30分は1分単位で設定できます。
- クイック機能が使用できる加熱時間(500 W/600 Wのみ)：1分30秒～10分

最大設定時間		
900 W	600 W 500 W	200 W 100 W
3分	15分	30分

5 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まります。
- 手順2で《クイック》ボタンを押した場合、[--]が表示されたあとに残り時間が表示されます。
- 手順2で《クイック》ボタンを押さなかった場合、[レンジ]が点滅している10秒以内に《クイック》ボタンを押すとクイック機能により加熱時間を短縮できます。(500 W/600 Wのみ)

6 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

使
い
か
た

| マニュアルであたためる

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。

(900 Wは加熱時間を含む最長3分、600 W / 500 Wは最長15分、200 W以下は最長30分)別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

- クイック機能使用時、食品の種類や状態によっては加熱ムラが生じることがあります。
- 900 Wの合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は900 Wでの加熱、クイック機能を使用できません。詳しくは「900 Wでの加熱時間について」[3ページ](#)をご覧ください。

簡単レンジモード

調理やあたためを行っていない状態(ディスプレイが「」の表示の状態)で設定ダイヤルを回すと、すぐに加熱時間を設定できる「簡単レンジモード」になります。出力の初期設定は600 Wです。

おしらせ

- 簡単レンジモードの出力設定を変更することができます。調理やあたためを行っていない状態(ディスプレイが「」の表示の状態)で《レンジ出力切替》ボタンを長押し(約3秒)し、設定ダイヤルを回して600 Wまたは500 Wを選び、《決定/スタート》ボタンを押します。

| **グリルで調理する**オープン
グリル**グリルモード(マニュアル)**

手動で加熱時間を設定して調理します。

1 食品を入れる

- 角皿に食品を載せ、庫内に入れます。
- 「使える容器・使えない容器」[14ページ](#)

2 《オープン/グリル》ボタンを押し、設定ダイヤルを回して加熱時間を設定する

- 設定可能時間は10秒～30分です。
- 0～5分は10秒単位、5分～10分は30秒単位、10分～30分は1分単位で設定できます。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まり、残り時間が表示されます。

4 ブザーが鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長30分)

別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

- 庫内や角皿が熱くなっています。取り出しの際はご注意ください。

オーブン・発酵で調理する

オーブン
グリル

オーブンモード(マニュアル)

手動で温度と加熱時間を設定して調理します。

オーブンモード(予熱なし/発酵)

1 食品を入れる

- 角皿に食品を載せ、庫内に入れます。
- ▶「使える容器・使えない容器」14ページ

2 《オーブン/グリル》ボタンを2回押し、設定ダイヤルを回して温度を設定する



- 設定可能温度は30℃～65℃、100℃～250℃です。
- 30℃～65℃は5℃単位、100℃～250℃は10℃単位で設定できます。

3 《決定/スタート》ボタンを押し、設定ダイヤルを回して時間を設定する



- 設定可能時間は10秒～90分です。
- 0～5分は10秒単位、5分～10分は30秒単位、10分～30分は1分単位、30分～90分は5分単位で設定できます。
- 210℃以上に設定したとき、設定温度での保持時間は約5分です。その後は自動的に200℃に切り換わります。
- 庫内が高温になっているときは、設定できる温度が210℃までになります。

4 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まり、残り時間が表示されます。

ご注意

- 庫内が高温になっているときは発酵(30℃～65℃)はスタートできません。《取消》ボタンを押してドアを開け、庫内が冷えるまでお待ちください。

5 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長90分)
別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

- 庫内や角皿が熱くなっています。取り出しの際はご注意ください。

使
い
か
た

オープンモード(予熱あり)

1 《オープン/グリル》ボタンを3回押す

- 庫内には何も入れないでください。

2 設定ダイヤルを回して温度を設定する



- 設定可能温度は100℃～250℃です。
- 10℃単位で設定できます。
- 庫内が高温になっているときは、設定できる温度が210℃までになります。

3 《決定/スタート》ボタンを押す

- 予熱が始まります。

4 予熱完了ブザーが鳴ったらドアを開け、食品を入れる



- 角皿に食品を載せ、庫内に入れます。
- ➔「使える容器・使えない容器」14ページ

ご注意

- 庫内が熱くなっています。食品を入れる際はご注意ください。

5 設定ダイヤルを回して時間を設定する



- 設定可能時間は10秒～90分です。
- 0～5分は10秒単位、5分～10分は30秒単位、10分～30分は1分単位、30分～90分は5分単位で設定できます。
- 210℃以上に設定したとき、設定温度での保持時間は約5分です。その後は自動的に200℃に切り換わります。

6 《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まり、残り時間が表示されます。

ご注意

- 予熱完了をお知らせするブザーが鳴ってから20分以内にスタートしてください。

7 ブザーが鳴ったら食品を取り出す



- 取り忘れがあると、1分ごとにブザーで5分間お知らせします。

加熱終了後、さらに加熱したいときは

ブザーが鳴ってから1分以内([終了]が点滅しているあいだ)に設定ダイヤルを回して時間を設定し、《決定/スタート》ボタンを押します。(最長90分)

別の調理を始めるときは《取消》ボタンを押してください。

ご注意

- 庫内や角皿が熱くなっています。取り出しの際はご注意ください。

加熱時間のめやす

レンジ調理

レンジモード(マニュアル)で出力と時間を設定する際の加熱時間のめやすです。加熱時間は食品の分量にほぼ比例します。

ご注意

- 食品の形状や保存状態、温度によっては、うまくあたたまらなかったり、うまく解凍できなかったりすることがあります。
- 薄く小さく切った野菜(ミックスベジタブルなど)を少量加熱すると、火花(スパーク)が出て焦げることがあります。

使
い
か
た

▶ ごはん・おかずのあたたため

	メニュー名	ラップの有無	分量	加熱時間(600 W)
ご飯類	ごはん	—	1杯(150 g)	約1分
	コンビニ弁当	—	1人分(400 g)	約2分
揚げ物	フライ	—	1個(100 g)	40～50秒
	コロッケ	—	2個(150 g)	約50秒
汁物	みそ汁・コンソメスープ	—	1人分(150 g)	約1分
	カレー・シチュー	有	1人分(各200 g)	約1分30秒
飲み物	牛乳	—	1杯(200 ml)	約1分30秒
	コーヒー	—	1杯(150 ml)	約1分
	お茶、水	—	1杯(180 ml)	約1分10秒
その他	ハンバーグ	—	1個(100 g)	約40秒
	野菜の煮物	—	1人分(150 g)	1分～1分30秒
	あんまん・肉まん	有	各1個(80 g)	40～50秒

▶ 冷凍した食品の冷凍あたたため

	メニュー名	ラップの有無	分量	加熱時間(600 W)
	冷凍ごはん	有	1杯(150 g)	2分40秒～3分
	冷凍ピラフ	有	1人分(250 g)	3分30秒～4分
	冷凍ハンバーグ	有	1個(100 g)	2分30秒～3分
	冷凍フライ	—	1個(100 g)	約1分40秒
	冷凍カレー・シチュー	有	1人分(各200 g)	3分50秒～4分
	冷凍あんまん・肉まん	有	各1個(80 g)	約1分20秒

おしらせ

- 市販の冷凍食品は、パッケージの指示に従ってあたためてください。
- 飲み物の設定時間は、加熱前の温度が下記のときの時間です。
牛乳：約10℃
コーヒー・お茶・水：20～25℃

▶ 生ものの解凍

- まぐろは中心が軽く凍った程度に解凍します。加熱後、5～7分放置して自然解凍します。

	メニュー名	ラップの有無	分量	加熱時間(200 W)
	ひき肉	—	200 g	3～4分
	薄切り肉	—	200 g	3～5分

	メニュー名	ラップの有無	分量	加熱時間(100 W)
	まぐろ(ブロック)	—	200 g	3～5分

加熱時間のめやす

▶ 野菜

素材名		調理のコツ	ラップの有無	分量	加熱時間 (600W)
葉菜	ほうれん草	太い茎には切れ目を入れ、葉先と根元を交互に並べてラップで包み、皿に置く。加熱後、冷水で一気に冷ましアク抜き、色止めをする。	有	200 g	2分～2分30秒
	キャベツ	芯を削ぎ落とし、8 cm幅くらいのざく切りにしてラップで包み、皿に置く。			
花・果菜	ブロッコリー	小房に分けて洗い、皿の中央に置き、ラップをゆったりかける。加熱後、冷水で一気に冷まし色止めをする。	有	200 g	約3分
	とうもろこし	皮をむき、皿においてラップをゆったりかける。		300 g (1本)	約4分
	かぼちゃ	2～3 cm幅に切り、皿に並べてラップをゆったりかける。		200 g	3分～3分30秒
根菜	にんじん	1 cm幅に切り、皿に並べてラップをゆったりかける。	有	200 g	4分～4分30秒
	さつまいも	1 cm幅に切り水にさらす。水を切って皿に並べてラップをゆったりかける。			約4分
	里いも	皮をむいた里いもは、塩もみして水で洗い、ぬめりを取り、皿に並べてラップをゆったりかける。			
	れんこん	1 cm幅に切り、酢水につけて水にさらす。水を切って皿に並べてラップをゆったりかける。			
	じゃがいも	丸ごとのときは洗った水気を残し、皿の中央に置いてラップをゆったりかける。 切るときは皮付きのまま4等分に切って皿の中央に置いてラップをゆったりかける。			5～6分

グリル調理

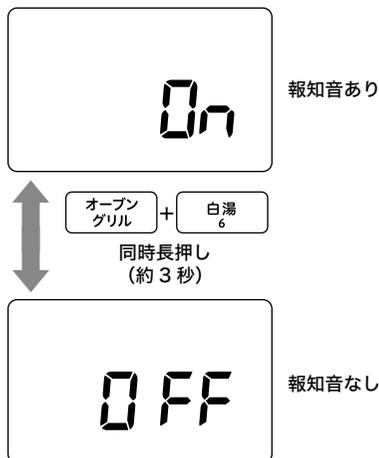
メニュー名	加熱方法/ 付属品の位置	1回の量	設定温度	加熱時間	メモ
おもち	<div style="text-align: center;">  <p>グリル</p> <p>角皿 上段</p> </div>	市販の切りもち： 4個	—	8～9分	ふくれてきたらできあがり

| 消音モード

終了音や操作音などの報知音を無音にする「消音モード」を設定できます。

設定するときは、調理やあたためを行っていない状態(ディスプレイが「0」の表示の状態)で、《オープン/グリル》ボタンと《白湯》ボタンを同時に長押し(約3秒)します。

解除するときは、再度《オープン/グリル》ボタンと《白湯》ボタンを同時に長押し(約3秒)します。



- 設定/解除時は「0n」または「0FF」を3秒間表示したあと、「0」の表示に戻ります。

ご注意

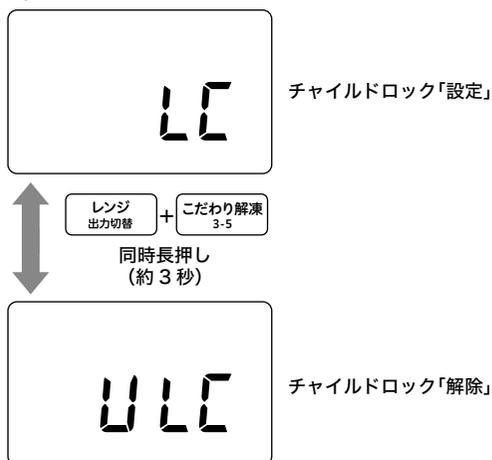
- 消音モード、チャイルドロックの設定は電源プラグを抜いてもリセットされません。設定/解除するときは上記の操作を行ってください。

| チャイルドロック

子どもが誤ってボタンを押してしまっても動作させないように、操作パネルのボタンをロックします。

設定するときは、調理やあたためを行っていない状態(ディスプレイが「0」の表示の状態)で、《レンジ出力切替》ボタンと《こだわり解凍》ボタンを同時に長押し(約3秒)します。

解除するときは、再度《レンジ出力切替》ボタンと《こだわり解凍》ボタンを同時に長押し(約3秒)します。



- チャイルドロック中はボタン操作が全て無効になります。
- 調理中にチャイルドロックを設定/解除することはできません。

使
い
か
た

お手入れのしかた

ご注意

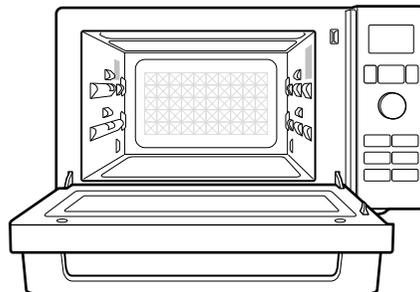
- 庫内壁面やドア内側に食品くずなどの異物を付けたままにすると、火花(スパーク)や炎が出たり、さびや悪臭の原因となります。お使いのたびにお手入れをしてください。
- お手入れは、必ず電源プラグをコンセントから抜いて本体を冷ましてから行ってください。
- 本体を丸洗いしたり、水に浸したりしないでください。また、本体や操作パネルに水をかけたりしないでください。感電・火災・故障の原因になります。
- シンナー・ベンジン・研磨剤入り洗剤・みがき粉・たわし・ナイロンや金属製のたわしは使わないでください。表面に傷が付く原因になります。

庫内・ドア内側・テーブルプレート

固く絞ったぬれふきんで拭きます。
汚れや水分が残っていると、さびの原因になります。
汚れがひどいときは、台所用中性洗剤を含ませた布で拭き取り、その後固く絞ったぬれふきんで洗剤を拭き取ってください。
テーブルプレートの汚れが落ちにくいときは、汚れた部分に液体クレンザー(クリームクレンザー)を付け、2分程度おいて、丸めたラップでこすって汚れを落とした後、ぬれふきんで洗剤を拭き取ります。

ご注意

- テーブルプレートの周囲のシール材は強くこすらないでください。
- 上ヒーターは力を加えて拭かないでください。破損の原因になります。



本体(外側)

やわらかいふきんで拭きます。
汚れがひどいときは、固く絞ったぬれふきんに台所用中性洗剤を含ませて拭き取ってください。



角皿

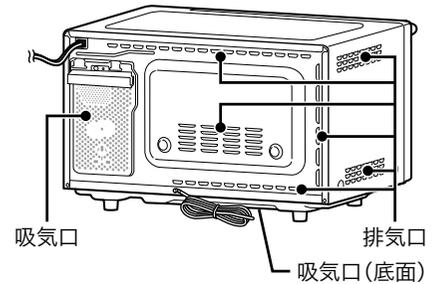
台所用中性洗剤をつけたスポンジで水洗いし、よく乾燥させます。
落ちにくい汚れはぬるま湯につけ置きしてから洗ってください。

ご注意

- 強い力を加えたり、たわし・研磨剤入りの洗剤などを使用したりしないでください。
傷や破損の原因となります。
- 食器乾燥機・食器洗い乾燥機では使用しないでください。
- 角皿に水気が残っていると、サビが付くことがあります。

吸気口・排気口

乾いた布でほこりを拭き取ってください。
ほこりがたまると、換気できずに故障・火災の原因になります。



長くご利用いただくために

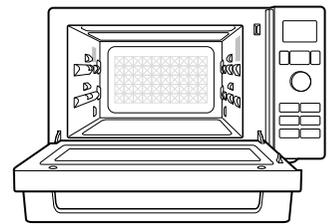
▶ 庫内のお手入れ

庫内の汚れなどを高温で焼くことで、汚れを拭き取りやすくします。

ご注意

- 加熱中や終了後しばらくは庫内・ドアに触らないでください。
やけど・けがの原因になります。
- 油の焼けるにおいや煙が出ることがあるので、窓を開けるか、換気扇を回してください。
煙やにおいに敏感な小鳥などは別の部屋に移してください。

1 庫内の汚れを拭き取る



2 《オープン/グリル》ボタンを2回押し、設定ダイヤルを回して「200℃」に設定し、《決定/スタート》ボタンを押す



3 設定ダイヤルを回して「20分」に設定し、《決定/スタート》ボタンを押す

- 加熱が始まり、残り時間が表示されます。



4 ブザーが鳴り、庫内が冷めてから汚れを拭き取る

あたため・解凍・調理がうまくできないときは

ごはんのあたため

Q1 あたたまらない、仕上がりにムラがある

- プラスチック製の容器で加熱していませんか。陶器・磁器などの容器に入れて加熱してください。
- ごはんの分量に合った大きさ・重さの容器で加熱してください。

Q2 熱くなりすぎる

- めるめがお好みの場合、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながらあたためてください。

Q3 ごはんがぱさつく

加熱前に、水を振るとしっとりと仕上がります。

Q4 冷凍ごはんを解凍すると熱くなりすぎる

- ごはんが溶けかけていませんか。冷凍室から取り出したらすぐに加熱してください。

解凍

Q1 解凍不足でかたい

- 食品の厚みが不均一だと厚い部分が溶けにくくなります。冷凍するときは、食品の厚みを揃えてください。
- 200 Wまたは100 Wで様子を見ながら再加熱してください。

Q2 食品が煮えた

- 食品の厚みが不均一だと細い部分や薄い部分が煮えやすくなります。冷凍するときは、食品の厚みを揃えてください。
- 解凍するときはラップなどの包装は外してください。
- 同時に複数個解凍する場合は、同じ種類で同じ大きさのものにしてください。

おかずのあたため

Q1 あたたまらない、仕上がりにムラがある

- 食品が、金属容器やアルミ箔でおおわれていると加熱されません。
- 庫内の中央にのせて加熱してください。
- 保存状態(常温・冷蔵・冷凍)が違っていませんか。保存状態が違うものを同時にあたためると上手にあたまりません。
- 食品の種類や保存状態(常温・冷蔵)によって「仕上げ調節」を使い分けてください。

Q2 熱くなりすぎる

- あたためる食品の量が少なすぎませんか。100 g以上にしてください。
- 追加加熱するときは、自動メニューではなくレンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。
- 冷めかけた食品を自動メニューであたためていませんか。レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら追加加熱をしてください。

Q3 カレーやシチューがあたたまらない

- 加熱前と後に、かき混ぜてください。

Q4 冷凍食品があたたまらない

市販の冷凍食品はパッケージの指示に従い、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。

飲み物のあたため

Q1 熱くなりすぎる

- 飲み物の量が少なくありませんか。容器の大きさに対して半分以下の量のときは500 Wで様子を見ながらあたためてください。
- 冷めかけた飲み物をあたためていませんか。牛乳は冷蔵庫から出したてのものを使ってください。
- メニューを間違えていませんか。あたためる杯数に合ったメニューを選んでください。また、《あたため》で加熱すると熱くなりすぎます。

Q2 めるい

- 市販のパックのまま加熱していませんか。マグカップやコップに移しかえて加熱してください。
- 同時に2杯加熱する場合は、分量を同じくらいにして、庫内の中央に寄せて並べ、加熱します。

白湯

Q めるい

- 冷蔵庫で冷やしたミネラルウォーターを使用していませんか。常温に戻して使用するか、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら再加熱してください。

トースト

Q 焼き色が薄い・濃い

- 食パンの種類・厚さ・大きさにより焼き色が変わったり、調理時間の加減が必要になったりすることがあります。

グリル・オーブン調理

Q1 焦げ目がつきにくい

- メニューに合わせて角皿を上段、または下段にセットしていますか。
メニューに合わせた位置にセットしてください。

Q2 市販のレシピブックのグリル・オーブン料理がうまくできない

- オープンのサイズや構造などの違いにより加熱時間や温度が異なるため、うまくできないことがあります。手動調理で様子を見ながら加熱してください。

野菜

Q1 野菜がうまくゆであがらない

- 分量が多すぎたり、少なすぎませんか。
ほうれん草などの葉菜は100～300g、じゃがいもなどの根菜は100～400gまで加熱できます。

Q2 ほうれん草などの葉菜が乾燥したりむらがある

ほうれん草などの葉菜は、洗った後の水気を切らない状態でラップで包みます。
葉と茎を交互にして重ねてください。

Q3 じゃがいもやにんじんなどの根菜類が加熱しすぎになった

- 分量が少なすぎませんか。
100g以上にしてください。

Q4 じゃがいもが加熱不足になった

2個以上加熱するときは大きさを揃えてください。

クイック機能

Q クイック機能使用時、うまく加熱できない/クイック機能が使えない

- クイック機能が使用できる加熱時間は以下となります。
500W/600Wのみ：1分30秒～10分
- 食品の種類や状態によっては加熱ムラが生じることがあります。
- レンジモード(マニュアル)の900W、900Wで加熱するクイック機能や一部の自動メニューの合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は《クイック》ボタンを押したあと《レンジ出力切替》ボタンで出力が選べません。詳しくは「900Wでの加熱時間について」**3ページ**をご覧ください。

レンジモード(マニュアル)

Q 900Wが選べない

- 900Wの合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は900Wでの加熱、クイック機能を使用できません。詳しくは「900Wでの加熱時間について」**3ページ**をご覧ください。

故障かなと思ったら

Q1 電源が入らない

- 電源プラグが抜けていませんか。電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。
- 配電盤のヒューズ、またはブレーカーが切れていませんか。
- 表示部に「」が表示されていますか。表示がない場合はドアを開閉してください。
- ドアはきちんと閉まっていますか。ドアをしっかり閉めてください。
- 専用ブレーカーを切/入し直し、ドアを開閉しても正常にならない場合は、故障の可能性があります。電源プラグを抜いて使用を中止し、販売店またはシロカサポートセンターへご連絡ください。

Q2 レンジ加熱中「ジージー」と音がする

インバーターの作動音です。

Q3 レンジ加熱中「パチン」と音がする

ドアと庫内の接触面に付着していた水滴がはじける音です。

Q4 レンジ加熱中「カチッ カチッ」と音がする

- 200 W・100 W運転時に出力を制御するときの切り替え音です。
- 長時間連続運転した場合、製品保護のために断続運転する場合があります。

Q5 調理終了後、しばらくすると「カチ」と音がする

待機電力をオフにするスイッチの音です。

Q6 調理終了後、しばらくするとブザー音がする

取り忘れ防止のために調理終了後、ドアが開けられるまでに、1分おきに「ピピッ、ピピッ、ピピッ」と鳴ってお知らせします。

Q7 終了音や操作音が無音になった

- 消音モードが設定されていませんか。ドアを開閉して表示部に「」を表示させてから、《オープン/グリル》ボタンと《白湯》ボタンを同時に長押し(約3秒)すると、終了音や操作音などの報知音を無音にする消音モードの設定/解除ができます。

Q8 電源プラグを差し込むとき「カチッ」と音がしたり、火花(スパーク)が出る

電源回路に充電するため、故障ではありません。

Q9 レンジ加熱するとき火花(スパーク)が出る

- 角皿を使用していませんか。
- 金属容器やアルミ箔を使用していませんか。
- 金・銀を使った容器を使用していませんか。
- 庫内底面や壁面などに食品くずがついていませんか。庫内壁面やドア内側に食品くずなどの異物を付けたままにすると、火花(スパーク)や炎が出たり、さびや悪臭の原因となります。使用後はしっかりと手入れをしてください。
- 市販のレンジ加熱用金属製調理器具を使用していませんか。

Q10 加熱中、表示部やドアがくもったり、水滴が付着する。水滴が落ちる

メニューによっては食品から出た水蒸気で、表示部やドアの内側がくもったり、庫内に水滴が付着することがあります。ドアの内側などに水滴がつき、床に落ちたときは、ふきんでふき取ってください。

Q11 あたたまらない/うまく加熱されない

加熱を繰り返し行くと、製品保護のため、自動的に出力を下げることがあります。10分以上時間をおいてから、レンジモード(マニュアル)で様子を見ながら加熱してください。

Q12 ボタンを押しても操作できない

- ボタンを押すと「L」が表示されていませんか。
チャイルドロックが設定されています。チャイルドロックを解除するには、《レンジ出力切替》ボタンと《こだわり解凍》ボタンを同時に長押し(約3秒)します。
- 表示部に「E」が表示されていますか。
表示がない場合はドアを開閉してください。

こんな表示が出たときは

Q1 表示部に「高温注意」と表示される

- 加熱途中でドアを開けたときや加熱終了後に点灯します。テーブルプレートなどが高温になっていますので、やけどにご注意ください。冷めると消灯します。
- 「高温注意」が表示されているときや庫内が高温になっているときは、解凍と発酵、飲み物、白湯はスタートできません。《取消》ボタンを押してドアを開け、庫内が冷えるまでお待ちください。

Q2 表示部に「EXX」(XXは数字)と表示される

- 故障の可能性があります。電源プラグを抜いて使用を中止し、販売店またはシロカサポートセンターへご連絡ください。

Q3 表示部に「FAn」と表示される

- 繰り返して加熱した後や《取消》ボタンを押したとき、本体内部の冷却のため、ファンが回転することがありますが、故障ではありません。表示中は電源プラグを抜かないでください。ファンの動作中でも食品の取り出しや続けて加熱することができます。

Q4 ボタン操作はできるが、加熱されない/「0」と「■■■」が表示されている

店頭展示用のデモモードに設定されています。デモモード設定中は、安全上、加熱されません。

<デモモードの解除方法>

1. 《取消》ボタンを音が鳴るまで長押しする
2. 《取消》ボタンを4回押す

長くご利用いただくために

| 部品・消耗品

劣化・消耗したり、紛失してしまったときは、お買い上げの販売店またはインターネットでご注文いただけます。詳しくは以下のホームページをご確認ください。

<https://siroca.jp/>

部品名	部品コード
角皿	OB-OR100TR

仕様

品名(品番)	オープンレンジ(OB-OR181)	
本体サイズ	約485(W) × 302(H) × 376(D) mm	
庫内有効寸法	約283(W) × 189(H) × 321(D) mm	
角皿サイズ	約293(W) × 23(H) × 293(D) mm	
本体質量	約12 kg	
電源コード	約1.5 m	
電源	AC100 V、50 Hz/60 Hz共用	
レンジ	消費電力	1400 W
	高周波出力	900 W* ¹ ・600 W・500 W・200 W相当・100 W相当
	発振周波数	2450 MHz
グリル	消費電力	820 W
オープン	消費電力	1370 W
	温度調節範囲	発酵(30 ~ 65 °C)・100 ~ 250 °C * ²
消費電力量 のめやす* ³	区分名	B : オープンレンジ
	電子レンジ機能の 年間消費電力量	56.2 kWh/年
	オープン機能の 年間消費電力量	17.2 kWh/年
	年間待機消費電力量	0 kWh/年* ⁴
	年間消費電力量	73.4 kWh/年
原産国	中国	
付属品	角皿	

*¹ 定格高周波出力900 Wは短時間高出力機能(最大約3分)であり、定格連続高周波出力は600 Wです。自動メニューは600 Wに自動的に切り換わります。900 Wの合計加熱時間が3分を超えると、約10分間は900 Wでの加熱、クイック機能を使用できません。

*² このオープンレンジの210 °C以上での運転時間は約5分間です。その後は自動的に200 °Cに切り換わります。

*³ 年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電子レンジ」測定方法による数値であり、区分名も同法に基づいています。実際お使いになるときの年間消費電力量は、使用回数や使用時間、食品の量、周囲環境によって変化します。

*⁴ コンセントに電源プラグを差した状態で、表示部が消灯しているときの消費電力は「0」 Wです。

重要

この製品は、日本国内用に設計・販売しています。日本国外では使用できません。海外での修理や部品販売などのアフターサービスも対象外となります。

保証とアフターサービス

— 必ずお読みください —

▶ 保証書(裏表紙)

裏表紙に添付しています。お買い上げ日と販売店名の記入をご確認いただき、販売店からお受け取りください。
保証書はよくお読みになり、大切に保管してください。

▶ 修理を依頼されるとき

取扱説明書の内容をご確認いただき、なお異常のあるときは、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店、またはシロカサポートセンターにお問い合わせください。

保証期間中(お買い上げ日から1年未満)の修理

保証書の規定により、無料で修理いたします。修理に際しましては、保証書をご提示ください。

保証期間が過ぎている(お買い上げ日から1年以上)修理

修理によりお使いになれる製品は、お客様のご要望により有料で修理いたします。

▶ 保証期間

お買い上げ日から1年間です。マグネトロンについては2年間です。消耗部品は保証期間内でも有料とさせていただきます。

▶ 補修料金のしくみ

補修料金は技術料(故障した製品の修理および部品交換などにかかる作業料金)と部品代(修理に使用した部品の代金)などで構成されています。

▶ 補修用性能部品の保有期間

この製品の補修用性能部品の保有期間は、製造終了後8年です。
その製品の機能を維持するために必要な部品を性能部品といいます。

▶ 補修部品について

補修部品は部品共通化のため、一部仕様や外観色などが変更となる場合があります。
お客様ご自身での修理は大変危険です。絶対に分解したり手を加えたりしないでください。

長くご利用いただくために

長年ご使用の製品の点検を!

- 長年ご使用の製品では、電気部品の経年劣化による発煙・発火のおそれがあります。
ご使用前に必ずご確認ください、次のような症状がある場合は、すぐに使用を中止し、お買い上げの販売店、またはシロカサポートセンターにご連絡ください。点検・修理費用などはシロカサポートセンターにご相談ください。
 - 電源プラグ・コードが異常に熱くなる
 - スタートボタンを押しても加熱されない
 - 自動的に切れないことがある
 - 焦げくさいにおいがしたり、異常な音や火花(スパーク)がでる
 - ドアに著しいガタや変形がある
 - 触ると電気を感じる
- 定期的に「安全上のご注意」や使いかた、ご注意を確認してお使いください。誤った使いかたや長年のご使用による熱・湿気・ほこりなどの影響により、部品が劣化し、故障や事故につながることもあります。
- 電源プラグやコンセントにたまっているほこりは取り除いてください。

お客様の個人情報のお取り扱いについて

- シロカ株式会社(以下「弊社」)は、お客様の個人情報をお客様からの対応や修理およびその確認などに利用させていただき、これらの目的のためにご相談内容の記録を残すことがあります。
- 次の場合を除き、弊社以外の第三者に個人情報を提供することはありません。
 - (a) 修理やその確認、業務を委託する場合
 - (b) 法令の定める規定に基づく場合

保証書

持込修理

本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。本書は大切に保管してください。
お買い上げ日から保証期間中に故障が発生した場合は、本書と製品を併せた状態で、お買い上げいただいた販売店、またはシロカサポートセンターまでお問い合わせください。

品名：オープンレンジ お買い上げ日： 年 月 日

型番：OB-OR181 製造番号：

保証期間：お買い上げ日より本体1年間、マグネトロン2年間 販売店：店名・住所・電話

お客様：

ふりがな

お名前

ご住所

お電話

お願い：未記入の保証書の場合、お買い上げ日を証明するレシート、送り状などを必ず添付してください。証明がない場合、保証対象にならない場合があります。

この保証書は、本書記載内容で無料修理をおこなうことをお約束するものです。
お買い上げ日から保証期間中に、取扱説明書、本体ラベル、その他の注意書きに従った正常な使用状態で故障した場合には、本書記載内容に基づき弊社が無料修理いたしますので、製品と本保証書をご用意のうえ、お買い上げいただいた販売店、またはシロカサポートセンターまでご依頼ください。
ご転居、ご贈答などで、お買い上げいただいた販売店に修理が依頼できない場合は、シロカサポートセンターまでご連絡ください。
なお食品の補償など製品の故障以外の保証はいたしかねます。
保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、取扱説明書をご覧ください。

- 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
 - 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
 - お買い上げ後の取り付け場所の移動、落下、引っ越し、輸送などによる故障または損傷。
 - 火災、地震、風水害、落雷、その他の天災地変、および公害、塩害、ガス害、異常電圧、その他の外部要因による故障または損傷。
 - 車両、船舶に搭載して使用された場合に生じた故障または損傷。
 - 一般家庭用以外（例えば業務用の長時間使用など）に使用された場合の故障または損傷。
 - 本書のご提示がない場合。
 - 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。お買い上げ日を証明するレシート、送り状などの証明書がない場合。通信販売、インターネットでお買い上げ時、ご注文確認メールなどで購入履歴を確認できるものの提示がない場合。
 - 樹脂加工やメッキの摩耗や打痕、プラスチック部の損傷。（かすり傷、へこみなどを含まず）
 - 腐食による故障、及び損傷。
 - 消耗部品の交換。
 - お買い上げの製品が、有償無償を問わず譲渡されたもの（中古品）であった場合。
- 修理に際して再生部品、代替部品を使用する場合があります。また、修理により交換した部品は弊社が任意に回収のうえ適切に処理、処分させていただきます。
- 本書に基づく無料修理（製品交換を含みます）後の製品については、最初のお買い上げ時の保証期間が適用されます。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。This warranty is valid only in Japan.

この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。
従って、この保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）、およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

【シロカ株式会社】〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2丁目4番地 東京建物神保町ビル5F

19090014

お客様サポート

二次元コードからもアクセスできます

故障・修理のお問い合わせ、修理代金の目安、
使いかた・お手入れなどのよくあるご質問はこちら



シロカ サポート

検索



部品・消耗品のご購入はこちら



シロカサポートセンター ナビダイヤル 0570-001-469 受付時間：10:00～17:00（土日祝、弊社指定休業日を除く）
非通知設定の方は「186」をつけて発信番号通知のご協力をお願いします。サポートセンターの電話番号、住所は予告なく変更することがあります。