

【“手間”抜きで毎日のおいしいを作る】
シロカ、手軽に時短調理ができる“タイパ重視”の自動調理鍋
「おうちシェフクッカー」を発売！
～ 少人数家庭やシニア世帯にちょうど良いコンパクトサイズ ～

シロカ株式会社（東京都・千代田区）は、手軽に効率よく圧力調理や蒸し調理ができ、音声ガイドや「やわらか食」専用のレシピで介護食作りにも活躍する、幅広い世代のニーズに応える自動調理鍋「おうちシェフクッカー」を2026年5月28日に発売します。



製品ページ：<https://www.siroca.co.jp/product/ouchichefcooker/>

手軽に、おいしく栄養豊富な食事を作るために便利なアイテムとして近年普及が進んでいるのが「自動調理鍋」。効率の良さと栄養の豊富さをどちらも妥協したくないという子育て世帯の声や、高齢化が進む社会の中で介護食作りにも活用したいという声など、調理に「自動調理鍋」を取り入れたい理由や用途は世代によってもさまざまであるということが分かってきました。

そこでシロカでは、幅広い世代の方のニーズに応えることができる「自動調理鍋」として、新たに「おうちシェフクッカー」を発売します。ひとり暮らし～ふたり暮らしの方やシニア世帯の方にちょうど良い、1～3人分の料理が作れる2.4Lサイズ。ごはんは3合まで炊くことができます。

業界最高クラス*1の高圧力100kPaによる圧力調理に加え、複数の食材をすばやく蒸し上げる「旬感ヘルシーsteam」など、調理の“手間軽減”や“時短”を重視する方にはぴったりの機能を多数搭載。自動で減圧を行う「時短モード」を使えば、白米1合を約20分でふっくらと炊き上げることも可能です。また、主な操作の手順や調理の進み具合を音声で教えてくれる「音声ガイド」で、幅広い世代の方にお使いいただけます。さらに、高齢化が進む現代に合わせ、介護食作りの負担を軽減したいという想いで新たに開発した「やわらか食」の別冊レシピブック付き。長時間煮込む手間なく、時短でやわらかに仕上げます。

内なべのコーティングは、従来のフッ素樹脂コーティングからセラミックコーティングに変更。環境保全や土壌汚染防止の観点から、お客様にも地球環境にもやさしい、“より安心なものづくり”を目指すための取り組みです。

「おうちシェフクッカー」で、手軽さもおいしさも栄養も、すべてを叶えて毎日のお料理をもっと楽しみませんか？

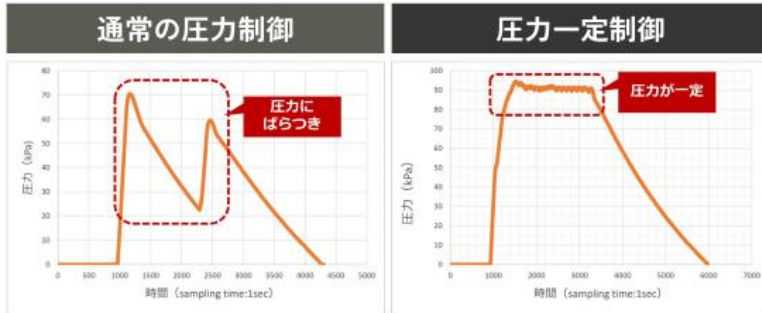
製品名	型番	満水容量	カラー	販売価格（税込）	発売日
自動調理鍋 おうちシェフクッカー	SP-MC2D151	2.4 L	ホワイト	24,860円	2026年5月28日

独自技術「スマートプレッシャー技術」について

本製品には、“高圧一定制御”と“自動減圧機能”を掛け合わせた、おいしさと手軽さを実現するためのシロカ独自技術、「スマートプレッシャー技術」*2を搭載。

業界最高クラス*1の高圧力 100kPa を一定にかけ続けることができる圧力制御により、食材のおいしさを最大限に引き出します。また、自動減圧機能により、高圧力になるほど長くなる減圧時間の短縮も実現しました。

高圧力を一定にかけ続けることで、食材がよりやわらかく、味の染み込んだ仕上がりに。魚は骨まで食べられるほど、ブロック肉はジューシーかつホロホロとほぐれるように、白米はふっくら、玄米はもっちり仕上がります。



左：一般的な電気圧力鍋／右：おうちシェフクッカー

おうちシェフクッカーでできること

1. 高温ですばやく蒸し上げる「旬感ヘルシースチーム」
2. ふっくらごはんを約 20 分で炊き上げ
3. 指定の時間にできたて「かしこい予約プログラム」

1. 高温ですばやく蒸し上げる「旬感ヘルシースチーム」



ヘルシーかつ手軽な“せいろ蒸し”が人気の昨今、「おうちシェフクッカー」があれば、さらに時短で蒸し調理が楽しめます。業界最高クラス*1・100kPa の高圧力と、自動減圧機能を掛け合わせた独自の「スマートプレッシャー技術」により、120℃の高温蒸しを可能にするるとともに、一般的な蒸し器と比較して最大約 33% の時短*3を実現しました。

蒸すことで、茹でるよりも栄養が食材に多くとどまるのも特長です。

付属のレシピブックには、ワンプレートの食材を一度に蒸せるレシピも掲載。時間のない朝の朝食作りなどにも活躍します。

2. ふっくらごはんを約 20 分で炊き上げ

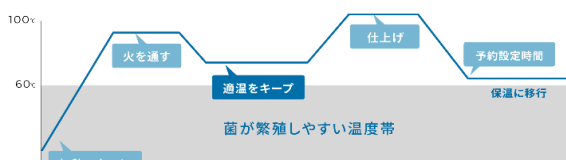


オートメニューの「白米」メニューで炊飯時、自動で減圧を行う「時短モード」を使えば、白米 1 合を約 20 分でふっくらと炊き上げることも可能。圧力により水分をしっかりと含むため、新米も古米もおいしく炊くことができます。

シロカオンラインストア本店では、内なべのみの販売も行っているため、内なべをもうひとつ持っておけば、炊飯用とおかず用で使い分けができ便利です。

3. 指定の時間にできたて「かしこい予約プログラム」

予約調理の流れ



(圧力減圧時のイメージ図)

食材を仕込んでセットしておけば、指定の時間にできたて熱々の料理ができあがる「かしこい予約プログラム」を搭載。仕事などで外出予定の日でも、帰宅後すぐにできたての料理を食べることができます。最初に加熱し、菌が繁殖しにくい約 75℃で保温するため、食材が傷みやすい時季の長時間予約も衛生的です。

シニア世帯でも迷わず使えるユニバーサルデザイン／介護食にも活躍

1. スムーズな操作をサポートする「音声ガイド」

主な操作手順や、メニュー名、総調理時間、調理の完了を音声でお知らせする音声ガイド付き。幅広い世代の方にスムーズにお使いいただくことができます。

2. 介護食作りの負担軽減。「やわらか食」レシピ付き



各オートメニューに対応した幅広いレシピをまとめたオリジナルレシピブックに加え、「やわらか食」のレシピや調理方法を掲載した冊子も付属。介護食作りの負担を少しでも軽減したいという想いで、レシピを新たに開発しました。長時間煮込む手間なく、時短でやわらかに仕上げることができます。

シロカ公式サイトレシピページでは、今後も随時新規の「やわらか食」レシピを公開していく予定です。

こんな方に、こんな使い方

◆一人分の食事をとにかく時短で作りたい方／健康的な食事をとりたいたい方

忙しい日は外食やお惣菜に頼りがちだけれど、本当は自炊で健康に配慮した食事をとりたいたいという方には、すばやく仕上がり栄養をぎゅっと閉じ込める「旬感ヘルシースチーム」が便利です。ひとり分のワンプレートを一度に調理できるレシピなら、忙しい朝もしっかりと食事をとれます。

《たとえばこんなメニューがおすすめ》



洋風朝食プレート



和風朝食プレート



ヘルシーデリプレート

◆帰宅後に手早く食事の準備をしたい方（一人～二人暮らしの方）

仕事から帰ってきてからの食事の準備は大変。そんな時は「かしこい予約プログラム」を活用して、朝にパパッと食材をセットしておけば、指定した時間にあつあつのお料理が完成。帰宅後はできたてのお料理を盛り付けるだけで、すぐに食事ができます。

《たとえばこんなメニューがおすすめ》



キャベツと肉だんごの
トマト煮



野菜たっぷりカレー



豚の角煮

◆自宅で介護食作りをされている方

細かく刻んだり、丁寧に裏ごしをしたりと、調理に時間がかかる介護食。自宅で介護食を手作りしているという方には、付属の「やわらか食」レシピの活用がおすすめです。シロカのレシピチームが考案した、無理なく続けられる手軽さとおいしさがポイントのレシピをご用意しています。

《たとえばこんなメニューがおすすめ》



白身魚の煮つけ



野菜たっぷり
みそ煮込みうどん



やわらかキーマカレー

*1 〔調査方法〕2026年5月時点で発売されている電気圧力鍋カテゴリーにおいて（自社調べ）

*2 特許第7195657号

*3 おうちシェフクッカー（SP-MC2D151）と一般的な蒸し器とで、じゃがいも2個を蒸した場合の調理時間の差を比較。（自社調べ）

内なべのコーティング素材変更について

従来の電気圧力鍋シリーズでは、内なべのコーティングにフッ素樹脂コーティングを採用していましたが、今回の「おうちシェフクッカー」からはセラミックコーティングに変更します。

これまで使用していたフッ素樹脂コーティングも、安全性には全く問題のない素材であり、引き続き安心してお使いいただけます。しかし、製造の過程に目を向けると、フッ素の「分解されにくい」という性質が、工場排水などを通じて河川や土壌へ影響を与える可能性も指摘されており、欧米を中心に規制が進んでいます。そこでシロカでは将来を見据え、環境に配慮した“より安心なものづくり”を目指したいという思いから、セラミックコーティングへの変更を行うことにしました。

製品概要



製品名 : 自動調理鍋 おうちシェフクッカー

型番 : SP-MC2D151

カラー : ホワイト

電源 : 交流 100 V、50/60 Hz

消費電力 : 700 W

調理容量 : 1.6 L

呼び容量（満水容量） : 2.4 L

使用最高圧力 : 100 kPa ゲージ圧

質量（約） : 3.8 kg

本体サイズ（約） : 幅 24 cm × 奥行 26 cm × 高さ 27 cm

コード長（約） : 1.2 m

オートメニュー数 : 88

セット内容 : 本体、計量カップ、蒸し台、低温調理アタッチメント、レシピブック、やわらか食レシピ、取扱説明書（保証書）

製品ページ : <https://www.siroca.co.jp/product/ouchichefcooker/>

・「おうちシェフ」、「スマートプレッシャー技術」はシロカ株式会社の登録商標です。

シロカ株式会社について

日々の暮らしに小さな喜びや心地よさをもたらし、彩りを添えられるよう
ワクワクする機能や、暮らしになじむデザインにこだわった家電製品をお届けします。

シロカ公式サイト : <https://www.siroca.co.jp/>

シロカオンラインストア 本店 : <https://store.siroca.jp/>

シロカ公式 Instagram : <https://www.instagram.com/siroca.jp/>

シロカ公式 X : https://x.com/siroca_JP

シロカ公式 note : https://note.com/siroca_inc