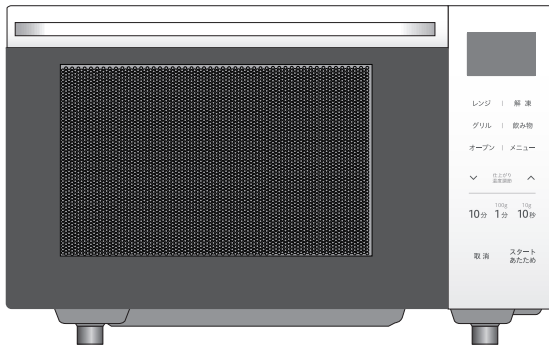


- 業務用として使用しないでください。
- 他の用途でのご使用はしないでください。思わぬ事故の原因になります。

家庭用

# オーブンレンジ YRJ-F183TV

## もくじ



- 安全上のご注意…………… ①～③
- 設置…………… ④
- 準備…………… ④
- 各部の名称…………… ⑤
- いろいろな機能…………… ⑥
- 使える容器・使えない容器…………… ⑦
- 加熱のしくみ…………… ⑦
- から焼きをする…………… ⑧
- メニュー…………… ⑧～⑭

**【自動メニュー】**

- ・あたため
- ・デイリーメニュー（お弁当のあたため、お惣菜のあたため）
- ・野菜の下ごしらえ（葉果菜、根菜）
- ・お惣菜（ピザ、グラタン、カレー・煮物）
- ・お菓子・パン（クッキー、ケーキ、トースト）
- ・蒸し物・揚げ物（茶碗蒸し、フライあたため）

**【手動メニュー】**

- ・飲み物（牛乳、お酒）
- ・解凍（冷凍あたため、肉・魚の解凍、さしみ）

- レンジを上手に使うポイント…………… ⑮
- 手動調理 レンジを使う…………… ⑮
- 手動調理 グリルを使う…………… ⑮
- 手動調理 オープンを使う(予熱あり)…………… ⑰
- 手動調理 オープンを使う(予熱なし・発酵)…………… ⑰
- お手入れ…………… ⑱
- 故障かな?と思ったら…………… ⑲～⑳
- 点検…………… ㉑
- 仕様…………… ㉑
- アフターサービスについて…………… ㉒
- 保証書…………… 裏表紙

この商品は、海外ではご使用になれません。  
FOR USE IN JAPAN ONLY

- ・このたびは、弊社オーブンレンジをお買い上げいただきまして、誠にありがとうございました。
- ・ご使用前に、この取扱説明書を必ずよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
- ・お読みになった後は大切に保管してください。

最新情報はオリジナルブランドページ




**YAMAZEN BOOK** を  
チェック!






随時情報を更新中!

# 安全上のご注意 **必ずお守りください**

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、安全に関する内容を記載しています。内容をよく理解して記載事項をお守りください。

 <b>危険</b>	誤った取り扱いをしたときに 死亡や重傷に結びつく可能性が高いもの
 <b>警告</b>	誤った取り扱いをしたときに 死亡や重傷に結びつく可能性のあるもの
 <b>注意</b>	誤った取り扱いをしたときに 傷害または物的損害に結びつくもの

 <b>図記号の説明</b>	禁止 (してはいけないこと) を示します。 具体的な内容は図記号の中や文章で示します。
 ●	指示する行為の強制 (必ずすること) を示します。 具体的な内容は図記号の中や文章で示します。
 ▲	注意を示します。 具体的な内容は図記号の中や文章で示します。

## **危険**



穴やすき間に金属物を入れない。自分で絶対に分解・修理・改造をしない  
感電・発火のおそれがあります。修理はお買い上げの販売店にご相談ください。

## **警告**



ドアやドアのシールに損傷がある場合は使用しない  
電波漏れのおそれがあります。修理はお買い上げの販売店にご相談ください。

### ■設置する時



**使用前に梱包材は全て取り除く**

必ず守る

変形・発火・火災の原因になります。また、取り除いた  
梱包材は、乳幼児の手の届くところに置かないでく  
ださい。ポリ袋や箱に入り窒息の原因になります。

設置の際は、アース線を確実に取り付ける

故障や漏電のときに感電の原因になります。  
※アース取り付けはP4を参照してください。



不安定な場所、燃えやすいものの近くや、本体周囲に熱がこもる環境で使用しない

新聞紙など本体の給排気口をふさぐようなものの上や、じゅうたん・畳・ビニールシート・樹脂などの上では使用しな  
いでください。火災・やけどの原因になります。

禁止

吸気口や排気口をふさいだり、布やカバー  
をかけて使用しない

故障の原因になります。

水のかかる所や湿気の多い所、また火気の近く  
では使用しない

感電や漏電の原因になります。

### ■電源プラグ・電源コードなどは

電源プラグの刃、刃の取付面やコンセントにホコリが付いているときは乾いた布でふき取る  
火災の原因になります。



**電源は交流100Vで定格15A以上のコンセントを単独で使う**

必ず守る

交流100V以外で使ったり、コンセントを他器具と併用すると火災・感電の原因になります。

電源プラグは、根元まで確実に差し込む

感電・ショート・発火の原因になります。



電源コードを傷つけたり、無理に曲げたり、  
引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重い  
ものをのせたり、挟み込んだり、加工したり  
しない

禁止

電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

電源プラグや電源コードが傷んだり、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・発火の原因になります。

使用中に電源プラグを抜き差ししない

火災や感電、故障の原因になります。



濡れた手で電源プラグの抜き差しをしない

濡れ手禁止

感電やけがの原因になります。

# 警告

## ■電源プラグ・電源コードなどは

電源プラグを抜くときは電源コードを持たずに、必ず先端の電源プラグを持って引き抜く感電やショートして発火する原因になります。



### 異常時は、運転を停止して電源プラグを抜く

異常のまま運転を続けると火災・感電の原因になります。運転を停止してお買い上げの販売店にご相談ください。

#### 【異常・故障例】

- ・電源コードやプラグが異常に熱くなる。・使用中に異常な音やにおいがする。・自動的に電源が切れないことがある。
- ・スパーク(火花)または煙が出る。・ドアに著しいガタつきや変形がある。・触れると電気を感じる。

### 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

ホコリがたまり発煙、発火の原因になります。

### お手入れの際は、電源プラグをコンセントから抜いて本体が冷めてから行う

感電やけが、やけどの原因になります。



必ず守る

## 庫内に付着した油や食品カス等は、こまめに掃除する

火花が飛び、発火や発煙の原因になります。食品カス等がたまると発火の原因になります。

## 食品や飲料を加熱しすぎない

食品が発煙・発火したり、飲料は突然沸騰して、やけどの原因になります。少量の加熱時や油脂の多い食品・液体、イモなどの根菜類の加熱には注意してください。



禁止

### おしぼりやタオルの温めや衣類の乾燥など調理目的以外の使用はしない

過熱や異常動作による発火、やけどの原因になります。

### 子供だけで使ったり、幼児の手の届く所で使わない

感電やけが、やけどの原因になります。

### 100g未満の食品は自動メニューで加熱しない

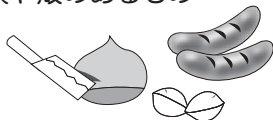
過加熱となり食品が発火する原因になります。

### 食品以外は加熱しない

衣類、布類、レンジ加熱用湯たんぽ、哺乳瓶消毒容器、玩具などは加熱しないでください。

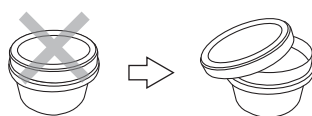
## ■レンジ加熱時の破裂を防ぐために注意する

### 膜や殻のあるもの



破裂してけが、やけどの原因になります。切れ目や割れ目を入れてください。

### ふたのある容器



破裂してけが、やけどの原因になります。ふたを外してください。

### 生卵やゆで卵

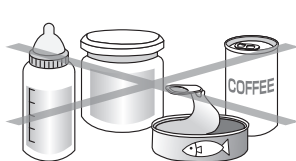


破裂してけが、やけどの原因になります。ほくしてから加熱してください。



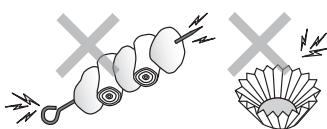
必ず守る

### ガラス瓶、哺乳瓶、缶詰



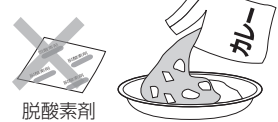
容器が割れてけが、やけどの原因になります。耐熱容器に入れ替えてください。

### アルミ箔、金属製食器、金箔等の装飾食器



火花が出て発煙、発火の原因になります。

### 袋入りの食品



破裂してけが、やけどの原因になります。袋から取り出して加熱してください。また、**脱酸素剤**などは、必ず取り出してください。発煙・発火のおそれがあります。

## ⚠ 注意

本体が転倒、落下したときは外部に損傷がなくても使用しない

感電や電磁波漏れのおそれがありますので、お買い上げの販売店にご相談ください。

ドアにぶらさがったりして無理な力をかけたり、物をはさんだまま使用しない  
電磁波漏れによる障害が起きることがあります。



禁止

庫内が、から(食品なし)のまま作動させない  
異常高温になり、やけどや発火、故障の原因になります。(P8のから焼き・予熱を除く)

可燃性スプレーを使ったり、燃えやすいものを近くに置かない

引火してやけどや火災の原因になります。

本体の上に物を置かない

熱で焦げたり変形するおそれがあります。

食品が燃え出したときは、ドアを開けない  
酸素が入り、勢いよく燃えます。

【次の処置をしてください】

1. ドアを閉めたまま、取消ボタンを押す。
2. 電源プラグを抜く。
3. 燃えやすいものを本体から遠ざけ、鎮火するのを待つ。

■鎮火しない場合は、水や消火器で消火してください。

■そのまま使用せずに、必ずお買い上げの販売店に点検をご依頼ください。



必ず守る

レンジ加熱したラップを外すときは、ゆっくり外す

蒸気が一気に出て、やけどの原因になります。



水ぬれ禁止

水につけたり、水をかけたりしない

ショート・感電の原因になります。

### ■オープン・グリル加熱のとき



必ず守る

食品の出し入れは、ミトンを使う

やけどの原因になります。また、破れたり濡れたミトンは使わないでください。

お手入れは、本体や庫内が冷めてから行う

やけどの原因になります。



禁止

加熱中や加熱後しばらくは高温のため  
庫内や本体には触れない  
(ドアのハンドルや操作部は除く)

やけどの原因になります。

調理後の角皿は、本体の上や熱に弱いものの上に置かない

焦げたり、変形する原因になります。

## 調理のときのお願ひ

### ■自動メニューのとき

- 加熱が足りないときは、手動加熱を使う

自動メニューを使うと、もう1度始めから加熱することになり、食品が焦げたり、発火することがあります。

- 記載の材料・分量を守る

材料や分量を変えるときは、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。

- 少量の食品のとき(100g未満)は、自動メニューで加熱しない

### ■レンジ加熱のとき

- 金属類は、絶対に使用しない

火花が出て、機器を傷めたり、付属品が破損することがあります。

- 根菜などの少量加熱は、必ず浸るぐらいの水を入れる

少量(100g以下)の加熱は、火花の発生や食品が焦げたりして、故障の原因になります。

### ■オープン・グリル加熱のとき

- ラップやプラスチック容器を使わない

溶けたり、発火するため使えません。

- できあがったら、すぐに庫内から取り出す

余熱で焼きすぎることになります。

### ■すべての加熱について

- 換気をしながら調理する

煙が多く出る場合があります。

- 食品は、庫内中央に均等に置いて加熱する  
庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。

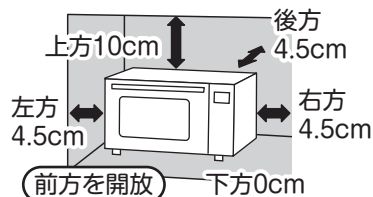
- 繰り返し加熱するときは調理時間を短くしたり、仕上がり温度調節ボタンを使い、様子を見ながら加熱する

庫内が熱い場合は、うまく仕上がらないことがあります。

- 容器など、それぞれの加熱に合ったものを使う(P7参照)

# 設置

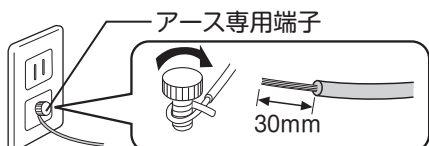
- 壁や家具などの可燃物から、図のように距離を離してご使用ください。
- 窓ガラスがある場合は、排気口から20cm以上離してください。  
(温度差によって割れる場合があります。)
- 図のようなすき間があっても、周りを密閉した状態にしないでください。
- 本体の近くでは、無線機器(無線LANなど)の通信機能が低下することがあります。無線機器の取扱説明書などをよくお読みのうえ、ご使用ください。
- テレビ・ラジオ・アンテナ線から、3m以上離してください。  
映像が乱れたり雑音が入るおそれがあります。



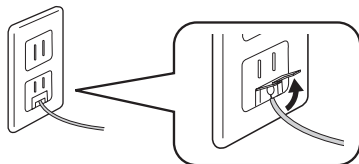
## アースの取り付け

アースを確実に取り付けてください。  
故障や漏電のときに感電するおそれがあります。

### 【アース付きコンセントがある場合】



アース線先端の剥きしろを約30mmに切断して、アース端子に確実に固定してください。



ふたが付いている場合は、  
ふたを開けて取り付けてください。

### 【アース付きコンセントがない場合】

販売店または電気工事店にご相談いただき、アース工事(D種接地工事)をしてください。

#### ■アース工事(電気工事資格者によるD種接地工事)が必要な場所

【湿気が多い場所】土間、コンクリート床、酒や醤油などの醸造・貯蔵所

【水気のある場所(アースの他に漏電遮断機の設置も必要)】

洗い場など水を扱う場所、水滴の飛び散る場所、地下室など結露のおきやすい場所

#### ■アース線を接続できないもの

ガス管、水道管、電話線や避雷針のアースには絶対に接続しないでください。

#### 【注意】

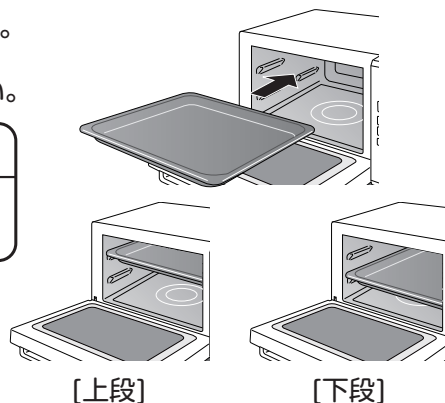
- アース線が本体アース端子に確実に取り付けられているか確認してください。
- 設置場所の変更や転居の際には、再度アースの取り付けをおこなってください。

# 準備

- オープンやグリルを使用するときは角皿をセットしてください。  
調理するものによって上段、または下段にセットします。
- レンジを使用するときは、絶対に角皿を使用しないでください。

## ⚠ 注意

ご使用時には角皿や庫内の汚れをよくふき取ってください。  
発煙、発火のおそれがあります。





# 各部の名称

## 正面

角皿支え (上段)

角皿支え (下段)

ドア

加熱台

調理するものは中央に置いてください。衝撃を与えたり、熱い状態で水をかけたりしないでください。

ハンドル

操作部

## 庫内上部

ヒーター

汚れないようにしてください。力を加えないでください。

庫内灯

ドアを開けたときおよび加熱するとき点灯します。

## 背面

電源コード

傷をつけないようにしてください。

電源プラグ

15A以上のコンセントに単独で差し込んでください。

吸気口

ふさがないようにください。

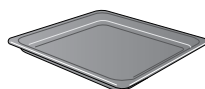
排気口

ふさがないようにください。

アース線

確実に取り付けてください。(P4参照)

## 付属品 角皿



- オープンやグリル調理をするときに使用します。
- レンジには絶対に使用しないでください。火花が飛んで使用できません。

## 操作部

### 手動調理ボタン

調理に合わせて、手動で時間・温度・重量・飲み物の分量を設定するときに使います。

### 仕上がり温度調節ボタン

自動メニューでの仕上りの強弱の調節に使い、5段階あります。

#### ●仕上りの強弱の調節

標準 ■■■■

△ 強 ■■■■ ⇒ ■■■■  
1回押しと 2回押しと

▽ 弱 ■■■■ ⇒ ■■■■  
1回押しと 2回押しと

#### ●温度設定

▽/△ ボタンを押すと設定温度が10℃変化します。(発酵除く)

### 取消ボタン

設定を間違えたときや、加熱を途中で止めたいときに使います。



### 表示部

自動メニューの番号、仕上がり調節、時間、温度などを表示します。

### 自動メニューボタン

温度と時間の設定を自動で行います。  
 デイリーメニュー [2~3] → P8~9  
 野菜の下ごしらえ [6~7] → P10  
 お惣菜 [11~13] → P11~12  
 お菓子・パン [14~16] → P12~13  
 蒸し物・揚げ物 [17~18] → P14

### 時間/重量合わせボタン

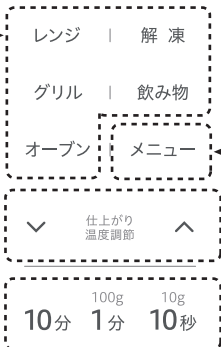
調理の時間・重量を設定します。

### スタートボタン

加熱を開始するときに使います。  
 ※加熱中にドアを開けると、一時停止します。ドアを開けてスタートボタンを押すと加熱を再開します。

### あたためボタン

30秒ごとの時間設定を簡単にいきます。  
 あたため [1] → P8



取消

スタート  
あたため

# いろいろな機能

## 【電源を入れるには】

電源プラグをコンセントに差し込み、ドアを開けることで電源が入ります。このとき、表示部に「0」と表示されます。

## 【オートオフ機能】

- ドアを閉めて、何もしないと電源が切れて、表示部の表示が消えます。
- オートオフが働き電源が切れたときは、ドアを開けることで電源が入り、表示部に「0」と表示されます。
- 次の場合は、電源が切れません。
  - ・ 冷却ファンが回っているとき
  - ・ 庫内が高温のとき

## 【仕上がり調節機能】

- 自動メニューのときに を押すことで加熱・予熱時間を増減できます。

押すと加熱・予熱時間が長くなります。 | 押すと加熱・予熱時間が短くなります。

- 動作(加熱・予熱)開始後約10秒以内に設定してください。
- お酒を加熱するときは、弱めに調節してください。

## 【庫内灯について】

- ドアを開くと庫内灯が点灯します。
- 加熱中は、庫内灯が点灯して、加熱が終了すると消灯します。

## 【消音モード】

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」と表示されます。このとき、取消ボタンを3秒以上押すと消音モードになり、ボタン操作音が鳴らなくなります。
- 復帰させるには、表示部に「0」と表示された状態で、再度取消ボタンを3秒以上押してください。

## 【取消ボタン】

- 各運転の設定中に取消ボタンを押すと、設定がリセットされ、表示部に「0」と表示されます。
- 加熱中に取消ボタンを押すと加熱を中断し、表示の時間が一時停止します。
  - ※ スタートボタンを押すと再び加熱を始めます。
  - ※ もう1度取消ボタンを押すと設定が解除され、「0」と表示されます。

加熱中にドアを開けても一時加熱を中止します。ドアを閉めてスタートボタンを押すと、残りの加熱を再開しますが、一時停止するときは取消ボタンを使用してください。

## 【チャイルドロック】

「0」表示中に、取消ボタンを押しながら、スタートボタンを押します。表示部に「」と表示され、どのボタンを押しても操作ができなくなります。  
※ 解除するときは、再び取消ボタンを押しながらスタートボタンを押してください。

## 【加熱時間表示】

スタートボタンを押して加熱が始まると、残りの加熱時間を表示します。

## 【冷却ファン】

加熱後は、機器の冷却のためファンが回りますので、電源プラグを抜かないでください。

## 【お知らせ】

機器の運転時には以下のような音がしますが、異常ではありません。

### 加熱中の音

- 「ブーン」→冷却ファンの回る音、内部変圧器などの動作音
- 「カチッ」→出力を切換・調整するためにスイッチが動作する音

### 加熱後の音

「ブーン」→冷却ファンの回る音

設置場所によっては共鳴して大きく聞こえることもあります。以前までしなかった音が急に鳴り出したり、異音と思われる場合は販売店、または取扱説明書記載の「お客様ご相談窓口」にお問い合わせください。

# 使える容器・使えない容器

○使える容器 ×使えない容器

容器の種類	レンジ	オープン・グリル
ガラス	■耐熱性のあるもの ○ 急に熱したり冷やさないでください。割れるおそれがあります。	○ 急に熱したり冷やさないでください。割れるおそれがあります。
	■耐熱性のないもの 強化ガラス、クリスタルガラス、カットグラスなど ×	×
プラスチック	■耐熱性のあるもの 耐熱温度140℃以上または「電子レンジ使用可」の表示があるもの ○ ●ふた部分だけが熱に弱いものがありますので、ご注意ください。 ●糖分や油分の多い料理は高温になり、変形したり、溶けたりするため、使えません。 ●時間をかけすぎると変形することがあります。	× ただし、「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す。
	■熱に弱いもの (耐熱温度140℃未満) × 溶けたり、変形するので使用できません。 ※スチロール、メラミン、フェノール、ユリアなど ※耐熱温度表示100℃以下のポリエチレン	×
陶磁器	■陶器、磁器 よく確認して使ってください ○ ●ただし、絵付け、ヒビ模様、金や銀の装飾のあるものは、器を傷めたり、火花をおこすので使えません。 ●急に熱したり冷やすと割れることがあります。	× ただし、耐熱性のある陶磁器やグラタン皿などは使えます。
漆器など	■漆器、竹製品、木製品、紙 × ●漆器は塗りがはげたり、ひび割れたり、変色することがあります。 ●クッキングシートも焦げたり、燃えたりして使えません。	× ただし、オープンシートは使用できます。
金属	■アルミ、ステンレス、ホーローなどの金属 ■アルミホイル × スパークして本体を傷めるため使えません。金・銀箔のあるフィルムやテープ、針金の入ったテープなども使えません。	○
その他	■ラップ (耐熱温度140℃以上) ○ ただし、糖分や油分などが多い料理は、高温になり、溶けるため使えません。	×
	■特殊な形状の容器 × 注ぎ口の細い容器などは、細い部分が集中的に加熱され突沸しやすく、やけどの原因になります。	×

## 加熱のしくみ

【レンジ加熱】電波(高周波)が食品に当たると食品の水分が摩擦熱を起こし、加熱します。

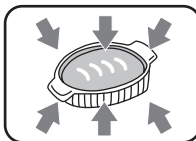
- ※食品の種類・加熱前の温度によって加熱時間は異なります。
- ※食品の分量が2倍になると加熱時間は2倍弱になります。
- ※水分の少ない食品は、過熱して発火することがありますので、注意してください。
- ※市販の食品に添付されている脱酸素剤を加熱しないでください。異常高温になり危険です。
- ※庫内に何も入れずに加熱しないでください。異常高温になり危険です。

### ■電波の特性



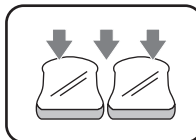
【ヒーター加熱】

### ■オープン加熱



上下のヒーターの加熱を温度センサーで調整し、設定した庫内温度で焼き上げます。

### ■グリル加熱



上のヒーターで加熱し、食品の表面に焼き色を付けたり、様子を見ながら追加焼きをするときに使います。両面を焼く時は調理の途中で食品をう返します。

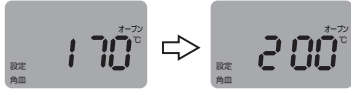


# から焼きをする

- 初めて使用する前に、庫内の油分やにおいを取り除くために、行ってください。
- 煙やにおいが出ますので、窓を開けたり換気扇を回してください。
- 煙やにおいに敏感なペットなどは、別の部屋に移してください。

**1** ドアを開けて「0」を表示させ、庫内に何も入れずにドアを閉める  
角皿も入れないでください。

**2** 「オープン」ボタンを2回押し、**へ**を3回押しして200℃に合わせる



**3** 時間/重量合わせボタンを押して、20分に合わせる



**4** スタートボタンを押す  
庫内灯が点灯して、から焼きが始まります。  
このとき、残り時間が表示されます。

**5** から焼き完了  
ブザーが鳴ってお知らせします。約1分間、機器の冷却のためファンが回りますので、電源プラグを抜かないでください。

- ※続けて調理を行う場合は、ドアを開けて庫内を十分冷ましてから行ってください。
- ※連続してから焼きをしないでください。
- ※庫内が熱くなっていますので、やけどなどにご注意ください。

## 1 あたため **自動メニュー**

**1** ドアを開けて、食品を庫内中央に置く

1度に加熱できる量:100g~500g

- ※飲み物は、加熱しないでください。
- 飲み物は「飲み物」ボタン(P9参照)、または手動調理(P16参照)であたためてください。
- ※ラップする食品は、ゆとりを持たせて軽くかぶせます。

**2** ドアを閉めてスタートボタンを押す

1回押す → 30秒を表示します。  
2回押す → 30秒追加します。

押すたびに30秒追加され、  
最大5分まで設定できます。

庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。



**3** できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

- ※加熱が足りないときは手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください(P16参照)。
- ※食品によっては加熱ムラができることがあります。加熱の途中でかき混ぜたり、裏返したり、向きを変えてください。

- ・レンジ加熱に適した容器をお使いください。(P7参照)
- ・加熱の途中で様子を見ながら調理してください。
- ・角皿は使用しないでください。
- ・加熱後のラップは、やけどに気をつけてすぐに外してください。食品・容器の変形の原因になります。

## 2 お弁当のあたため **自動メニュー**

**1** ドアを開けて、お弁当のふたを外し、庫内中央に置く **お弁当の重さの標準設定:400g**

- ※庫内端に置いて加熱すると、過加熱のおそれがあります。
- ※包装しているラップやふたは、変形したり溶けるものがあるため、必ず外してください。
- ※次のものは、破裂や発火のおそれがありますので、必ず取り出してください。  
・アルミホイル ・調味料が入った容器や袋 ・アルミケース ・ゆで卵 ・飾り

**2** ドアを閉めて自動メニューボタンを押し、メニュー番号2に合わせる



**3** スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。  
その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。  
このとき、残り時間が表示されます。  
※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。

■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

- ∧ 加熱時間が約5~10%長くなる。  
お弁当が標準より重いときに。
- ∨ 加熱時間が約5~10%短くなる。  
お弁当が標準より軽いときに。



**4** できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

※加熱が足りないときは手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください(P16参照)。

加熱しすぎたり、少量を加熱すると  
発煙・発火の原因になります。

## 3 お惣菜のあたため 自動メニュー

### 1 ドアを開けて、お惣菜を庫内中央に置く

1度に加熱できる量:100g~300g

庫内端に置いて加熱すると、過加熱のおそれがあります。

### 2 ドアを閉めて自動メニューボタンを押し、メニュー番号を合わせて、スタートボタンを押して決定する



3-1 お惣菜100g 3-2 お惣菜200g 3-3 お惣菜300g

### 3 スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。

※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。



100gのとき 200gのとき 300gのとき

■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が約5~10%長くなる。

▽ 加熱時間が約5~10%短くなる。

### 4 できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

※加熱が足りないときは手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください(P16参照)。

## 4.5 牛乳・お酒(あたため) 自動メニュー

### 1 牛乳・お酒を庫内に入れる

牛乳は低めの広口のマグカップ容器に、お酒はすんぐりとした徳利に8分目まで入れて、必ず庫内中央に置いてください。

※2杯(本)加熱するときは、分量をそろえて中央によせて置いてください。

●加熱前の基準温度	●加熱の基準量
4 牛乳 → 冷蔵保存 (約8℃)	牛乳1杯 → 200mL
5 お酒 → 常温保存 (約20℃)	お酒1本 → 180mL
	●1度に加熱できる分量
	1~2杯(本)

庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。

### 2 ドアを閉めて「飲み物」ボタンを押し、メニュー番号を合わせる



4-1 牛乳1杯



4-2 牛乳2杯



5-1 お酒1本



5-2 お酒2本

### 3 スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。

※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。

■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が約5~10%長くなる。

▽ 加熱時間が約5~10%短くなる。

### 4 できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

※加熱が足りないときは手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください(P16参照)。

- ・ビンに入っている飲み物は、必ず耐熱容器に移しかえてください。
- ・ふたやラップをしないでください。
- ・加熱前と加熱後には、必ずスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- ・加熱しすぎないでください。
- ・お酒を加熱するときは、弱めに調整してください。

# 6・7 野菜の下ごしらえ

## 自動メニュー

### 1 ドアを開けて、野菜を庫内中央に置く

野菜は洗った後の水滴がついたままラップに包み、ラップの重なり合った部分を下にして皿にのせます。根菜は水が付いたまま平皿に入れ、ラップを食品に密着する様に平皿ごとかけます。

食品を密封させない様にラップのふちを若干あけて、平皿を必ず庫内中央に置いてください(P15参照)。

1度に加熱できる量:100g~500g

- ※材料の大きさは、そろえておきます。
- ※水気を残して加熱してください。
- ※アクの強い野菜は、加熱の前後にアク抜きをします。

庫内端に置いて加熱すると、過加熱のおそれがあります。

### 2 ドアを閉めて自動メニューボタンを押し、メニュー番号を合わせる



6 葉果菜

キャベツ、ホウレンソウ、ナス、かぼちゃ、ブロッコリー、白菜、ピーマンなど



7 根菜

大根、にんじん、ごぼう、イモ類など

### 3 時間/重量合わせボタンを押して、重量を合わせる



(例)200g

### 4 スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。

※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。

■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が約5~10%長くなる。

▽ 加熱時間が約5~10%短くなる。

### 5 できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

※加熱が足りないときは手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください(P16参照)。

- ・じゃがいもなどを丸ごとゆでるときは、加熱後、庫内から取り出しラップをしたまま5分ほど蒸らすと、ムラなく仕上がります。
- ・加熱しすぎたり、少量を加熱すると発煙・発火の原因になります。

# 8 冷凍あたたため 9 肉・魚の解凍 10 さしみ

## 自動メニュー

### 1 ドアを開けて、食品を庫内中央に置く

8 冷凍あたたため……冷凍されている食品をあたためる。  
9 肉・魚の解凍……料理の下ごしらえができるくらいまで解凍する。

10 さしみ………包丁が入るくらいまで解凍する。

1度に加熱できる量:100g~500g

- ・冷凍庫から出したばかりの凍った食品を解凍してください。溶けかけているときは、レンジ200Wで様子を見ながら解凍します。
- ・解凍する食品が複数の場合は、同じ種類で、大きさをそろえてください。
- ・庫内端に置いて加熱すると、過加熱のおそれがあります。

### 2 ドアを閉めて「解凍」ボタンを押し、メニュー番号を合わせる



8 冷凍あたたため



9 肉・魚の解凍



10 さしみ

### 3 時間/重量合わせボタンを押して、重量を合わせる



(例)200g

### 4 スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。

※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。

■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が約5~10%長くなる。

▽ 加熱時間が約5~10%短くなる。

### 5 できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

※加熱が足りないときは、手動で、様子を見ながらレンジで加熱してください(P16参照)。

8 冷凍あたたため……レンジ500W

9 肉・魚の解凍……レンジ200W

10 さしみ………レンジ200W

- ・発泡トレーにのせたまま解凍します。発泡トレーを使わないときは、平皿にキッチンペーパーを敷いた上に食品を置きます(9 肉・魚の解凍・10 さしみのみ)。
- ・変色や煮えを防ぐため、細い部分や薄い部分にはアルミホイルを巻いてください(9 肉・魚の解凍・10 さしみのみ)。
- ・アルミホイルを巻いたままレンジで加熱するとスパークして本体を傷めるため、レンジ加熱する場合は必ず外してください(P15参照)。

# 11 ピザ(あたため)

## 自動メニュー

### 【材料】

冷凍ピザ 直径約22cm×1枚(約250g)

### 【作りかた】

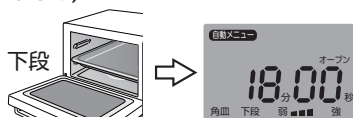
- ①「メニュー」ボタンを押して**メニュー番号11**に合わせる。
- ②スタートボタンを押して予熱する。  
予熱初期約10秒間は仕上がり表示部が点滅します。  
※再度スタートボタンを押すとすぐに予熱を開始します。



- ③予熱中に角皿にアルミシートを敷き、ピザを置く。  
※予熱が終了すると、ブザーが鳴ってお知らせします。

・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。  
・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

- ④ドアを開いて角皿を**下段**に入れ、ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押す。  
(庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)



■仕上がりを調整したいとき(予熱初期の約10秒間に設定)  
△ 加熱時間が長くなる。 | ▽ 加熱時間が短くなる。

手動調理で加熱するときの設定目安  
オープン200℃(予熱あり)→約18分

# 12 グラタン

## 自動メニュー

### 【材料(マカロニグラタン2人分)】

※1人分は半量にしてください。



- ・ホワイトソース  
(薄力粉15g、バター15g、牛乳1カップ、塩・胡椒少々)
- ・マカロニ40g(鍋でゆでておく)
- ・マッシュルーム25g ・チーズ40g
- ・A  
(鶏むね肉(一口大)50g、玉ねぎ(薄切り)50g、  
むきえび50g、バター大さじ1、塩・胡椒少々、  
白ワイン大さじ1)

【作りかた】※1人分のレンジ加熱は時間を半分にしてください。

レンジ加熱時は絶対に角皿を入れないでください。

#### ■レンジで加熱をするとき

「レンジ」500Wを ⇒ 時間/重量合わせボタンを押して  
設定(P16参照) ⇒ 記載の時間に合わせる。

- ①耐熱容器に薄力粉とバターを入れ、庫内中央に置く。  
レンジ「1分」に合わせてスタートボタンを押す。
- ②加熱後よく混ぜ合わせて、牛乳を一度に加えさらに混ぜ合わせる。
- ③再び庫内に置き、レンジ「4分30秒」に合わせてスタートボタンを押す。沸騰するまで加熱し、途中2〜3度混ぜ合わせる。
- ④加熱終了後、塩・胡椒を加えて味を整える。

・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。  
・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

- ⑤耐熱容器にAを入れ、ラップをして庫内中央に置く。  
レンジ「4分」に合わせてスタートボタンを押す。  
加熱後、混ぜ合わせる。マッシュルームを加えて  
レンジ「1分」に合わせてスタートボタンを押す。

- ⑥ホワイトソース半量とゆでたマカロニを⑤に入れ、  
混ぜ合わせる。

- ⑦薄くバターをぬったグラタン皿に⑥を入れ、残りの  
ホワイトソースをかけ、チーズをのせてから  
**角皿に並べ下段**に入れる。

- ⑧「メニュー」ボタンを押して、**メニュー番号12**に合  
わせてスタートボタンを押す。  
約10秒間仕上がり表示部が点滅します。  
(その後、庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が  
表示されます。)  
※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。



■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)  
△ 加熱時間が長くなる。 | ▽ 加熱時間が短くなる。

手動調理で加熱するときの設定目安  
オープン220℃(予熱なし)→約17分



# 13 カレー・煮物

## 自動メニュー

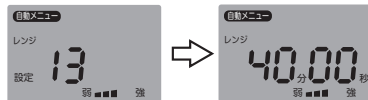
### 【材料(2人分)】

- ・じゃがいも中1個(150g)
- ・牛肉または豚肉薄切り150g
- ・玉ねぎ中(薄切り)1/2個
- ・にんじん(薄切り)適宜
- ・水250ml ・塩・胡椒少々 ・カレールー2片



### 【作りかた】

- ①じゃがいもは皮をむいて6~8等分にし、肉は3~4cm幅に切り、塩・胡椒を振る。
- ②中火で熱したフライパンにサラダ油(大さじ1)を引き、玉ねぎ・にんじん・①を炒める。
- ③深めの耐熱容器に②と水を入れ、ラップをして庫内中央に置く。
- ④ドアを閉めて、自動メニューボタンを押して**メニュー番号13**に合わせてスタートボタンを押す。約10秒間仕上がり表示部が点滅します。(その後、庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。) ※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。



■仕上がりを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が約5~10%長くなる。

▽ 加熱時間が約5~10%短くなる。

- ⑤約30分後(残時間表示10分)に取消ボタンを押して容器を取り出し、カレールーを溶かす。

※容器が熱くなっていますので、ミトンなどを使ってやけどをしないよう注意してください。

※煮物などは、ブザーが鳴るまで加熱を続けてください。

- ⑥庫内に容器を戻し、再びスタートボタンを押す。(庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)

手動調理で加熱するときの設定目安  
レンジ200W 約40分

加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。

機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

# 14 クッキー

## 自動メニュー

### 【材料】

- ・薄力粉160g ・バター70g
- ・溶き卵2/3個 ・砂糖55g
- ・バニラエッセンス少々

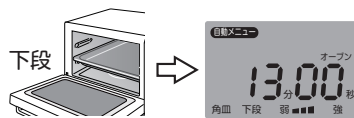


### 【作りかた】

- ①ボウルに柔らかくしたバターと砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまでよく混ぜる。
- ②溶き卵を少しずつ加えてさらに混ぜ、バニラエッセンスを加える。
- ③薄力粉を②にふるって加え、木べらで混ぜ合わせて、ひとまとめにする。
- ④ポリ袋に入れ麺棒で5mmの厚さに伸ばして、冷蔵庫に30分程度寝かせる。
- ⑤自動メニューボタンを押して、**メニュー番号14**に合わせる。
- ⑥ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押して予熱する。予熱初期約10秒間は仕上がり表示部が点滅します。 ※再度スタートボタンを押すとすぐに予熱を開始します。

- ⑦予熱中に、打ち粉をした台に生地を取り出して、好みの型で抜き、バターを薄く塗った角皿に並べる。 ※予熱が終了すると、ブザーが鳴ってお知らせします。

- ⑧ドアを開いて角皿を**下段**に入れ、ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押す。(庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)



■仕上がりを調整したいとき(予熱初期の約10秒間に設定)

△ 加熱時間が長くなる。 | ▽ 加熱時間が短くなる。

手動調理で加熱するときの設定目安  
オープン170℃(予熱あり) → 約13分



・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。

クッキーの出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。



# 15 ケーキ(スポンジケーキ) 自動メニュー

## 【材料(18cmケーキ型1個分)】

- ・薄力粉90g
  - ・卵3個
  - ・砂糖90g
  - ・牛乳大さじ1
  - ・バター15g
  - ・フルーツ適量
  - ・バニラエッセンス少々
  - ・ホイップクリーム
- (生クリーム300g、砂糖55g、ブランデー大さじ1)



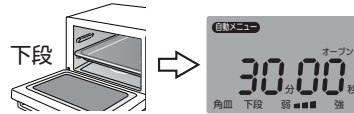
## 【作りかた】

レンジ加熱時は絶対に角皿を入れないでください。

- 卵を卵黄と卵白に分ける。  
卵白はボウルに入れ湯煎をして、泡立て器で角が立つようになるまでよく泡立てる。半量の砂糖を2~3回に分けて加えて、さらによく泡立てる。
- 卵黄は残りの砂糖を入れ白っぽくなるまで泡立てる。
- ①に②を加え、クリーム状になるまで泡立て、バニラエッセンスを加える。
- 耐熱容器にバターと牛乳を入れ、庫内中央に置く。  
「レンジ」ボタンを押して500Wに合わせ、時間/重量合わせボタンを押して「40秒」に合わせる(P16参照)。スタートボタンを押し、バターを溶かす。
- 庫内から④を取り出す。  
自動メニューボタンを押して、**メニュー番号15**に合わせスタートボタンを押して予熱する。  
予熱初期約10秒間は仕上がり表示部が点滅します。  
※再度スタートボタンを押すとすぐに予熱を開始します。



- 予熱中に、③に薄力粉をふるいながら加え、木べらで切るようにしながら手早く混ぜ合わせる。
- ④があたたかいうちに加えて手早く混ぜ合わせる。
- 薄くバター(分量外)を塗ったケーキ型に⑥を高い位置からゆっくり流し入れ、トントンとたたいて空気を抜き、角皿にのせる。  
※予熱が終了すると、ブザーが鳴ってお知らせします。
- ドアを開いて角皿を**下段**に入れ、ドアをしっかりと閉めてスタートボタンを押す。  
(庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)



■仕上りを調整したいとき(予熱初期の約10秒間に設定)  
△ 加熱時間が長くなる。 | ▽ 加熱時間が短くなる。

- 焼き上がった後、焼き落ちを防ぐため、すぐに型ごと20cm~30cmの高さから1回落とす。
- ボウルに生クリーム・砂糖・ブランデーを入れ、底を氷水に当てて、クリーム状に泡立てる。
- 十分冷ましたスポンジケーキの表面を、ホイップクリームやフルーツなどで飾る。

手動調理で加熱するときの設定目安  
オープン150℃(予熱あり) → 約30分

加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

# 16 トースト 自動メニュー

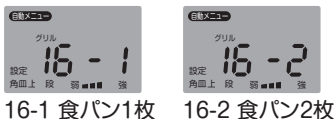
- 食パンを角皿中央に均等に置いて、角皿を庫内上段に入れる

1度に焼ける枚数：1枚~2枚



- ・食パンの大きさや種類によって焼け具合が違います。様子を見ながら時間を調整してください。
- ・連続して焼くときは自動メニューを使わないでください。焼け過ぎてしまうため手動のグリル調理で行ってください。
- ・食パンにバターやジャムなどを塗って焼かないでください。発火のおそれがあります。

- ドアを閉めて自動メニューボタンを押し、メニュー番号を合わせる



16-1 食パン1枚 16-2 食パン2枚

- スタートボタンを押す

約10秒間仕上がり表示部が点滅します。その後、庫内灯が点灯して加熱が始まります。

このとき、残り時間が表示されます。  
※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。

■仕上りを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)  
△ 加熱時間が長くなる。 | ▽ 加熱時間が短くなる。

- ブザーが鳴ったら、ドアを開けて食パンを裏返し、スタートボタンを押す

ブザーは調理開始後、約3分~3分30秒後に鳴ります。

※加熱終了後、焼き色が足りないときは、グリルで様子を見ながら加熱してください(P16参照)。

- ・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。
- ・焼き上がった食パンの角皿にのせた面は水蒸気で柔らかくなります。角皿にオープンレンジ用足つき網などを置き、その上に食パンを置くと柔らかくなることを防げますが、焼き過ぎになることがありますのでご注意ください。
- ・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食パンの出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# 17 茶碗蒸し 自動メニュー

## 【材料(4人分)】

- ・干しいたけ(水で戻す)2枚
- ・ささみ100g
- ・かまぼこ4切れ
- ・みつ葉適宜
- ・A
- ・卵液



(干しいたけの戻し汁大さじ2、しょうゆ大さじ1、砂糖大さじ1)  
 (卵2個、だし汁2カップ、しょうゆ小さじ1、塩小さじ1/3、みりん小さじ2)

## 【作りかた】

レンジ加熱時は絶対に角皿を入れないでください。

- ①干しいたけは半分に切り、耐熱容器にAと一緒に入れる。庫内中央に置き、「レンジ」ボタンを1回押し、時間/重量合わせボタンを押して「1分」に合わせてスタートボタンを押す(P16参照)。
- ②ささみは、酒・塩(分量外)をかけて臭みを取り、出てきた水分をふき取ったら一口大に切る。
- ③えびは殻をむいて背わたを取ったら酒・塩(分量外)をかけて臭みを取り、軽く湯通しする。
- ④卵をよくときほぐしてだし汁でのばし、しょうゆ・塩・みりんを加えて混ぜ、こし器などでこす。
- ⑤自動メニューボタンを押して、**メニュー番号17**に合わせる。
- ⑥ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押して予熱する。予熱初期約10秒間は仕上がり表示部が点滅します。  
 ※再度スタートボタンを押すとすぐに予熱を開始します。



- ⑦予熱中に、耐熱性の蒸し茶碗に①②③とかまぼこ、ぎんなんを入れ、④の卵液を8分目まで入れる。
- ⑧角皿の寸法に合わせた分厚いキッチンペーパーを2重にして敷いて、⑦を均等に置く。
- ⑨角皿の四隅に200mLのお湯(50℃程度)を注いでキッチンペーパーを湿らせる。  
 ※予熱が終了すると、ブザーが鳴ってお知らせします。
- ⑩ドアを開いて角皿を**下段**に入れ、ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押す。  
 (庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)



■仕上りを調整したいとき(予熱初期の約10秒間に設定)  
 ▲ 加熱時間が長くなる。 | ▼ 加熱時間が短くなる。

- ⑪加熱終了後、庫内から取り出し、みつ葉を散らす。

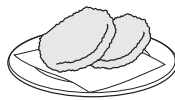
手動調理で加熱するときの設定目安  
 オープン150℃(予熱あり)→約40分

- ・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。
- ・調理後は庫内に水蒸気がこもっています。必ずドアを開けて十分乾燥させてください。
- ・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# 18 フライあたたため 自動メニュー

## 【材料】

常温または冷蔵フライ(約200g)



## 【作りかた】

- ①角皿にキッチンペーパーを敷いてフライを均等に並べて、**下段**に入れる。
- ②自動メニューボタンを押して**メニュー番号18**に合わせる。



- ③ドアをしっかり閉めてスタートボタンを押す。約10秒間仕上がり表示部が点滅します。(その後、庫内灯が点灯して加熱が始まり、残り時間が表示されます。)  
 ※再度スタートボタンを押すとすぐに加熱を開始します。



■仕上りを調整したいとき(初期の約10秒間に設定)  
 ▲ 加熱時間が長くなる。 | ▼ 加熱時間が短くなる。

手動調理で加熱するときの設定目安  
 オープン220℃(予熱なし)→約10分

- ・加熱終了後、ブザーが鳴って庫内灯が消えます。機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。
- ・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# レンジを上手に使うポイント

## 上手に加熱するために

- 容器を必ず確認する(P7参照)  
耐熱性のない容器やアルミホイルなどは、使用しないでください。
- 卵はそのまま加熱しない  
・破裂して危険です。卵を加熱するときは、割ってから、黄身も白身もよくほぐしてください。  
・ゆで卵もあたためないでください。
- お弁当は1個ずつあたためる  
・上下に積み重ねたりすると、うまくあたたまりません。  
・調味料の容器、アルミケース、飾りなどを取り除いてからあたためてください。(P8参照)
- ゆでる(煮る)調理は、食材の厚みや大きさをそろえる  
加熱ムラを少なくすることができます。
- 加熱の途中でかき混ぜたり、裏返す  
加熱ムラを少なくすることができます。

## 上手に解凍するために

- 手動で解凍するときは必ず200Wにする
- ラップ、ふた、飾りは取り除く  
・発泡トレーのまま解凍できます。  
・ラップなどに包んであった食品は、平皿にキッチンペーパーなどを敷いた上に食品を置いて解凍してください。
- 冷凍した食品を常温で放置しない  
・冷凍庫から出したばかりの凍った食品を解凍してください。  
・溶けかけているときは、レンジ200Wで様子を見ながら解凍します。
- アルミホイルを活用する  
形や厚みが均一でない食品は、薄いところや細いところの外周をアルミホイルで包むことで、解凍ムラを防ぐことができます。  
※アルミホイルが庫内側面やドアに当たらないようにしてください。  
※解凍以外には、アルミホイルを使わないでください。
- 加熱調理後に解凍するとき  
加熱調理後に、解凍するときはドアを開けて庫内を冷ましてから解凍してください。

## 葉菜・果花菜をゆでるとき

洗った後の水滴がついたままラップに包み、ラップの重なり合った部分を下にして皿にのせ、庫内中央に置いてください。

- 葉菜類  
・葉と茎を交互に重ねます。  
・太い茎には、十文字に切り込みを入れます。  
・アクのある野菜(ほうれん草、春菊、小松菜など)は加熱後、すぐに流水にさらして、アクを抜き、その後冷水に取って、色止めします。  
・量が多いとき(200g以上)は、同量ずつ半分に分けてください。
- 果花菜類  
・大きさを、そろえて切ります。  
・アクのある野菜(なす、ブロッコリーなど)は、加熱前に食塩水につけてアクを抜きます。  
・色の濃い野菜(なす、ブロッコリー、さやいんげん、グリーンアスパラなど)は、加熱後すぐに流水にさらし、その後冷水に取って色止めをします。

## 根菜をゆでるとき

水が付いたまま平皿に入れ、ラップを食品に密着する様に平皿ごとかけます。食品を密封させない様にラップのふちを若干あけて、平皿を必ず庫内中央に置いてください。

- 丸のままゆでるとき  
・2個以上のときは、できるだけ大きさをそろえて重ならないように並べてください。  
・じゃがいもやさつまいも、さといもなどは、加熱後、庫内から取り出して、ラップをしたまま5分程度蒸らし、熱いうちに皮をむきます。
- 切ってゆでるとき  
皮をむき、大きさをそろえて切ってください。

## ラップのご使用について

### 【ラップをするもの】

- 煮物、蒸し物、汁物、調理済み食品全般など、しっかりと仕上げたいもの(冷凍食品は、それぞれ記載のある加熱方法に従ってください)。
- 野菜などを下ごしらえしたり、温野菜にするとき。
- ラップは容器のふちにぴったりと、食品部分にはゆとりを持たせてかぶせ、密封させない様にふちの一部を若干あけてください。
- カレーやシチューなどにラップが直接触れないようにかぶせてください(油分が多いため、ラップが溶けるおそれがあります)。

### 【ラップをしないもの】

揚げ物、焼き物、炒め物など、水分を飛ばしぎみにしたいとき。

## 注意:加熱しすぎると発煙・発火します

### 【あんまん・まんじゅう】

「あん」は高温になると発煙します。

### 【根菜類(ごぼう、れんこんなど)】

水分が少なくなり発煙・発火することがあります。

### 【いかなどはじけやすいもの】

はじけてやけどをすることがあります。

### 【乾燥したものや水分の少ないもの】

発煙・発火することがあります。

# 手動調理 - レンジを使う-

1 ドアを開けて食品を庫内中央に置く

2 ドアを閉めて「レンジ」ボタンを押す

500W(50Hz)または650W(60Hz)と表示され押すごとに切り換わります。



50Hz地域の場合



60Hz地域の場合

お住いの地域の周波数50Hz：500W⇄200W  
お住いの地域の周波数60Hz：650W→500W→200W

※当機は周波数によってレンジ出力が異なります。

3 時間/重量合わせボタンを押して加熱時間を設定する

時間を設定した後で出力を変えたい場合は、取消ボタンを押して手順2からやり直してください。

### ■設定できる時間

650W → 15分まで  
500W → 15分まで  
200W → 60分まで

### 60Hzでご使用のお客様へ

食品に記載されている加熱時間が出力600Wの場合、  
650Wで同じ時間で加熱を行ってください。  
お好みで仕上がりを調節してください。

4 スタートボタンを押す

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。

5 加熱終了

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。加熱終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。

- ・食品の量が2倍になると、加熱時間は約2倍弱になります。
- ・加熱中は、途中で様子を見ながら調理してください。
- ・角皿は使用しないでください。

# 手動調理 - グリルを使う-

1 角皿に食品を入れて庫内にセットする

※グリルは上ヒーターで加熱しますので上段がおすすめです。

2 ドアを閉めて「グリル」ボタンを押す



3 時間/重量合わせボタンを押して加熱時間を設定する

### ■設定できる時間

30分まで



(例) 30分設定時

4 スタートボタンを押す

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。このとき、残り時間が表示されます。両面に焼き色をつけたい時は途中で裏返します。



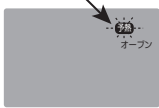

5 加熱終了

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。







- ・続けて調理する場合は、ドアを開けて庫内を冷ましてから調理を行ってください。
- ・加熱後は、庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないよう十分注意してください。



# 手動調理 - オーブを使う(予熱あり)-

- 「オープン」ボタンを押す  
このとき、角皿と食品は庫内に入れません。  

- 仕上がり調節/温度設定ボタンを押して加熱温度を設定する  
■設定できる温度  
10℃単位で100℃～250℃まで  
(例)200℃設定時  

- スタートボタンを押して予熱する  
予熱が終了すると、ブザーが鳴ってお知らせします。  
※約10分間予熱を保持します。  
その間何も操作しないと、設定は取り消されます。  
点滅  

- 角皿に食品を置いて、角皿を庫内に入れる
- 時間/重量合わせボタンを押して加熱時間(調理時間)を設定する  
■設定できる時間  
90分まで  
  
(例)35分設定時
- スタートボタンを押す  
庫内灯が点灯して、加熱が始まります。  
このとき、残り時間が表示されます。
- 加熱終了  
ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。  
  - ・続けて調理する場合は、ドアを開けて庫内を冷ましてから調理を行ってください。
  - ・加熱後は、庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないよう十分注意してください。

# 手動調理 - オーブを使う(予熱なし・発酵)-

- 角皿に食品を置いて、角皿を庫内に入れる
  - 「オープン」ボタンを押す  
・オープン予熱なし加熱(100～250℃) → 2回押す  
・発酵(35℃) → 3回押す → へを押すと発酵(40℃)  
  
オープン予熱なし加熱時  
  
発酵時
  - 仕上がり温度調節ボタンを押して、加熱温度を設定する  
■設定できる温度  
10℃単位で100℃～250℃まで  
※35・40℃(発酵)は、予熱ができません。  
  
オープン予熱なし加熱  
200℃設定時  
  
発酵35℃設定時
  - 時間/重量合わせボタンを押して加熱時間(調理時間)を設定する  
■設定できる時間  
90分まで  
  
オープン予熱なし加熱  
30分設定時  
  
発酵30分設定時
  - スタートボタンを押す  
庫内灯が点灯して、加熱が始まります。  
このとき、残り時間が表示されます。
  - 加熱終了  
ブザーが鳴って庫内灯が消えます。終了後、機器の冷却のためファンが回り続けることがありますので、電源プラグを抜かないでください。  
    - ・続けて調理する場合は、ドアを開けて庫内を冷ましてから調理を行ってください。
    - ・加熱後は、庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないよう十分注意してください。
- 温度設定について

  - ・設定温度250℃の運転時間は約3分です。その後は自動的に210℃に切り換わります。
  - ・設定温度200℃の運転時間は約30分です。その後は自動的に180℃に切り換わります。
  - ・庫内温度が100℃以上の場合、100～210℃までの設定範囲になります。220℃以上の設定が必要な場合は庫内を冷ましてから設定してください。

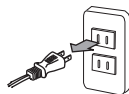


# お手入れ



## 警告

お手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、本体が十分冷めたことを確認してから行ってください。



## 注意

お手入れには、シンナー・クレンザー・金属たわしなどを使わないでください。変色・変質・劣化などの原因になります。



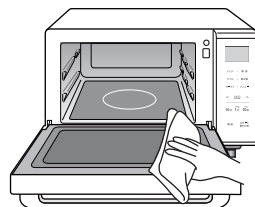
## 【本体・ドア】

- 本体外側やドアは、台所用中性洗剤を含ませたふきんなどで汚れをふき取った後、固くしぼったふきんで洗剤分をふき取ってください。
- 吸気口についたホコリなどは、掃除機や乾いた布などで定期的に取り除いてください。



## 【庫内・ドアの内側】(使用ごとにお手入れをしてください。)

- 調理中にこぼれた汁や飛び散った油・食品カスなどは、早めにふき取ってください。汚れたまま使用すると、焦げ付いて取れにくくなったり、発煙・発火する原因になります。
- 汚れは、台所用中性洗剤を含ませたふきんなどでふき取った後、固くしぼったふきんで洗剤分をふき取ってください。



## 【加熱台・角皿】(使用ごとにお手入れをしてください。)

- 加熱台は、ふきんなどで汚れをふき取ってください。
- 角皿は、スポンジなどで洗い、水分をふき取り、よく乾かしてください。




## 【電源プラグ】

電源プラグの刃、刃の取付面やコンセントにホコリが付いているときは、乾いた布でふき取ってください。



# 故障かな?と思ったら

修理を依頼される前に、次の点をお調べください。

こんなとき	ご確認ください
動かない	<ul style="list-style-type: none"><li>●電源プラグが抜けていませんか。 →しっかりと電源プラグを差し込んでください。</li><li>●配電盤のブレーカーが切れていませんか。 →お使いの電気製品を確認して容量内でお使いください。</li><li>●停電していませんか。</li><li>●調理中にドアを開閉しませんでしたか。 →スタートボタンを押すか、または再度設定してください。</li></ul>
何も表示していない	<ul style="list-style-type: none"><li>●ドアを閉めてしばらくすると自動的に電源が切れます。(オートオフ機能) →ドアを開閉して、「0」表示がでたら操作してください。</li></ul>
操作ボタンを押しても反応しない	<ul style="list-style-type: none"><li>●表示部が「0」を表示していますか。 →ドアを開閉して、「0」表示がでたら操作してください。(P6参照)</li><li>●チャイルドロックが設定されていませんか? →表示部に「」が表示されている場合は解除してください。(P6参照)</li><li>●消音モードになっていませんか? →消音モードではボタンを押しても音がしません。(P6参照)</li></ul>
スタートボタンを押しても加熱しない	<ul style="list-style-type: none"><li>●ドアが完全に閉まっていますか。 →ドアを確実に閉めてください。</li><li>●メニューは選びましたか。</li><li>●出力、時間などの設定は行いましたか。</li></ul>
すぐに加熱が止まる	<ul style="list-style-type: none"><li>●庫内が熱くなっていませんか。 →庫内が熱いときは、温度センサーが働き加熱を停止することがあります。 ドアを開けて庫内を冷ましてから加熱してください。</li></ul>
火花がでる(レンジ調理)	<ul style="list-style-type: none"><li>●金属容器やアルミホイル、金粉や銀粉などの飾りのある容器などを使っていませんか。 →使用できる容器に変えてください。(P7参照)</li><li>●庫内が空だったり、食品の量が少なすぎる状態で加熱していませんか。 →適量の食品を入れてください。</li></ul>
煙がでたり、いやなおいがる	<ul style="list-style-type: none"><li>●ご購入後から焼きをしましたか。(P8参照)</li><li>●庫内やドアに、調理物のカスや油などが付着していませんか。 →ふき取ってください。(P18参照)</li></ul>
加熱中にヒーターがついたり消えたりする	<ul style="list-style-type: none"><li>●メニューによってヒーターの制御をしています。故障ではありません。</li></ul>
加熱中に音がする	<ul style="list-style-type: none"><li>●加熱中にブーン、ゴトゴト、カチカチ、ポコンといった音がする場合があります。 →ファンやアンテナの動作音、スイッチ音、壁面の膨張・収縮音などであり、故障ではありません。</li></ul>
加熱後に音がする	<ul style="list-style-type: none"><li>●部品を冷却するファンの音です。故障ではありません。</li></ul>
ドアがくもり水滴が落ちる	<ul style="list-style-type: none"><li>●食品の水分が水蒸気となったものです。ふき取ってください。</li></ul>

# 故障かな?と思ったら

## こんな表示がでたら



「高温注意」点滅

- オープン加熱などで庫内が高温の場合に表示します。  
→ドアを開けて、庫内を冷ましてください。



- 機器が故障している場合があります。  
→続けて表示が出る場合はご使用を中止して、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店、またはお客様ご相談窓口にご相談ください。

※それぞれの確認や処置をしても異常がなおらなかったり、原因がわからないときは、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店へご連絡ください。

## 点検

電源コード、電源プラグはときどき点検を行ってください。

※電源コードやプラグに異常があるときは修理をご依頼ください。

- 電源プラグやコードが手で持てないくらい熱くなり、異常と感じたときは、次のことをご確認ください。

- 1.延長コードを使用していませんか。  
→コードは長くするほど抵抗が大きくなり発熱します。
- 2.同じコンセントで他の電気製品を使っていませんか。  
→コンセントの容量いっぱいで使用すると発熱する原因になります。
- 3.電源コードに傷があったり、異常に柔らかい部分がありませんか。  
→電源プラグ付近のコードは、抜き差しの回数が多かったり電源プラグをもたずに抜いたりして負荷をかけると内部で断線することがあり発熱します。
- 4.電源プラグが変形したり、変色、汚れが付着していませんか。  
→コンセントとの接触不良で発熱する原因になります。
- 5.別のコンセントでも熱くなりますか。  
→別のコンセントで症状がでない場合は、使っていたコンセントを確認してください。  
差し込みがゆるくなっていると熱くなる原因になります。

- 運転中、電源コードを動かすと電源が切れるときは、お買い上げの販売店にご相談ください。

# 仕様

定格電圧	AC100V	
定格周波数	50Hz/60Hz共用	
外形寸法	幅485mm×奥行376mm×高さ302mm	
質量	約15.3kg	
庫内有効寸法	幅283mm×奥行322mm×高さ約192mm	
コード長	約1.5m	
電子レンジ	消費電力	900/1250W(50/60Hz)
	高周波出力	650W(60Hzのみ)/500W/200W相当
	発振周波数	2450MHz
オーブン	消費電力	1380W(50/60Hz)
	温度調節範囲	35・40℃(発酵)、100～250℃
グリル	消費電力	820W(50/60Hz)
区分名	B	
電子レンジ機能の年間消費電力量	62.0kWh /年(50/60Hz)	
オーブン機能の年間消費電力量	10.6kWh /年(50/60Hz)	
年間待機時消費電力量	0.0kWh/年(50/60Hz)	
年間消費電力量	72.6kWh /年(50/60Hz)	

- 年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。
- 区分名は、省エネ法に基づき、機能、加熱方法、庫内容量の違いで分けています。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力は、周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量などによって変化しますので、目安としてご覧ください。
- レンジ出力500W以上で15分を超えて動作した場合、出力は約350Wに自動的に切り換わります。
- 長期間ご使用になられないときは、電源プラグをコンセントから抜いてください。

# アフターサービスについて

## 製品の保証について

- この説明書には、製品の保証書がついています。  
保証書は、お買い上げの販売店で「お買い上げ日」「販売店名」などの記入を受け、内容をよくお読みいただき大切に保管してください。
- 保証期間は、お買い上げ日より1年間です。(マグネトロンのみ2年間です。)  
保証書の記載内容により修理をいたしますが、保証期間中でも有料となる場合があります。
- 保証期間後の修理  
お買い上げ販売店にご相談ください。修理によって使用できる場合は、ご希望により有料修理いたします。

## 修理を依頼されるときは

「故障かな?と思ったら」に沿ってご確認いただき、それでも異常のあるときは、ただちに使用を中止し、お買い上げ販売店に修理をお申しつけください。ご自分での分解・修理は、絶対にしないでください。感電やけがのおそれがあります。

## 補修用性能部品について

この製品の補修用性能部品の最低保有期間は、製造打切り後8年です。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

## ■使いかたやお手入れなどのご相談は下記へ

本製品についてのお取り扱い・お手入れ方法などのご相談、ご転居されたりご贈答品などで、販売店に修理のご相談ができない場合は、右記までご相談ください。

### お客様ご相談窓口

ナビダイヤル  0570-019-700

※PHS、IP電話など一部の電話からのご利用はできません。  
受付時間 10:00～17:00 (土・日・祝日を除く)

- Eメールでのご相談も受け付けております。  
その際は製品名・品番・ご相談内容・お名前・お電話番号をご記入の上、ご相談ください。

### Eメールでのご相談は

info\_a@yamazen.co.jp

### 個人情報のお取り扱いについて

株式会社 山善及びその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、個人情報を適切に管理し、修理業務などを委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者には提供しません。

※お問い合わせの際には、保証書に記載の製品名・品番をご連絡ください。