

Black

IRIS OHYAMA

IHジャー炊飯器 室内・家庭用

型番 RC-INH50

取扱説明書



保証書付き(裏表紙)

このたびは、お買い上げいただきまことにありがとうございます。
ごぞいます。

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。
- ご使用前に「安全上の注意」を必ずお読みください。
- この取扱説明書はお使いになる方がいつでも見ることができるよう、大切に保管してください。
- 「保証書」は「お買い上げ日」「販売店名」の記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。

本製品は海外ではご使用になれません。
FOR USE IN JAPAN ONLY

RC-INH50

もくじ

準備と確認

いろいろなメニューの使いかた	2
安全上の注意	4
使用上の注意	7
各部の名称	9
使用する前に	12
時計の合わせかた	13

使いかた

おいしいごはんを炊くコツ	14
ごはんの炊きかた	16
・炊飯方法	16
・水位目盛一覧	17
・基本手順	17
・炊飯メニューについて	20
・ヘルシーメニューについて	21
・炊き上がり時間の目安	22
・低糖質メニューについて	23
・操作を途中で取り消すには	23
煮込み	24
低温調理	26
予約炊飯	30
保温について	32
お手入れ	36

こんなときには

お困りのときは	40
こんな表示が出たときは	45
仕様	46
保証とアフターサービス	47
保証書	裏表紙
クッキングガイド	33

いろいろなメニューの使いかた

米の種類や炊きかたに合わせて、メニューを選んでください。

■メニュー

炊きたいもの	メニュー	予約	炊飯容量	炊飯時間	保温
白米	白米	○	1～5.5合	約50～約60分	○
無洗米	無洗米	○	1～5.5合	約45～約65分	○
短時間で炊く	早炊き	×	1～5.5合	約30～約45分	○
省エネで炊く	エコ	○	1～5.5合	約45～約55分	○
炊込みごはん	炊込み	×	1～3合	約50～約60分	△
おかゆ	全がゆ	○	0.5～1.5合	約55～約65分	△
	5ぶがゆ	○	0.5合		△
煮込み料理をつくる	煮込み	×	白米・無洗米の 5.5合 水位線まで	設定した時間	×
低温調理をする	低温調理	×	—	設定した時間	×

■ヘルシーメニュー

炊きたいもの	メニュー	予約	炊飯容量	炊飯時間	保温
麦飯	もち麦	○	1～3合	約60～約75分	△
	押し麦	○	1～3合	約60～約80分	△
雑穀米	雑穀米	○	1～3合	約60～約70分	△
	おかゆ	○	0.5～1.5合	約55～約65分	△
	胚芽米	○	1～5.5合	約50～約60分	△
玄米	玄米	○	1～3合	約70～約85分	△
	おかゆ	○	0.5～1合	約55～約65分	△
	3ぶづき米	○	1～3合	約70～約85分	△
	5ぶづき米	○	1～3合	約50～約60分	△
	7ぶづき米	○	1～5.5合	約50～約60分	△
発芽玄米	発芽玄米	×	1～3合	約60～約70分	△
おこわ(もち米)	おこわ	×	1～3合	約45～約65分	△
食物繊維米	食物繊維	○	1～3合	約160～約175分	△
オートミールがゆ	オートミール	×	0.5～1.5合	約20～約30分	△
白滝ごはん	白滝	×	1～3合	約50～約70分	△
豆腐ごはん	豆腐	×	1～3合	約60～約70分	△
カリフラワーごはん	カリフラワー	×	1～3合	約55～約70分	△

■低糖質

炊きたいもの	メニュー	予約	炊飯容量	炊飯時間	保温
低糖質のごはん	糖質約15%抑制	○	1～3合	約55～約65分	△
	糖質約25%抑制	○	1～3合	約60～約70分	△

・メニューやヘルシーメニューを選んでいても、**低糖質**ボタンを押すと低糖質メニューになります。

○：できます ×：できません △：できますが、おすすめしません

■エコとは

少ない消費電力で炊飯します。

消費電力の比較：

白米：218.1Wh

白米（エコ）：159.7Wh

※ 通常のメニューに比べてかために炊き上がります。

■早炊きとは

米を浸す時間を省略して短い時間で炊き上げます。通常のメニューに比べてかために炊き上がります。

■いろんな炊きかた

麦飯（もち麦・押し麦）

- ・ 白米に麦を混ぜて炊くメニューです。

雑穀米

- ・ 白米に雑穀を混ぜて炊くメニューです。雑穀とは、あわ、ひえなど日本人が主食（白米）以外に利用している穀類の総称です。

胚芽米

- ・ 胚芽米を炊くメニューです。玄米からぬか層を削り、胚芽が8割以上残るように精米したお米のことです。

玄米

- ・ 玄米を炊くメニューです。玄米は、もみごめからもみがらだけを取り除いたお米です。

発芽玄米

- ・ 発芽玄米を炊くメニューです。
玄米に水を与えて、わずかに発芽させたお米です。

食物繊維

- ・ ごはんの中の難消化でんぷん（食物繊維と同じ働きをする成分）を増加させたごはんができます。

炊き込み

- ・ 具材は、米1合に対して100g程度までにして、水加減した後で、上にのせてください。

オートミール

- ・ おかゆ状に炊くメニューです。オートミールとは、オーツ麦という穀物を食べやすく加工したものです。

白滝

- ・ 白滝をごはんと一緒に炊くメニューです。白滝は米1合に対して150g（米と同量）を目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。

豆腐

- ・ 豆腐をごはんと一緒に炊くメニューです。豆腐は米1合に対して150g（米と同量）を目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。

カリフラワー

- ・ カリフラワーをごはんと一緒に炊くメニューです。カリフラワーは米1合に対して150g（米と同量）、最大でも米3合に対して500gまでを目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。

安全上の注意

最初に、この「安全上の注意」をよく読んでいただき、正しく使用してください。
人への危害や、財産への損害を未然に防止するため、必ず守る必要があることを説明しています。

図記号の意味



注意を促す記号
です。



禁止を示す記号
です。



必ず行うことを示す記号
です。



警告

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負うおそれがある内容を示しています。

電源プラグ・電源コードは正しく使う



- 電源プラグのほこりは定期的
に取る
ほこりがたまると、湿気などで絶
縁不良になり、火災・感電の原因
になります。
- 電源プラグはコンセントの奥
まで確実に差し込む
ショートによる火災・感電の原因
になります。
- 電源は交流100V・定格15A以
上のコンセントを単独で使う
発火・火災の原因になります。



プラグを抜く

- お手入れや点検、移動の際は、
必ず電源プラグをコンセント
から抜く
感電やけがの原因になります。
- 電源プラグを抜くときは、電
源コードを持たずに必ず電源
プラグを持って引き抜く
電源コードが破損し、火災・感電
の原因になります。



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・やけどの原因になり
ます。



- 電源コードを束ねて通電しない
過熱して火災・やけどの原因にな
ります。電源コードは、必ずのば
して使用してください。
- 電源コードを傷付けない
- 持ち運び時や収納時に電源コー
ドを引っ張らない
傷付ける、加工する、無理に曲げ
る、引っ張る、ねじる、重いものを
載せる、挟み込むなどしないでく
ださい。
電源コードが破損し、火災・感電
の原因になります。
- 電源コードや電源プラグが傷
んだり、コンセントの差し込み
がゆるいときは使わない
ショートによる火災・感電の原因
になります。電源コードが破損し
たときは、修理専用コールへお問
い合わせください。
- コンセントや延長コードなどの
定格を超える使いかたをしない
火災の原因になります。
- 乳幼児に電源プラグをなめさせ
ない
感電・けがの原因になります。



分解禁止

- 分解・修理・改造をしない
火災・感電・けがの原因になります。
修理については、お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。



- 本体底面の吸気口・排気口やすき間にピンや針金などの金属物を入れない
感電・けが・やけどの原因になります。



- 取扱説明書に記載した以外の使いかたをしない
火災・感電・けが・やけどの原因になります。



- 内ぶたの蒸気口をふさがない
ポリ袋に入ったままの食材を入れたり、落としぶたを使用したりしないでください。
蒸気口がふさがれ、過熱の原因になります。



- 専用の内釜以外使用しない
- 内釜を、ガスコンロなど他の調理器具で使用しない
火災の原因になります。



接触禁止

- 使用中や使用後しばらくは高温部に触れない
高温部に触れてやけどするおそれがあります。お手入れは十分に冷めてから行ってください。



- 子どもや取り扱いに不慣れな方に使わせたり、幼児に触れさせたりしない
感電・けが・やけどの原因になります。

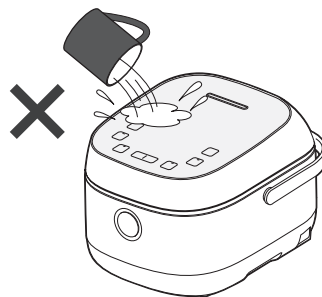


- 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源を切り、電源プラグをコンセントから抜く
発煙・火災・感電のおそれがあります。
【異常の例】
 - ・ 異常な音やにおいがする
 - ・ 電源プラグ・電源コードが異常に熱くなる
 - ・ 電源コードを動かすと、通電したりしなかったりする
 - ・ 触れるとピリピリ電気を感じる
 → 使用を中止し、お買い上げの販売店またはアイリスコールへお問い合わせください。



水ぬれ禁止

- 本体に水をかけない
- 本体を水洗いしない
漏電やショートを起こし、火災・感電の原因になります。

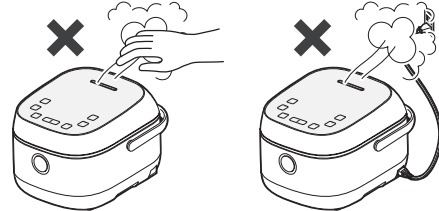


安全上の注意 つづき

炊飯中は



- 絶対にふたを開けない
- 持ち運ばない
- 蒸気口に顔や手を近づけない
やけど・事故の原因になります。
- 電源コード・電源プラグに蒸気を
当てない
火災・感電の原因になります。



注意

誤った取り扱いをすると、人がけがをしたり、物的損害が発生するおそれがある内容を示しています。



水ぬれ禁止

- 水のかかるところや、火気の近くで使用しない
ショート・感電の原因になります。



- 床の上・地面の上で使用しない
- 不安定な場所、熱に弱い敷物の上で使用しない
火災の原因になります。

- せまい棚の中で使用しない
操作パネルや電源コードに蒸気が当たると、火災・感電の原因になります。

- 底面の吸気口・排気口をふさがない
じゅうたん・ビニールクロス・アルミホイル・布などの上で使用しないでください。
過熱して火災の原因になります。



- 棚の耐荷重を守る
落下によるけが・やけどの原因になります。
耐荷重15kg以上のものを使ってください。



- 業務など家庭用以外で使用しない
本製品は家庭用として設計されています。業務など家庭用以外に使用すると、火災などの原因になります。



- 空だきをしない
変形・変色・故障の原因になります。



プラグを抜く

- 長期間使わないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜く
絶縁低下により、火災・感電の原因になります。



- 医療用ペースメーカーなどをお使いの方は、医師とよく相談する
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。

炊飯中は



- ふきんなどをかぶせない
過熱・火災や事故の原因になります。また、変形や変色の原因になります。



- 炊飯中は、必ずハンドルを後ろに倒す
蒸気でハンドルが熱くなります。

持ち運ぶときは



- ハンドルを持って振り回さない
- 落としたり、強い衝撃を与えたりしない
破損して、火災・感電の原因になります。
- フックボタンに触れない
突然ふたが開くと、けが・やけどの原因になります。



- 必ず本体のハンドルを持つ
他の部分を持って運ぶと、けが・やけどの原因になります。

安全上の注意／使用上の注意

使用上の注意

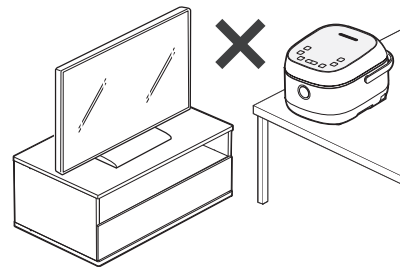
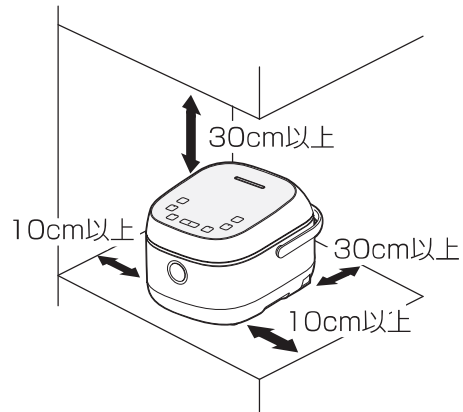
使用上のお願い

- 冷めたごはんを再加熱（炊飯）しないでください。
故障の原因になります。
- 内釜のふちや底、底温度センサーおよびふた温度センサーにこびりついたごはんつぶなどは取り除いてください。
ふたがきちんと閉まらず、ふきこぼれたり、おいしく炊けなかったり、故障する原因になります。
- 内釜の内面コーティングは、使用にともなって消耗し、はがれることがあります。人体には無害です。
コーティングがはがれてきた場合は、別売品の交換用内釜をお求めください。別売品のお求めはアイリスコールまでお問い合わせください。
- 使用にともない、内釜が変色することがありますが、炊き上がりの性能には影響ありません。
- 使い始めはプラスチックやゴムのにおいを感じる場合があります。
ご使用とともに少なくなります。
- 内ぶたと蒸気口セットは使用後毎回洗ってください。
- 内ぶたを取り付けないと炊飯器のふたは閉まりません。
内ぶたの取り付け忘れ防止機構になっています。
- 内ぶたパッキンは取り外せませんので、無理に引っ張らないでください。
お手入れの際に取り外さないでください。
内ぶたパッキンが元どおりに取り付けられず、正常に炊飯できなくなります。
- 内釜の破損・コーティングのはがれを防ぐために、以下のことを守ってください。
 - ・内釜が熱いうちに水を入れたりして急冷しない
 - ・空炊きしない
 - ・無洗米・白米以外のごはんは極力保温しない
 - ・無洗米・白米以外の食品を長時間入れたままにしない
 - ・内釜の中で酢やアルカリを使用しない
 - ・金属製のへらやスプーンなどを使用しない
 - ・お手入れにスポンジ以外の硬いたわしなどを使用しない
 - ・食器など硬いものを入れない
 - ・食器洗浄機に入れない
 - ・落下させない

使用上の注意 つづき

使用場所について

- 壁・家具などから図に示す距離を空けてください。
せまい場所で使用すると、過熱・火災の原因になります。風通しが良く、水などのかからないところで使用してください。
また、近すぎると、蒸気で壁や家具を傷める原因になります。
- 以下のような環境では、炊飯や調理の温度が上がらず、うまく炊飯または調理ができません。
 - ・室温が低すぎる
 - ・炊飯・調理する場所の標高が高い
 - ・水温が低すぎる
- 固い安定した台の上で使用してください。
- ラジオやテレビに近づけないでください。
ラジオやテレビにノイズが入る場合があります。

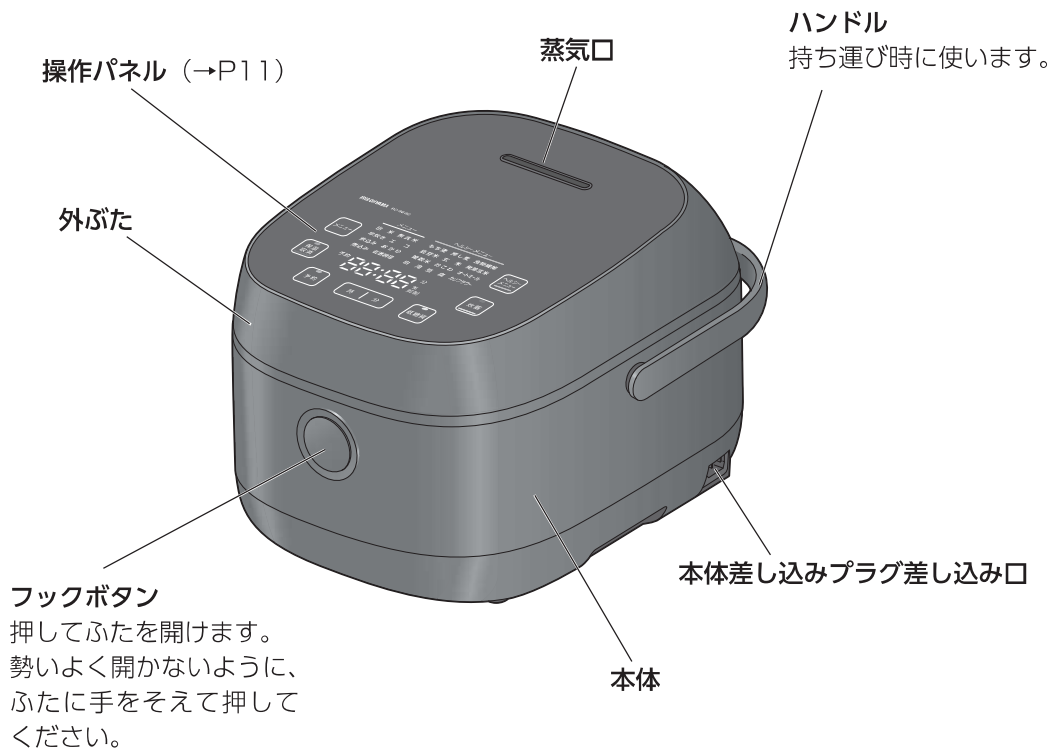


音について

- ボタンを操作したときや炊き上がったときに音が鳴ってお知らせします。

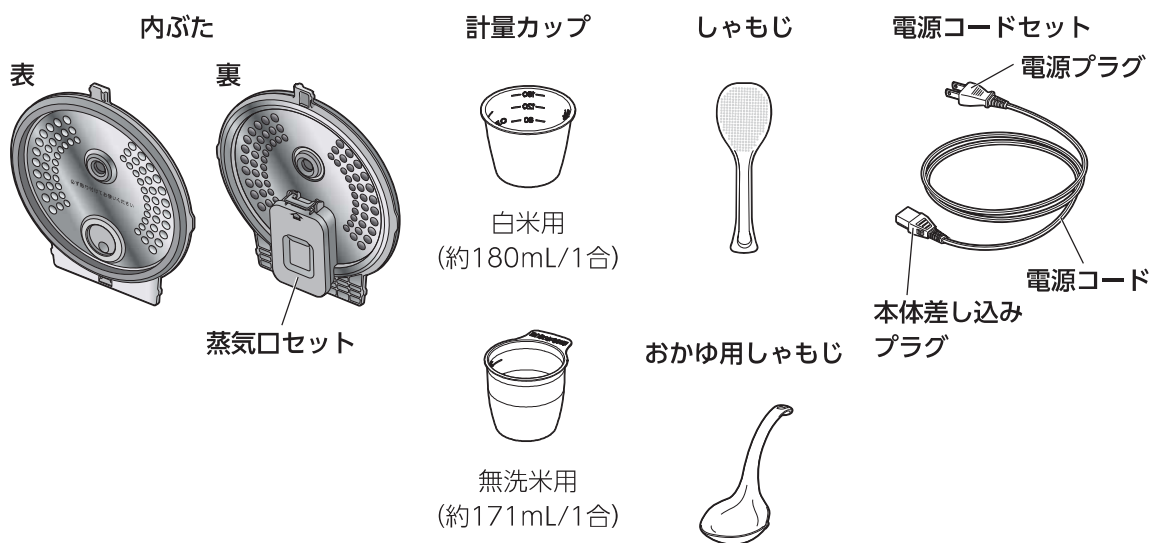
各部の名称

■正面



使用上の注意／各部の名称

■付属品

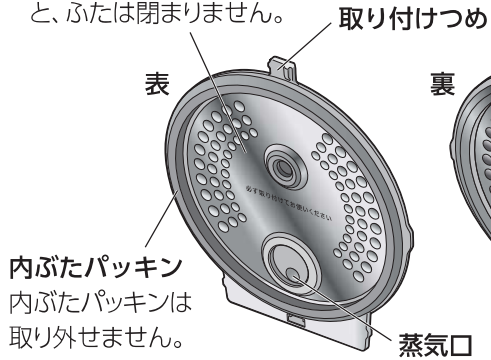


各部の名称 つづき

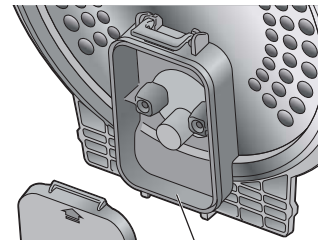
■内部

内ぶた

内ぶたを取り付け
ないと、ふたは閉まりません。



蒸気口セット
必ず取り付けてください。

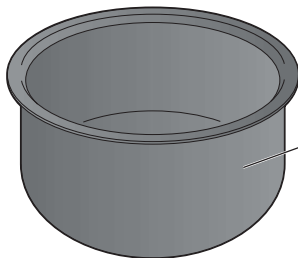
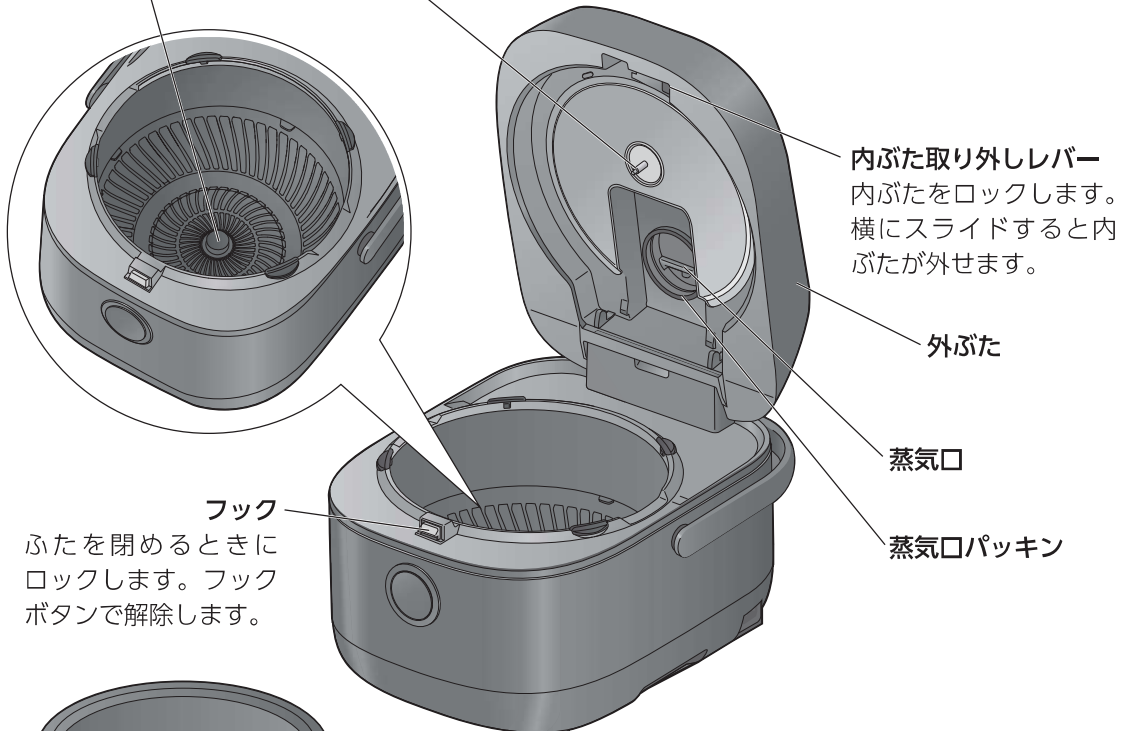


蒸気口ケース
蒸気口ケースは
取り外せません。

蒸気口 蒸気口キャップ

底温度センサー

ふた温度センサー



内釜

使用中・使用直後の内釜は高温に
なっていますので、直接手で触れ
ないように注意してください。

■ 操作パネル

メニューボタン・表示

ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。

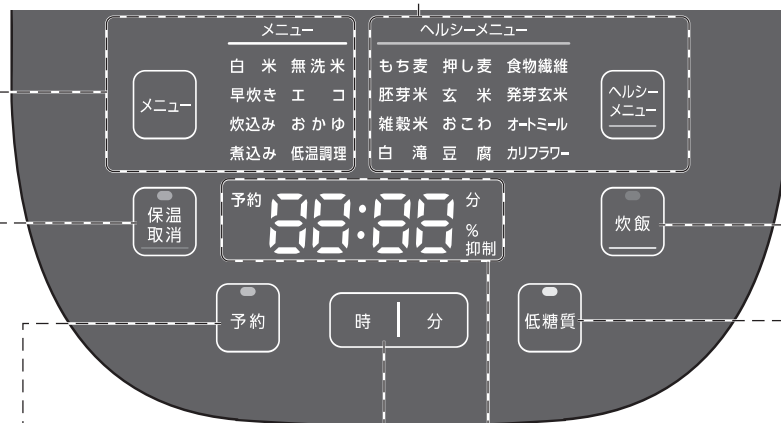
ヘルシーメニューボタン・表示

ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。

炊飯ボタン・ランプ

ボタンを長押しすると炊飯を開始します。予約モードのときは長押しすると予約が確定されます。

各部の名称



予約ボタン・ランプ

ボタンを押すと、予約モードになります。予約が確定するとランプが点灯します。低温調理メニューのときは、温度設定に使用します。(→P30)

表示部

(全表示の状態)
時計は24時間表示です。

保温/取消ボタン・ランプ

ごはんが炊き上がるとランプが点灯して保温になります。保温中にボタンを長押しすると保温が停止します。操作中にボタンを長押しすると、操作が取り消されます。

時ボタン・分ボタン

時計や予約時刻を設定します。煮込みメニューと低温調理メニューの時間設定に使用します。

低糖質ボタン・ランプ

ボタンを押すたびに15%抑制、25%抑制に切り替わります。

※ 保温/取消ボタンと炊飯ボタンは長押しで動作します。軽く押しただけでは動作しません。

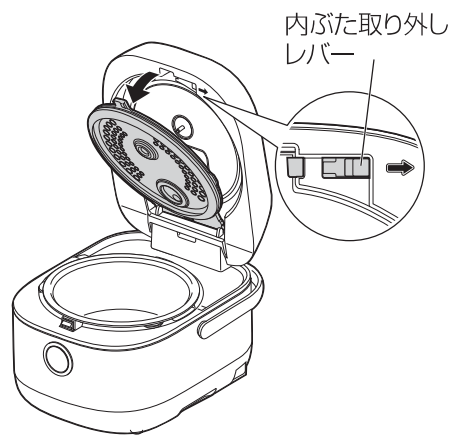
使用する前に

初めて使用するときは、まず梱包材を取り外し、内釜・内ぶた・蒸気口セット・付属品（電源コードセット以外）を洗ってからご使用ください。（→P36～39「お手入れ」）
洗った後、内ぶた・蒸気口セットはしっかり取り付けてください。

■内ぶたの取り外しかた・取り付けかた

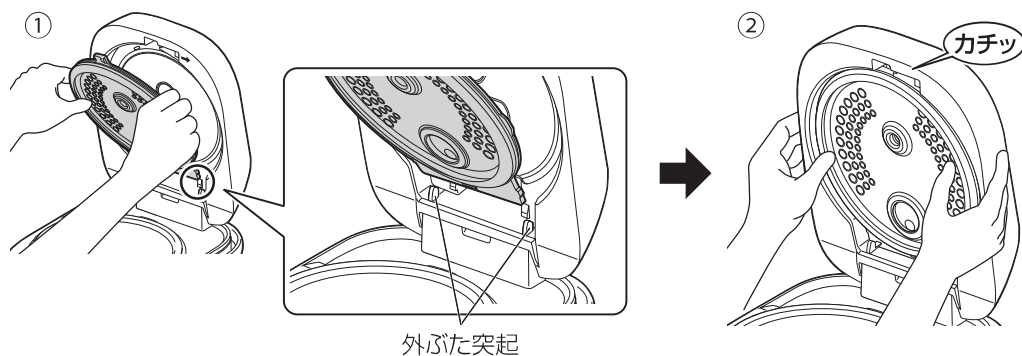
取り外しかた

- ・内ぶた取り外しレバーを横にずらすと内ぶたは外れます。



取り付けかた

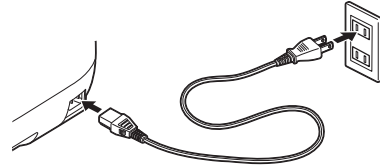
- ①内ぶた下部の突起を外ぶた内側の突起に引っ掛けます。
 - ②内ぶた上側を、カチッと鳴るまで押し込んでください。
- ※内ぶたの向きに注意してください。
（「必ず取り付けてお使いください」の文字が読める向きにしてください。）



時計の合わせかた

時計の時刻がずれてきたら、以下の手順で合わせてください。
炊飯中・保温中・予約中は時刻合わせできません。

1 電源コードを接続する



2 時 または 分 を長押しする

- 時刻表示全体が点滅します。



3 時刻表示が点滅している間に、

時・分 を押して、
時刻を設定する

- ボタンを押し続けると早送りできます。
 - ボタンを押さないでいると、5秒後に時刻が確定して「:」のみ点滅します。
- ※ 時計は24時間表示です。



使用する前に／時計の合わせかた

👉 ポイント

内蔵電池について

本製品は電源プラグを抜いても時計が動くように電池を内蔵しています。
内蔵電池が消耗すると、電源プラグをつないだときに時計は**12:00**からスタートします。
電池がなくなったときに予約する場合は、電源プラグを接続してから時刻を合わせてください。
電源プラグを抜き差しすると、再び時計は**12:00**になります。

おいしいごはんを炊くコツ

◆◆米について◆◆

米は、精米日の新しい、粒のそろった、つやのあるものを選びましょう。

- 精米した米は時間経過で劣化が進みます。また、精米してから時間が経った米は割れたり、炊き上がりがパサついたりすることがあります。
- おいしく食べられる期限は以下を目安にしてください。
夏：精米後2週間
冬：精米後2か月
- 米は、密閉できる容器に入れて冷暗所（冷蔵庫など）に保管するとおいしさが長持ちします。

◆◆水について◆◆

水は以下のものを使用してください。

- pH9以下のもの
→アルカリイオン水などを使用すると、黄変したりべちゃつく原因になります。
- 硬度100以下の軟水
→硬度が100以上の水を使用すると、ごはんがパサついたり、かたくなったりすることがあります。
- 5～35℃のもの

◆◆米の計量◆◆

必ず付属の計量カップを使い、計量カップを振らずに、すりきりで量ってください。

※計量米びつや市販の計量カップ（200mL）では正確に量れないことがあります



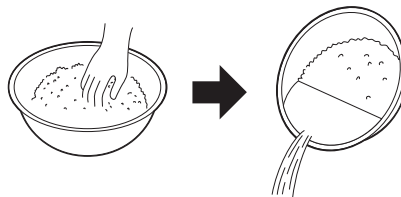
◆◆米の洗いかた◆◆

ゴシゴシこすり洗いをする必要はありません。かき混ぜるようにやさしく洗ってください。

- ① 最初は米全体が浸るように水をたっぷり入れ、すぐに水を捨てる。（お湯は使わないでください。）
→すぐに捨てないと、ぬか臭い水を米が吸ってしまうのでご注意ください。



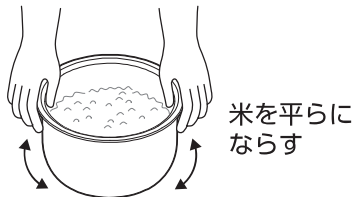
- ② 同様に水を入れた後、米を軽くかき混ぜるように洗い、水を捨てる。



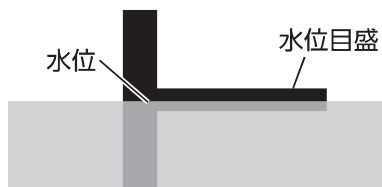
- ③ ②を3～5回くらい繰り返す。
→水が透明になるまで洗う必要はありません。

◆◆水の計量のしかた◆◆

- ①米を平らにならす。
→内釜を回すように動かして、米が平らになるようにならしてください。



- ②内釜を平らな台にのせる。
③炊きたいメニュー・合数に合わせて、左右の水位目盛を見ながら線の中央に水位が合うようにセットする。



- 水加減する場合は、水位目盛から1～3mmの範囲で水位を調整してください。(新米は少なめ、古い米は多めに)
- 米の新しさ・保存状態・銘柄・産地などによって炊き上がりのかたさに差が出ます。季節やお好みで水加減してください。

◆◆炊飯する◆◆

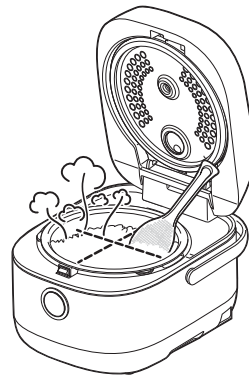
- 釜の外側に水滴や米が付着していないか確認し、付着している場合は拭いて取り除いてください。
→付着物を取り除くことで温度センサーがしっかり動作し、おいしく炊飯することができます。

◆◆炊き上がったら◆◆

炊飯が完了したら10分以内にふたを開け、ごはんをほぐしてください。

→熱いうちにしっかりほぐすことで適度に水分が飛び、ごはん全体が均一な仕上がりになります。

- ほぐしかた
 - ①ごはんを十字に切って4等分にする。
 - ②1/4ずつ切るようにほぐす。
 ※4等分することで、ほぐしやすくなります。



◆◆保温について◆◆

ごはんの乾燥やべちゃつきを防ぐため、以下の保温はしないでください。

- 少量を長時間保温
→少量のご飯を保温する際は釜の中央に盛るようにごはんを集めてください。(乾燥やべちゃつきが進みにくくなります)
- 24時間を超える保温
→ごはんの乾燥や変色、べちゃつきや保温臭の発生が進むためしないでください。
- しゃもじを入れたまま保温

ごはんの炊きかた

■炊飯方法

メニュー

メニュー		炊飯容量 (カップ)	メニュー		炊飯容量 (カップ)
白米	無洗米	1.0L (5.5 合)	おかゆ	全がゆ	0.27L (1.5 合)
炊込み*				0.54L (3 合)	5 ぶがゆ

※ 調味料込みで水位線に合わせる

ヘルシーメニュー

1合の場合 (他合数は×合数分)

メニュー	基本となるお米		追加分		最大合数	
	種類	カップ計量	種類	カップ計量		
麦飯	もち麦 3 割	白米 / 無洗米	1 杯	もち麦	1/4 の目盛	3
	もち麦 1 割	白米 / 無洗米	1 杯	もち麦	1/4 の目盛の半分	3
	押し麦 3 割	白米 / 無洗米	1 杯	押し麦	1/4 の目盛	3
	押し麦 1 割	白米 / 無洗米	1 杯	押し麦	1/4 の目盛の半分	3
雑穀米 (1 割)	白米 / 無洗米	1 杯	雑穀	1/4 の目盛の半分	3	
胚芽米	胚芽米	1 杯		なし	5.5	
玄米	玄米	1 杯		なし	3	
発芽玄米	発芽玄米	1 杯		なし	3	
おこわ	もち米	1 杯		なし	3	
食物繊維	白米 / 無洗米	1 杯		なし	3	
オートミール	オートミール*	1 杯		なし	1.5	
白滝	白米 / 無洗米	1 杯	白滝	なし (約 150g)	3	
豆腐	白米 / 無洗米	1 杯	豆腐	なし (約 150g (0.5 丁))	3	
カリフラワー	白米 / 無洗米	1 杯	カリフラワー	なし (約 150g (1/3 株))	3	

※ オートミール、白滝、豆腐、カリフラワーの詳しい炊飯方法はP33、34をご覧ください。

低糖質メニュー

メニュー		炊飯容量 (カップ)
低糖質	15% 抑制	0.54L (3 合)
	25% 抑制	

メニュー表示外メニューの炊飯方法

使用米	使用メニュー	最大合数	備考・注意点
ぶづき米	3ぶづき	玄米	精米度と使用するメニューが異なると、ふきこぼれることがあるので確認してください。それでもふきこぼれる場合は、水の量を調節してください。
	5ぶづき	胚芽米	
	7ぶづき	白米	
玄米がゆ	おかゆ	1	おかゆの注意事項と同じです。P20を参照ください。 ※全がゆのみ
雑穀米がゆ	おかゆ	1.5	雑穀を混ぜる割合は、炊飯量の1割以下にしてください。おかゆの注意事項と同じです。P20を参照ください。 ※全がゆのみ

■ 水位目盛一覧

メニュー

メニュー	水位目盛
白米	白米・無洗米
無洗米	白米・無洗米
早炊き	白米・無洗米
エコ	エコ

メニュー	水位目盛
炊込み	白米・無洗米 (水位目盛 3 まで)
おかゆ	おかゆ (5 ぶ・全)
煮込み	—
低温調理	—

ヘルシーメニュー

メニュー	水位目盛
もち麦	もち麦・押し麦 (1 割・3 割)
押し麦	もち麦・押し麦 (1 割・3 割)
食物繊維	雑穀米
胚芽米	白米・無洗米
玄米	玄米
発芽玄米	発芽玄米

メニュー	水位目盛
雑穀米	雑穀米
おこわ	白滝
オートミール	おかゆ全 (水位目盛 1.5 まで)
白滝	白滝
豆腐	白米・無洗米 (水位目盛 3 まで)
カリフラワー	白米・無洗米 (水位目盛 3 まで)

低糖質メニュー

メニュー	水位目盛
低糖質	低糖質 (15%・25%)

■ 基本手順

1 付属の計量カップで米を計量する

- 計量カップすりきりで1合です。
- 0.5合を量るときは、1/2の目盛に合わせてください。
- ヘルシーメニューは白米用計量カップを使用してください。



白米 (1合) 用
計量カップ



無洗米 (1合) 用
計量カップ

■ 麦 (もち麦・押し麦)、雑穀の量りかた

※ 麦や雑穀は水加減をしてから、上にのせてください。

- 麦飯 (3 割)
白米用計量カップの
1/4 の目盛に合わせて
てください。



- 麦飯 (1 割)、雑穀
白米用計量カップの
1/4 の目盛の半分
に合わせてください。



1/4目盛の半分

つづく→

ごはんの炊きかた つづき

2 米を洗う

- 1 ボウルに米を入れ、たっぷりの水を入れて大きくかき混ぜ、すぐに水を捨てる
- 2 新しく水をたっぷり入れ、指をたてて軽くかき混ぜるように洗い、水を捨てる
- 3 2を3～5回繰り返す

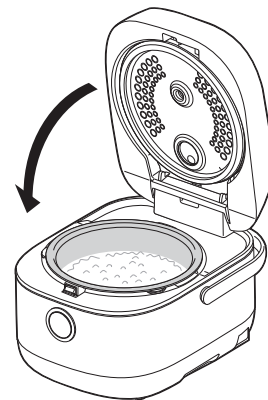
- ・無洗米は水が白くにごることがあります。そのまま炊飯すると、ふきこぼれたり、焦げがでけたりします。水が白くにごるときは、1～2回軽くすすいでください。
- ・お湯で洗わないでください。
- ・米は時間をかけず、手早く洗ってください。
力を入れて洗ったり、洗ったあとにザルなどに入れて放置したりすると、米が割れてうまく炊けない原因になります。
- ・洗米不足の白米を炊くと、ふきこぼれることがあります。

3 水加減する

- ・水位目盛一覧については、P17をご覧ください。
- ・洗った米を内釜に入れて、水平なところに置き、炊く米の合数に合った目盛を目安にして水を入れてください。
- ・水加減する場合は、水位目盛から1～3mmの範囲で水位を調整してください。
(新米は少なめ、古い米は多めに)
- ・水を入れすぎると、ふきこぼれることがあります。
- ・アルカリイオン水などは使用しないでください。変色したりにおいが付いたりします。

4 内釜をセットしてふたを閉める

- ・内釜の外側や本体内側に付いた米つぶや水滴は拭き取ってください。
- ・内ぶた・蒸気口セットがしっかり取り付けられていることを確認してください。
- ・米は平らにならしてください。



5 電源コードを接続する


- ※途中で操作を取り消したり、炊飯・保温を途中で停止するときは、**保温/取消**ボタンを押してください。



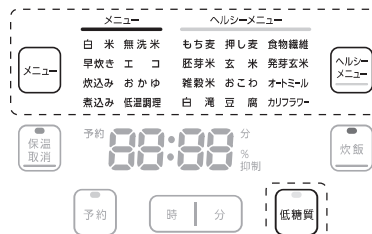
6

メニュー、ヘルシーメニュー、低糖質を押して、メニューを選ぶ

- メニューまたはヘルシーメニューを押すたびにメニューが切り替わります。
 - 低糖質を押すと15%、25%が切り替わります。
 - メニューやヘルシーメニューを選んでいても、低糖質メニューになります。
- ※電源プラグを抜いても、選んだメニューが記憶されます。

 ポイント

お買い上げ時はエコメニューに設定されています。お好みに合わせてメニューを選んでください。



7

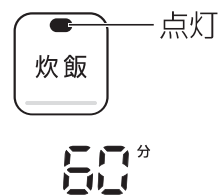
炊飯を長押しして、炊飯を開始する

- 炊飯ランプが点灯し、炊き上がりまでの残り時間の目安が表示されます。



注意

- 炊飯中はハンドルを必ず後ろに倒してください。




8

炊き上がり

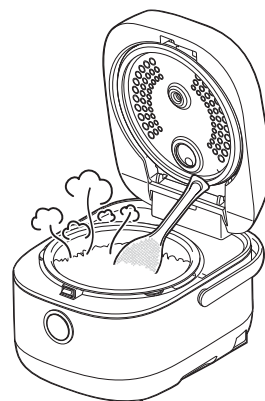
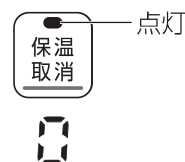
炊き上がるとブザーが鳴り、自動的に保温になります。保温ランプが点灯し、炊き上がりからの経過時間が表示されます。

- 保温は24時間以上しないでください。

- 炊き上がったときは蒸らしまで終わっています。すぐにほぐすことで余分な水分を逃がし、仕上がりをよくします。おかゆは、全体を軽く混ぜて5分ほど置いてからお召し上がりください。
- ※ふたを開けたときに内釜の後ろに水がたまることがあるので、ふきんなどで拭き取ってください。

 ポイント

炊き上がったらずちにほぐすことで余分な水分を逃がし、仕上がりをよくします。



ごはんの炊きかた

ごはんの炊きかた つづき

■炊飯メニューについて

白米	白米を炊くときに選びます。
無洗米	無洗米を炊くときに選びます。
早炊き	標準炊飯より短い時間で炊き上げます。 少しかために炊き上がります。
エコ	<p>少ない消費電力で炊飯します。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>消費電力量の比較 白米：218.1Wh、白米（エコ）：159.7Wh</p> </div> <p>通常のメニューに比べてかために炊き上がります。かたく感じるときは以下の方法をお試してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あらかじめ米を浸してから、炊飯する ・水の量を増やす（水位線より1～3mm程度が目安） ・炊き上がってほぐしてから、ふたを閉めてしばらく置く <p>※ふたを開けたときに内釜の後ろに水がたまることがあります。ふきんなどで拭き取ってください。</p>
炊込み	<ul style="list-style-type: none"> ・米は、白米または無洗米を使用して、3合までにしてください。 ・調味料はよくかき混ぜてください。 ・米を入れた後に、調味料と水を合わせて合数の目盛まで入れ、釜の底からしっかり混ぜてください。 <p>※調味料と水がよく混ざっていないと、うまく炊けないことがあります。また、調味料が多すぎるときも、うまく炊けないことがあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具は、米1合に対して100g程度までにして、水加減した後で、上にのせてください。 <p>※水加減する前に具を入れると、水加減が正しくできません。</p>
おかゆ	水加減は全がゆと5ぶがゆでそれぞれの目盛に合わせてください。
煮込み	煮込みについては、P24をご覧ください。
低温調理	低温調理については、P26をご覧ください。

■ ヘルシーメニューについて

麦飯 (もち麦・押し麦)	<p>もち麦・押し麦を白米に混ぜて炊くときに選びます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 麦100%の麦飯は炊けません。 ・ もち麦・押し麦を混ぜる割合は、炊飯量の1割か3割にしてください。 ・ もち麦・押し麦は水加減をした後に入れてください。 <p>※ 麦飯は炊き上がった後早めに召し上がりください。変色やにおいの原因になります。</p>
食物繊維	<p>ごはんの中の難消化でんぷん（食物繊維）を増加させたごはんができます。</p> <p>※ 食物繊維米を炊くときは、次の点に注意してください。</p> <p>食物繊維メニューで炊飯するときは</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 米は白米・無洗米を使用して、3合までにしてください。 ・ 通常のメニューに比べてかために仕上がったり、ごはんがぬるく感じたりすることがあります。 ・ 全体をよくほぐしてから召し上がりください。
胚芽米	<ul style="list-style-type: none"> ・ 市販の袋に水加減などの記載があるときは、そちらにしてください。
玄米	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3ぶづきは玄米、5ぶづきは胚芽米、7ぶづきは白米のメニューを選んでください。
発芽玄米	<ul style="list-style-type: none"> ・ 予約炊飯および30分以上浸しての炊飯はしないでください。 ・ 発芽玄米機を使用して作った発芽玄米をお使いになる場合の炊きかたは、発芽玄米機を販売しているメーカーの使用方にしてください。 ・ 市販の袋に水加減などの記載があるときは、それにしてください。
雑穀米	<p>雑穀を白米に混ぜて炊くときに選びます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 雑穀100%では炊けません。 ・ 雑穀を混ぜる割合は、炊飯量の1割以下にしてください。 ・ 雑穀は水加減をした後に入れ、混ぜずに炊いてください。 <p>※ 雑穀の種類や配合によって炊き上がりが異なります。お好みに合わせて水加減で調節をするか、市販の袋に水加減などの記載がある場合は、そちらにしてください。</p>
おこわ	<ul style="list-style-type: none"> ・ もち米を入れた後に、よくかき混ぜた調味料と水を合わせて入れ、水加減をしてから釜の底からしっかり混ぜてください。 ・ 具は、もち米1合に対して100g以下にして、水加減をした後、上にのせてください。(多すぎるとうまく炊けません) <p>※ やわらかめに炊きたい場合は、もち米を洗った後約30分ざるにあげておきます。</p> <p>※ うるち米を混ぜて炊く場合は、おこわの水位目盛より少し多めの水加減にしてください。</p>

ごはんの炊きかた

ごはんの炊きかた つづき

オートミール	<p>オートミールがゆを炊くときに選びます。</p> <p>※ オーツ麦という穀物を食べやすく加工したものです。</p> <p>「おかゆ」の水位線の全がゆに合わせて、最大1.5合まで炊飯できます。オートミールを炊く場合は、「おかゆ」の水位線、オートミールメニュー以外で炊飯しないでください。ふきこぼれの原因となります。</p> <p>オートミールがゆの炊きかたはクッキングガイド (→P34) をご覧ください。</p>
白滝	<p>白滝ごはんを炊くときに選びます。</p> <p>白滝は米1合に対して150g (米と同量) を目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。</p> <p>白滝ごはんの炊きかたはクッキングガイド (→P33) をご覧ください。</p>
豆腐	<p>豆腐ごはんを炊くときに選びます。</p> <p>豆腐は米1合に対して150g (米と同量) を目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。</p> <p>豆腐ごはんの炊きかたはクッキングガイド (→P33) をご覧ください。</p>
カリフラワー	<p>カリフラワーごはんを炊くときに選びます。</p> <p>カリフラワーは米1合に対して150g (米と同量)、最大でも米3合に対して500gまでを目安の量とし、水加減した後で上にのせてください。</p> <p>カリフラワーごはんの炊きかたはクッキングガイド (→P34) をご覧ください。</p>

■炊き上がり時間の目安

炊飯メニュー

メニュー	炊飯時間の目安	メニュー	炊飯時間の目安
白米	約50～約60分	エコ	約45～約55分
無洗米	約45～約65分	炊込み	約50～約60分
早炊き	約30～約45分	おかゆ	約55～約65分

ヘルシーメニュー

メニュー	炊飯時間の目安	メニュー	炊飯時間の目安
もち麦	約60～約75分	おこわ	約45～約65分
押し麦	約60～約80分	食物繊維	約160～約175分
雑穀米	約60～約70分	オートミール	約20～約30分
胚芽米	約50～約60分	白滝	約50～約70分
玄米	約70～約85分	豆腐	約60～約70分
発芽玄米	約60～約70分	カリフラワー	約55～約70分

上記は炊き上がりまでの時間の目安です。予約炊飯したときは、多少異なることがあります。

※ 炊飯時間は、炊飯量・米の種類・具の種類や量・季節・室温・水温・水加減などによって変動します。

■ 低糖質メニューについて

低糖質

糖質を抑制したごはんを炊くときに選びます。


- 15%、25%の抑制率から選べます。
- 水を入れすぎると、ふきこぼれることがあります。
- 炊き上がりはやわらかめになります。
- 糖質を抑制できるのは、白米・無洗米で炊飯した場合のみです。その他は糖質抑制できません。

炊き上がり時間の目安

メニュー		炊飯時間の目安
低糖質	15%抑制	約55～約65分
	25%抑制	約60～約70分

上記は炊き上がりまでの時間の目安です。予約炊飯したときは、多少異なることがあります。
※ 炊飯時間は、炊飯量・米の種類・具の種類や量・季節・室温・水温・水加減などによって変動します。

■ 操作を途中で取り消すには

-  を長押ししてください。操作が取り消されて初期設定（白米）に戻ります。

煮込み

煮込み時間を設定して、煮込み調理ができます。

煮込み調理できるのは、汁物（みそ汁、スープなど）やカレー、シチューのみです。

（ゆで調理や焼き物・炒めもの調理はできません。）

煮込み調理する場合は、材料の炒め・味付けなど下ごしらえは済ませてください。

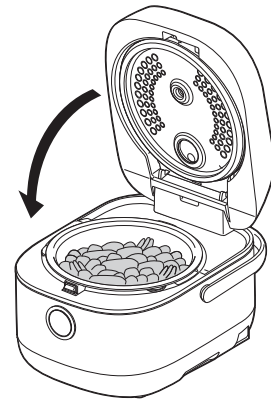
- 落としふたやクッキングシート、ラップなどは、内釜の蒸気口をふさぐおそれがあるので、使用しないでください。
- カレー・シチューなど焦げ付きやすいものは、時々かき混ぜてください。
- 具材のにおいの強いものを調理すると、炊飯したときに、ごはんのにおいがうつることがあります。

1 内釜に材料を入れて本体にセットし、ふたを閉める

- ・ 煮込み調理できるのは、白米・無洗米の5.5合の目盛に入る量までです。
- ・ 内釜の外側や本体内部に付いた食材や水滴は拭き取ってください。
- ・ 内釜・蒸気口セットがしっかり取り付けられていることを確認してください。

ポイント

調味料やとろみ材料などは、あらかじめよくかき混ぜてください。かたくり粉などは最後に入れることをおすすめします。

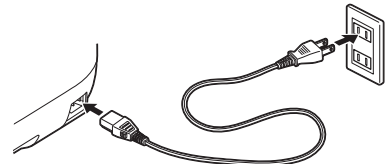


2 電源コードを接続する

- ・ 本体差し込みプラグを本体後ろの差し込み口に接続し、電源プラグをコンセントに差し込んでください。

※途中で操作を取り消したり、調理を途中で停止すると

きは  を長押ししてください。





3 を押して煮込みを選ぶ

メニュー

白米 無洗米
早炊き 工 コ
炊込み おかゆ
煮込み 低温調理

4

 ・  で時間を設定する

- ・  を押すと5分単位で時間が増え、 を押すと5分単位で時間が減ります。ボタンを押し続けると早送りできます。
- ※ 設定できる時間は、5分～120分までです。

5

 を長押しして煮込み調理を開始する

- ・ **炊飯**ランプが点灯し、残り時間が表示されます。
- ・ 設定した時間が経過すると、調理が終了してブザー音が鳴ります。



- 煮込み調理後は、材料を長時間入れたままにしないでください。
- 煮込み調理した食材を、本製品の保温機能を使用して保温しないでください。

低温調理

■低温調理について

低温調理では高温による殺菌ができないため、調理方法を誤ると食中毒を起こすおそれがあります。調理の際は、以下の注意を守ってください。

- 調理前に手や器具をよく洗い、衛生的に調理してください。
- 食材は新鮮なものを使用し、調理に使用するチャック付きの密封袋は毎回新しいものを使用してください。
- 調理時は、直接手で食材に触れないでください。
- 食肉を調理する場合は、必ずかたまり肉を使用してください。
- 使用する水・食材・環境の温度が低いと、加熱温度が十分に上がらない場合があります。加熱温度に不安があるときは、仕上がりを見て追加加熱をしてください。



注意

- 調理後は粗熱を取った後90分以内にお召し上がりいただくか、冷蔵保存をしてお早めにお召し上がりください。常温で長時間放置すると、食中毒のリスクが高まります。
- 妊婦・乳児・高齢者など免疫力の弱い方に食べさせるときは、十分に注意してください。調理や食品の状態、健康の具合などに不安のあるときは食べさせないでください。
- 調理時・保存時は、菌が繁殖する5～55℃の温度帯は避けてください。

食中毒菌等の死滅条件

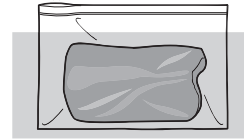
細菌等	温度と加熱時間	細菌等	温度と加熱時間
腸管出血性大腸菌	75℃ 1分	リステリア	65℃ 数分
カンピロバクター	75℃ 1分	ノロウイルス	85～90℃ 90秒間以上
サルモネラ属菌	75℃ 1分		

内閣府 食品安全委員会 広報誌「食品安全」第50号より引用
http://www.fsc.go.jp/visual/kikanshi/k_index_back_number_50.html

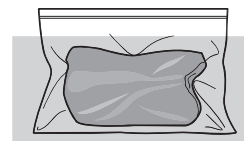
1 内釜に材料を入れる

- 食材はあらかじめ室温に戻し、調味料と混ぜあわせて密封できるチャック付きの密封袋に入れます。1cmほど残してチャックを閉め、水を張った深めの容器にゆっくりと沈めると、水圧で空気が抜けます。最後にチャックを閉め切ります。
 - 魚のとがったひれなどはキッチンばさみで切り取ってください。骨はできるだけ抜いてください。密封袋に穴が開くことがあります。
- ※密封袋は毎回新しいものを使用してください。

↑ 空気を抜く



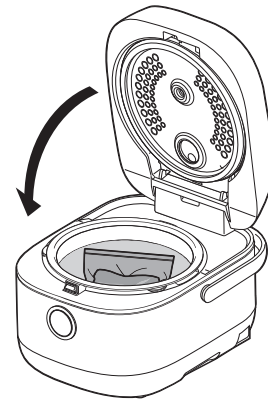
← チャックを閉める



- 内釜に水を入れます。水は調理する食材が完全に沈む量を入れてください。
- 食材を入れた密封袋を、水に完全に沈めます。浮き上がってくる場合は、おもりになるものを載せてください。


2 内釜を本体にセットし、ふたを閉める

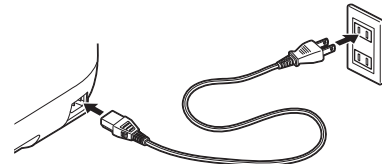
- 内釜の外側や本体内側に付いた食材や水滴は拭き取ってください。
- 内ふた・蒸気口セットがしっかり取り付けられていることを確認してください。



低温調理

3 電源コードを接続する

- 本体差し込みプラグを本体後ろの差し込み口に接続し、電源プラグをコンセントに差し込んでください。
- ※途中で操作を取り消したり、調理を途中で停止するときは  を長押ししてください。



低温調理 つづき

4



を押して低温調理を選ぶ

メニュー

白米 無洗米
早炊き エ コ
炊込み おかゆ
煮込み 低温調理

5

・を押して時間を設定する

- を押すと時間が増え、を押すと時間が減ります。ボタンを押し続けると早送りできます。
- ボタンを押すごとに設定できる時間は以下のとおりです。10分～8時間まで設定できます。

時間範囲	単位
10分～1時間まで	10分
1時間～2時間まで	30分
2時間～8時間まで	1時間

- 時間表示の例は下記のとおりです。
例：120分（120分までは数字のみ）


120

- 例：3時間（3時間以降は数字と時間単位）

3H

6

を押して温度を設定する

- で、温度を設定します。40～75（℃）の範囲で5℃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。

7

 を長押しして、低温調理を開始する

- 炊飯ランプが点灯します。
- 調理温度に達した後、設定時間のカウントダウンが始まります。
- 設定した時間が経過すると、調理が終了してブザー音が鳴ります。



できあがったら

- 低温調理したものは、できるだけ早めに冷蔵庫などで冷やしてください。室温で冷ますと、食中毒菌の発生する温度帯の時間が長くなります。
- 低温調理したものは保温しないでください。

予約炊飯

予約した時刻に炊き上げることができます。

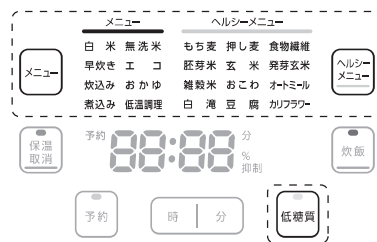
※ あらかじめ現在時刻を合わせてください。(→P13)

1 電源コードを接続し、メニュー、ヘルシーメニュー、低糖質からお好みのメニューを選ぶ

- **メニュー** または **ヘルシーメニュー** を押すたびにメニューが切り替わります。
- **低糖質** を押すと15%、25%が切り替わります。
- **メニュー** や **ヘルシーメニュー** を選んでいても、**低糖質** を押すと低糖質メニューになります。

ポイント

早炊き、炊込み、煮込み、低温調理、発芽玄米、おこわ、オートミール、白滝、豆腐、カリフラワーは予約炊飯では選べません。



2 予約を押す

- 予約表示、予約ランプが点滅します。
- ※ 途中で操作を取り消すときは **保温取消** を長押ししてください。



■ 予約時刻の変更をする場合

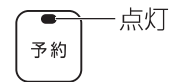
予約時刻を変更する場合は、**時**・**分** で変更する

- ボタンを押し続けると早送りできます。
 - 予約時刻は24時間表示で、10分単位で設定できます。
- ※ 設定した時刻は記憶されます。

3

炊飯を長押しする

- 予約ランプが点灯し、予約時刻が表示されます。
現在時刻を確認したいときは、**時** または **分** を押すと約2秒間表示されます。



予約 18:30

※ 予約炊飯を取り消したり、炊飯を途中で停止するときは、**保温取消** を長押ししてください。

炊飯する時刻になると

- 炊飯ランプが点灯し、予約した時刻に炊き上がります。ごはんが炊き上がると保温になります。

ポイント

炊き上がりまでの時間が短すぎると、予約設定後すぐに炊飯を開始する場合があります。

メニュー	予約可能時間
食物繊維	炊き上がりの約3時間前～
その他予約可能なメニュー	炊き上がりの約90分前～

予約炊飯

保温について

■保温についての注意

●保温は24時間以上しないください。

- ・煮込み、低温調理は保温になりません。
- ・保温は24時間以上しないください。
- ・残ったごはんを長時間保温すると、黄ばんだり、かたくなったり、におったり、ごはんの上に水滴が落ちてべちゃべちゃになります。
- ・12時間以上は保温せず、ラップで包み、冷凍庫での保存をおすすめします。
- ・炊き込みごはんや調味料入りのごはんは、保温しないでください。(乾燥・変色・においの原因)
- ・おかゆは、でき上がったら極力長時間保温せず、取り出してください。(のり状や水っぽくなる原因)
- ・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)
- ・保温中も、時々底からすくい上げるようにして、全体をほぐしてください。
- ・少量のごはんのときは内釜の中央に寄せて保温し、できるだけ早くお召し上がりください。

ポイント


- ・エコメニューで炊飯したときは、保温温度がやや低くなり、長時間の保温には適しません。

を3回長押しすることで通常の保温に切り替えができます。

- 1回長押し→保温停止
- 2回長押し→エコ炊飯設定の解除
- 3回長押し→通常保温の開始

※冷たくなったごはんは、本製品の保温機能を使用しても温かくはなりません。

■誤って保温を停止してしまったときは

ボタンを長押ししたり、電源プラグを抜いたりして、保温を停止してしまったときは、以下の方法で保温を再開してください。

- ・を1回長押しすると、保温ランプが点灯して保温になります。

■保温を停止するには/操作を途中で取り消すには

を長押ししてください。

- ・操作が取り消されて初期設定(白米)に戻ります。



クッキングガイド

白滝ごはん

使用メニュー：白滝

材料	分量
米	1～3合
白滝	1合当たり150g

作りかた

- 炊く米の量と同量 (g) の白滝を用意する。(米1合当たり150g)
- 白滝はあく抜きをして、よく水を切る。
- 水を切った白滝をみじん切りにする。
- 洗米した米を内釜に入れ、**白滝**の水位目盛 (炊く米の合数分の水位線まで) に水を入れる。
- 米の上に **3** の白滝をのせ、ふたを閉める。(具材と米は混ぜないでください。)
- 白滝**メニューを選び、**炊飯**ボタンを押す。
- 炊き上がったら、ほぐしながら白滝とごはんを混ぜる。

豆腐ごはん

使用メニュー：豆腐

材料	分量
米	1～3合
木綿豆腐	1合当たり0.5丁

※ 1丁=300gと仮定

作りかた

- 炊く米の量と同量 (g) の木綿豆腐を用意する。(米1合当たり0.5丁)
- 木綿豆腐はよく水を切る。
- 洗米した米を内釜に入れ、**白米・無洗米**の水位目盛 (炊く米の合数分の水位線まで) に水を入れる。
- 米の上に **2** の木綿豆腐をのせ、ふたを閉める。(具材と米は混ぜないでください。)
- 豆腐**メニューを選び、**炊飯**ボタンを押す。
- 炊き上がったら、ほぐしながら木綿豆腐とごはんを混ぜる。

保温について

クッキングガイド

フッキングガイド つづき

カリフラワーごはん

使用メニュー：カリフラワー

材料	分量
米	1～3合
カリフラワー	1合当たり1/3株

※ 1株=500gと仮定

作りかた

- 炊く米の量と同量 (g) のカリフラワーを用意する。(米1合当たり1/3株)
- カリフラワーは余分な茎や葉を除き、きれいに洗い、よく水を切る。
- 洗米した米を内釜に入れ、**白米・無洗米**の水位目盛(炊く米の合数分の水位線まで)に水を入れる。
- 米の上に **2** のカリフラワーを茎が下になるようにのせ、ふたを閉める。(具材と米は混ぜないでください。)
- カリフラワー**メニューを選び、**炊飯**ボタンを押す。
- 炊き上がったら、カリフラワーが細くなるようにほぐしながらごはんを混ぜる。(混ぜる前に塩をおこのみで入れると食べやすくなります。)

オートミールがゆ

使用メニュー：オートミール

材料	分量
オートミール	白米用計量カップで 0.5～1.5カップ

・水位線1目盛当たり1カップ分のオートミールが必要

作りかた

- 必要な分量のオートミール*を用意する。
 - 1** のオートミールを内釜に入れ、**おかゆ全**の水位目盛(炊くオートミールの合数分の水位線まで)に水を入れる。
 - オートミール**メニューを選び、**炊飯**ボタンを押す。
 - 炊き上がったら、軽くほぐしながら混ぜる。
- ※ ここでのオートミールは【アイリスフーズ株式会社 オートミール】を使用しています。

サラダチキン



材料	分量 (2～3人分)
鶏むね肉	300g
砂糖	小さじ1
塩	小さじ1
鶏がらスープの素	小さじ1
レモン汁	小さじ2

使用メニュー：低温調理

作りかた

- 1 鶏むね肉は皮を取り除き、3枚に均等に切る。
- 2 砂糖、塩、鶏がらスープの素、レモン汁の順で、1につやが出るまで揉みこむ。
- 3 耐熱性のチャック付きの密封袋に2を入れ、空気を抜きながら袋の口を閉める。
- 4 内釜に3を入れ、白米・無洗米の水位目盛5まで水を入れる。3が水にまんべんなく浸るようにして、ふたを閉める。
- 5 低温調理メニューを選び、70℃/60分に設定し、炊飯ボタンを押す。

ポトフ



材料	分量 (2～3人分)
じゃがいも	180g
たまねぎ	120g
にんじん	50g
ブロックベーコン	30g
ウインナー	2本
水	300mL
ブロッコリー	適量
コンソメ	1/2個 (約2.5g)

使用メニュー：煮込み

作りかた

- 1 ジャがいもは皮をむいて1/4に切り、水にさらしておく。
- 2 たまねぎはくし切り、にんじんは長さ3cmに切った後、1/4に切る。ブロックベーコンは一口大、ウインナーは斜め半分に切る。
- 3 内釜に、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ブロックベーコン、ウインナー、水、コンソメを入れ、ふたを閉める。
- 4 煮込みメニューを選び、60分に設定し、炊飯ボタンを押す。
- 5 調理終了後、おこのみでゆでたブロッコリーを加え、よく混ぜる。

お手入れ

- 使用後は毎回お手入れをしてください。



注意

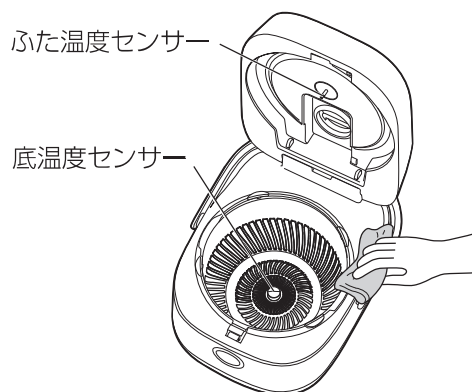
- お手入れは、必ず調理や保温を停止し電源プラグを抜いて、内釜・本体が十分冷えてから行ってください。
- 本体は水洗いしないでください。
- 酸性・アルカリ性の強い洗剤・薬品、漂白剤、金属たわし、ナイロンたわし、研磨材入りのスポンジなどは使用しないでください。
- 汚れがこびりついた場合、ぬるま湯にしばらくつけてから洗ってください。
- こびりついた汚れなどを落とすときに、刃物やかたいものなどを使用しないでください。

■ 本体（内側）

内釜や内ぶたを外して、よく絞ったふきんで拭く

- ・ こびりつきなどがある場合は取り除いてください。

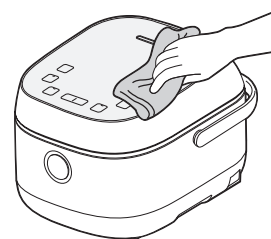
- ふた温度センサーと底温度センサーにごはんつぶや汚れが付いていると、誤動作の原因になり、うまく炊飯できません。必ずきれいにして使用してください。



■ 本体（外側）

よく絞ったふきんで拭く

- ※ 汚れが取れにくいときは、薄めた台所用洗剤を含ませたやわらかい布で拭いた後、洗剤分が残らないように、かたく絞った布などで水拭きしてください。



■ おいが気になるときのお手入れ

1 内釜に水を入れる

- ・ 白米・無洗米3合の目盛まで水を入れ、ふたを閉めてください。

2 で煮込みを選ぶ

3 ・ を押して 40 分に設定する

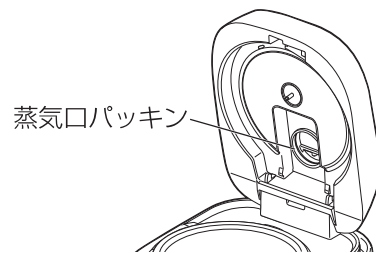
4 を長押しする

- ・ 調理が開始されます。
- ・ 設定した時間が経過すると、調理が終了してブザー音が鳴ります。

5 調理が終了したら炊飯器をお手入れする

- ・ 本体が冷めてから内釜、内ぶた、蒸気口セットから蒸気口キャップを取り外し、お手入れしてください。(→P38)
- また、蒸気口パッキンも清潔なふきんで水拭きしてください。

- 蒸気口パッキンは取り外せません。



お手入れ

■ 内釜・しゃもじ

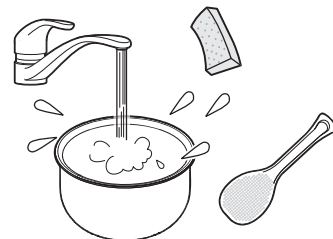
柔らかいスポンジなどで洗い、水で流す

- ・ 洗った後はよく乾かしてください。
- ※ 湿気の多いところに放置したり、汚れが残ったまま放置したりすると、腐食の原因になります。
- ※ 金属へら・金属たわし・ナイロンたわし・スポンジのナイロン面・クレンザーなどは使用しないでください。

ポイント

内釜の汚れが落ちにくいときや、炊込み・煮込みなどの調理後は、台所用洗剤で洗い、水で流す

- ・ やわらかいスポンジなどを使用してください。
- ・ 洗った後はよく乾かしてください。



お手入れ つづき

● 使用後は毎回お手入れをしてください。

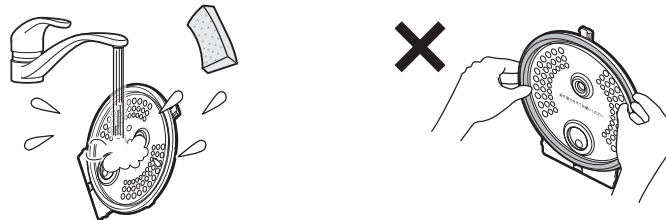
■ 内ぶた

柔らかいスポンジなどで洗い、水で流す

- ・ 蒸気口セットは内ぶたに固定されています。

● 内ぶたのパッキンは取り外せません。

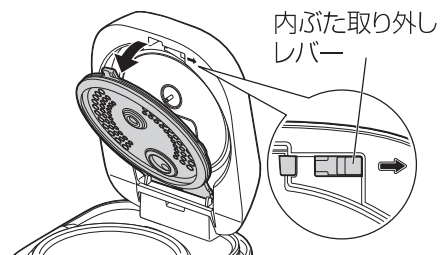
- ・ 内ぶたのパッキンにごはんつぶなどがこびりついているときは、取り除いてください。おいしく炊けなかったり、おいしく保温できない原因になります。
 - ・ 洗った後はよく乾かしてください。
- ※ 湿気の多いところに放置したり、汚れが残ったまま放置したりすると、腐食の原因になります。
 ※ 内ぶたの取り付け・取り外しについては、P12を参照してください。



■ 蒸気口セット

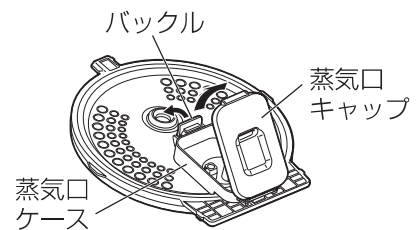
1 内ぶたを取り外す

- ・ 蒸気口セットは内ぶたに固定されています。



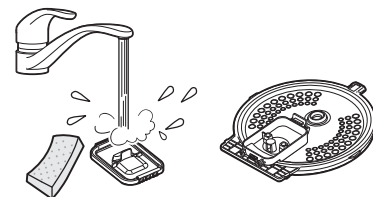
2 バックルを開け、蒸気口キャップを外す

- ・ 蒸気口ケースは内ぶたに固定されています。



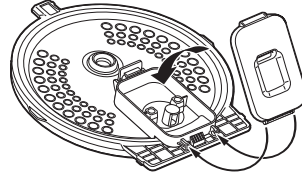
3 柔らかいスポンジなどで水洗いする

- ・ 洗った後はよく乾かしてください。
- ・ 内ぶたの隙間は小さいブラシなどで洗ってください。





4 元どおりに組み立てる

- 蒸気口キャップは、ヒンジ部分を引っ掛けて閉じ、バックルを閉めてください。

**5** 内ぶたを取り付ける

お困りのときは

使用中に異常が生じた場合は、修理を依頼される前に本書をよくお読みのうえ、下記の点を確認してください。

こんなとき	ご確認いただきたいこと
ボタンを押しても動作しない	● 電源プラグがコンセントに確実に差し込まれていない。 →電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。
	● 本体差し込みプラグが外れている。 →本体背面の差し込み口に、本体差し込みプラグを確実に接続してください。
	●  、  は長押しで動作します。
ふたが閉まらない	● 内ぶたが取り付けられていないとふたが閉まらないしくみです。 →内ぶたがきちんと取り付けられているか、確認してください。
ごはんがかたい、 ごはんが柔らかい	● 米の量は正しいですか？ →計量カップを使い、すりきりで量ってください。(→P14、17)
	● 水の量は正しいですか？ →炊飯する米とメニューに合った水の量を入れてください。 (→P17、18)
	● メニューは正しいですか？ →炊飯するものに合ったメニューを選んでください。(→P19)
	● エコ 、 早炊き で炊飯するとごはんがかたく炊き上がることがあります。 →米をあらかじめ浸水させるか、水の量を調節してください。
	● 吸水済みの米を炊くとやわらかくなる場合があります。 → 早炊き メニューで炊飯してみてください。
	● 内ぶた・蒸気口キャップが正しく付いていますか？ →内ぶた・蒸気口キャップを正しく取り付けてください。
	● 炊飯している場所の標高が高くありませんか？ →標高が高いと、炊飯の温度が上がらず、うまく炊き上がらないことがあります。
	● 内釜と本体の間に異物（焦げ付きなど）があると正常に加熱されないことがあります。異物がある場合は取り除いてください。(→P36「お手入れ」)
	● もち麦、押し麦、雑穀米を炊いている。 →麦や雑穀の量が多い可能性があります。炊飯容量を確認してください。
● ヘルシーメニュー の 食物繊維 メニューで炊飯すると、ごはんがかたく感じるがありますが、 食物繊維 メニューの特性です。よくかんでお召し上がりください。	

こんなとき	ご確認ください
炊込みごはんやおこわがうまく炊けない	<ul style="list-style-type: none"> ● 調味料が下のほうに沈んでいるとうまく炊けないことがあります。 → 具材をのせる前に、水と調味料を釜の底からしっかりと混ぜてください。
ごはんにもらがある、仕上がりが悪い	<ul style="list-style-type: none"> ● ごはんのほぐしかたが不十分ではありませんか？ → 炊き上がったらすぐにごはんをほぐしてください。(→P19) ● 発芽玄米を炊いた。 → 発芽玄米は水分を吸収しやすく、むらになりやすいので、炊飯後すぐにほぐしてください。
白い膜ができる	<ul style="list-style-type: none"> ● 米のでんぷん質が膜状になったものです。 → 無洗米などは表面にでんぷん質が付いていることがあるので、軽くすすいでから炊飯してください。
ごはんが焦げる	<ul style="list-style-type: none"> ● 水が少ない。 → 水の量を正しく量ってください。 ● 洗米が不十分でぬかが残っている。 → ぬかが残らないよう正しく洗米してください。(→P14、18) ● エコや早炊きメニューで炊飯すると、ごはんの底面が乾燥することがあります。 → 通常のメニューで炊飯してみてください。 ● もち麦、押し麦を炊いていませんか？ → もち麦、押し麦はおこげがつきやすくなります。おこげが気になるときは、もち麦（押し麦）をよく洗ってから加えてください。 ● もち麦、押し麦を予約炊飯していませんか？ → もち麦、押し麦は予約炊飯するとおこげが濃くつくことがあります。
炊飯中にふきこぼれる	<ul style="list-style-type: none"> ● 水が多すぎる。 → 水の量を正しく量ってください。 ● 洗米が不十分でぬかが残っている。 → ぬかが残らないよう正しく洗米してください。(→P14、18) ● おかゆをおかゆ以外のメニューで炊いている。 → 必ずおかゆメニューで炊いてください。(→P20) ● 玄米、胚芽米、ぶづき米を炊いている。 → 精米度と使用するメニューが異なると、ふきこぼれることがあるので確認してください。(→P2、16) それでもふきこぼれる場合は、水の量を調節してください。

お困りのときは

お困りのときは つづき

こんなとき	ご確認ください
水がはじけるような音がする	<ul style="list-style-type: none"> ● 内釜の外側や本体の内側に付いた水滴が加熱されて音が出ることがあります。 →内釜をセットする前に水滴を拭き取ってください。
炊飯中に「ブーン」または「ジー」という音がする	<ul style="list-style-type: none"> ● 「ブーン」：冷却ファンが回る音です。「ジー」：内釜が共振する音です。 →異常ではありません。そのままご使用ください。
炊飯ができなかった	<ul style="list-style-type: none"> ● 炊飯の途中で電源プラグが抜けていませんか？ ● 予約時刻を24時間制の時刻で設定していない。 →炊き上がりの時刻を24時間表示で設定してください。(→P30)
予約炊飯が設定できない	<ul style="list-style-type: none"> ● 予約できないメニューを選んでいる。 →メニューをご確認ください。(→P30) ● 予約した時間が炊き上がりまでの時間より短い。 →予約した時間が炊き上がりまでの時間より短い場合は、予約炊飯にならず、すぐに炊飯を開始します。(→P31)
ごはんがこびりつく	<ul style="list-style-type: none"> ● 少量のごはんを長時間保温している。 →保温は24時間以上しないでください。保温時間が長くなる場合は、ラップなどに包んで冷凍保存してください。 ● やわらかいごはんはこびりつきやすくなります。 →内釜は早めに洗ってください。
ごはんが黄ばんだり、におったりする	<ul style="list-style-type: none"> ● ごはんが長時間内釜に入ったままになっていませんか？ →保温は24時間以上しないでください。保温時間が長くなる場合は、ラップなどに包んで冷凍保存してください。 ● 洗米が不十分でぬかが残っている。 →ぬかが残らないように正しく洗米してください。(→P14、18) ● アルカリイオン水・硬度の高いミネラルウォーターなどは炊飯には向きません。 →軟水を使ってください。 ● 麦を混ぜて炊いていませんか？ →麦ごはんは時間が経つと変色したり、においが出やすくなるので、早めにお召し上がりください。
ごはんがぬるい	<ul style="list-style-type: none"> ● ヘルシーメニューの食物繊維メニューで炊飯すると、ごはんがぬるく感じるがありますが、食物繊維メニューの特性です。

こんなとき	ご確認ください
保温したごはんがかたくなった	<ul style="list-style-type: none"> ● 少量のごはんを保温するときは中央に寄せてください。または、保温せずラップなどに包んで冷凍保存してください。 ● ふたが開いていませんか？ → ふたが開いていると適切に保温ができません。
煮込み調理で材料が煮えない	<ul style="list-style-type: none"> ● 材料を入れすぎていませんか？ → 白米・無洗米の5.5合の目盛を超える量の材料を入れないでください。 ● 調理時間が短い。 → 調理終了後、加熱が足りない場合は再度煮込みモードで加熱してください。 ● 材料によっては煮えにくいものがあります。 → 煮えにくい材料をあらかじめ加熱してから調理してください。
炊き上がり時間が長い	<ul style="list-style-type: none"> ● エコメニューで炊飯すると、炊き上がり時間が長くなることもある。 → 通常のメニューで炊飯してみてください。
時刻設定ができない	<ul style="list-style-type: none"> ● 炊飯中・保温中・予約中、煮込みまたは低温調理メニュー選択中ではありませんか？ → 炊飯中・保温中・予約中、煮込みまたは低温調理メニュー選択中以外のときに設定してください。 ● 電源プラグがコンセントに確実に差し込まれていない。 → 電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。 ● 本体差し込みプラグが外れている。 → 本体背面の差し込み口に、本体差し込みプラグを確実に接続してください。
電源プラグを抜き差しすると時計が12:00になる 電源プラグが抜けているとき、時計が表示されない	<ul style="list-style-type: none"> ● 内蔵電池が消耗しています。 → 電源プラグを接続して時刻を設定してください。 ● 電池交換については修理専用コールへお問い合わせください。
炊飯中に停電した	<ul style="list-style-type: none"> ● 停電から復帰すると炊飯が止まった時点から引き続いて炊飯します。停電している時間が長くなると上手く炊けず、食味に影響が出る場合があります。

お困りのときは

お困りのときは つづき

こんなとき	ご確認くださいこと
表示部がくもる	<ul style="list-style-type: none">● 本体内部に水分が入ると、蒸気が発生し表示部がくもることがあります →内釜の外側・本体の内側の水滴を拭き取ってからセットしてください。● 本体内部と室温の温度差によって、表示部内側が一時的にくもることがあります。 →使用にともなって、くもりは取れてきますが、くもりがひどくなったり、長期間続くようであれば、製品内部に水が入っている可能性があります。修理専用コールへご相談ください。
本体や内釜、ごはんなどがにおう	<ul style="list-style-type: none">● 使い始めのうちはプラスチックやゴムのにおいを感じるがありますが、使用にともなって少なくなります。

こんな表示が出たときは

こんなとき	原因と処置
保温中、時間が点滅する	<ul style="list-style-type: none"> ● 保温時間が24時間を経過すると表示部の「24」が点滅します。 →保温/取消ボタンを長押しして、保温を止めてください。 保温は24時間以上しないでください。
動作しない エラー表示 E7、E9、U01	<ul style="list-style-type: none"> ● 内部の異常温度を検知した。 →電源プラグを抜き、しばらく待って本体が冷めてから再度電源プラグを差し込んでみてください。それでもなおらない場合は、修理専用コールへご相談ください。
動作しない エラー表示 E4	<ul style="list-style-type: none"> ● 内釜が入っていない。 →電源プラグを抜き、内釜が入っているか確認してください。それでもなおらない場合は、修理専用コールへご相談ください。
動作しない 上記以外のエラー表示 E○	<ul style="list-style-type: none"> ● 内部の異常を検知した。 →使用を停止し、電源プラグを抜いて、修理専用コールへご相談ください。

それでも解決できないときは

お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。



警告

● ご自分で分解・修理・改造しないでください。

廃棄について

● 製品や梱包材の廃棄については、お住まいの自治体の取り決めにしたがって処理してください。

お困りのときは／こんな表示が出たときは

仕様

電源	AC 100V (50 / 60Hz共用)	
定格消費電力 (炊飯時)	1,030W	
炊飯容量 (最大)	白米・無洗米	1.0L (5.5合)
	炊込み	0.54L (3合)
	おかゆ・オートミール	全がゆ・オートミール：0.27L (1.5合)、 5ぶがゆ：0.09L (0.5合)
	もち麦・押し麦・雑穀米	0.54L (3合)
	胚芽米	1.0L (5.5合)
	玄米・発芽玄米・おこわ	0.54L (3合)
	食物繊維	
	白滝・豆腐・カリフラワー	
低糖質 (15%、25%)		
区分名 ^{*1}	B	
蒸発水量 ^{*1}	39.3g	
年間消費電力量 ^{*1}	89.9kWh / 年	
1回あたりの炊飯時消費電力量 ^{*1}	159.7Wh	
1時間あたりの保温時消費電力量 ^{*1}	19.9Wh	
1時間あたりの予約時消費電力量 ^{*1}	1.36Wh	
1時間あたりの待機時消費電力量 ^{*1}	1.15Wh	
製品寸法	幅262×奥行329×高さ219mm	
質量	4.4kg	
電源コード	長さ約1.0m	

※ 商品の仕様は予告なく変更することがあります。

※ 実際に使用するときの消費電力量は、米の量・炊飯のメニュー・周囲の温度などによって変わります。

※¹ 家庭用品品質表示法にもとづく「電気ジャー炊飯器」の省エネ法関連表示です。蒸発水量は、1回あたりの炊飯時に炊飯器の外に放出した水の質量で、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。エコメニューで計測。

※ お買い上げ時はエコメニューに設定されています。お好みに応じて炊飯メニューを選んでください。

保証とアフターサービス

必ずお読みください。

■ 保証書

お買い上げの際に、所定の事項が記入されている保証書をお買い上げの販売店より必ずお受け取りください。

保証書がないと、保証期間内でも代金を請求させていただく場合がありますので、大切に保管してください。

■ 保証期間

保証期間は、保証書（裏表紙）に記載されています。

保証期間内に故障した場合は、保証規定にしたがって修理させていただきます。

■ 保証期間経過後の修理

お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。修理により製品の機能が維持できる場合は、ご要望により有料にて修理いたします。


■ 補修用性能部品の保有期間について

当社はこの製品の補修用性能部品を製造打ち切り後、6年間保有しています。

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。

■ アフターサービスについて

ご不明な点はお買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

長年ご使用のIHジャー炊飯器の点検を！	
愛情点検 	<p>こんな症状はありませんか</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる ● 電源コードを動かすと、通電したりしなかったりする ● 本体が変形・破損していたり、焦げくさいにおいがする ● その他異常や故障がある
	ご使用中止 <p>故障や事故防止のため、使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜いて、必ず販売店に点検を依頼してください。</p>

IHジャー炊飯器 RC-INH50

保証書

本書は、お買い上げ日から下記期間内に故障が発生した場合に、下記の保証規定により無料修理を行うことをお約束するものです。

お買い上げ日 ※ 年 月 日		保証期間 お買い上げ日より：1年間 ただし、消耗品（付属品・内釜のコーティングなど）を除く	
お客様	お名前		住所・店名
	ご住所 〒		※ 販売店 電話（ ） -
	電話（ ） -		

販売店様へ： ※印欄は必ず記入してお渡してください。

保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベルなどの注意書きにしたがった正常な使用状態で故障および損傷した場合には、弊社が無料にて修理または交換いたします。
- 保証期間内に、故障などによる無料修理をお受けになる場合には、お買い上げの販売店にて、保証書をご提示のうえ、修理をご依頼ください。
- 保証内容は本製品自体の無料修理にかぎります。保証期間内においても、その他の保証はいたしかねます。
- ご転居や贈答品などで本保証書に記入してある販売店に修理をご依頼になれない場合には、アイリスコールにお問い合わせください。
- 保証期間内におきましても次の場合には有料修理になります。
 - 使用上の誤り、不当な修理、改造などによる故障および損傷
 - お買い上げ後の落下などによる故障および損傷
 - 火災、地震、その他の天災地変による故障および損傷
 - 一般家庭用以外（例えば業務用の長時間使用、車両・船舶への搭載など）に使用された場合の故障および損傷
 - お買い上げ後の移動、輸送または石器・備品などとの接触による故障および損傷
 - 本書の提示がない場合
 - 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
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 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。

修理メモ

※ 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。したがって、この保証書によって保証書を発行しているもの（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。保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

※ 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は、「保証とアフターサービス」をご覧ください。

アイリスオーヤマ株式会社

〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号
ホームページ <https://www.irisohyama.co.jp/>

お客様サポート

24時間365日
Web即時回答サービス



専用パーツのご購入

アイリスオーヤマ
公認通販サイト



製品に関する
お問い合わせ
(通話料無料)

アイリスコール 0120-311-564

9:00~17:00(年末年始・会社都合による休日を除く)

修理に関する
お問い合わせ
(通話料無料)

修理専用コール 0800-170-7070

9:00~17:00(年末年始・会社都合による休日を除く)

●お問い合わせの際は、製品の型番をお調べいただき、取扱説明書・ご購入履歴のわかるもの・メモのご用意をお願いします。