

SHARP®

過熱水蒸気

オーブンレンジ 家庭用

取扱説明書

形名

アール イー エス

RE-S1000



お買いあげいただき、まことにありがとうございました。
この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
ご使用前に、「安全上のご注意」を必ずお読みください。
本書は、クックブックと保証書とともに、いつでも見ることが
できる所に必ず保存してください。
※業務用として、使用しないでください。

もくじ

ページ

はじめに

使いはじめるまでの手順	2
付属品の確認など	
よくあるご質問	3
安全上のご注意 必ずお守りください	4
各部のなまえ	8
お知らせ音について	9
加熱の種類としくみ	12
調理のときのお願い	13
使える容器・使えない容器	14
電源を入れて、カラ焼きをする	16

使いかた

あたため使い分け	17
あたため	18
冷凍食品(市販品)	22
全解凍・サックリ解凍	24
牛乳・酒	25
自動加熱(1～27)の操作方法	26
コンビニ弁当あたため	27
フライあたため	28
ゆで野菜	30

自動加熱

手動加熱

スチームあたため	20
レンジ	32
30秒あたため	32
グリル	33
オーブン	34
発酵	37

必要なときに

お手入れ	38
故障かな?	40
●こんな表示が出たら	41
保証とアフターサービス	42
お客様ご相談窓口のご案内	43
仕様	裏表紙

製品登録の
お願い



COCORO MEMBERS

オンラインでの各種サポートサービスをご利用いただくために、
シャープの会員サービス〈COCORO MEMBERS〉でご愛用
製品の登録をお願いいたします。(登録無料)

<https://iclub.sharp.co.jp/m/>

スマートフォンは
こちらから

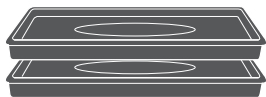


使いはじめるまでの手順

1 付属品の確認

本製品以外で使用しないでください。

●角 皿(2枚)



中央部を少し高くしています。(反り軽減)

角皿は、必ず付属のものをお使いください。

ご注意

●レンジ加熱で使用したり、直火にかけないでください。

●スチームカップ



水を使う加熱のときにお使いください。
使いかたの詳しい説明は、(20 ページ)の
スチームカップの準備 をご覧ください。

●保証書 ●取扱説明書 ●クックブック

当商品は日本国内向けであり、日本語以外の説明書はありません。

This model is designed exclusively for Japan, with manuals in Japanese only.

※使用中に破損したり、紛失したときは、お買いあげの販売店へご依頼ください。(有料)

2 安全上のご注意をお読みください (4 ページ)

3 設置について (7 ページ)

4 庫内のカラ焼き (16 ページ)

ご購入後、庫内に付着している油を焼き切るために必要です。

庫内が熱くなりますので、冷めてからお使いください。

() 内の数字は、主な説明のあるページを示しています。

本書に記載の「クックブック」は、付属のクックブックのことを示しています。

よくあるご質問

● アースを取り付けないといけない？

→万が一のために取り付けをお願いします。

7 ページ

● アース線が届かない(短い)

→ホームセンターなどで購入できます。

(導体断面積1.25mm²以上のもの)

● アース線を取り付けるところがない

→お買いあげの販売店にご相談ください。

● どの加熱を使えばいいかわからない

→「加熱の種類としくみ」 [12 ページ](#)、

「あたため使い分け」 [17 ページ](#)

をご覧ください。

● 庫内灯を点けたい

→加熱中に **庫内灯** を押します。 [10 ページ](#)

● 加熱終了後も音が出る

→製品内部を冷却するファンの回転音です。

最大10分程度で自動的に止まります。

ファンが回転していても加熱できます。

Webもご活用ください。

シャープ お問い合わせ

検索

<http://www.sharp.co.jp/support/>



Q&A情報

よくあるご質問などを掲載



故障診断ナビ

故障判定の場合、そのまま修理お申し込み



コールセンターからのアドバイス

お手入れのしかた、上手な使いかた

安全上のご注意 (1)

人への危害、財産への損害を防ぐため、お守りいただくことを説明しています。

■ 誤った使いかたで生じる内容を、次のように区分して説明しています。

 **危険** 「死亡または重傷を負うおそれが高い」内容。

 **警告** 「死亡または重傷を負うおそれがある」内容。

 **注意** 「軽傷を負う、または財産に損害を受けるおそれがある」内容。

■ お守りいただく内容の種類を、次の図記号で説明しています。

 してはいけないこと。

 しなければならないこと。



危険

感電や火災などの事故や大けがを防ぐために

高圧部品に触らない



吸排気口や穴などに、ピンや針金などの金属物や異物を入れない
(感電・けが・故障の原因)



分解禁止

自分で絶対に分解・修理・改造をしない (感電・火災・けがの原因)
万一、異物が入った場合や修理は、お買いあげの販売店、またはお客様ご相談窓口にご連絡ください。 (43 ページ)



警告

感電や漏電、発火などによる事故やけがを防ぐために

電源プラグやコード、アースについて



電源プラグやコードは、乱暴に扱わない
● ゆるんだコンセントは使わない
● 傷んだ電源プラグやコードは使わない
● 傷付けたり、変形させない
(加工する・高温部[排気口]に近付ける・無理に曲げる・引っ張る・ねじる・束ねる・重い物をのせる・挟み込むなどすると、コードが破損し、火災・感電・ショートの原因)



ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
(感電・けがの原因)



定格15A以上・交流100Vの専用コンセントを単独で使う
(他の器具と併用した分岐コンセント[延長コード]を使うと異常発熱し、発火・感電の原因)



電源プラグは、根元まで確実に差し込む
(発火の原因)



定期的に電源プラグに付いたほこりを乾いた布で拭き取る
(ほこりがたまると、火災の原因)



プラグを抜く

お手入れは、必ず電源プラグをコンセントから抜き、冷めてからおこなう
(感電・やけど・けがの原因)



アース線接続

アースを確実に取り付ける
(故障や漏電のときに、感電のおそれ)
水気や湿気の多い所に設置する場合やアース端子がない場合は、お買いあげの販売店にご相談いただき、必ずアース工事をしてください。

アースについて

7 ページ



警告

感電や漏電、発火や突沸などによる事故やけがを防ぐために
(突沸…突然の沸とうにより加熱中や加熱後に食品や液体が飛び散る現象)

加熱するときは



卵(ゆで卵・うずら卵含む)など、
膜や殻付きのものはレンジ加熱しない
(破裂・やけどの原因)

- おでんの卵、目玉焼きなどは、
爆発し、大変危険です

※卵をレンジ加熱するときは、
必ず溶きほぐしてください。

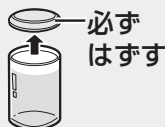
- 膜(いかなど)や殻付き(クリなど)の
ものは、切れ目や割れ目を入れる

衝撃で食器や
フラットテーブルなどが
割れることがあります



ビン・密封容器の栓やフタをはずす

- 加熱のしすぎになり、破裂します
(容器が破裂して、
やけどやけがの原因)



ベビーフードやミルク、介護食を
あたためるときは、加熱後、
かき混ぜてから温度を確認する
(やけどのおそれ)



食品・飲み物を加熱しすぎない

突然沸とう・発煙・発火・やけどのおそれ
があるので、加熱方法をお守りください。加熱
をしすぎたときは、そのまま1~2分程度
庫内で冷ましてから取り出してください。

突然沸とうのおそれのある食品

- 飲み物は、**牛乳・酒** に合わせて
加熱する (25 ページ)



**自動のあたため加熱は
使わない**

(突然沸とうによりやけどのおそれ)

- カレー・シチュー、煮物、汁物などは、
分量・容器など本書の記載内容を守る
(19 ページ)



- 油脂分の多いもの(バター・生クリーム
など)は、**手動レンジ**で様子を見ながら
加熱する (32 ページ)

※低めの広口容器を使う

※加熱前・加熱後にかき混ぜる

発煙・発火のおそれのある食品

- 次のような食品は手動加熱で様子を見
ながら加熱する

- ・少量のもの
- ・水分の少ないもの
(パン、さつまいもなど)
- ・油が付いたもの
(バター付きパン、フライものなど)
- ・高温になりやすいもの(あんまんなど)



使用するとき



熱に弱いものを近付けない

- たたみ・じゅうたん・テーブルクロス
などの敷物の上や、カーテンなどの
燃えやすいものの近くに置かない
(変形・変色・反りの原因)
- スプレー缶を近付けない
(引火や破裂の原因)



子供だけで使わせない

- 幼児の手の届く所で使わない
(感電・やけど・けがの原因)

異常・故障時には



直ちに使用を中止する

- すぐに電源プラグを抜いて、
販売店へ点検・修理を依頼する
(発煙・発火・感電・けがのおそれ)

異常・故障例

- 電源プラグやコードが異常に熱くなる。
- 自動的に切れないときがある。
- コゲ臭いにおいがしたり、異常な音
や振動がする。
- スタート操作をしても加熱しない。
- ドアに著しいガタがある。
- 触れるとピリピリと電気を感じる。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- その他の異常や故障がある。

安全上のご注意 (2)



注意

発火や発煙によるやけどやけがを防ぐために

電源プラグについて



電源プラグを抜くときは、コードを持って引き抜かない
(断線やスパークして、発火の原因)



長期間使用しないときは、電源プラグを抜く
プラグを抜く (絶縁劣化などで感電や漏電・火災の原因)

加熱前に確認する



金属類やアルミホイルなどを使用して、レンジ加熱しない
●レトルト食品・缶詰・金串・アルミケース・アルミテープなどを加熱しない
※本書では、使いかたを限定して、アルミホイルを使用することがあります。記載通りにお使いください。



缶詰・ビン詰・袋詰・レトルト食品・真空パック入り食品は移し替える
(破裂・製品の破損・けが・やけどの原因)



加熱に合った容器を使う (14, 15 ページ)



鮮度保持剤(脱酸素剤)を入れたまま、加熱しない (火花が出て製品を傷めたり、食品の発煙・発火の原因)



調理以外に使わないカラ(食品なし)の状態でレンジ加熱しない
●庫内を収納庫として使わない (過熱・異常動作して、発火の原因)

加熱中や加熱後は



接触禁止

高温部分に触らない
●加熱中や加熱後しばらくは、フラットテーブル・ドア・キャビネット・庫内・排気口・付属品・容器などに触らない (やけどの原因)
※食品や付属品の出し入れは、乾いたミトンなどをご使用ください。



ラップをはずすときは、注意する
蒸気が一気に出て、やけどをすることがあるので、ゆっくりはずします。



調理後の庫内やドアに水をかけない
●フラットテーブルに衝撃を加えたり、急冷したり、使用中のドアにも水をかけない (割れるおそれ)



庫内やドアに油・食品カス・煮汁を付けたままで放置したり、加熱したりしない (発火・発煙・さびの原因)
お手入れ (38 ページ)



庫内の食品が燃え出したときは、ドアを開けない
ドアを開けると酸素が入り、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、**とりけし**を押す。
2. 電源プラグを抜く。
3. 本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
●鎮火しない場合は、水か消火器で消火する
●そのまま使用せずに、必ず販売店に点検を依頼してください

ドアは



ドアを傷めない、物を挟まない
●庫内やドアに物をぶつかけたり、ドアに物を挟んだまま使わない (電波漏れやドアガラスが割れるおそれ)



ドアやハンドルに無理な力を加えない。また、4kg以上の物をのせない (本体が倒れて、けがをしたり、電波漏れの原因)

設置について



丈夫で安定した水平な場所に置く(騒音や振動、ガタ付きの原因)

- 製品が転倒・落下した場合は、外部に損傷がなくても使用せず、点検を依頼する
(感電・電波漏れの原因)

【別売品】落下・転倒防止用金具「形名RK-TB1」希望小売価格900円+税(工事費別)

※金具取付け面(製品後方)と壁面との間は、18cm以上のスペースが空きます。



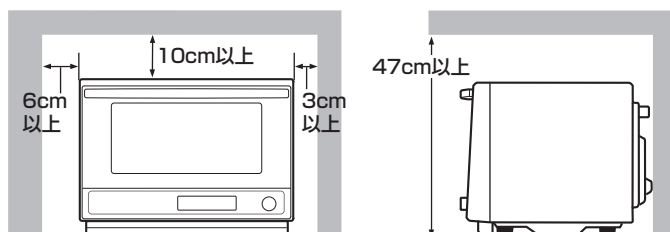
本体天面、壁との間は、下図の離隔距離以上の空間を設ける

(過熱による変形・発火や故障の原因)

この製品は、「消防法 設置基準」に基づく試験基準に適合しています。

場所	離隔距離 (cm)
上方	10
左方	6
右方	3
前方	開放
後方	0
下方	0

「消防法 基準適合 組込形」



上記の記載寸法を離しても、排気に調理中の油や湯気が混じり、排気口付近の壁が汚れたりすることがあります。壁の汚れが気になる場合は、壁面にアルミホイルなどを貼ることをおすすめします。製品に貼らない

- 窓ガラスがある場合は、排気口(9ページ)と20cm以上離す
(それでも温度差によって割れる場合あり)
- 熱に弱い家具やコンセントのある壁面に排気口が向き合うときは、熱で変形するおそれがあるため、遠ざける
- 電源プラグやコードを製品で壁などに挟み込まないようにする(火災・感電・ショートの原因)



吸気口・排気口(9ページ)をふさがない(過熱による発火や故障のおそれ)

蒸気や水のかかる所や火気の近くで使わない(感電・漏電の原因)

製品の上は、高温になるため、物を置いたり、近付けない

アースについて

- アース端子付きコンセントがある場合(9ページ)

アース線の先端を
はずし、アース端子に
確実に固定します。

アース線の長さが足りないときは、
市販の導体断面積1.25mm²以上
のものをご使用ください。



- アース端子付きコンセントがない場合

お買いあげの販売店にご相談いただき、
アース工事*をおこなってください。

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。

次のような場所で使用する場合は、アース工事*が法律で義務付けられています。

- 水気のある場所：八百屋・魚屋の洗い場など水を扱う所、水滴の飛び散る所、地下室など結露が起きやすい所。漏電しゃ断器の取り付けも義務付けられています。
- 湿気の多い場所：飲食店の厨房、土間・コンクリート床、酒・しょうゆなどの醸造・貯蔵所。

※アース工事…電気工事士の有資格者によるD種接地工事。(本体価格に工事費は含まれていません)

お願い

- テレビ、ラジオから4m以上離す。(雑音や画像が乱れる原因)
- 製品の近くでは無線LAN機器の通信性能が低下することがあります。
無線LAN機器の取扱説明書などをお読みのうえ、ご使用ください。

各部のなまえ (1)

本体

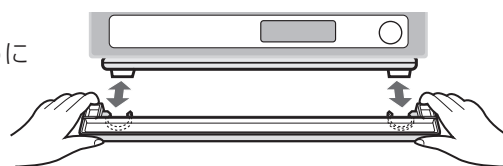


ドア(ハンドル)

ドアを開けると電源が入ります。
加熱中(運転中)にドアを開けると、加熱(運転)が停止します。

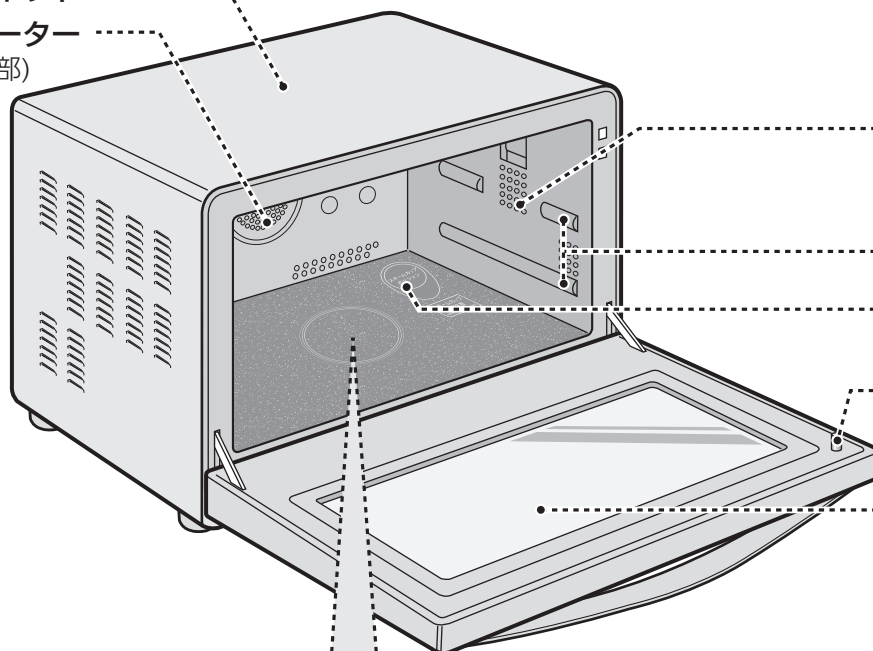
つゆ受け

手前に引き抜くとはずれます。
取り付けは、本体の足にはめるように
押し込みます。



キャビネット

背面ヒーター (背面内部)



庫内灯 (右側面)

ドアを開けると点灯します。
(最大3分間)

角皿受け棚 (両側面)

スチームカップ ポジション

ドア突起部

食品の出し入れ時に
ご注意ください。

ドア (ガラス製)

**食器などを当てたり
して傷を付けない**

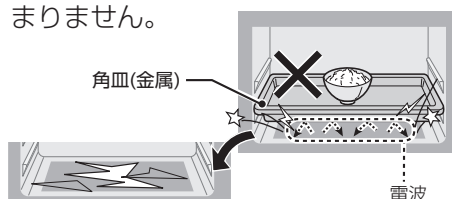
加熱中にひびが入り、
割れることがあります。

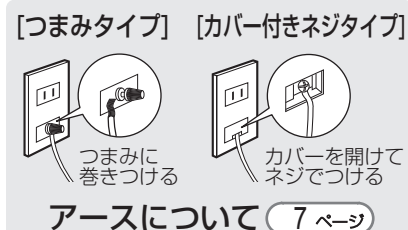
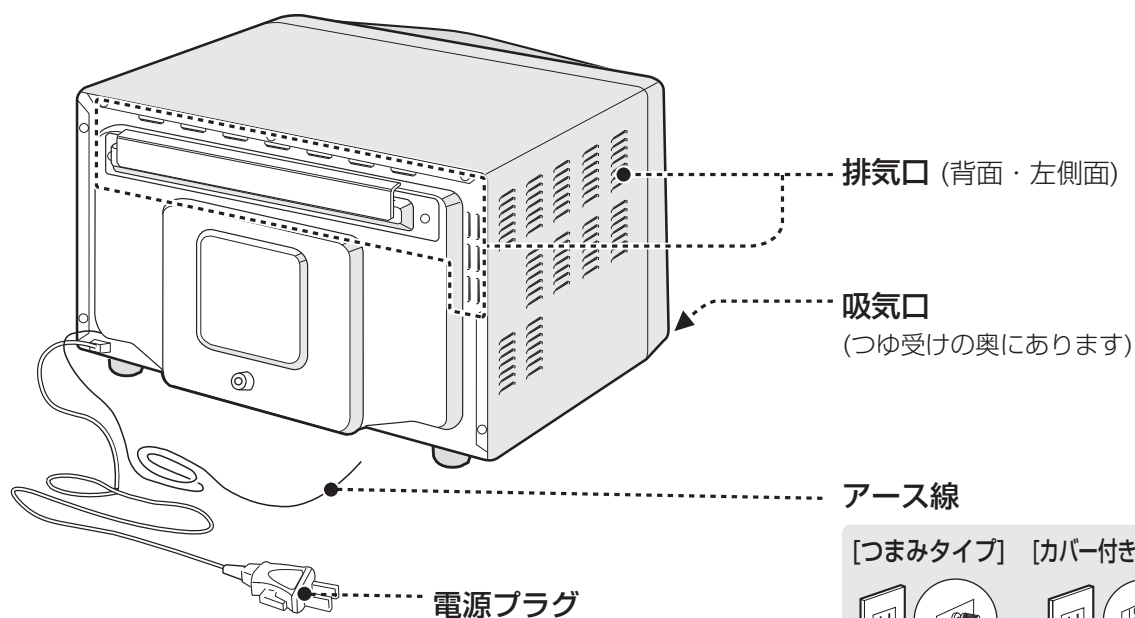
ご注意

- ヒーター加熱中や加熱終了後しばらくは、高温になっています。
直接手で触れるとやけどをしたり、熱に弱い容器を置くと溶けるおそれがあります。
- 急冷や衝撃を与えると割れることがあります。
- 食品カスが付着したままで使用すると、焦げたり火花が飛んだりします。
こまめにお手入れしましょう。

レンジ加熱のときは、角皿・調理網を絶対に使わないでください。

フラットテーブルの下から出る電波が金属に当たり、火花が出て、フラットテーブルが割れたり、製品を傷めます。また、食品には電波が届かず、あたたまりません。





お知らせ音について

加熱終了音などを消すことができます。

- 1 電源を入れて、ドアを閉める

- 2 **レンジ 出力切替** を『ピピッ』と鳴るまで4秒間押します。

- 3 **とりけし** を押して、「**0**」表示にすると設定完了です。

元に戻る(鳴らす)ときは、

レンジ 出力切替 を『ピッ』と
鳴るまで4秒間押し、
とりけし を押します。

※操作誤りなど、エラー音(ピピピピピ) **41 ページ** は鳴ります。

各部のなまえ (2)

操作部・表示部



自動加熱メニュー番号表示

自動メニュー

- | | |
|--------------|--------|
| 1 コンビニ弁当あたため | 4 ゆで葉菜 |
| 2 揚げ物あたため | 5 ゆで根菜 |
| 3 スチームdeレンジ | 6 グラタン |

スピードメニュー

- | |
|----------|
| 7 3分どんぶり |
| 8 5分おかず |
| 9 カンタン煮物 |

ノンフライ

- | |
|------------|
| 10 揚げ物 |
| 11 ひと口とんかつ |
| 12 えびフライ |

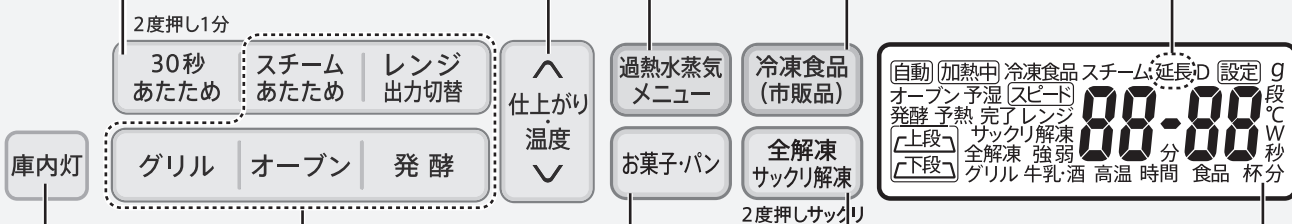
◆ マークについて…付属のスチームカップや角皿で蒸気を発生させながら、加熱するメニューです。

- 自動加熱の仕上がり調節に。
 ▲ 強め / ▼ 弱め(表示は「強」または「弱」)
- 手動加熱の温度設定に。
 ▲ 上がる / ▼ 下がる

- レンジ600Wで30秒加熱するときに。
 2度押しと、1分加熱できます。

- 過熱水蒸気メニューを選ぶときに。

- 市販の冷凍食品をあたためるときに。



- ご自分で加熱温度や時間を合わせるときに。

- お菓子・パンメニューを選ぶときに。

- 冷凍した肉や魚を解凍するとき。

- 加熱中、庫内灯を点灯させるときに。
 もう一度押しと消灯します。

表示部 (説明のためすべてを表示した状態です)

- 加熱時間・温度・加熱の進行などを表示。
 ※電源が入ると「0」を表示します。(16ページ)
 バックライトは点灯しません。

- お買いあげの機種によっては、本書で記載しているキーのデザインと異なっている場合がありますが、使いかたは同じです。

過熱水蒸気メニュー

13 ▲ 3品献立セット
14 ▲ 鶏の照り焼き
15 ▲ ハンバーグ
16 ▲ 茶わん蒸し
17 ▲ 塩だけ・塩さば
18 ▲ 焼きいも

お菓子・パン

19 お手軽おやつ
20 ▲ スポンジケーキ
21 シフォンケーキ
22 ▲ ロールケーキ
23 ▲ シュークリーム
24 ▲ ロールパン
25 ▲ フランスパン
26 ▲ ピザ
27 ▲ スチーム発酵予湿

「延長」表示と操作について

- 加熱終了後、3分間表示しますが、一度ドアを開けると1分間表示になります。
- 加熱が足りないときは、回転つまみを回して加熱時間を合わせ、**スタート** を押します。
- 「延長」表示中に別の調理をするときは、**とりけし** を押してから操作します。

- 牛乳や酒などの飲み物をあたためるときに。



メニュー・グラム・時間

牛乳・酒

とりけし



回転つまみ

- メニュー番号を合わせるときや手動加熱の時間合わせに。

- ごはんやおかずのあたため加熱を自動でするときに。
また、他の加熱のスタートキーとして使います。

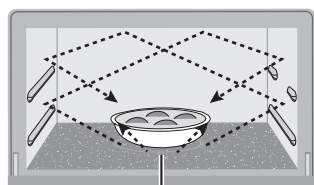
- 途中で加熱をやめるときや、操作をやり直すときに。
※加熱中に一時停止するときは、ドアを開けます。
再スタートはドアを閉め**スタート**を押します。

加熱の種類としくみ

こんな加熱です

主なメニュー

レンジ加熱



電波はフラットテーブル(底面内部)より出ます。

■電波の振動によって食品中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。

自動

あたため

全解凍・サックリ解凍

冷凍食品(市販品)

牛乳・酒

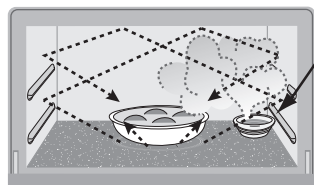
4 ゆで葉菜

5 ゆで根菜 など

手動

レンジ

スチーム加熱



■スチームカップの水を加熱し、蒸気が発生させて、食品表面の乾燥をおさえながらレンジ加熱します。

自動

3 スチームdeレンジ

27 スチーム発酵・予湿 など

手動

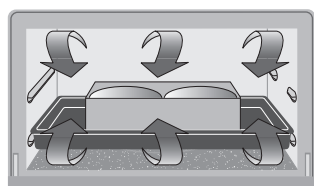
スチームあたため

ご注意

- 電波で加熱するため、角皿・金属類は、絶対に使わないでください。火花が出て、製品を傷めます。



オーブン加熱



■背面ヒーターからの熱風で、庫内の温度を一定に保ち、食品を包み込んで焼き上げます。

自動

2 フライあたため

19 お手軽おやつ

20 スポンジケーキ など

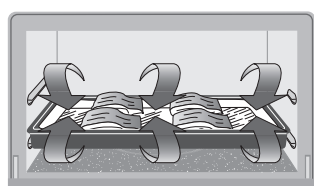
手動

オープン

発酵

※◆があるメニューは、スチームカップや角皿に水や熱湯を入れて蒸気が発生させ、さらに加熱して過熱水蒸気を作り、食品表面の乾燥をおさえながら、加熱します。

グリル加熱



■背面ヒーターからの熱風で、食品に焦げ目を付けて焼き上げます。

自動

6 グラタン

17 塩だけ・塩さば など

手動

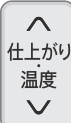
グリル

調理のときのお願い

自動加熱のとき

加熱が足りないときは、「延長」する
加熱終了後、「延長」の表示が出ているときは、
回転つまみを回して加熱時間を合わせ、
「スタート」を押します。(11ページ)
「延長」表示が消えているときは、手動加熱で
様子を見ながら加熱してください。

繰り返し続けて作るときは、
仕上がりキーを使って、
様子を見ながら加熱する



庫内や付属品が熱い場合は、濃いめに仕上がっ
たり、うまく仕上がらないことがあります。

記載の材料・分量を守る

この製品に合わせた内容を記載しています。
材料・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。

レンジ加熱のとき(電波加熱)

角皿・金属類は、絶対に使用しない

火花が出て、製品を傷めたり、
付属品が破損することがあり
ます。



限定的な使用方法でアルミホイル
などを使用することがありますが、
本書の記載通りにお使い
ください。



小さく切った根菜などの少量加熱は、 必ず浸るぐらいの水を入れる

少量の加熱(100g以下)は、火花が出たり食品が
焦げたり燃えたりして、故障の原因になります。

オーブン・グリル加熱のとき(ヒーター加熱)

ラップやプラスチック容器を使わない
溶けたり、発火するので使えません。

できあがったら、すぐに庫内から取り出す
余熱で焼きすぎになることがあります。

角皿は水平にゆっくり運ぶ

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。

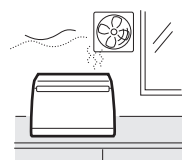
クックブック以外のレシピで作るときは、
手動加熱で様子を見ながら調理する

他のレシピの加熱方法では、うまく仕上がらないことが
あります。クックブックの類似メニューの温度や加熱
時間を参考にしてください。

すべての加熱において

換気をしながら調理する

メニューによっては、熱気や蒸気が
多く出る場合があります。



使用する付属品は、各メニューの
説明ページで確認する

容器は、加熱と食品の分量に合った
ものを使う

●「使える容器・使えない容器」(14, 15ページ)で
確認します。

●大きさは、食品を入れて8分目ぐらいになる
ものを目安にしてください。

メニューによっては、容器を使わないものもあります。

加熱中のドアの開閉は、なるべくしない

熱や蒸気が外に逃げてしまい、うまく仕上がりに
ません。加熱状態の確認は、加熱終了間際にすばやくおこな
います。

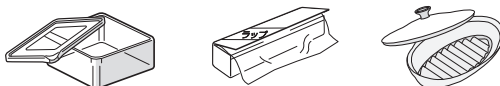
使える容器

加熱の
種類

○使えます

レンジ

耐熱140℃以上のプラスチック容器・ラップ、
シリコン容器



熱に弱いフタは、はずして加熱する

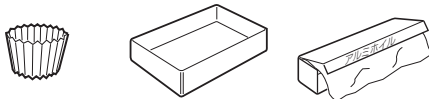
- ただし、砂糖や油分の多い料理は高温になり、変形したり、溶けたりするため使えません。
- 電子レンジ加熱用の表示のあるものをお使いください。
- 容器や皿にラップをするときは、ゆとりをもたせて軽にかぶせてください。

大切→自動の「あたため」で密閉容器などを使用するときは、
フタをはずしてください。

フタをして加熱をすると、センサーが蒸気(湯気)を検知できずに加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とう(汁物など)の原因となります。

オーブン

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



- ただし、取っ手がプラスチックのものは、溶けるため使えません。

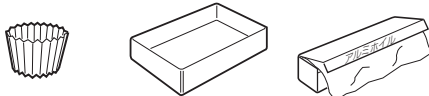
シリコン容器

- 設定するオーブン温度よりも30℃以上耐熱温度の高いシリコン容器をお使いください。
(設定温度200℃の場合、耐熱温度230℃以上の容器)
熱風吹き出し口(庫内奥側)付近は、設定温度より高温になるため、
近付けて置くと、容器が変形することがあります。



グリル

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



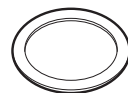
- ただし、取っ手がプラスチックのものは、溶けるため使えません。

耐熱性ガラス容器



- ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。

陶器、磁器



- ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。

- レンジ加熱の場合、
色絵やひび、金・銀模様のある器は傷めたり、
火花が出るので使えません。

お願い 上記以外の容器をご使用になる場合は、容器の販売元、または製造メーカーにお問い合わせください。

使えない容器

加熱の
種類

×使えません

レンジ

アルミ・ステンレス・ホーローなどの金属容器、
アルミホイル



- 火花が出て製品を傷めるので使えませんが、アルミホイルは、本書で記載している使いかたであれば、使えます。
(酒のかん・解凍など)

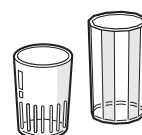
耐熱140℃未満のプラスチック容器
(発泡トレイなど)



- スチロール・ポリエチレン・メラミン(幼児用食器)・フェノール・ユリアなどは電波で変質するので使えません。

耐熱性のない
ガラス容器

〔強化ガラス・カット
グラス・クリスタル
ガラスなども含む〕

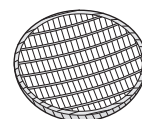


漆器



- 塗りがはげたり、ひび割れたり、燃えたりします。

竹・木・紙製品



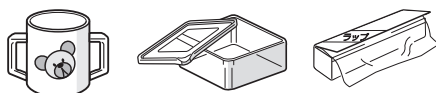
- 次のものは、本書で記載している使いかたであれば使えます。

- ・竹串
- ・天ぷら敷紙
- ・キッチンペーパー
- ・耐熱加工されているオープン用クッキングシートや硫酸紙(パッケージに記載の耐熱温度を確認してお使いください)

※庫内壁面に接触させないようにしてください。
焦げることがあります。

オーブン

プラスチック容器、ラップ

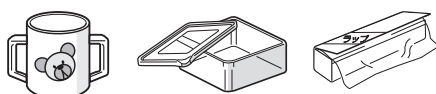


- 変形したり、焦げたりします。
- 溶けたり、発火することがあります。

グリル

プラスチック容器、ラップ

- 変形したり、焦げたりします。
- 溶けたり、発火することがあります。



シリコン容器



電源を入れて、カラ焼きをする



注意



加熱中や加熱後しばらくは
庫内・ドアに触らない
接触禁止【やけどの原因】

カラ焼き時は、必ず窓を全開するか換気扇を回してください

ご購入後、庫内に付着している油を焼き切るために、おこなってください。(煙やにおいが出ます)

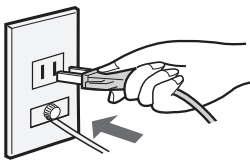
煙やにおいに敏感な小鳥などは、別の部屋に移しておきましょう。

※操作を間違えたときは、**とりけし**を押してやり直してください。

電源を入れる

1

電源プラグを差し込む

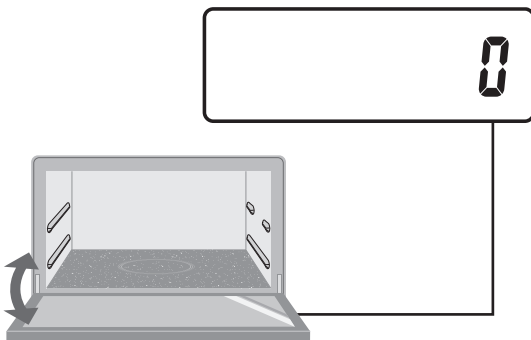


表示部には何も表示しません。

2

ドアを開けて、
閉める

「0」表示点灯
(電源が入ります)



電源オートオフ機能 (省エネ設計)

- ドアを開けると電源が入ります。(「0」点灯)
 - ドアを閉めると1分後に電源が切れます。(「0」消灯)
- ただし、次の場合は電源が切れません。
- ドアが開いている
 - 「0」以外を表示している
 - ファンが回転している (加熱終了後最大10分間)
 - 庫内が高温のとき (加熱終了後最大30分間)

カラ焼きをすると

調理中の煙やにおいが、軽減されます。

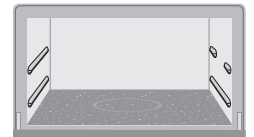
フラットテーブルも熱くなります

カラ焼き後すぐは、熱に弱い容器を置くと溶けたり、変形することがあります。

庫内のカラ焼きをする

準備

庫内に何も入っていないことを確認する
※何も入れません。



1

ドアを開けて、閉め

オープン



オープン

1度押す

2



仕上がり
温度

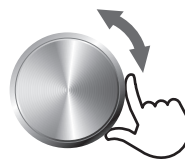
200℃に合わせる

オープン

2 00℃

● 初め、170℃を表示

3



20分に合わせる

オープン

20 00分

● 初め、20分を表示

4



あたため
スタート

ご注意

● 本体が熱くなります。
ご注意ください。

加熱



加熱終了音が
鳴ります。

カラ焼き終了

- 高温のため庫内壁が膨張するとき「ボン」と鳴ることがあります。冷めるときも鳴ることがあります。
- 加熱中や加熱後、製品内部を冷やすため、ファンの回転音がします。(40ページ)
- 自動的に電源が切れるのは最大30分後です。

あたため使い分け

必ず、各ページのご注意をお読みください。

電源を入れて、カラ焼きをする／あたため使い分け

食 品	加熱方法	参照ページ	加熱内容
おかず・ごはん・ 冷凍ごはんなど 	あたため	18 ページ	レンジ加熱であたためます。 食品からの蒸気がたくさん 出てくると、加熱が止まります。
市販の冷凍食品 	冷凍食品(市販品)	22 ページ	レンジ加熱であたためます。 1人分の冷凍パスタや、1人分が セットになった冷凍弁当などを あたためます。
牛乳・コーヒー・ 酒など 	牛乳・酒	25 ページ	レンジ加熱であたためます。 突然沸とうを防いで、飲みごろの 温度にあたためます。
コンビニの弁当など 	1 コンビニ弁当あたため	27 ページ	レンジ加熱であたためます。 コンビニエンスストアや、 スーパーなどで売られている お弁当をあたためます。
天ぷら・フライなど (冷凍ものも含む) 	27 スチーム発酵・予湿 ▼ 2 フライあたため	28 ページ	蒸気とオープン加熱で あたためます。
中華まんなど 	スチームあたため	20 ページ	蒸気とレンジ加熱により、 ラップなしでしっとりあたためます。
少量のものなど	30秒あたため	32 ページ	レンジ加熱(600W)であたためます。 1度押しで30秒、2度押しで1分の あたためができます。

ご自分で出力(W)と時間を合わせて加熱をするときは、手動 **レンジ** を使います。

あたため



角皿は
使いません

使える容器

レンジ

14 ページ

知っておいてください

- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせ、密閉容器などのフタははずしてください。
食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して加熱が終了するため、容器や皿にラップをしっかりかぶせたり、密閉容器などのフタをして加熱すると、加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とう(汁物など)の原因になります。
- 飲み物の加熱では、沸とうするので絶対に使わない。**牛乳・酒**で加熱します。(25 ページ)

準備



中央に置く

食品を入れる

- 極端に端へ置くと、上手に仕上がりにません。
- 冷凍ごはんのときは、耐熱性の平皿に、ラップのままのせます。

- 加熱時間や出力(W)を合わせる
ときは手動レンジを使います。

32 ページ

レンジ
出力切替

- 密閉したままの容器や袋は使わない。
- ラップをするものについて
19 ページ
- 量が多いときは、2つに分けて、中央に置きます。

1



あたため
スタート



自動 加熱中

レンジ

- 加熱途中で混ぜるときは、ドアを開けると一時停止します。
再スタートは、ドアを閉めて **スタート** を押します。

- 点滅表示は進行状態を示します。
(4つ点灯すると終了間近)
- 仕上がりを調節するときは
スタート後30秒以内に
仕上がりキーを押す。



仕上がり
温度

強く

弱く

- (強く) の場合は、残り時間を表示します。

大切 食品の状態に合わせて、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(19 ページ)

- 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

ご注意

- 以下の食品は、自動の **あたため** を使わないでください。(加熱のしすぎで、発煙・発火のおそれ)
・水分の少ないもの(干もの・落花生など)・乾燥したもの・パセリ・はじけやすい食材の入ったもの(いかなど)・青じそなどの乾燥は、**レンジ** 200Wで様子を見ながら加熱します。(32 ページ)
- ラップをしていた場合は、加熱後、やけどに気を付けて、すぐにはずします。
(食品・容器の変形の原因)
- 高温で使用したあとのフラットテーブルに、プラスチックなど熱に弱い容器を置いたり、ラップを敷かないでください。



警告

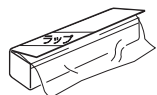


卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うすら卵など)を加熱しない【爆発し、大変危険】
あんまん・パン・焼きいも、水分の少ないもの、少量のものには使わない
【発煙・発火の原因】



液状のもの、とろみのあるものは加熱中や加熱後に突然沸とう(突沸)して飛び散ることがあるので、取り出す際はやけどに注意する
下表の【注】の食品は加熱前・加熱後にかき混ぜてください。

上手にあたためるためのポイント



○…ラップをします(冷凍ものや、しっとり仕上げたい場合)
—…ラップはしません(余分な水分を飛ばしたい場合)

(mL=cc)

食 品	分 量	状 態	ラップ	仕上りの調節	コ ツ
ごはん 	1～4杯 (1杯150g)	常温・冷蔵	—	4杯のとき (ハ 強め)	・ 固めのときは、水を振りかける。
冷凍ごはん 	1～4個 (1個100～150g)	冷凍	○	450g以上 (ハ 強め)	・ 2～3cm厚さで、ラップに包んで平らに冷凍したものを使う。 ラップをしたまま必ず皿にのせる。
シュウマイ	5～12個 (160gまで)	常温・冷蔵	○	(V 弱め)	・ 両面に水を振りかける。
		冷凍	・ 冷凍食品(市販品) または、 スチームあたため であたためます		
ハンバーグ	1～4個(1個90g)	常温・冷蔵	—	(ハ 強め)	—
天ぷら	100～400g	常温・冷蔵	—	—	・ 皿にキッチンペーパーや天ぷら敷紙を敷き、重ならないように並べる。 ・ いかは、はじけるので レンジ 200Wでひかえめに加熱する。
ピラフ	100～400g	常温・冷蔵	—	—	・ 加熱後、混ぜる。
		冷凍	・ 冷凍食品(市販品) であたためます		
焼きそば	100～200g	常温・冷蔵	—	—	・ 加熱後、混ぜる。
里いも・かぼちゃ	100～400g	冷凍	・ 冷凍食品(市販品) であたためます		
ミックスベジタブル	100～300g	冷凍			
フライ類	100～300g	・ (27 スチーム発酵・予湿)→(2 フライあたため)であたためます			
注 カレー・シチュー	200～400g	常温・冷蔵	○	—	・ 冷凍のときは、浅い容器に入れる。 残り時間が出たら取り出してかき混ぜ、 スタート を押して加熱し、加熱後、かき混ぜる。
	100～400g	冷凍	○	(ハ 強め)	
注 煮物	100～400g	常温・冷蔵	—	—	・ 煮魚など身がはじけるおそれのあるものはラップをする。
注 みそ汁	1～2杯(1杯150mL)	常温・冷蔵	—	(ハ 強め)	・ 加熱後、混ぜる。

- 食品の状態、分量に合わせて仕上りの調節をしてください。
市販の冷凍食品のあたためは、【冷凍食品(市販品)】(22 ページ)をご覧ください。
- 時間やW数を合わせて加熱するときは、クックブック(50 ページ)をご覧ください。

スチームあたたため



角皿は
使いません

使える容器

レンジ

14 ページ

庫内が高温のときは、使用できません。「U・04」を表示します。 41 ページ

例 加熱時間：2分40秒のとき

まず、庫内に蒸気を発生させます。(予湿)

スチームカップの準備

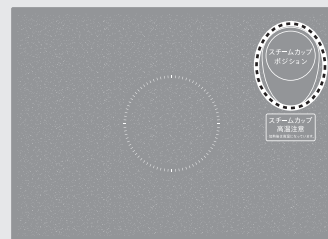


スチームカップに水を入れて、
スチームカップポジションに置く

水(約30mL/大さじ2杯)を
段差まで入れる



- スチームカップポジションは、庫内右奥にあります。



1

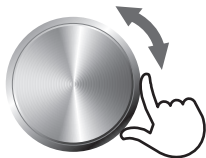
スチーム
あたたため



- 初め、1分を表示



2



食品を
加熱する
時間を
合わせる

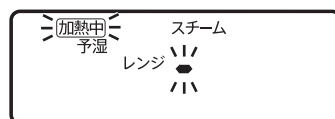


蒸気が出るまで、自動で加熱します。

設定範囲

- 10分まで
 - ・ 5分まで10秒単位
 - ・ 10分まで30秒単位
- 加熱時間の目安 21 ページ

3



- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると予湿完了間近)

予湿完了



完了すると



- スチームカップは取り出しません。

次ページにつづく

ご注意

- 予湿が完了(お知らせ音)したら、すぐに食品を庫内に入れて加熱をスタートさせてください。ドアを開けなくても放置しておくと、蒸気が逃げてしまいます。

スチームカップの蒸気で乾燥をおさえながら加熱します。

次に、蒸気が充満している庫内に食品を入れて加熱します。

4



すぐに
食品を入れる

- 蒸気が逃げないように、すばやくドアの開閉をします。

5



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

ご注意

- 加熱後、スチームカップは高温になっています。
スチームカップを取り出す際は、カップに残った湯でやけどをしないようにご注意ください。
- 庫内に多少水が飛び散ることがあります。

1 人分などの少ない分量に適しています。ラップはしません。

食品	分量	状態	目安時間	コツ
ロールパン	2個(80g)	常温	約10秒	—
おかずパン	1個(140g)	常温	10秒～20秒	—
ごはん	1杯(150g)	冷蔵	1分20秒～1分30秒	冷蔵室で半日以上保存して固くなったごはんは、霧を吹いてラップをし、 あたため で加熱します。
煮物	200g	冷蔵	1分30秒～1分50秒	—
まんじゅう	2個(100g)	冷蔵	20秒～30秒	—
中華まん	1個(70～80g)	冷蔵	40秒～1分	底の紙を取って、サッと水にくぐらせる。 ※加熱後は、早めに召し上がってください。
		冷凍	1分10秒～1分30秒	
シュウマイ	9個(120g)	冷凍	2分30秒～2分50秒	両面に水を振りかけ、皿の中央に寄せて並べる。
焼きおにぎり	2個(100g)	冷凍	2分10秒～2分20秒	
お好み焼き	1枚(200g)	冷凍	4分40秒～5分	—
ホットケーキ	2枚(100g)	冷凍	1分30秒～1分50秒	2枚重ねて皿にのせる。
明石焼き	4個(110g)	冷凍	2分10秒～2分30秒	—

冷凍食品(市販品)



角皿は
使いません

使える容器

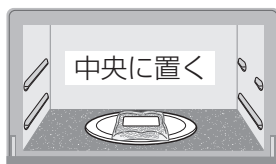
レンジ

14 ページ

知っておいてください

- 1人分の冷凍パスタや1人分がセットになった冷凍弁当などをあたためます。
必ず「電子レンジ可」と記載のある、市販の冷凍食品をお使いください。
- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせてください。
食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して加熱が終了するため、容器や皿にラップをしっかりとかけたり、密閉容器などのフタをして加熱すると、加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とうの原因になります。

準備



食品を入れる

- 必ず耐熱性の平皿にのせます。
- 極端に端へ置くと、上手に仕上がりにません。

- 袋やフタについては、パッケージの記載通りにする。

1

冷凍食品
(市販品)



自動 加熱中 冷凍食品
レンジ



- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近。または残り時間を表示します)
- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 食品の状態に合わせて、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(23 ページ)

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき (11 ページ)
- 中身によってできあがり具合が異なるため、加熱が足りない場合は **レンジ** 600Wで様子を見ながら加熱を追加してください。(32 ページ)

ご注意

- ラップやフタをしていた場合や、袋ごと加熱していた場合は、加熱後やけどに気を付けて、すぐにはずします。(食品・容器の変形の原因)
- 冷凍室から取り出してすぐに加熱してください。また、霜の付いているものはうまくあたたまらないことがあります。

**警告**

卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うすら卵など)を加熱しない【爆発し、大変危険】

あんの入ったもの(あんまん、今川焼など)、パン、水分の少ないもの、
少量のもの(弁当用おかずなど)には使わない【発煙・発火の原因】

上手にあたためるためのポイント

- 必ず耐熱性の平皿にのせます。



- 下表に記載のない食品については、**冷凍食品(市販品)**を使ったあたためはおすすめできません。

※ …パッケージの記載通りにします

○ …ラップをします

食 品	分 量	ラップ	仕上りの調節	コツなど
パスタ	1人分 (180~360g)	※	—	・トレーに入っているタイプの食品は(✓ 弱め)に合わせる。
焼きそば	1人分 (200~300g)	※	—	・加熱後、すぐにかき混ぜる。
丼の具	1人分 (100~200g)	※	—	・加熱後、すぐにかき混ぜる。
ピラフ チャーハン	200~450g	○	—	・あらかじめ、よくほぐしておく。
弁当 (ごはん付き またはおかずのみ)	1人分 (200~300g)	※	(△ 強め)	・容器の形状、おかずの種類、盛りつけかたや保存状態などによって仕上りの温度が変わります。様子を見ながら加熱してください。
オムライス	1人分 (200~300g)	※	(△ 強め)	—
シュウマイ	5~12個 (160gまで)	○	—	・両面に水を振りかける。
野菜 里いも・かぼちゃ ミックスベジタブル	100~400g 100~300g	○	—	・ブロッコリーやカリフラワーが入っているものは、焦げやすいので、 レンジ で加熱します。 ご注意 少量で加熱しすぎると、発煙・発火・火花のおそれがあります。(30 ページ)

- メーカーや中身の材料、保存状態などにより仕上がりが異なることがあります。

冷凍食品(市販品) でうまくあたためられない食品

- 袋やラップを取り除いて加熱するもの
(グラタンやお好み焼きなど)

**レンジ**で加熱してください。(32 ページ)

- 水を加えてフタを開けて加熱するもの

置きかた、出力(W)、加熱時間などは、パッケージの記載内容をお読みください。

- 中華まん

**スチームあたため** (20 ページ)または、**レンジ**で加熱してください。(32 ページ)

全解凍・サククリ解凍



角皿は
使いません

使える容器

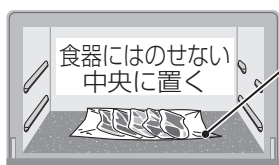
レンジ

14 ページ

庫内が高温のときは、使用できません。「U・04」を表示します。 41 ページ

- 全解凍……すぐに調理しやすい状態に解凍。ハンバーグやすき焼き、焼き魚などをするとき。
- サククリ解凍……包丁がやっと入る状態まで解凍。使う分だけ切り分けて、残りを再冷凍するときやさしみとして用いるときに。

準備



食品を入れる

ラップを敷く

包まない

極端に端へ置くと、上手に仕上がりにません。

- 解凍する直前まで冷凍室に入れておいた食品を使います。溶けかけているときは、**レンジ200W**で時間を合わせて、様子を見ながら解凍します。
- 細い部分(魚の尾など)はアルミホイルを巻きます。

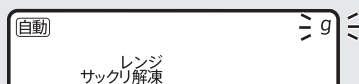
1

全解凍
サククリ解凍
2度押しサククリ

1度押す



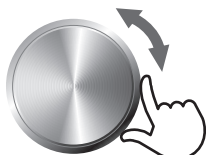
サククリ解凍のときは、2度押す



- 設定範囲
100～500g (100g単位)

2

食品重量を合わせる



例：200gのとき

■仕上がりの調節

素 材	全解凍	サククリ解凍
ひき肉・薄切り肉	—	—
かたまり肉	(ハ 強め)	(ハ 強め)
鶏肉	—	—
まぐろ(赤身) いか・えび	(V 弱め)	さしみの場合 (ハ 強め)
魚	(V 弱め)	—

3



- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 素材によって、必ず仕上がりキーを押すものがあります。

(右表参照)

- 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

■上手に解凍するための冷凍方法

- 新鮮なものを薄く、一定の厚みに整え、必ず空気を抜き、ラップなどで密封します。
- 1回分(200～300g)ずつに分ける。(厚みは2cm以内で)厚みのあるものは解凍されにくくなります。サククリ解凍は小分けの必要はありません。

ご注意

- グリルやオープン加熱のあとは、フラットテーブルが熱くなっていますので、十分に冷めてから使用してください。ラップが溶けるおそれがあります。
- アルミホイルを使うときは、庫内壁面やドアに触れないようにしてください。火花が出たり、ドアガラスが割れることがあります。

自動 レンジ加熱

牛乳・酒



警告

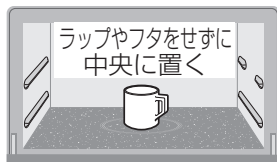
加熱しすぎない
突然の沸とうにより飛び散ります
【やけどのおそれ】角皿は
使いません

使える容器

レンジ

14 ページ

準備



低めの広口容器が適しています。

食品を入れる

(2杯)



(3杯)



(4杯)



- 一度に加熱できる分量は、
基準分量 1～4 杯(本)。
- 容器の大きさは基準分量を入れて、
8分目ぐらいになるものを使います。
- 加熱の前後は必ずかき混ぜます。
- 加熱前の温度によっては、
仕上がりの調節をしてください。

1

牛乳・酒

1度押す

自動

レンジ

牛乳・酒

杯

2杯以上は、さらに押して杯数を合わせる

▶ 1杯→2杯→3杯→4杯



杯数

- 仕上がりを調節するときは
スタート後30秒以内に
仕上がりキーを押す。

大切→酒のかんをするときは、
必ず(∨弱め)を押す。

(酒のかんの標準の仕上がりとなります) (下表参照)

2



- 約30秒後に残り時間を表示

手動で加熱するときの目安時間
クックブック (51 ページ)

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき (11 ページ)
- 加熱しすぎたときは、1～2分ほど庫内で冷ましてから
取り出してください。

食 品	基準分量 (1杯あたり)	加熱前の状態 (基準温度)	仕上がりの調節
牛乳 	200mL	冷蔵保存 (約8℃)	(∧強め)・あつめにするとき ・加熱前の基準温度より低いとき
コーヒー 	150mL	常温保存 (約20℃)	(∨弱め)・ぬるめにするとき ・加熱前の基準温度より高いとき ※コーヒーは牛乳より約10℃あつめになります。
酒 首の細い部分に アルミホイルを 巻く。	180mL	常温保存 (約20℃)	● 必ず(∨弱め)に合わせる。 ● あつめやぬるめにするときは、 レンジ 600Wで時間を合わせて、 様子を見ながら、加熱してください。

ご注意

- 酒のかんでアルミホイルを使うときは、庫内壁面やドアに触れないようにする。
火花が出たり、ドアガラスが割れることがあります。
- ビンに入っているものは、必ず容器に移し替えてください。ふき出します。
- 基準分量より少ないときや、加熱前の基準温度より高いとき(飲み残しのコーヒーなどの
あたため)は、レンジ 600Wで様子を見ながらあたためてください。
あたため で加熱しない。沸とうすることがあり危険です。

自動加熱(1~27)の操作方法

自動メニュー

1 コンビ弁当あたため 4 ゆで葉菜
2 フライあたため 5 ゆで根菜
3 スチームdeレンチン 6 グラタン

スピードメニュー

7 3分どんぶり
8 5分おかず
9 カンタン煮物

ノンフライ

10 から揚げ
11 ひと口とんかつ
12 えびフライ

過熱水蒸気メニュー

13 3品献立セット 16 茶わん蒸し
14 鶏の照り焼き 17 塩ざけ・塩さば
15 ハンバーグ 18 焼きいも

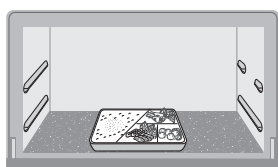
お菓子・パン

19 お手軽おやつ 22 ロールケーキ 25 フランスパン
20 スポンジケーキ 23 シュークリーム 26 ピザ
21 シフォンケーキ 24 ロールパン 27 スチーム発酵・予湿

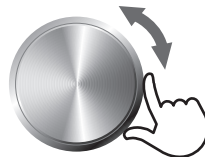
- 水滴マークがあるメニューは、付属のスチームカップや角皿で蒸気を発生させながら加熱するメニューです。
- 使える容器、食品の置きかた、仕上がりの調節など、詳細は各メニューの説明ページをご覧ください。

水滴マークがないメニュー

食品を入れる



メニュー番号を
合わせる



水滴マークがあるメニュー※

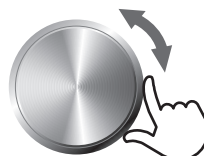
①食品を加熱する前に、「27 スチーム発酵・予湿」をおこなう(庫内に蒸気を発生させます)

スチームカップに水30mL
(大さじ2杯)を入れて置く



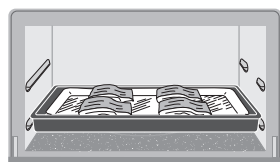
スチームカップ
スチームカップの準備
(20 ページ)

「27」に合わせる



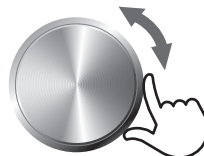
②目的のメニュー番号に合わせて、スタートを押す

予湿が終わったら蒸気に注意し、食品を入れる



庫内の蒸気が逃げないように、ドアの開閉は
すばやくする。

メニュー番号を
合わせる



- 13~18、19~27に合わせるときは、「過熱水蒸気メニュー」または、「お菓子・パン」を押してから回転つまみを回すと、早く合わせることができます。

※メニューによっては、「27 スチーム発酵・予湿」をおこなわないものや、予熱をおこなうものがあります。

- 仕上がり調節をするときは、スタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。
- メニューによって、残り時間を表示するタイミングが異なります。
(残り時間を表示しないメニューもあります)

コンビニ弁当あたため



角皿は
使いません

使える容器

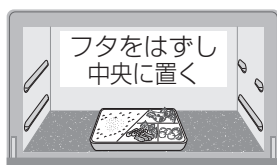
レンジ 14 ページ

知っておいてください

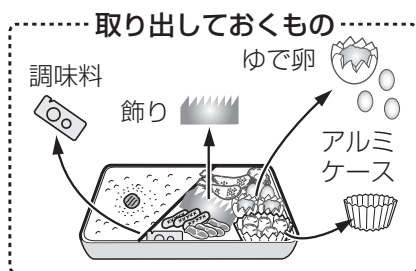
- ラップやフタは、はずしてください。

食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して、加熱が終了するため、ラップやフタをしたままで加熱すると、加熱のしすぎで発煙・発火の原因になります。

準備



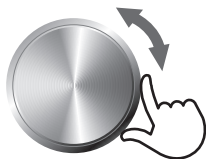
食品を入れる



- 一度に加熱できる分量は、1人分300～500g。
レンジ加熱対応のパッケージに入った常温のお弁当、またはどんぶり物。

「！」に合わせる

1



2



- 仕上がり調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。
- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近)

手動で加熱するときの目安時間
クックブック 50 ページ

- 加熱終了後、加熱時間を延長するとき 11 ページ
- 中身によってできあがり具合が異なるため、様子を見ながら加熱を追加してください。

ご注意

- 包装しているラップやフタは必ずはずしてください。また、ゆで卵(うずら卵含む)やアルミケース、調味料類も取り出してください。
(火花が出たり、破裂によるやけどやけがのおそれ)
- 庫内やフラットテーブルが高温のときは、冷ましてから使用してください。

フライあたたため

フライあたたため のポイント

- メニュー例…フライ、コロッケ、から揚げ、冷凍たこ焼きなど
 - 一度にできる分量は、100～300g。(常温・冷蔵もの：1個20～100gのもの
冷凍もの：1個20～35gのもの)
 - 角皿にしわを寄せたアルミホイルを敷き、間隔をあけて並べます。
 - 市販食品はメーカーや中身の材料、保存状態、製造年月日などにより、仕上がりが異なる場合があります。また、記載の加熱方法と時間は、パッケージ記載のものと若干異なる場合があります。
- お願い**
- 表面が焦げやすいもの、厚いものは、加熱途中で残り時間が出てからアルミホイルをかぶせます。
 - 天ぷらなど加熱後裏面がベトつくときは、キッチンペーパーなどで油分を取ってください。
 - 包装は、必ずはずしてください。
 - プラスチック容器やラップは、溶けたり焦げたりするため使わないでください。

まず、「27 スチーム発酵・予湿」の操作をします。

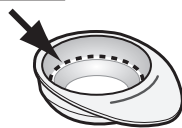
 角皿は
使いません

準備

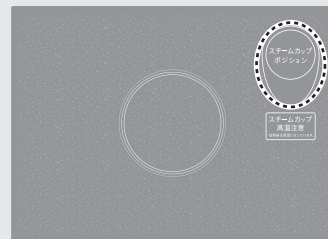


スチームカップに水を入れて、
スチームカップポジションに置く

水(約30mL/大さじ2杯)を
段差まで入れる

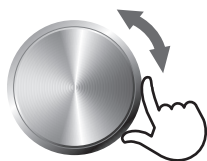


- スチームカップポジションは、庫内右奥にあります。



「27」に合わせる

1



- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。
- 加熱途中で残り時間を表示します。
(✓弱め)を押したときは、残り時間を表示しません。
- 予湿中は、**庫内灯**を押しても点灯しません。

2



予湿

予湿終了



予湿が終了したら、すぐに
食品を庫内に入れて、加熱を
スタートさせてください。

- スチームカップは取り出しません。
- 加熱の延長はできません。
- 予湿終了後、ドアを開けなくても、放置しておくと、蒸気が逃げてしまいます。

次ページにつづく

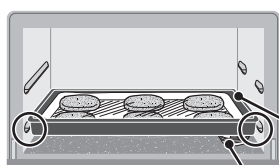
次に、「**2** フライあたため」の操作をします。

使える容器

オープン

14 ページ

準備



すぐに食品を入れる

下段にセット

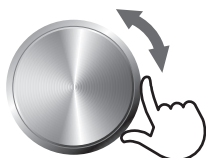
角皿

スチームカップは入れたまま

- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。
- 蒸気が逃げないようにすばやくドアの開閉をします。

3

「**2**」に合わせる



- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。

大切 ▶ 冷凍ものは(ハ 強め)を押す。

- 加熱途中で残り時間を表示します。

4



- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

ご注意

- 加熱後、スチームカップは高温になっています。
スチームカップを取り出す際は、カップに残った湯でやけどをしないようにご注意ください。

手動でするときは>>>

・ 予 湿… **レンジ** 600W 約2分



・ あたため… **オープン** 220℃ (予熱はしません)

常温・冷蔵もの：200gで約12分

冷凍もの：120gで約15分

ゆで野菜



角皿は
使いません

使える容器

レンジ

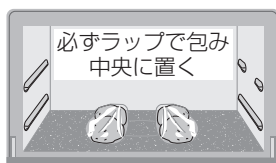
14 ページ

知っておいてください

- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽にかぶせてください。

食品の蒸気(湯気)をセンサーが検知して加熱が終了するため、容器や皿にラップをしっかりとかけたり、密閉容器などのフタをして加熱すると、加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とうの原因になります。

準備



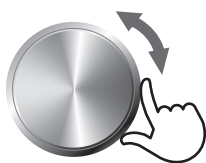
食品を入れる

- いも類を丸ごとゆでるときは、皿にのせません。(31 ページ)

- 材料の大きさは、そろえます。
- 洗った水気を残して加熱します。(乾燥・脱水を防ぐため)
- アクの強い野菜は、加熱の前後にアク抜きをします。

1

菜類・花果菜類は「4」に、
根菜類は「5」に合わせる



2



- 仕上がりを調節するときはスタート後30秒以内に仕上がりキーを押す。
- 点滅表示は進行状態を示します。(4つ点灯すると終了間近。または、残り時間を表示します)

大切 野菜の種類などによって、必ず仕上がりキーを押すものがあります。(31 ページ)

- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

手動で加熱するときの目安時間
クックブック (51 ページ)

ご注意

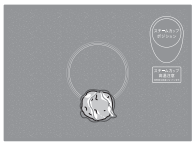
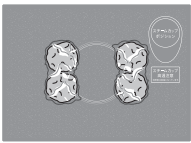
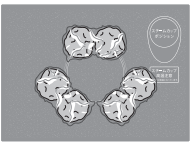
- 少量の根菜(冷凍ミックスベジタブルなど)をゆでるときは、大きめの容器に野菜が浸かるぐらいの水を入れ、ラップをして **レンジ** 600Wで加熱してください。
加熱しすぎると発煙・発火・火花のおそれがあります。
※にんじん50g(水25mL)のとき 約1分40秒
- 加熱が足りないときは、**レンジ** 600Wで様子を見ながら加熱してください。
続けて自動加熱をおこなうと、食品が焦げたり、発火することがあります。
- 加熱中、ドアの下部に水滴が付いたり落ちたりする場合がありますが、食品から出た水分(水蒸気)であり、故障ではありません。

ゆで野菜のポイント

■ 葉菜類・花果菜類

野菜の種類	一度に加熱できる分量	仕上りの調節	コツとポイント
ほうれん草、小松菜など	100～300g	—	- 太い根は加熱前に十字に切り込みを入れる。 - 葉と茎を交互に重ねてラップに包み、皿にのせる。  ラップ 300gは同量ずつ2つに分けてラップに包む。 - 加熱後すぐに、水に取る。(色止めも兼ねます)
キャベツ、白菜、ブロッコリー、アスパラガスなど	100～400g	—	- 太い芯や根元の固い皮は、加熱前に除く。 - 大きさをそろえて切り、皿や容器に入れ、ラップをする。

■ 根菜類

野菜の種類	一度に加熱できる分量	仕上りの調節	コツとポイント
かぼちゃ、にんじん、じゃがいも、さつまいもなどを切ってゆでるとき	100～400g	—	- 大きさをそろえて切り、皿や容器に入れ、ラップをする。  ラップ - にんじんは浸かるぐらいの水(200gに水100mL)を加える。
じゃがいも、さつまいもなどを丸ごとゆでるとき	100g～1kg	(ハ 強め)	1～2個ずつラップでしっかり包みます。 1個のときは、フラットテーブルの手前寄りに置き、その他は、中央を避けて置きます。 1個の場合  4個の場合  6個の場合  - 加熱後、ラップをしたまま4～5分蒸らす。

手動

レンジ



警告



卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・
うすら卵など)を加熱しない
【爆発し、大変危険】



角皿は
使いません

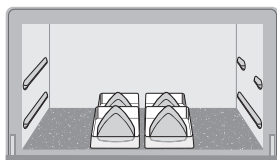
使える容器

レンジ

14 ページ

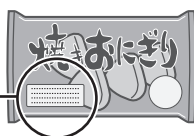
例 出力：600W 時間：5分のとき

準備



食品を入れる

置きかた、出力(W)、加熱時間は
記載内容に合わせる。



● ラップの有無や目安時間などは、
手動加熱表を参考に。

クックブック 50 ページ

1

レンジ
出力切替



レンジ 6 00 W

500W、200W、1000W に合わせるときは

レンジ
出力切替



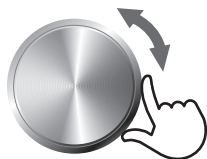
さらに
押します。

レンジ 5 00 W

▶ 600W→500W→200W→1000W

2

時間を合わせる



レンジ 5 分 00 秒

● 設定範囲

1000W …… 3分まで

600W …… 20分まで

500W …… 30分まで

200W …… 1時間35分まで

● 5分まで10秒単位

● 10分まで30秒単位

● 30分まで1分単位

● 1時間35分まで5分単位

(1000Wは、1分まで5秒単位)

3



あたため
スタート

● 加熱中に「レンジ」を押すと
出力の確認ができます。

● 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

30秒あたため

● レンジ600Wで30秒加熱するときに使います。
2度押しと、1分加熱できます。

1 2度押し1分

30 秒
あたため



レンジ 30 秒

2



あたため
スタート

※加熱を続けておこなうと、
1000W加熱のときに「弱」を
表示することがあります。
(製品を保護するために600W
加熱となります)

手動

グリル

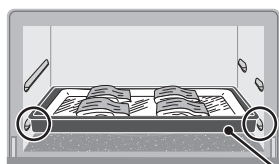
使える容器

グリル

14 ページ

例 時間：18分のとき

準備



食品を入れる

下段にセット

角皿

- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。

1

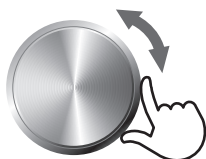
グリル



- 初め、20分を表示

2

時間を合わせる



- 設定範囲
30分まで
 - ・ 5分まで10秒単位
 - ・ 10分まで30秒単位
 - ・ 30分まで1分単位

3

あたため
スタート

- 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

ご注意

- 素材の種類や脂の乗りにより、焦げかたが変わります。様子を見ながら焼いてください。

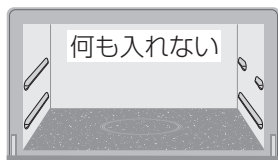
手動

オーブン 予熱をして焼く

例 オープン1段 温度：200℃ 時間：15分のとき

予熱をする (あらかじめ庫内の温度を上げておく)

準備



- クックブックには角皿を入れて、予熱するメニューもあります。

1



2度押す



「予熱」点灯を確認する。

- 1度押し：予熱をしない設定
- 2度押し：予熱をする設定

2

温度を合わせる

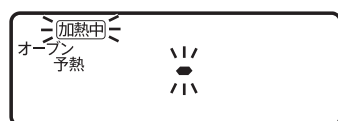


- 初め、170℃を表示



- 設定範囲
110℃～250℃まで
・10℃単位

3



- 点滅表示は進行状態を示します。
(4つ点灯すると予熱完了間近)
- 温度を変更するときは
「オープン」を押し、
温度表示になってから
「温度キー」を押す。
- 予熱完了までの所要時間は、
設置環境などによって、
最大30分程度かかることが
あります。

予熱完了

予熱完了音



次ページにつづく



予熱保持中は「予熱完了」と
設定温度が点滅します。

- ドアを開けなければ、約20分間
保温状態を保ちます。
※約20分を過ぎると「0」
表示となり、操作 ① から
やり直す必要があります。

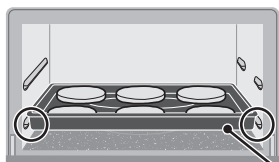
使える容器

オープン

14 ページ

焼き上げる

準備



食品を入れる

下段にセット

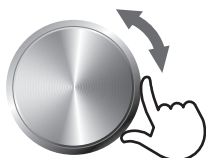
角皿

※庫内の温度が下がるので、
ドアの開閉はすばやくする。

- 角皿は奥に当たるまで
確実に入れる。
- 角皿をセットする位置について、
1段のとき…どちらでも構いま
せんが、下段をおすすめします。
2段のとき…上段と下段。

4

時間を合わせる



- 初め、20分を表示



- 設定範囲
1時間35分まで
・ 30分まで1分単位
・ 1時間35分まで5分単位

5



- 加熱中に、温度を変更する
ときは「オープン」を押し、
温度表示になってから
温度キーを押す。

- 加熱終了後、加熱を延長するとき (11 ページ)

ご注意

- 室温や食品の分量・形・加熱前の温度、電源電圧により、仕上がりが異なります。
- 市販の本やガスオープン、他の電気オープンのレシピで作るときは、「オープン 予熱をして焼く」の操作でクックブックの類似メニューの温度や加熱時間などを参考に様子を見ながら加熱してください。
(続けて焼くときも、加熱時間はひかえめにして、予熱をして焼く の操作をおすすめします)
市販の本などの温度や加熱時間では、うまく仕上がらないことがあります。

手動

オーブン 予熱をしないで焼く

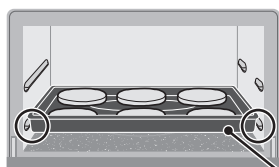
使える容器

オープン

14 ページ

例 オープン1段 温度：190℃ 時間：15分のとき

準備



食品を入れる

下段にセット
角皿

- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。
- 角皿をセットする位置について、1段のとき…どちらでも構いませんが、下段をおすすめします。2段のとき…上段と下段。

1



1度押す

オープン

- 1度押し：予熱をしない設定
- 2度押し：予熱をする設定

2

温度を合わせる



- 初め、170℃を表示

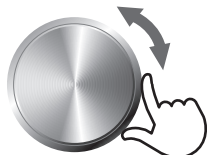
オープン

190℃

- 設定範囲
110℃～250℃まで
- 10℃単位

3

時間を合わせる



- 初め、20分を表示

オープン

15:00

- 設定範囲
1時間35分まで
- 30分まで1分単位
- 1時間35分まで5分単位

4



- 加熱中に、温度を変更するときは **オープン** を押し、温度表示になってから **温度キー** を押す。

● 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

手動

発酵

使える容器

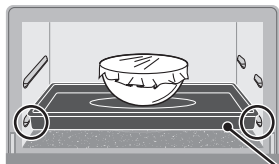
オープン

14 ページ

庫内が高温のときは、使用できません。「U・04」を表示します。 41 ページ

例 温度：30℃ 時間：2時間30分のとき

準備



食品を入れる

下段にセット
角皿

- 角皿は奥に当たるまで確実に入れる。

1



- 初め、40℃を表示



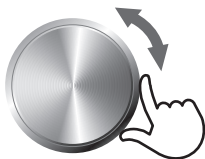
- 発酵の標準設定温度は40℃です。

2

温度を合わせる



時間を合わせる



- 初め、30分を表示



- 設定範囲
30℃～45℃まで
・5℃単位

3



- 設定範囲
8時間まで
・1時間まで5分単位
・8時間まで30分単位

4



- 加熱中は、「庫内灯」を押しても、庫内灯は点灯しません。(発酵温度保持のため)

● 加熱終了後、加熱を延長するとき 11 ページ

ご注意

- グリルやオープン加熱の後は、フラットテーブルが熱くなっていますので、十分に冷めてから使用してください。

お手入れ



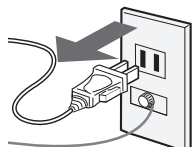
警告



必ず電源プラグをコンセントから
抜き、製品が冷めてからおこなう
【感電・やけど・けがの原因】

汚れたら、すぐに！こまめに！が、お手入れ上手のポイントです

電源プラグを抜く



次のものは使わない

(塗装のはがれ、傷付き、変色、内部に液が浸透し故障の原因)



シンナー、ベンジン
アルコール



オーブנקリーナー
粉末クレンザー
漂白剤



住宅・家具・
換気扇用合成洗剤
酸性・アルカリ性洗剤



スプレー式洗剤
金属タワシ
硬めのスポンジ

使うたびに

本体(内側・外側)・ドアの内側

固く絞ったふきんですぐに水拭きする

- 庫内に汚れや水分が残っていると、塗装のはがれやさびの原因になります。
- ぬるま湯でぬらしたふきんをのせ、しばらくおいてから拭くと、汚れが落ちやすくなります。
- 汚れが落ちにくいときは、薄めた台所用合成洗剤(中性)を使い、最後は水拭きをします。



フラットテーブル

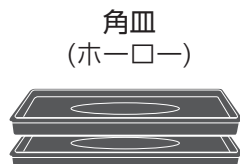
- 汚れが落ちにくい場合は、汚れた部分にクリームクレンザーを付け、丸めたラップでこすり落とします。最後は水拭きします。
- ※クリームクレンザーが使えるのは、フラットテーブルのみです。



付属品

傷が付かないようにやわらかいスポンジで洗い、よく乾燥させる

- 汚れが取れにくいときは浸け置き後、台所用合成洗剤(中性)で洗ってください。
- 角皿のみ、メラミンフォームのスポンジ(洗剤を使わないタイプの白いスポンジ)が使えます。浸け置き後にこすったあと、よくすすいでください。



角皿
(ホーロー)



スチームカップ
(セラミック)

ご注意

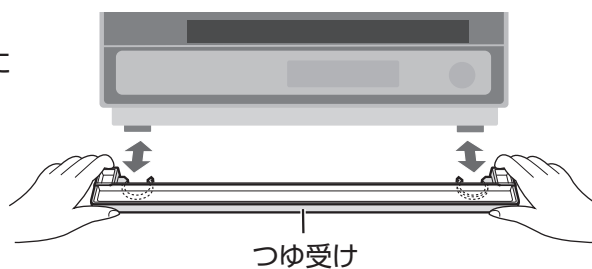
- 庫内やドアに油・食品カス・煮汁をつけたままで放置したり加熱しないでください。(発煙・発火の原因)
- 塗装面に衝撃を与えたり、庫内側面の穴をふさがしないでください。(塗装のはがれ、傷によるサビや割れ、故障の原因)

こまめに

つゆ受け

水洗いする

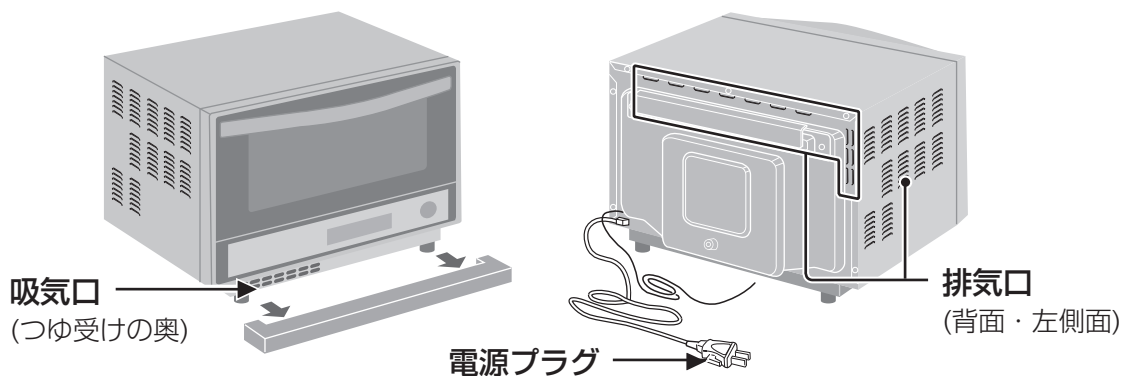
- 取り付けを忘れないように
しましょう。



吸気口・排気口・電源プラグ

ほこりを拭き取る

(換気できずに、故障・火災の原因)



庫内の においが気 になるときは

庫内の油分をきれいに拭き取ったあと、カラ焼きをします。(16ページ)

故障かな？

修理依頼や
お問い合わせの前に、
もう一度お調べ
ください



	こんな場合	故障ではありません	参照 ページ
音	加熱中や終了後に 「ブーン」と鳴ったり、 止まったりする。	●製品内部を冷却するファンの回転をコントロールしているためです。加熱終了後も最大10分程度回転しますが、加熱は続けて使えます。ファンが回転中は、電源プラグを抜かないでください。 冷却が足りないと故障の原因になります。	—
	キーの受け付け音、 加熱終了音が 鳴らない。	●お知らせ音を消す設定になっていませんか？ [レンジ]を4秒間押し続けると「ピッ」と1回鳴り、 [とりけし]を押すと解除されます。	9
	加熱中にときどき暗くなったり 「カチカチ」と音がする。	●加熱をコントロールしているためです。	—
	オーブン・グリル加熱時に 「ボン」や、きしみ音がする。	●高温のため、庫内壁が膨張するときの音です。 また、冷めるときも音がすることがあります。	—
	レンジ加熱時、 「パチン」と音がする。	●ドアと本体の接触面に付着していた水滴が、はじける音です。	—
動作	コンセントに電源プラグを 差し込んでいるのに 何も表示しない。	●ドアを開閉すると電源が入り「  」を表示します。 ドアを閉めると1分後、自動的に電源が切れます。 (電源オートオフ機能)	16
	庫内灯が加熱中に、 点灯しない。	●[庫内灯]を押すと点灯しますが、[発酵]、 (27 スチーム発酵・予湿)のときは、点灯しません。	10
	加熱中、ドアの下部に水滴が 付いたり、 落ちるときがある。	●食品から出た水分が水蒸気となり、ドアに付着した ものです。ふきんで拭き取ってください。	—
	煙が出たり、 いやなにおいがする。	●ご購入後にカラ焼きされましたか？ ●庫内やドアに食品カスなどが付着していませんか？ また、煮汁などの油や液体をこぼしませんでしたか？	16 38, 39
	火花が出る。 (レンジ加熱のとき)	●角皿、金串、アルミホイル、金・銀模様のある器や、 金属容器を使っていませんか？ ●食品カスなどが付着していませんか？	14, 15 38, 39
	加熱中に電源がすぐ切れる。 (ブレーカーが切れる)	●電気の容量を超えていませんか？お買いあげの販売店に ご相談ください。 (定格15A以上・交流100Vの専用コンセントを使う)	—
	カラ焼きができない。 (時間設定ができない)	●「予熱」表示が出ていませんか？ [とりけし]を押し、[オープン]を1度押してください。	16

こんな場合	故障ではありません	参照ページ
食品が加熱しすぎたり、加熱不足になる。	● 素材に応じて仕上がりキーを使っていますか？ ● 全解凍／サククリ解凍のとき、食器にのせたり、発泡トレーのまま加熱していませんか？ラップに包んでいませんか？	— 24
飲み物が熱くなりすぎる。	● 自動メニュー 牛乳・酒 で加熱されていますか？ ● 容器に入れる1杯あたりの基準分量を守っていますか？(牛乳200mL／酒180mL) ● 加熱前の温度に応じて仕上がりキーを使っていますか？	— — 25
仕上がり オープン・グリル加熱で、 ・焦げ目がつかない。 ・うまく仕上がらない。 ・仕上がりにムラがある。	● 角皿を角皿受け棚にのせていますか？ ● コンセントは単独で使っていますか？延長コードなどを使うと電圧が下がり上手にできません。また、危険です。	— 4
	● 角皿を角皿受け棚にのせ、奥に当たるまで確実に入れていますか？	—
市販の料理ブックや他の製品のオープンメニューが上手にできない。	● 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りますので、うまくできないことがあります。クックブックの類似メニューの温度や加熱時間を参考に、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。	—

こんな表示が出たら	エラー音(ピピピピピ)が鳴ります。	
 庫内が高温のため使用できません。	● 「U-04」表示が消えると使用できます。「U-04」表示中は、全解凍／サククリ解凍、発酵、スチームあたためは使えませんが、とりけしを押すと他の加熱は使えます。	
 製品が故障している場合があります。	● 電源プラグをコンセントから抜き、お買いあげの販売店、またはお客様ご相談窓口にて、表示の内容([-番号])をご連絡ください。(43ページ)	
 庫内が高温のときにお知らせします。	● 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。フラットテーブルなどやけどにご注意ください。冷めると消灯します。	
 デモ表示になっているため加熱できません。	● とりけしを「ピッ」と鳴るまで4秒以上押し、さらに4度押します。「D」が消え、「0」表示になると使えます。 ※デモ表示とは、店頭などで商品の特長や機能を説明するための表示です。(自動的に表示が動きます)	

エラー音は鳴りません

保証とアフターサービス

修理を依頼されるときは

出張修理

- 1 「故障かな？」(40, 41 ページ) を調べてください。
- 2 それでも異常があるときは使用をやめて、必ず電源プラグを抜いてください。
- 3 お買いあげの販売店に次のことをお知らせください。

- 品名：電子レンジ
- 形名：(本書の表紙に記載の形名)
- お買いあげ日(年月日)
- 故障の状態(具体的に)
- ご住所(付近の目印も合わせてお知らせください)
- お名前 ● 電話番号 ● ご訪問希望日

便利メモ お買いあげの際に記入されると便利です。

販売店名

電 話 () —

お買いあげ日 年 月 日

この製品は、日本国内用に設計されています。
電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。
また、アフターサービスもできません。

保証期間中

- 修理に際しましては保証書をご提示ください。
保証書の規定に従って修理させていただきます。

保証期間が過ぎているときは

- 修理すれば使用できる場合には、ご希望により有料で修理させていただきます。

修理料金のしくみ

- 修理料金は、技術料・部品代・出張料などで構成されています。

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の料金です。

保証書(別添)

- 保証書は「お買いあげ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取ってください。保証書は、内容をよくお読みの後、大切に保存してください。
- 保証期間…お買いあげの日から1年間です。
ただし、マグネトロンのみ2年間です。
保証期間中でも有料になることがありますので、保証書をよくお読みください。

補修用性能部品の保有期間

- 当社は電子レンジの補修用性能部品を製品の製造打切後、8年保有しています。
- 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。

愛情点検



長年ご使用の場合は商品の点検を！ こんな症状はありませんか？

- 電源プラグやコードが異常に熱くなる。
- 自動的に切れないときがある。
- コゲ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音や振動がする。
- スタート操作をしても、食品が加熱されない。
- ドアに著しいガタがある。
- 触れるとピリピリと電気を感じる。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源プラグをコンセントから抜き、必ず販売店に点検をご依頼ください。なお、点検・修理に要する費用は、販売店にご相談ください。

お客様ご相談窓口のご案内

修理・使いかた・お手入れ・お買い物などのご相談・ご依頼、および万一、製品による事故が発生した場合は、お買いあげの販売店、または下記窓口にお問い合わせください。

ファクシミリ送信される場合は、製品の形名やお問い合わせ内容のご記入をお願いいたします。

※弊社では、確実なお客様対応のため、フリーダイヤル・ナビダイヤルサービスをご利用のお客様に「発信者番号通知」をお願いしています。発信者番号を非通知に設定されている場合は、番号の最初に「186」をつけておかけください。



いつでも便利なWebサービス【シャープオンラインサポート】

ご質問やお困りごとは、気軽にアクセス、しっかりアシスト！

シャープ お問い合わせ

検索

<http://www.sharp.co.jp/support/>

スマートフォンや
携帯電話はこちらから



インターネットから修理のお申し込みや進捗確認も24時間サポート

シャープ 修理相談

検索

<http://www.sharp.co.jp/support/repair.html>

スマートフォンや
携帯電話はこちらから



使用方法のご相談など【お客様相談室】 おかけ間違いのないようご注意ください。

受付時間 (年末年始を除く) ●月曜～土曜：9:00～18:00 ●日曜・祝日：9:00～17:00

固定電話、PHSからは、フリーダイヤル

0120 - 078 - 178

携帯電話からは、ナビダイヤル

0570 - 550 - 449

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電 話	FAX
050 - 3852 - 5405	06 - 6792 - 5993
〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号	



修理のご相談など【修理相談センター】 おかけ間違いのないようご注意ください。

受付時間 (年末年始を除く) ●月曜～土曜：9:00～20:00 ●日曜・祝日：9:00～17:00

固定電話、PHSからは、フリーダイヤル

0120 - 02 - 4649

携帯電話からは、ナビダイヤル

0570 - 550 - 447

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電 話	FAX
050 - 3852 - 5520	06 - 6792 - 3221
〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号	

■QRコードについて

スマートフォンやタブレット端末のバーコードリーダーで読み取ってください。(読み取れない場合は近傍に表記のアドレスを直接入力してください)
誘導されるサイトおよび動画の視聴は無料ですが、通信料金はお客様のご負担になります。QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報の取り扱いについて】

シャープ株式会社および関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただいております。個人情報は適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報の開示・訂正、利用訂正等の請求その他お問い合わせは、シャープ株式会社個人情報ご相談窓口にご連絡ください。電話番号：[06-6792-8004(受付時間：平日、9:00～12:00、13:00～17:00)ただし、祝日など弊社休業日を除く]個人情報の取扱いの詳細については、<http://www.sharp.co.jp/privacy/index-j.html> をご参照ください。

●所在地・電話番号・受付時間などについては、変更になることがあります。(2017.10)

仕様

電 源	交流 100V 50-60Hz共用		
レンジ	定格消費電力	1,460W	
	高周波出力	1,000W※1・600W・500W・200W相当	
	発振周波数	2,450MHz	
グリル	定格消費電力	1,400W	
オーブン	定格消費電力	1,400W	
	温度調節範囲	発酵(30・35・40・45℃)・110～250℃	
外形寸法※2		幅490×奥行445×高さ370(mm)	
庫内有効寸法		幅405×奥行315×高さ235(mm)	
質 量		約17kg	
角 皿		420×290(mm)	
電源コードの長さ		約1.4m	
区 分 名		F	
電子レンジ機能の年間消費電力量		56.3kWh/年	年間待機時消費電力量 0.0kWh/年
オーブン機能の年間消費電力量		14.0kWh/年	年間消費電力量 70.3kWh/年

※1 定格高周波出力1,000Wは、短時間高出力機能(最大3分)であり、定格連続高周波出力は、600Wです。600Wへは、自動的に切り換わります。

※2 脚間寸法は、幅430mm、奥行310mm(脚の両サイドの寸法)

- 年間消費電力量(kWh/年)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。区分名も法に基づき、機能、加熱方式、および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量は周囲環境、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。
- 設置するときは、壁面より左側面6cm以上、右側面3cm以上、天面10cm以上(前面は、開放)空間を設ける必要があります。
- コンセントに電源プラグを差した状態で、表示が消えているときの消費電力は、「0」Wです。
- 長期間運転しないときは、電源プラグをコンセントから抜いてください。

お問い合わせ先

お問い合わせの前にもう一度「よくあるご質問」(2ページ)、「故障かな?」(40, 41ページ)をご確認ください。

- お客様ご相談窓口からのお問い合わせ (43ページ)

Webもご利用ください。

● シャープ お問い合わせ 検索

<http://www.sharp.co.jp/support/>



シャープ株式会社

本 社 〒590-8522 大阪府堺市堺区匠町1番地
健康・環境システム事業本部 〒581-8585 大阪府八尾市北亀井町3丁目1番72号



Printed in Thailand
S1000シリーズ

TINSJA441WRRZ 18E- ②