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　ダブル ブイ イー

RE-WVE9

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 保証書付 をよくお読みのうえ、
正しくお使いください。
ご使用の前に、「安全上のご注意」を必ずお読みください。
本書は、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。

「製品登録」をお願いします

- 家電製品を WEB でまとめて管理できる！
- 登録製品に関する消耗品などサポート情報へ簡単アクセス！
- 当社製品などが当たる抽選応募用「わくわくポイント」を進呈！
- 自動回答に加え会員限定でオペレーターとチャット相談可能！

https://cocoromembers.jp.sharp/m/

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
お知らせ音について …… 3
安全上のご注意 必ずお守りください …… 4
調理のときのお願い …… 8
各部のなまえ …… 9
操作部・表示部 …… 10
使える容器・使えない容器 …… 12
加熱の種類としくみ …… 14
基本操作 …… 15
庫内をカラ焼きする …… 16
使い分け(あたため、解凍) …… 17

使いかた

自動加熱
あたため …… 18
冷凍食品あたため …… 20
牛乳・酒 …… 22
お弁当あたため …… 23
ゆで葉菜・ゆで根菜 …… 24
全解凍・サックリ解凍 …… 25
フライあたため …… 26
トースト …… 27

手動加熱
スチームあたため …… 28
レンジ …… 30
グリル …… 31
オーブン(発酵) …… 32

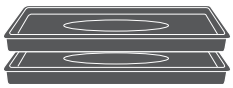
必要なときに

お手入れ …… 34
故障かな？(こんな表示が出たら) …… 35
仕 様 …… 37
保証とアフターサービス …… 38
お客様ご相談窓口のご案内 …… 39
裏表紙

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。

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は、水道から出した新しい水をお使いください。使いかたは、28ページの 準備 をご覧ください。

・カラ(水なし)の状態で加熱しないでください。
・ご使用後は、庫内から取り出して、お手入れしてください。

● **取扱説明書** 保証書付　● **メニュー集**

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

アースの取り付け

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。

・( )内の数字は、主な説明のあるページを示しています。
・本書に記載のイラストは、実物と異なる場合があります。

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、または電気工事店にご相談ください。

● どの加熱を使えばいいの？
→「加熱の種類としくみ」14 ページ、「使い分け(あたため、解凍)」17 ページをご覧ください。

● 加熱が終了しても音がする
→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　オーブン　検索

https://jp.sharp/support/oven/

お知らせ音について

- **取り出し忘れお知らせ音が鳴ります。**(33～35 お手入れメニューを除く)
  加熱終了後、何も操作をしないと、1分おきに3回ピピピ音が鳴ります。

- **加熱終了音などを消すことができます。**
  ① 電源を入れて、ドアを閉めます。
  ② **レンジ**を『ピピッ』と鳴るまで5秒間押します。
  ③「OFF」が表示されたら**とりけし**を押して、「0」表示になると設定完了です。

※操作誤りなど、エラー音(ピピピピピ)は鳴ります。36 ページ

元に戻す(鳴らす)ときは、
レンジを『ピッ』と鳴るまで5秒間押し、「On」が表示されたら**とりけし**を押します。

安全上のご注意 (1)

必ずお守りください

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。39 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相談して、**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

突沸

●**飲み物は、1 牛乳・酒 で加熱する**
22 ページ

自動のあたためは使わない
(突然沸とうによりやけどのおそれ)

突沸

●**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**
30 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

発煙

●**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、油揚げ、天かすなど)
- **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)

必ずお守りください

⚠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
(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。

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)

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 (12, 13 ページ)

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

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 (34 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)

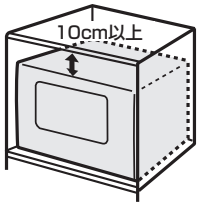
ドアやハンドルに無理な力を加えない。また、4kg以上の物をのせない (本体が倒れて、けがをしたり、電波漏れの原因)

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・転倒防止用金具を別売品として扱っています。
  「形名RK-TB1」希望小売価格990円(税込)(工事費別) お買いあげの販売店にご相談ください。
  ※製品後方と壁面との距離が、18cm以上空きます。

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

「消防法 基準適合 組込形」

壁の材質などによって、排気口付近の壁が汚れたり、結露することがあります。
壁の汚れや結露が気になる場合は、上記記載の寸法以上離したり、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** (火災・感電・ショートの原因)
- **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。

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**が3分間表示するので、加熱時間を合わせ、[スタート]を押します。

延長操作について 11ページ

繰り返し続けてつくるときは、仕上がり調節を使って、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つか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。

メニュー集以外のレシピで作るときは、手動加熱で様子を見ながら加熱する

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。
メニュー集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、加熱と食品分量に合ったものを使う

- **「使える容器・使えない容器」**12, 13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

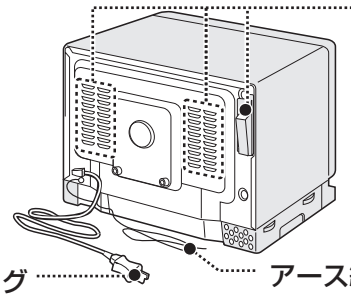
熱や蒸気が外に逃げてしまい、うまく仕上がりません。加熱状態の確認は、加熱終了間際にすばやくおこないます。

各部のなまえ

ハンドル

操作部・表示部

10, 11 ページ



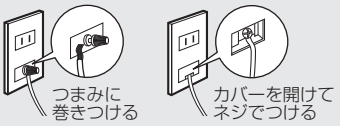
排気口

吸気口(底面)

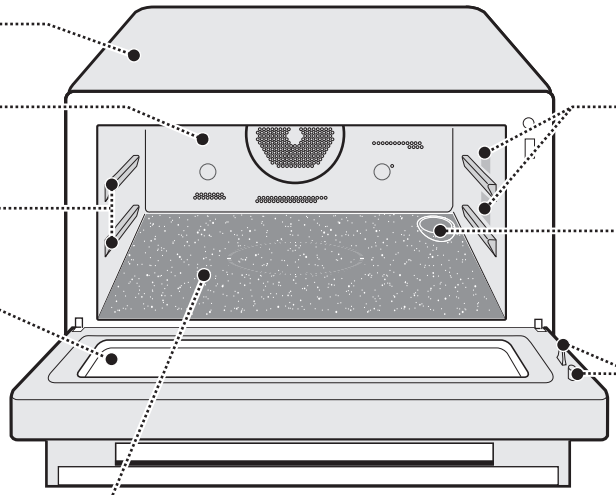
電源プラグ

アース線

[つまみタイプ] [カバー付きネジタイプ]



アースについて 7 ページ



キャビネット

背面ヒーター
(背面内部)

角皿受け棚
(上段、下段)

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。

フラットテーブル (ガラス製)

庫内灯 (右側面)
加熱中点灯します。

スチームカップポジション
(庫内右奥)

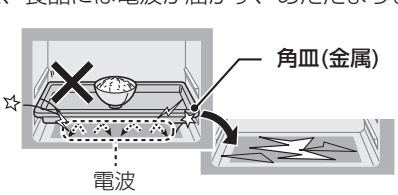
ドア突起部
食品の出し入れ時にご注意ください。

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。
- **急冷したり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、角皿や金属類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。



操作部・表示部

メニュー番号表示

1 牛　乳　・　酒	4 ゆで葉菜	5 ゆで根菜	8 3分どんぶり	11 らくチン!煮物	14 か ら 揚 げ
2 冷凍食品あたため	6 全　　解　　凍		9 5分おかず	12 蒸　し　鶏	15 ひと口とんかつ
3 お弁当あたため	7 サ ッ ク リ 解 凍		10 らくチン!ベジ	13 フライあたため	16 グ ラ タ ン

表示部 (説明のためすべてを表示した状態です)

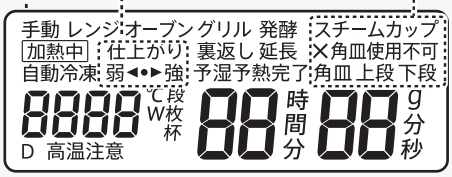
- 加熱時間・温度・加熱の種類などを表示します。
- ドアを開けると電源が入り、「0」を表示します。
- 残り時間が確定するまでや、予熱中や予湿中はバー(▬)の点灯を繰り返すメニューがあります。残り時間を表示せずに終了する場合もあります。

付属品表示

スチームカップ **角皿 上段 下段**	●付属品を使用するメニューで表示します。
×角皿使用不可	●角皿を使用しないメニューで表示します。

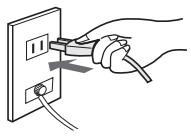
手動加熱キー

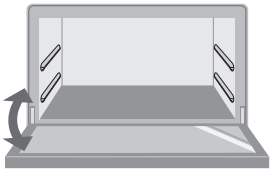
仕上がり調節表示



電源の「入れかた」と「切れるしくみ」について

●電源プラグを差し込み、ドアを開けると電源が入り、「0」を表示します。





●ドアを閉めて「0」表示で放置すると、1分後に電源が切れます。(電源オートオフ機能)

● 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。

17 ハンバーグ　20 塩ざけ･塩さば　23 カンタンおやつ　26 ロールケーキ　29 ピザ　30 トースト　33 お手入れ
18 焼き豚　21 焼きいも　24 スポンジケーキ　27 ロールパン　31 スチーム予湿　34 スッキリお手入れ
19 鶏の照り焼き　22 3品献立セット　25 シフォンケーキ　28 フランスパン　32 スチームあたため　35 カラ焼き

設定つまみ

回す

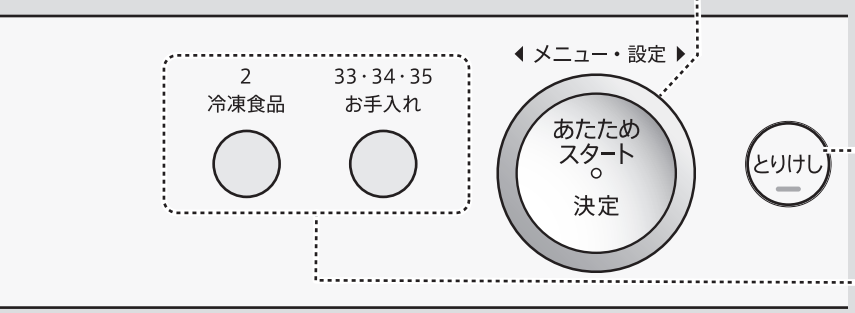
- 自動加熱のとき、メニュー番号を合わせたり、仕上がりを調節します。
- 手動加熱のとき、温度や加熱時間などを合わせます。

あたため・スタート・決定キー

押す

- レンジ加熱でごはんやおかずのあたためを自動でします。
- 設定した内容を決定します。
- 加熱をスタートさせます。

ランプが点滅して押すタイミングをお知らせします



- 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て、**スタート**を押します。
- メニュー番号2、33、34、35をするときに、早くメニュー番号を合わせることができます。

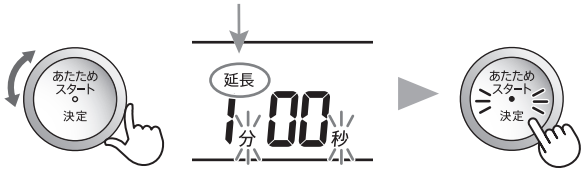
電源オートオフ機能

次の4つの条件がそろうと、自動的に電源が切れます。電源が切れるまでの時間は、調理したメニューなどによって異なります。(1～10分程度)

① ドアが閉まっている
② 「0」を表示している
（**とりけし** を押すと表示します）
③ 「高温」の表示が消えている
④ 冷却ファンの回転が停止している

延長操作について

- 加熱が足りないときは、「**延長**」表示中に**設定つまみ**を回して加熱時間を合わせ、**スタート**を押します。



- 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。
- 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をしてください。
- 「**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。

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くかぶせてください。

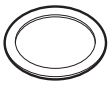
大切 自動の あたため で密閉容器などを使用するときは、フタをはずしてください。

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。

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

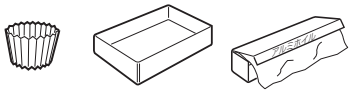


- ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。

- **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。

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



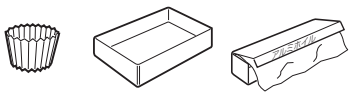
- ただし、取っ手がプラスチックの物は、溶けるため使えません。

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物は、溶けるため使えません。

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

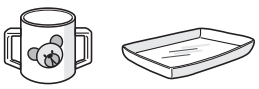
加熱の種類 | ✕使えません

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。
(解凍など)

耐熱140℃未満のプラスチック容器
(発泡トレーなど)



●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

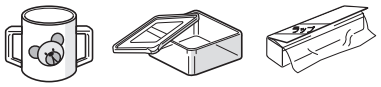
〔強化ガラス・カットグラス・クリスタルガラスなども含む〕

漆器

●塗りがはげたり、ひび割れたり、燃えたりします。

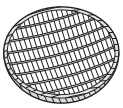
オーブン

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。

竹・木・紙製品



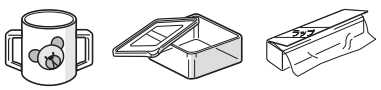
●次のものは、本書で記載している使いかたであれば使えます。
- 竹串
- 天ぷら敷紙
- キッチンペーパー
- 耐熱加工されているオーブン用クッキングシート
(パッケージに記載の耐熱温度を確認してお使いください)

※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。

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。

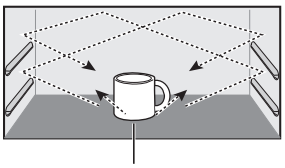


シリコン容器

加熱の種類としくみ

こんな加熱です	主なメニュー

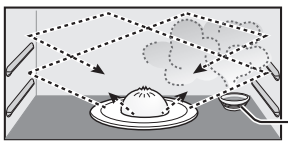
レンジ加熱



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、加熱されます。
- 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
1 牛乳・酒
2 冷凍食品あたため
10 らくチン！ベジ　など
手動
レンジ



スチームカップ

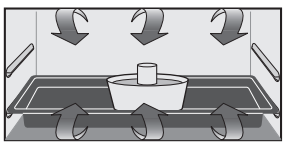
■ スチームカップの水を加熱し、蒸気を発生させて、食品表面の乾燥をおさえながら加熱します。

自動
12 蒸し鶏
31 スチーム予湿
手動
32 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

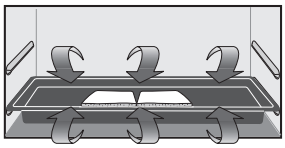


■ 背面ヒーターからの熱風で、庫内の温度を一定に保ち、食品を包み込んでふっくら焼き上げます。

自動
13 フライあたため
16 グラタン
25 シフォンケーキ　など
手動
オーブン(発酵)

※スチームカップを使うメニューは、スチームカップに入れた水で蒸気を発生させ、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。
スチームカップを使うメニューは、メニュー集でご確認ください。

グリル加熱



■ 背面ヒーターからの熱風で焦げ目を付けて焼き上げます。

自動
20 塩ざけ・塩さば
30 トースト
手動
グリル

基本操作

押す

回す

選ぶ(合わせる)

選んで(合わせて)、**決定**

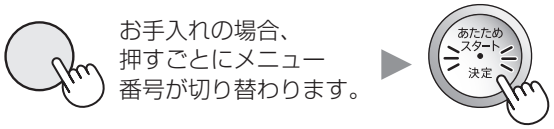
あたため

押すだけで、あたため(自動レンジ加熱)がスタートします。

メニュー番号[1]～[35]

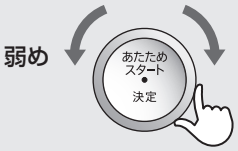
目的のメニュー番号を選んで、スタートを押します。
(32 スチームあたためは、加熱時間も設定します)

冷凍食品あたため、お手入れ



お手入れの場合、
押すごとにメニュー
番号が切り替わります。

仕上がり調節のしかた



- 初め、「標準(●)」に設定されています。
  調節したい場合は、**加熱スタート後、30秒以内に**設定つまみを回して、お好みの位置にマーク(◀ か ▶)を表示させます。

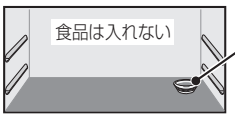
仕上がり 弱◀ 強	仕上がり 弱 ● 強	仕上がり 弱 ▶強
弱め	標準	強め

- 設定つまみを回すだけで仕上がりの調節は完了です。
- マークが点滅している間は変更ができます。

スチーム予湿が必要なメニューについて

- **フライあたため** (26 ページ) など、**31 スチーム予湿**をして、庫内に蒸気を発生させてから加熱をするメニューがあります。その他の予湿が必要なメニューについては、メニュー集でご確認ください。

準備：食品を入れずに、水を入れたスチームカップのみを庫内に入れる



スチームカップ
(28 ページ) 準 備

①：メニュー番号「31」に合わせて [スタート] を押す

庫内が高温のときは、使用できません。
冷めて「U 04」が消えると使えます。 (36 ページ)

②：予湿が終わったら、蒸気に注意して食品を入れる

庫内の蒸気が逃げないよう、ドアの開閉はすばやくおこなってください。

③：目的のメニュー番号に合わせて加熱をする

手動加熱は、(28~33 ページ)をご覧ください。

庫内を
カラ焼きする

⚠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】**

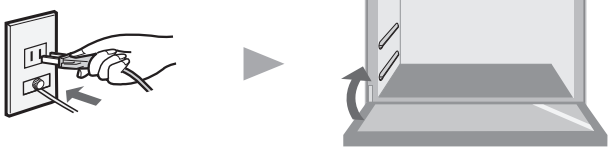
カラ焼きをしなくても調理はできますが、庫内が高温になると、排気口から煙やにおいが出ます。
調理前にカラ焼きをして、煙やにおいを出しておきます。
ご使用にともない、庫内のにおいが気になってきたときは、**34 スッキリお手入れ** (34 ページ) をおすすめします。

準備

必ず窓を開けるか、換気扇を回す
煙やにおいに敏感な小鳥などの小動物は、別の部屋に移しておきましょう。

1

電源プラグを差し込み、庫内に何も入っていないことを確認して、ドアを閉める



2

カラ焼きの「35」に合わせる

3度押す

設定つまみを回して
メニュー番号を合わせる
こともできます。

3

スタートする

- 残り時間を表示

ご注意　●本体が熱くなります。ご注意ください。

加熱

- 高温のため庫内壁が膨張するときに「ポン」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。
- **自動的に電源が切れるまでの時間は最大10分程度です。** (11 ページ)

カラ焼き終了

加熱終了音が
鳴ります。

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。

使い分け(あたため、解凍)

必ず、各ページのご注意をお読みください。

あたため

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。
牛乳・コーヒー・酒など	1 牛乳・酒 (22 ページ) 自動のあたためは、沸とうするので絶対に使わない	**レンジ加熱**であたためます。突然の沸とうを防いで、飲みごろの温度にあたためます。
市販の冷凍食品	2 冷凍食品あたため (20 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。
コンビニの弁当など	3 お弁当あたため (23 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)	31 スチーム予湿 (26 ページ) ▼ 13 フライあたため	**蒸気とオーブン加熱**であたためます。
中華まん・シュウマイなど	32 スチームあたため (28 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。

ご自分で時間を合わせて加熱をするときは、手動加熱を使います。

解 凍

操作方法 (25 ページ)

6 全解凍 …すぐに調理できる状態に解凍します。

7 サックリ解凍 …包丁が入る状態まで解凍します。さしみや肉の細切りなどに適しています。

自動 レンジ加熱

あたため

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12 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て、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。
- 出力(W)や加熱時間を合わせるときは **レンジ** を使います。30 ページ

飲み物の加熱は、沸とうするので、絶対に使わない。 1 牛乳・酒 を使う。22 ページ

準備

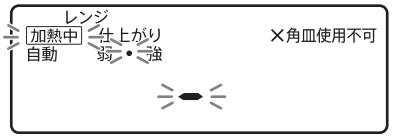
食品を入れる

- 極端に端へ置くと、上手に仕上がりません。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。

- 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

スタートする



- バー(▬)点灯の繰り返し表示後、残り時間を表示する場合もあります。
- 加熱途中で混ぜるときは残り時間が表示されてから、ドアを開けてください。(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。

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。

大切 **食品の状態に合わせて、必ず仕上がりを調節するものがあります。**19 ページ

- 加熱を延長するとき 11 ページ

ご注意

- **以下の食品は、自動あたためで加熱しないでください。**(加熱のしすぎで、発煙・発火するおそれ)
  ・水分の少ないもの(干もの・落花生・油揚げ、天かすなど)・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。
- **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かないでください。**(溶けたり、変形します)

⚠警 告

卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うずら卵など)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)
ー …**ラップはしません**(余分な水分を飛ばしたい場合)

食 品	分 量	状 態	ラップ	仕上がりの調節	コ ツ
ごはん	1〜4杯(1杯150g)	常温・冷蔵	ー	3〜4杯は ▶強 (強め)	• 固めのときは、水を振りかける。
冷凍ごはん	1〜2個 (1個100〜150g)	冷凍	○	ー	厚さ2〜3cmで、平らに冷凍したもの • ラップのとじ目を上にして、必ず皿にのせる。
			※	ー	市販の容器に入れて冷凍したもの • フタをいったんはずして、容器の上に軽くのせる。 ※フタがレンジ加熱不可の場合は、ラップを軽くかぶせて加熱する。
シュウマイ	5〜12個(160gまで)	常温・冷蔵	○	弱◀ (弱め)	• 両面に水を振りかける。
ハンバーグ	1〜4個(1個90g)	常温・冷蔵	ー	▶強 (強め)	ー
天ぷら	100〜400g	常温・冷蔵	ー	ー	• 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	ー	▶強 (強め)	• 加熱後、混ぜる。
焼きそば	100〜200g	常温・冷蔵	ー	ー	• 加熱後、混ぜる。
カレー・シチュー 注	200〜400g	常温・冷蔵	○	弱◀ (弱め)	• 冷凍のときは、浅い容器に入れる。 • 加熱後、かき混ぜる。
	100〜400g	冷凍	○	ー	
煮物 注	100〜400g	常温・冷蔵	ー	300g以上は ▶強 (強め)	• 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。
みそ汁 注	1〜2杯(1杯150mL)	常温・冷蔵	ー	▶強 (強め)	• 加熱後、混ぜる。

- 食品の状態に合わせて仕上がりの調節をしてください。
- 市販の冷凍食品のあたためは、**冷凍食品あたため** (20 ページ) をご覧ください。
- 出力(W)を合わせて加熱するときの目安時間は、**メニュー集**をご覧ください。

自動 レンジ加熱(メニュー番号2)

冷凍食品あたため

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12 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・突然沸とうの原因になります。
- **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、霜のついているものは、うまくあたたまらないときがあります。
- 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かないでください。(溶けたり、変形します)

準備

食品を入れる

- 商品パッケージに「皿にのせて加熱する」と記載されている食品は、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

「2」に合わせる

または

- どちらも同じ加熱方法となります。

2

スタートする

- 加熱途中で、残り時間を表示する場合もあります。

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。

大切 **食品によって、必ず仕上がりを調節するものがあります。** 21 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様子を見ながら加熱を延長してください。 11 ページ

⚠警告

卵(殻付き卵・ゆで卵・おでんの卵・うずら卵など)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、今川焼きなど)、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

● 下表に記載のない食品については、**冷凍食品あたため**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	仕上がりの調節	コツなど
パスタ	1人分 (180～360g)	※	—	• 加熱後、すぐにかき混ぜる。
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。 • 加熱後、すぐにかき混ぜる。
弁当 (ごはん付き またはおかずのみ)	1人分 (200～300g)	※	▶強 (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が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 (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	100～300g	○	—	• 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。24 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。

冷凍食品あたため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)
● 水を加えてフタを開けて加熱するもの
(ラーメンやうどんなど)
● 中華まん

▶ **レンジ** で加熱してください。30 ページ
中華まん1個は、**32 スチームあたため**であたためることができます。28 ページ

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。

自動 レンジ加熱(メニュー番号 1)

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

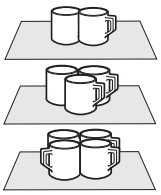
使える容器 レンジ 12 ページ

準備

低めの広口容器を使います。

食品を入れる

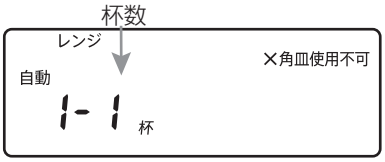
(2杯のとき)
(3杯のとき)
(4杯のとき)



- **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。

1

「1」と杯数(1〜4杯)を合わせる



(2杯以上は、さらに設定つまみを右に回して杯数を合わせる)

2

スタートする

- 約30秒後に残り時間を表示

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。

大切 **酒のかんをするときは、必ず 弱◀ (弱め)に設定する。**
(標準の仕上がりとなります)

- 加熱を延長するとき 11 ページ

- 加熱しすぎたときは、1〜2分程度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 (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◀ (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	180mL	常温保存 (約20℃)	● **必ず、弱◀ (弱め) に合わせます。** ● 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。 30 ページ

ご注意

- **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。**
  自動の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 レンジ加熱(メニュー番号3)

お弁当あたため

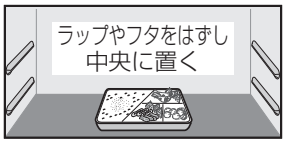
角皿は使いません

使える容器 レンジ 12ページ

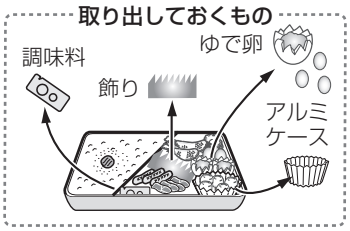
知っておいてください

- **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

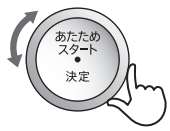


食品を入れる



- **一度に加熱できる分量は、1人分300～500g。**(レンジ加熱対応パッケージに入ったお弁当やどんぶり物)

1 「3」に合わせる



2 スタートする

- 加熱途中で、残り時間を表示する場合もあります。

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。

- 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様子を見ながら加熱を延長してください。 11ページ

ご注意

- **包装しているラップやフタは必ずはずし、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)
- **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かないでください。**(溶けたり、変形します)

自動 レンジ加熱(メニュー番号4、5)

ゆで葉菜・ゆで根菜

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12ページ

準備

食品を入れる

- **一度に加熱できる分量は、下表の分量を参照してください。**
- 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。
- ラップをするときは、ゆとりをもたせて軽くかぶせます。しっかりかぶせると、加熱のしすぎで発煙・発火・突然沸とうの原因になります。

1

葉菜類は「4」、根菜類は「5」に合わせる

- 根菜類のとき

2

スタートする

- 加熱途中で、残り時間を表示する場合もあります。

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。
- 加熱を延長するとき 11ページ

	野菜の種類	分量	仕上がりの調節	コツとポイント
4 ゆで葉菜	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。 • 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、かぼちゃ、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。 • アスパラガスは、切らずに、ラップに包んで皿にのせる。
5 ゆで根菜	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。 • にんじんはつかるぐらいの水(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	▶強 (強め)	• 皿にのせてラップをする。 • 加熱後、ラップをしたまま4〜5分蒸らす。

ご注意

- **少量の野菜をゆでるときは、大きめの容器に野菜がつ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・発火のおそれがあります。※にんじん50g(水25mL)のとき **約1分30秒**
- **加熱が足りない場合は、 様子を見ながら加熱を延長してください。**
  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。

自動 レンジ加熱(メニュー番号6、7)

全解凍・サックリ解凍

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12ページ

庫内が高温のときは、使用できません。
冷めて「U 04」が消えると使えます。 36ページ

全解凍、サックリ解凍の使い分けについての説明 17ページ

準備

食品を入れる

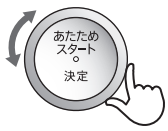
- 極端に端へ置くと、上手に仕上がりません。2個並べるときは、手前と奥に並べます。

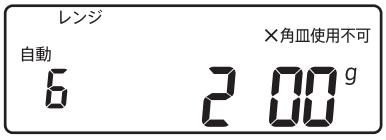
ラップを敷く 包まない

- **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。 30ページ
- 細い部分(魚の尾など)はアルミホイルを巻きます。
- 300g以上を全解凍する場合は、同量ずつ2つに分けて冷凍したものを使います。

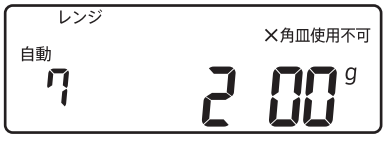
1

全解凍は「6」、サックリ解凍は「7」と重量(100〜500g)を合わせる





- 全解凍、200gのとき



- サックリ解凍、200gのとき

- 設定範囲
  100〜500g (100g単位)

2

スタートする

- 約30秒後に残り時間を表示

- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。

大切 食材によって、必ず仕上がりを調節するものがあります。(下記参照)

- 加熱を延長するとき 11ページ

■ 仕上がり調節

素 材	6 全解凍	7 サックリ解凍
薄切り肉・ひき肉	——	——
かたまり肉	▶強 (強め)	▶強 (強め)
鶏 肉	▶強 (強め)	——
まぐろ(赤身)・えび	——	さしみの場合 ▶強 (強め)

■ 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。**
  ※全解凍：2cm以内
  サックリ解凍：2〜3cm
- **ひき肉は押さえつけずに、ふんわり形を整えます。**

ご注意

- **グリルやオーブン加熱のあとは、フラットテーブルが熱くなっていますので、充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(メニュー番号31) → オーブン加熱(メニュー番号13)

フライあたため

知っておいてください

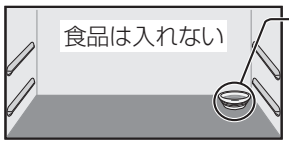
- メニュー例…フライ、コロッケ、から揚げ、冷凍たこ焼きなど。
- **一度に加熱できる分量は、100〜300g。**(常温・冷蔵もの：1個 20〜100g、冷凍もの：1個 20〜35g)
- **スチーム予湿をしてから、フライあたためメニューに合わせて加熱をします。**
- 角皿に、しわを寄せたアルミホイルを敷き、間隔をあけて並べます。
- 市販食品はメーカーや中身の材料、保存状態、製造年月日などにより、仕上がりが異なることがあります。また、記載の加熱方法と時間は、パッケージ記載のものと若干異なる場合があります。
- 表面が焦げそうな場合は、加熱途中でアルミホイルをかぶせます。
- 加熱後、すぐに角皿から取り出します。
- 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えません。

庫内が高温のときは、使用できません。冷めて「U 04」が消えると使えます。 36ページ

まず、「31」スチーム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(30mL)を入れて庫内に置く

28ページ 準備

■ 手動でするときは…
レンジ 600Wで約2分

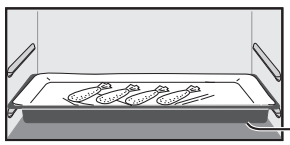
1

「31」に合わせて、スタートする

- **予湿が終了(終了音)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。

予湿が完了したら、「13」フライあたための操作をします。

準備



すぐに食品を入れる

- 角皿を使い、下段にのせます。

スチームカップは入れたまま

1

「13」に合わせて、スタートする

- 約30秒後に、残り時間を表示

- **冷凍のときは、設定つまみを右に少し回して、「冷凍」を表示させます。**
- **仕上がりを調節するときは、**スタート後30秒以内に設定つまみを回す。
- 加熱を延長するとき 11ページ

■ 手動でするときは…
常温・冷蔵もの：オーブン210℃
予熱なしで 11〜13分
冷凍もの：オーブン210℃
予熱なしで14〜16分

- **スチームカップを取り出す際は、カップや残った湯でやけどをしないようにご注意ください。**

自動 グリル加熱(メニュー番号30)

トースト

知っておいてください

- **一度に加熱できる分量は、6枚切りの食パン(常温・冷凍もの)1～4枚。**
- パンの種類・大きさ・厚みなどにより、焼けかたが異なるため、様子を見ながら焼いてください。
- 裏面の焼き色が表面に比べて薄く焼き上がります。裏面の焼き色を追加する場合は、加熱後すぐに裏返し、**延長**で2～3分焼いてください。
- 冷凍保存の食パンは保存状態により焼き色が異なります。焼き色が薄い場合などは時間を延長してください。
- 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、使えません。

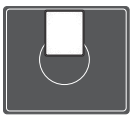
準備

食品を入れる

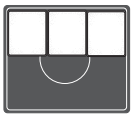
- 角皿を使い、下段にのせます。

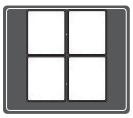
■加熱時間の目安
2枚：約12分

- **並べかた**
  1～3枚のときは、奥側に寄せて並べます。


1枚のとき

2枚のとき


3枚のとき


4枚のとき

1

「30」と枚数（2枚または4枚）を合わせる

- 1枚、2枚のとき

- 3枚、4枚のとき

- 1枚、2枚を焼くときは、**「30-2枚」**に、
  3枚、4枚を焼くときは、**「30-4枚」**に合わせます。

2

スタートする

- 約30秒後に、残り時間を表示

- **仕上がりを調節するときは、**
  スタート後30秒以内に
  設定つまみを回す。

大切 **冷凍保存の食パンは、必ず ▶強 (強め) に設定する**

- 加熱を延長するとき

11 ページ

手動 レンジ加熱(メニュー番号32)

スチームあたため

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12ページ

庫内が高温のときは、使用できません。
冷めて「U 04」が消えると使えます。 36ページ

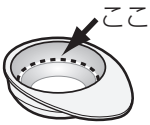
まず、庫内に蒸気を発生させます。(予湿)

準備

スチームカップに水を入れて
スチームカップポジジョンに
置く

(庫内を上から見たところ)

水を段差まで入れます。
(約30mL/大さじ2杯)

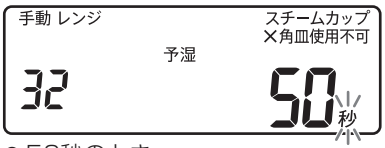


1

「32」に合わせて、決定する

2

食品を加熱する時間を合わせる



● 50秒のとき

- 初め、1分を表示
- 設定範囲
  10分まで
  - 5分まで10秒単位
  - 10分まで30秒単位
- 加熱の目安時間
  29ページ

3

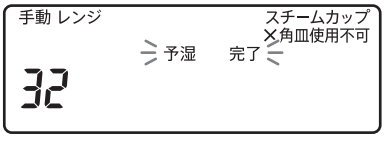
スタートする

蒸気が出るまで、自動で加熱します。

予湿

予湿完了

予湿完了音



- 予湿完了音が鳴った後ドアを開けなければ約2分間予湿状態を保ちます。
  この間、「**予湿完了**」が点滅します。約2分を過ぎると、始めからやり直す必要があります。

次ページにつづく

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

※庫内の蒸気が逃げないよう、ドアの開閉はすばやくする。

● スチームカップは取り出しません。

5

スタートする

● 2 で設定した時間で加熱します。
● 加熱を延長するとき 11 ページ

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。
- **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注意してください。
- **ご使用後は、スチームカップを取り出して、お手入れしてください。**34 ページ
  スチームカップに残った湯(または水)を放置すると、カビの発生や破損の原因になります。

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(60g)	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40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 **あたため** で加熱します。18 ページ
煮物	200g	冷蔵	1分〜1分20秒	—
中華まん	1個(70〜80g)	冷蔵	40秒〜1分	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。
	1個(70〜80g)	冷凍	1分20秒〜1分40秒	
シュウマイ	8個(110g)	冷凍	2分30秒〜2分50秒	両面に水を振りかけ、皿の中央を避けて並べる。

手動

レンジ

角皿は使いません

使える容器 レンジ 12 ページ

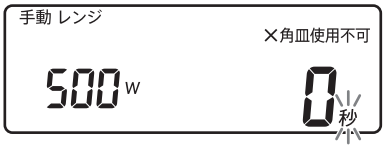
準備

食品を入れる

● ラップの有無や目安時間は、メニュー集の手動加熱表をご覧ください。

1

出力を合わせる (出力設定範囲 右記 参照)



● 500Wのとき

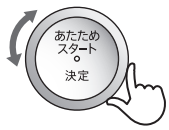
● 出力設定範囲

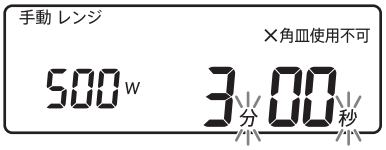
600W → 500W → 200W → 1000W

押すごとに出力が切り替わります。

2

時間を合わせる





● 3分のとき

● 時間設定範囲

1000W…· 3分まで
600W…· 15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

3

スタートする

● 加熱が足りない場合は様子を見ながら加熱を延長してください。 11 ページ

● 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)

ご注意 ● **少量のもの、水分の少ないものなどは、様子を見ながら加熱してください。**(発煙・発火のおそれ)

手動

グリル

使える容器
グリル 12 ページ

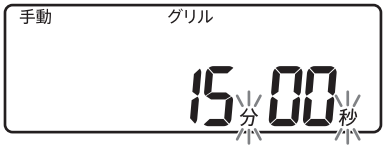
準備

食品を入れる

● 角皿を使い、
基本、下段にのせます。

1

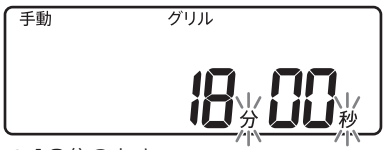
グリル



● 初め、15分を表示

2

時間を合わせる



● 18分のとき

● 時間設定範囲
30分まで
- 15分まで30秒単位
- 30分まで1分単位

3

スタートする

● 加熱が足りない場合は
様子を見ながら加熱を
延長してください。
11 ページ

手動

オーブン（発酵）

使える容器
オーブン 12 ページ

1

熱風オーブン

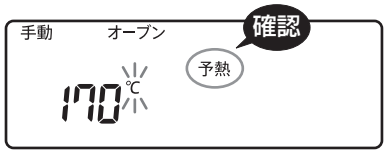
● 予熱中や加熱中に温度を変更するときは、**熱風オーブン**を1度押し、設定つまみを回します。
発酵中は、温度の変更はできません。
● 加熱終了後、加熱が足りない場合は様子を見ながら加熱を延長してください。 11 ページ

1度押す…予熱なし／発酵 33 ページ
2度押す…予熱あり 下記

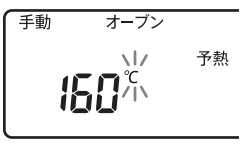
予熱をして焼く

2

「予熱」の点灯を確認し、温度(110℃～250℃：10℃単位)**を合わせる**



● 初め、170℃を表示



● 160℃のとき

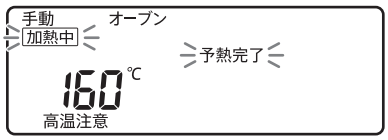
3

予熱をスタートする

予熱

ピッピッ♪
ピッピッピッ

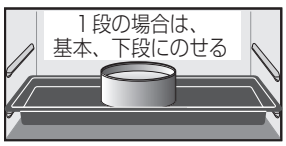
予熱完了音



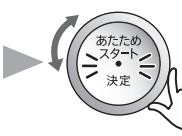
● 予熱完了音が鳴ったあと、ドアを開けなければ、約20分間保温状態を保ちます。
この間、「**予熱完了**」が点滅します。約20分を過ぎると、始めからやり直す必要があります。

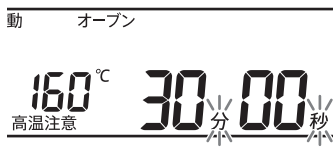
4

食品を入れて(角皿を使う)、時間を合わせ、加熱をスタートする



※庫内温度が下がるので、
ドアの開閉はすばやくする。



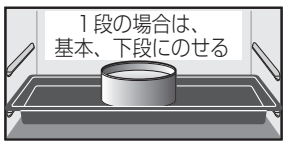


● 初め、15分を表示
● 時間設定範囲：**1時間35分まで**
（30分まで1分単位・1時間35分まで5分単位）

予熱をしないで焼く／発酵する

「予熱をしないで焼く」使いかた
メニュー集の自動加熱メニューを手動加熱でするときや、庫内の温度が高いうちに加熱を追加するときなどに使います。

2 食品を入れる(角皿を使う)



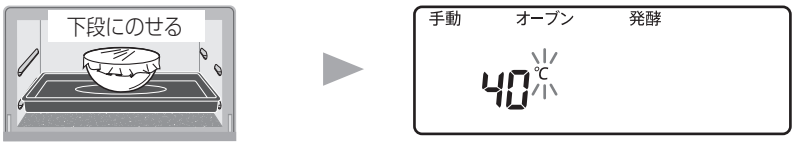
3 温度(110℃～250℃)を合わせて、決定する

● 160℃のとき

発酵するときは

庫内が高温のときは、使用できません。
冷めて「U 04」が消えると使えます。 36ページ

食品を入れて(角皿を使う)、温度(30～45℃：5℃単位)を合わせる



● 40℃のとき

4 時間を合わせて、加熱をスタートする

● 初め、15分を表示
● 時間設定範囲：110～250℃は **1時間35分まで**
発酵は **2時間30分まで**
（30分まで1分単位・2時間30分まで5分単位）

お手入れ

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

⚠警告 プラグを抜く **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・けがのおそれ】**

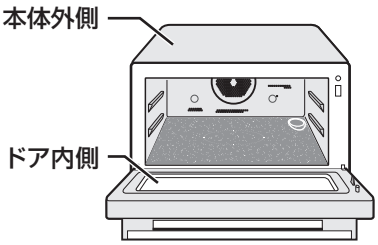
次のものは使わない (塗装のはがれ・傷付き・変色・内部に液が浸透し故障の原因)

シンナー
ベンジン
アルコール

オーブンクリーナー
粉末クレンザー
漂白剤

住宅用・家具用・
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



■**33 お手入れ**…蒸気で汚れを落としやすくします。

■**34 スッキリお手入れ**…庫内を高温にして油などを焼き切り、蒸気でにおいや汚れを落としやすくします。

【手順】①**スチームカップに水を入れ準備をする** 28 ページ
②**メニュー番号 33 または 34 を選んで、スタートを押す**

加熱終了後、やけどに注意して、乾いたふきんで拭き取ります。

庫内、ドア内側

固く絞ったぬれふきんで水拭きをする
(汚れや水分が残っていると、変色や塗装のはがれ、さびの原因)

- 汚れが落ちにくいときは、薄めた台所用洗剤(中性)を使い、最後は水拭きします。
- フラットテーブルのみクリームクレンザーが使えます。
  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てください。
  最後は、水拭きします。

本体外側(ドア、ハンドル、操作部、表示部)

傷が付かないように、やわらかい布で水拭きをする
(汚れや水分が残っていると、変色や塗装のはがれの原因)

- 汚れが落ちにくいときは、薄めた台所用洗剤(中性)を使い、最後は水拭きします。
  ほかの洗剤を使うと、変色や塗装はがれの原因になります。
- 操作部の下付近に水が溜まることがあるため、拭き取ってください。
  製品の移動時などに、水がこぼれることがあります。
- 吸気口・排気口のほこりは拭き取ります。(換気できずに故障したり火災の原因)

角皿、スチームカップ

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、台所用合成洗剤(中性)で洗ってください。
  (食器洗い乾燥機には入れないでください)
- 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。
  つけ置き後にこすり落としたあと、よくすすいでください。
- スチームカップはつけ置きしないでください。(カビの発生や破損の原因)

ご注意

- **塗装面に衝撃を与えたり、庫内の穴をふさがない。**
  (塗装のはがれ、傷によるさびや割れ、故障の原因)
- **食品カスや飛び汁などを穴やすきまなどに残さない。**(発煙・発火・火花の原因)

故障かな？(1)

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

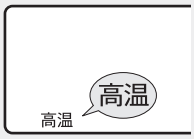
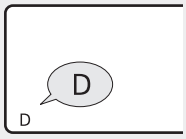
	こんな場合	故障ではありません	参照ページ
音	**加熱中や終了後に「ブーン」と音が鳴ったり、止まったりする。**	● 製品内部を冷却するために、ファンの回転をコントロールしているためです。加熱終了後も最大10分程度回転しますが、続けて使えます。 ファン回転中は、電源プラグを抜かないでください。冷却が足りないと故障の原因になります。	—
音	**キーの受け付け音、加熱終了音が鳴らない。**	● お知らせ音を消す設定になっていませんか？ [レンジ] を5秒間押し続けると「ピッ」と1回鳴り、「On」が表示されてから[とりけし]を押すと解除されます。	3
音	**加熱中に庫内がときどき暗くなったり「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。	—
音	**オーブン・グリル加熱時に「ポン」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。	—
音	**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。**	● ドアを開けると電源が入り「0」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)	10
動作	**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ったものや、スチームカップの蒸気がドアに付着したものです。ふきんで拭き取ってください。	—
動作	**煙が出たり、いやなにおいがする。**	● ご購入後にカラ焼きしましたか? ● 庫内やドアに食品カスなどが付着していませんか? また、煮汁などの液体や油をこぼしませんでしたか？	16 34
動作	**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? ● 庫内に食品カスなどが付着していませんか?	12, 13 34
動作	**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？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)	—

故障かな？(2)

仕上がり

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。	● 食材に応じて**仕上がり調節**をしていますか？ ● **6 全解凍、7 サックリ解凍**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？ラップに包んだり、極端に端に置いていませんか？	ー 25
飲み物が熱くなりすぎる。	● **1 牛乳・酒** で加熱していますか？ ● 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**仕上がり調節**をしていますか？	ー ー 22
オーブン・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、奥に当たるまで確実に入れていますか？ ● 焼きムラが気になる場合は、加熱の途中で角皿ごと前後を入れ替えてください。 ● 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。	ー ー 4
市販の料理ブックや他の製品のオーブンメニューが上手にできない。	● オーブ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。メニュー集の類似メニューを参考に、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。	ー

こんな表示が出たら

	庫内が高温のため使用できません。 エラー音(ピピピピピ)が鳴ります。	● 表示が消えると使用できます。 「U 04」表示中は、**6 全解凍、7 サックリ解凍、12 蒸し鶏、31 スチーム予湿、32 スチームあたため、オーブン発酵**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。 エラー音(ピピピピピ)が鳴ります。	● 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、表示内容 をご連絡ください。 39 ページ
	**庫内や製品内部が高温のときにお知らせします。**	● 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ができません。**	● [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)

仕 様

電　　源		交流 100V　50-60Hz共用		
レンジ	定格消費電力	1420W		
	高周波出力	1000W※1・600W・500W・200W相当		
	発振周波数	2450MHz		
グリル	定格消費電力	1380W		
オーブン	定格消費電力	1380W		
	温度調節範囲	発酵(30・35・40・45℃)・110～250℃※2		
外形寸法※3		幅487mm×奥行450mm×高さ367mm		
庫内有効寸法		幅388mm×奥行304mm×高さ216mm		
質　　量		約18kg		
角　　皿		405mm×300mm		
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		58.0kWh／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		12.8kWh／年	年間消費電力量	70.8kWh／年

※1 定格高周波出力1000W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 このオーブンレンジの250℃での運転時間は、約5分間です。
その後は、自動的に210℃に切り換わります。
※3 脚間寸法は、幅439mm、奥行295mm(脚の両サイドの寸法)
ハンドルを含む奥行は、496mm

- 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、天面10cm以上の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。

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?」35, 36 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

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

- 保証書は裏表紙にあります。
- **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。

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。

【会員サービス】「COCORO MEMBERS」入会で製品情報を上手に活用

ご愛用製品を「MY家電登録」いただくと、別売品などのサポート情報が手軽にご利用頂けます。

COCORO MEMBERS
MY家電登録はこちら

https://jp.sharp/support/sp/cocoro/cocoro.html

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

https://jp.sharp/support/

お問い合わせはこちら

修理のご依頼、進捗確認はWebで！

シャープ　修理相談　検索

https://jp.sharp/support/repair.html

修理のお申し込みはこちら

使いかた・お手入れなどのご相談窓口

おかけ間違いのないようにご注意ください。

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	

修理に関するご相談窓口

おかけ間違いのないようにご注意ください。

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
ＱＲコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。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。

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて】
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。
個人情報の取扱いの詳細については、https://corporate.jp.sharp/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。(2K2105)

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」(3ページ)、
「故障かな？」(35, 36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（39ページ）

Webもご活用ください。

● シャープ　お問い合わせ　オーブン　検索
https://jp.sharp/support/oven/

◆ **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

シャープ株式会社　本社　〒590-8522 大阪府堺市堺区匠町1番地

RE-WF262シリーズ
TINSJA522WRRZ　21G−G　①