取扱説明書

美と健康づくりのための炊飯器

CUCHEN*
なでしこ健康生活®

NHL-3

なでしこ健康生活®
Nadeshiko
Healthy
Life

この製品を使用できるのは、日本国内のみです。海外では使用できません。
本製品を正しくお使いいただくために、ご使用前に必ずこの取扱説明書をお読みください。
この取扱説明書は保証書と同様、大切に保管してください。
デザインや仕様等は改善・改良の為、予告なく変更することがあります。
保証書は別添付になります。

株式会社ジーエムピージャパン

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 1 03-19(ﾘﾝ) ﾘﾝ 9:07:31

目　次

ご使用前に

安全上のご注意 …… 3
各部の名称および機能 …… 7
製品のお手入れ …… 10

使い方

現在時刻の設定 …… 15
炊飯 …… 16
炊飯時間の目安 …… 17
予約炊飯 …… 18
発芽玄米 …… 20
おかゆ …… 21
あまざけ …… 22
万能調理 …… 24
保温／再加熱 …… 25
保温温度の調節 …… 26
音声調整 …… 27
自動洗浄 …… 28
自動洗浄の通知機能 …… 29
圧力パッキンの交換時期の通知機能 … 30
画面の明るさ設定 …… 32

困ったときに

故障かな？と思ったら …… 33

サービスのご案内

保証とアフターサービス …… 35
製品仕様 …… 36
お料理メモ …… 37
保証書や納品書を貼ってください …… 38

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 2 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:31

安全上のご注意

※ お使いになるお客様の安全を守り、財産上の損害を防止するための内容です。
※ 各項目をよくお読みになり、正しくお使いください。

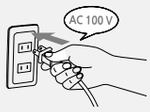
危険 守らないと、死亡や重大な傷害が起きる可能性があります。
警告 守らないと、身体に重大な損傷や物的損害が起きる可能性があります。
注意 守らないと、身体に軽度の損傷や物的損害が起きる可能性があります。

電源について

危険

この製品はAC（交流）100 V専用です。必ず定格15 A以上の100 V専用のコンセントに差し込んでください。

定格専用コンセントを使わないと、感電や火災の恐れがあります。
延長コードを使用する際は、定格15A以上のものを単独でご使用ください。



AC100 V以外では使わないでください。

変圧用のトランスを使用すると、感電・火災の原因になります。

電源プラグをコンセントに差し込んだり、抜くときには、手に水気がない状態でお使いください。

濡れた手で電源プラグやコンセントに触ると、感電の恐れがあります。

電源プラグを抜くときは、コードを引っ張らないで、必ず電源プラグを持って抜いてください。

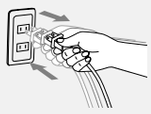
衝撃による感電や火災の恐れがあります。

切れた電源プラグを自分でつないだり、加工して使わないでください。

感電・火災の恐れがあります。

電源プラグの抜き差しをくり返さないでください。

破損による感電・火災の恐れがあります。



製品を運ぶとき、電源コードを引っ張って運ばないでください。

感電・火災の恐れがあります。

長期間使用しないときは、電源プラグを抜いてください。

感電・漏電・火災の原因になります。

電源プラグについた異物は、乾いた布できれいに拭き取ってください。

プラグにほこりや異物がつくと、差し込みが不完全になり、火災の原因になります。常に電源プラグの状態をご確認ください。

電源コードを無理に曲げたり、たばねたり、引っ張らないでください。

ショートによる火災や感電の恐れがあります。

1つのコンセントには複数の電気製品のプラグを同時に差し込まないで、専用のコンセントを単独でお使いください。

発熱や発火・感電・火災の恐れがあります。

コードや電源プラグが動物に噛まれたり、釘のような鋭い金属物質による衝撃を受けないように注意してお使いください。

衝撃によるコードや電源プラグの破損は、火災・感電の原因になります。
常に電源コードや電源プラグの状態をご確認ください。

破損したコードや電源プラグ、ゆるいコンセントはお使いにならずに、サービスセンターまでお問い合わせください。

製品のご使用中に、誤って電源コードの皮膜がはがれたり傷ができると、火災や感電の原因になります。
コードの上に重いものをおいたり、コードが製品の下敷きにならないように、常に電源コードや電源プラグの状態をご確認ください。
電源コードや電源プラグが破損したときは、必ずサービスセンターにて修理してください。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 3 03-19(ﾘﾝﾁ) 9:07:32

安全上のご注意

設置について

危険

製品を直射光の当たるところ・ガスレンジ・ライター・電熱器具・コンロなどの熱源の近くで使わないでください。

漏電・感電・変色・変形の恐れがあります。
電源コードを熱源の近くにおかないでください。
熱によってコードが溶けたりした場合、感電や火災の恐れがあります。
オーディオ、テレビなどの家電とは2 m以上の距離をおいてお使いください。

製品を流し台、お風呂など水のかかるところに設置しないでください。

漏電や感電・火災の恐れがあります。
製品が浸水したときは使用を中断し、電源プラグを抜いてからサービスセンターまでお問い合わせください。

製品の近くで可燃性ガスや引火性物質などを使用したり、保管しないでください。

火災の恐れがあります。

ほこりの多いところや化学性物質があるところに設置しないでください。

感電・火災や製品性能低下の原因になります。

米びつやマルチラックなどの中に製品を入れたまま使わないでください。

すき間に電源コードが挟まれて、火災や感電の原因になります。
蒸気の排出時に米びつ・マルチラックや製品の破損・火災・感電・故障の恐れがあります。

注意

傾斜のあるところに製品を設置しないでください。製品に振動や衝撃を与えないでください。

けがや製品破損の恐れがあります。

電源コードに手や足、その他のものを引っかけて製品が落下しないようにご注意ください。

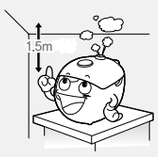
けがや製品破損の恐れがあります。

製品や内釜を落としたり、衝撃を与えないでください。

けがや製品破損の恐れがあります。

製品の上に1.5 m以上のスペースを確保してから設置してください。

製品の異常動作の原因になります。



ご使用の際には

危険

必ず電源プラグを抜いてから掃除してください。水を直接かけたり、ベンジン・シンナーなどで製品を拭かないでください。浸水したときは、必ずサービスセンターまでお問い合わせください。

感電・火災・変色の恐れがあります。

製品から不審な音がしたり、焦げたにおいやけむりが出たときは、すぐ電源プラグを抜いて、おもりを倒して内部圧力を抜いてからサービスセンターにご連絡ください。

火災の恐れがあります。

製品の下にステンレス板・敷物・電気マット・鉄板・アルミホイル・銅製パイプ・鉄類およびアルミ製のお盆などを敷いて使わないでください。

感電・火災・変色の恐れがあります。

製品を分解したり修理・改造しないでください。

感電・火災や製品破損の恐れがあります。
修理に関するご相談はサービスセンターまでお問い合わせください。

子供の手が届く場所に製品を置いたり、子供1人で使わせたりしないでください。

感電・やけど・けがの恐れがあります。

アルミホイルなど、他の金属物質を内釜の下においたまま使わないでください。

感電・火災・変色の恐れがあります。

ふたを閉めるときに「カチッ」と音がするように確実に閉めて、ハンドルをロックの位置にしてから炊飯・調理を行ってください。

けがの恐れがあり、製品性能低下の原因になります。

ふたを閉めるときは両手で!!

製品を電子レンジ・冷蔵庫などの他の家電やステンレス製流し台の上にのせて使わないでください。

製品の火災や変形の恐れがあります。

製品の吸気口やすき間に異物を入れないでください。異物が入ったときは、電源プラグを抜いてサービスセンターまでご連絡ください。

感電・火災・けがの恐れがあります。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 4 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:33

ご使用の際には

警告

内釜のない状態では絶対に使わないでください。

感電や火災の原因になります。
内釜を入れずに米や水を入れてしまった場合は、必ずサービスセンターにて分解・清掃が必要です。

炊飯・調理の途中や完了の直後は、内釜の内部・おもり・内ぶたが熱くなっているので、手を触れないでください。

高温によるやけどの恐れがあります。
また、おもりが回って、蒸気の排出によるやけどの恐れがあります。

変形した内釜や、専用内釜ではないものは使わないでください。

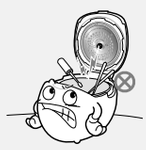
火災や故障の原因になり、爆発の恐れがあります。
内釜が変形したり、内釜を落としたときはサービスセンターまでお問い合わせください。

ふたの上に装飾用カバーやふきん・その他のものをかけたまま使わないでください。

製品の火災・変形や圧力による爆発の恐れがあります。

内釜のない状態で内ぶた・金属製の器や棒・その他の金属製物質などを入れたまま使わないでください。

感電や火災の原因になります。(特に子供には注意してください。)



炊飯の途中に電源プラグを抜いたり、他の機能ボタンを押さないでください。

故障の原因になります。

炊飯中や炊き上がりの直後に、自動蒸気排出装置に顔や手を近づけたり、蒸気口をふさがないでください。

高温の蒸気によるやけどの恐れがあります。
特に、子供を近づけないようにしてください。

内釜をガスコンロやIHコンロの上においたり、他の用途で使わないでください。

内釜の変色・変形によって製品に異常が発生することがあります。

炊飯・調理の途中でハンドルをロック解除方向に回したり、開けるボタンを押さないでください。

やけど・けがの恐れがあります。
炊飯・調理の途中には圧力によってふたが開きません。
無理に開けると、圧力による爆発・やけどの恐れがあります。
炊飯・調理の完了後に蒸気が完全に抜けてからハンドルを回してください。
やむを得ずふたを開けなければならないときは、[取り消し]ボタンを2秒以上長押しして、内部の圧力が完全に抜けてから開けてください。

本取説の調理方法以外に、雑穀類などを適切な比率以上に使って炊かないでください。

けがの恐れがあり、故障の原因になります。

内釜のない状態で内ぶた・金属製物質などを入れたまま使わないでください。

感電や火災の原因になります。

本体がぬれた状態で使用しないでください。また、本体を水につけたり、ぬらさないでください。内釜を外した状態で本体に水を入れないでください。

感電、ケガ、故障の原因になります。

炊飯・調理中は、蒸気排出口に顔や手を近づけないでください。

やけどやケガの原因になります。

ふたを開けるときは、必ず斜めに開けてからゆっくり持ち上げてください。

内釜が持ち上がり落下して、やけどやケガの原因になります。

注意

製品を長時間使うと、内釜の塗膜がはがれることがあります。

目の粗いたわし・金属製のたわしで内釜を洗うと、塗膜が衝撃を受けてはがれることがありますので、必ずキッチン用の中性洗剤とスポンジをお使いください。

塗膜のはがれに関しては保証の対象外となります。

最大容量以上に中身を入れないでください。

炊き具合の不良や水のふきこぼれなど、故障の原因になります。
ご使用中には他の電気製品と30 cm以上の距離をおいてください。

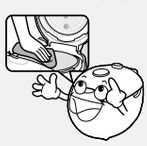
電気製品から磁気が放出されることがあります。キャッシュカード等は近くに置かないでください。

ふたの上に磁気のあるものを置いたり、磁気の強いものの周りで製品を使わないでください。

故障の原因になります。

炊飯が完了したら、必ず本体にたまった水を拭き取ってください。

変色・におい・性能低下の原因になります。
本体の水受けにたまった水を拭き取ってください。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 5 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:33

安全上のご注意

ご使用の際には

注意

炊飯や保温のとき、ふたを確実に閉めてください。

変色・におい・製品の性能低下の原因になります。

内釜・圧力パッキン・内ぶたパッキン・内ぶたをお手入れしてください。(掃除方法をご参照ください)

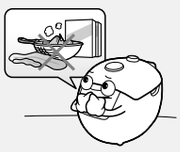
においや性能低下の原因になります。

炊飯・調理の途中で停電になると、蒸気排出装置が作動して中身が噴き出す恐れがあります。

スチームキャップをつけた状態で炊いてください。

炊飯・保温・指定のメニュー以外に水を沸かしたり、スープ・カレー・油で揚げる料理など、他の用途では使わないでください。

故障やにおいの原因になります。



火のそばに置かないでください。

使用する前に各部品にひび割れ等がないことを確認してください。

各設定をしてから使用してください。
(設定の仕方は取扱説明書内に記載してあります。)

ふたを閉めた状態で内釜の取っ手を持って製品を持ち上げないでください。内釜取っ手を持って製品を持ち上げると、ふたが開く恐れがあります。

製品の故障や破損・けがの原因になります。

製品の外部(特に金属部分)や内ぶたを掃除するとき、粗いたわし・金属製のたわし・ブラシ・研磨剤などは使わないでください。

製品破損や変形の原因になります。

製品の周りを常に清潔にしてください。

ゴキブリや小さな虫による故障については、修理費用が発生することがあります。

ペースメーカーや医療補助機器をお使いになる方は、本製品使用の前に必ず医師にご相談ください。

この製品の作動は、ペースメーカーや医療補助機器の作動に影響を与えることがあります。

製品内に殺虫剤や化学物質などをまいたり投入しないでください。

製品火災の恐れがあります。
製品内にゴキブリや小さな虫などが入ったときは、サービスセンターにて分解清掃が必要な場合があります。

内釜を本体に入れるとき、本体の凹部に内釜取っ手を合わせてください。

故障の原因になります。

内釜の外面にご飯粒・異物がついた状態で、本体に入れないでください。

故障の原因になります。

製品を水やその他の液体に浸したり、洗わないでください。

感電や火災の原因になります。

米は別の容器で研いでから内釜に移してください。また、容器に残った米を落とすために内釜を叩かないでください。

内釜の皮膜のスクラッチ・はがれ・傷ができた場合は、無料サービス期間内でも保証の対象外となります。

異物や食べものが内釜にこびりついて取れないときは、水に十分に浸してから取り除いてください。

屋外では使わないでください。

感電や火災の原因になります。

包装材は子供の手が届かない場所に保管、または廃棄してください。

頭にかぶる行為などにより鼻と口がふさがって窒息の原因になります。

自動温度センサーは異物(ご飯つぶ、その他の食べもの)や水気がないように、常に清潔にお手入れしてください。

不正確な温度検知により内釜が異常加熱され、火災の恐れがあります。
製品のご使用前に、必ず異物がついていないかを確認してからお使いください。

炊飯・保温や調理のときは必ず内ぶたを取りつけてください。

炊き上がりの状態がよくなかったり、保温のときにご飯からにおいがすることがあります。

白ご飯以外の傷みやすい食べもの(赤飯・混食・コロッケ・グラタンなど)は保温をお控えください。

ハンドルをロックの位置にしたまま内釜を入れてふたを閉めないでください。

ロック装置や内釜の変形・破損による蒸気漏れや爆発の恐れがあります。

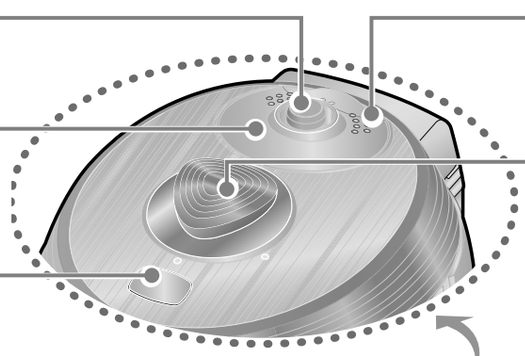
プラスチックや木製のしゃもじ以外の金属製しゃもじやスプーンでご飯をよそわないでください。また、包丁・ハサミなどの金属製の調理道具を内釜に入れて保管しないでください。

内釜の皮膜に傷がついたり、変形することがあります。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 6 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:34

各部の名称および機能

前面部 / 内部の名称



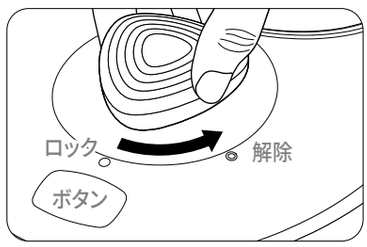
おもり
内釜内部の圧力を一定に保ちます。

スチームキャップ

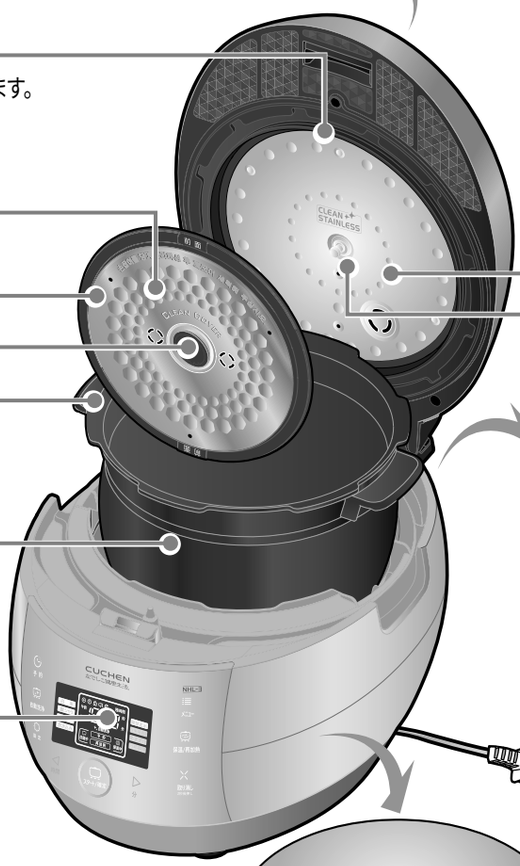
フックボタン
ボタンを押してふたを開けます。

自動蒸気調節装置(蒸気排出口)
自動蒸気排出装置が内蔵されており、内釜の蒸気を自動で排出します。

ハンドル
炊飯のとき、ハンドルが「ロック(●)」の位置になっていないと、動作しません。



ふたを開けるときは、三角のハンドルを回しロックを解除してボタンを押して下さい。



圧力パッキン
内釜内部の蒸気が外に漏れないように密閉します。
圧力パッキンは消耗品です。オンラインショップまたはサービスセンターにて購入して交換してください。

内ぶた
取りはずして洗浄することができます。

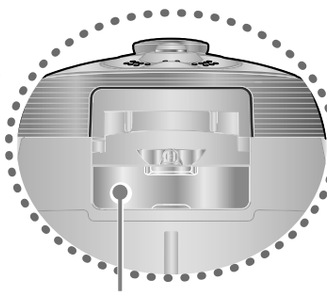
内ぶたパッキン

内ぶた取っ手

内釜取っ手

クリーンステンレス (CLEAN STAINLESS)

安全センサー
内釜内部の温度を検知します。



内釜
コーティングを施しており、食材がこびりつきにくいです。

水受け
炊飯後は、水受けを取りはずし、お手入れしてください。

操作パネル/表示パネル
製品のすべての機能を操作するボタンがあります。

電源プラグ

自動温度センサー
炊飯や保温のとき、温度を検知します。
風味のあるおいしいご飯を炊くためには、自動温度センサーに水気や異物がつかないように、常に清潔にお手入れしてください。

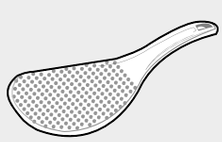
熱板
熱の損失を最小限にした熱板で、電熱装置が取りつけられています。

付 属 品

取扱説明書

製品保証書

計量カップ


しゃもじ

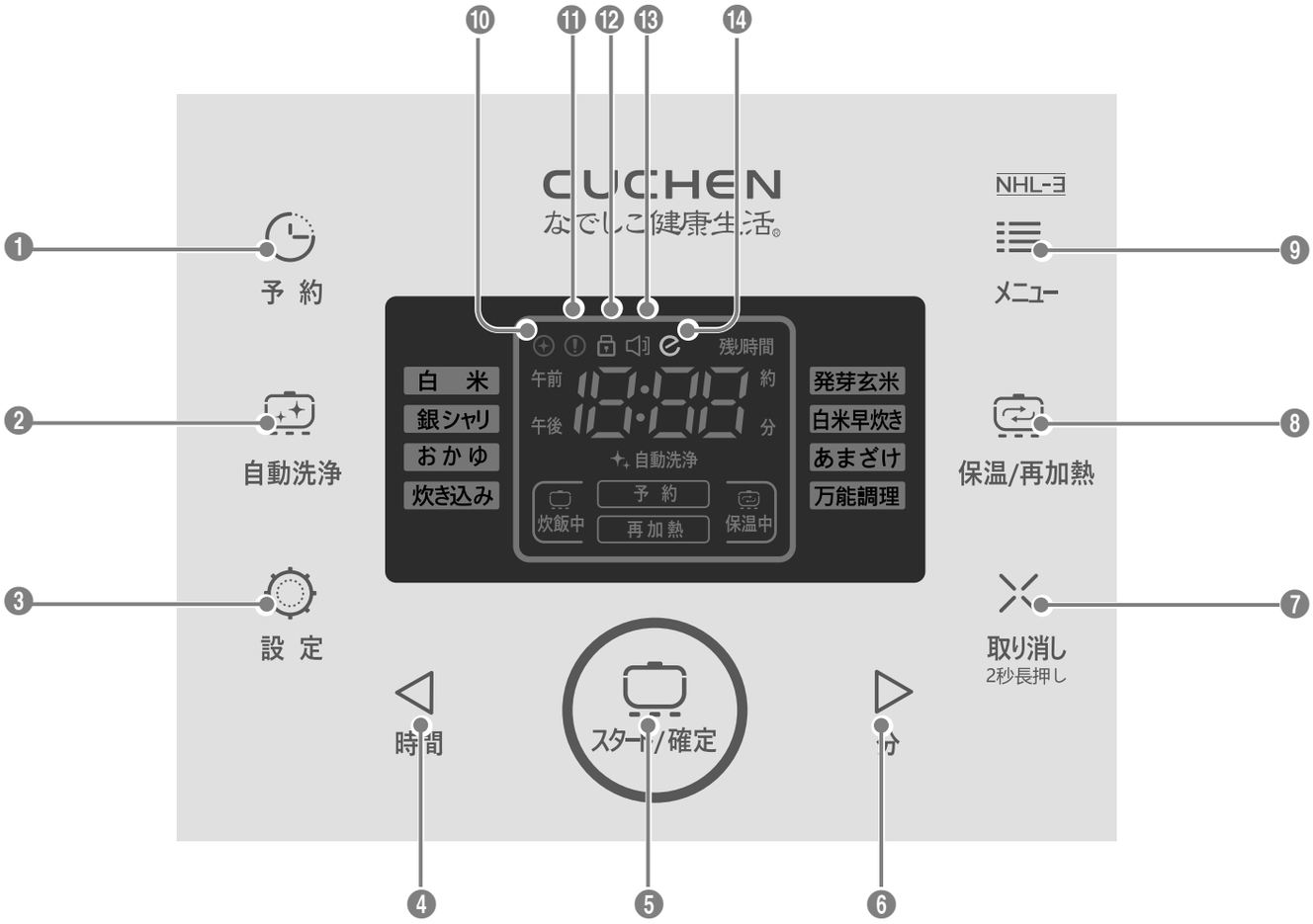
蒸しカゴ

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 7 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:35

各部の名称および機能

操作パネル / 表示パネル

ご注意 操作パネル/表示パネルは揮発性の成分(アルコール・アセトン)を含んだもので掃除しないでください。
変色または印刷が消えることがあります。



番号	アイコン	名前	機能
❶		[予約]	• 炊飯を予約するときに使います。
❷		[自動洗浄]	• 自動洗浄をするときに使います。
❸		[設定]	• 現在時刻の設定 • 音声調整 • 保温温度設定 • パッキン交換のお知らせの設定 • 自動洗浄お知らせの設定 • パネルの明るさの設定 上記設定のときに使います。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 8 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:35

番号	アイコン	名　前	機　　能
❹		[時間]	• 時間や音量、温度などの設定値を選択するときに使います。
❺		[スタート/確定]	• 各メニューの炊飯をスタートするときに使います。 • 次の段階に進むときや、設定を完了するときに使います。
❻		[分]	• 時間や音量、温度などの設定値を選択するときに使います。
❼		[取り消し]	• すべての機能を取り消すときに使います。 • 2 秒の長押しで反応します。
❽		[保温/再加熱]	• 保温や再加熱をするときに使います。
❾		[メニュー]	• メニューを選択するときに使います。
❿		自動洗浄ランプ	• 自動洗浄を行う時期をお知らせします。P27
⓫		パッキン交換ランプ	• パッキンの交換時期をお知らせします。P29
⓬		ハンドルロックランプ	• ハンドルがロックになっているときに点灯します。
⓭		音声ボリュームランプ	• 音声のボリュームの大きさを表示します。P26
⓮		エコモードランプ	• 待機状態で節電モードになっているとき点灯します。

節電モード機能

炊飯器が待機の状態で待機電力を最小限にするための機能です。

- ボタン操作を何もしないで1分が経過すると、節電モードに入ります。
- 炊飯・自動洗浄・保温・再加熱・予約炊飯中には節電モードには入りません。
- 節電モードに入ると、画面にeランプが点灯します。
- 節電モード中にボタンを操作したり、ハンドルを回すと、節電モードが解除されます。

ソフトタッチボタン機能

- 指でやさしく触ると、各機能が選択されます。
- 各機能ボタンの中央部を押すように触れてください。
- 使用環境によってボタンの感度が鈍くなることがあります。

音声案内機能

炊飯スタート・炊き上がり・蒸気排出など、製品の作動状態を音声でお知らせし、次の操作方法までご案内します。

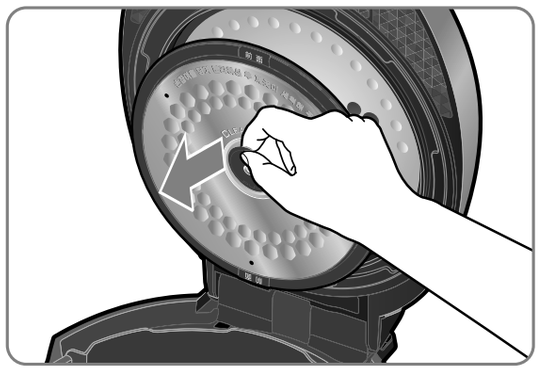
FD064 Series_JP_A4_250319.indd 9 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:35

製品のお手入れ

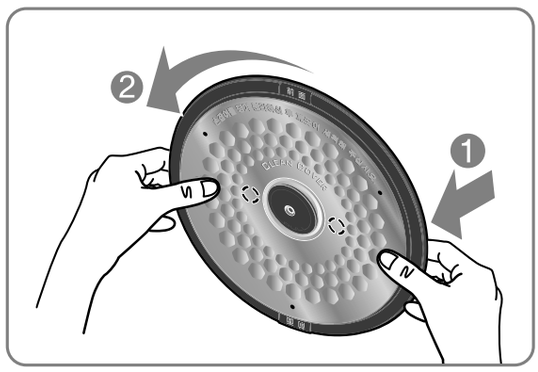
内ぶたの掃除方法

内ぶたを洗った後は、必ず乾かしてからふたに取りつけてください。
- 掃除をしないと、保温中のにおいの原因になります。(必ず電源プラグを抜いて、本体が冷めてから掃除してください。)
- 本体やふたはふきんで拭いてください。ベンジン・シンナーなどは使わないでください。
- ご使用されると内ぶたやふた・内釜内部にご飯の水が付き、でん粉の膜ができることがありますが、衛生上の問題はありません。

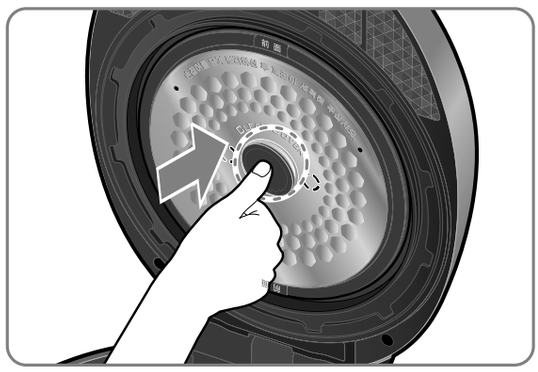
❶ 内ぶた取っ手をつまんで矢印方向に引っ張ると、ふたから簡単に取り外しでき、洗うことができます。
洗う際は、キッチン用の中性洗剤で洗い、ふきんで水分を拭いてください。



❷ 内ぶたのパッキンは外して洗うことができます。(毎回外して洗う必要はありません)内ぶたパッキンを取り付けるときは、①任意の1箇所でパッキンの溝に内ぶたを入れ、②の方向へ回しながらはめ込んでください。内ぶたパッキンを取り付ける際は、下記の説明を参考にしてください。

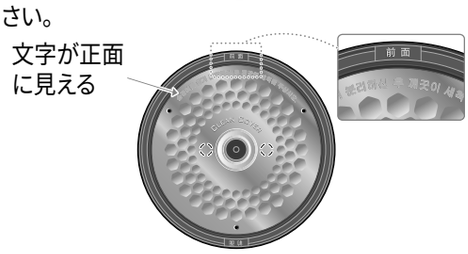


❸ 圧力ふたに内ぶたをつけるときは、内ぶた取っ手を持って矢印の方向に圧力ふた中央の突起部に合わせ、押してください。



内ぶたの取りつけ時のご注意
- 内ぶたの前面と背面を必ずご確認ください。
- 内ぶたの穴にネジやその他の異物を入れないでください。

[内ぶたの前面]
おもて面から見たときに、パッキンの「前面」の文字が見えるように取り付けてください。



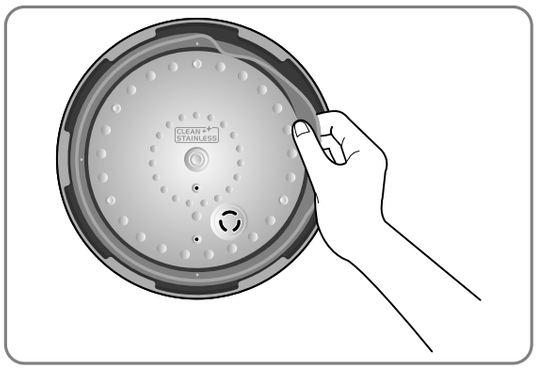
「2025 年より内ぶた取手の形状を変更致しております。」

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 10 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:36

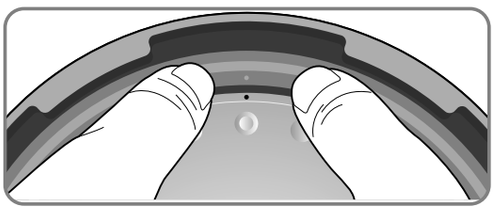
圧力パッキンの交換方法

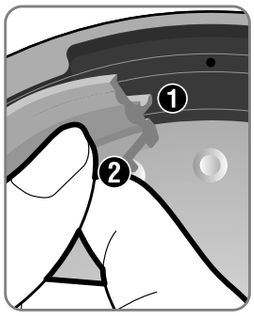
- パッキンは蒸気の漏れを防ぐために取りはずしにくくなっていますが、力を入れて引っ張るとはずれます。
- パッキンは消耗品です。蒸気が漏れるときはパッキンをはずして掃除をし、下の方法でパッキンを差し込んでからご確認ください。
その後にも蒸気が漏れる場合は、オンラインショップまたはサービスセンターにてパッキンを購入し、交換してください。

❶ 圧力パッキンを図のように手で引っ張って取りはずしてください。



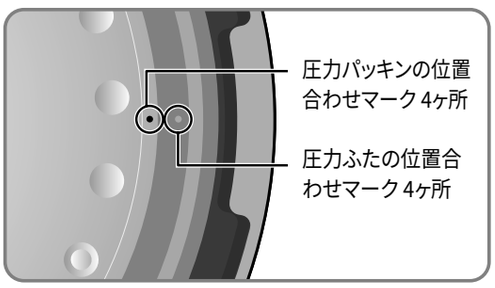
❷ 圧力パッキンの位置合わせマークと圧力ふたの位置合わせマークを図のように合わせて差し込んでください。

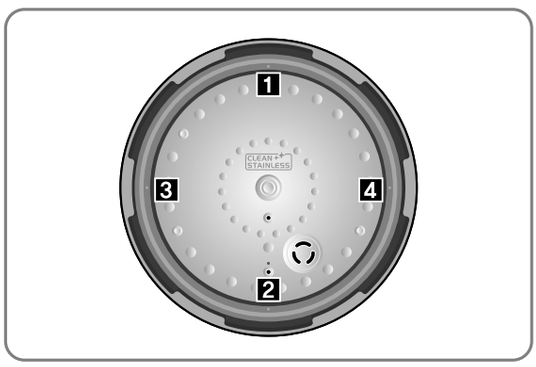




❶ 外側の取付突起
❷ 内側の取付突起
- 圧力パッキンの取りつけ順序
❶ ⇒ ❷

❸ 位置合わせマーク4ヶ所を差し込んだ状態です。番号順に合わせてください。



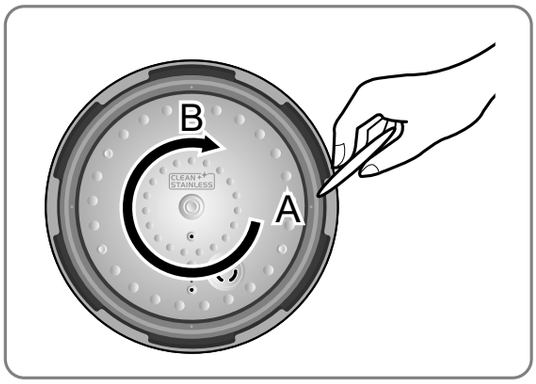


FD064 Series_JP_A4_250319.indd 11 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:36

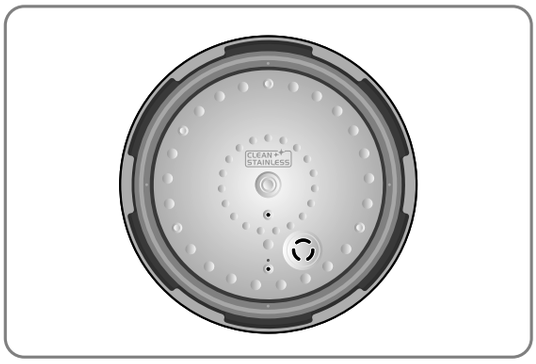
製品のお手入れ

4 キャップ付きのペンや指で圧力パッキンの押し部(A→Bの順)を図の矢印方向にこすって取り付けてください。

! パッキンを傷つけないようご注意ください。



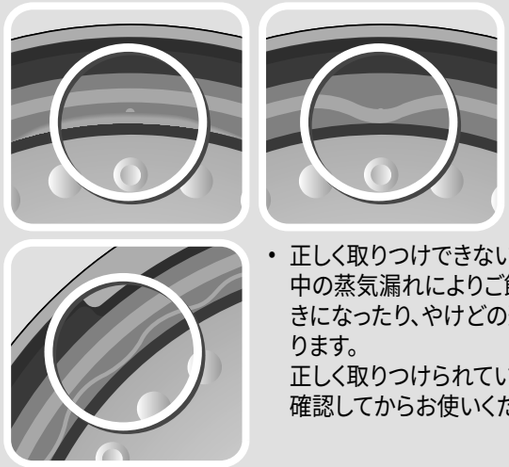
5 正常に取り付けられた状態です。



正しく取り付けた状態

! 圧力パッキンが円形を保っている

正しく取り付けできなかった状態



- 正しく取りつけできないと、使用中の蒸気漏れによりご飯が生炊きになったり、やけどの恐れがあります。
正しく取りつけられているか確認してからお使いください。

⚠ 注意：パッキンの掃除後に蒸気漏れを防ぐためには、上記の内容に従ってください。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 12 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:36

製品の掃除方法

注意
- 電源プラグを抜いてから掃除してください。水を直接かけたり、ベンジン・シンナーなどで製品を拭かないでください。
- きれいに掃除しないと、保温中のにおいの原因になります。

❶ 内釜

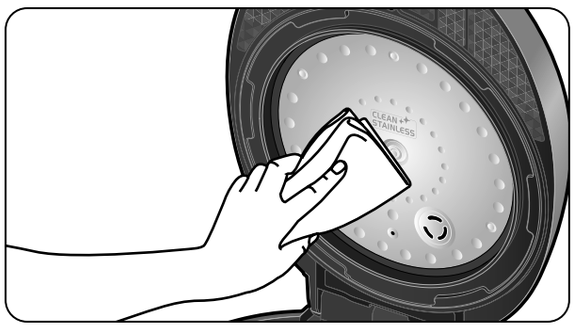
金属製のたわし・ブラシ・研磨剤などは使わないでください。
内釜の内外面の皮膜がはがれることがありますので、
やわらかい布・スポンジで洗ってください。

! 内釜を研磨剤・磨き粉・その他の光沢剤を使って拭かないでください。変色や皮膜がはがれることがあります。

❷ 圧力パッキン

濡れふきんで異物を拭き取ってください。
圧力パッキンをきれいにすることで製品の性能を保ち、
においを防ぐことができます。

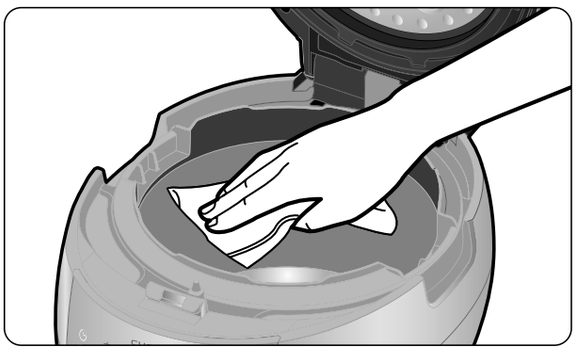
! 圧力パッキンはできるだけ取りはずさず、きれいなふきんで拭いてください。



❸ 本体の内部

内釜をはずして、底面の異物を必ず取り除いてからお使いください。自動温度センサーや内釜に異物がついていると、温度検知ができずご飯が生炊きになったり、製品の異常作動や火災の原因になります。しっかり絞ったふきんで拭いて、自動温度センサーが傷つかないようにご注意ください。

! 炊飯や保温直後は触れない(掃除しない)でください。
やけどの恐れがあります。

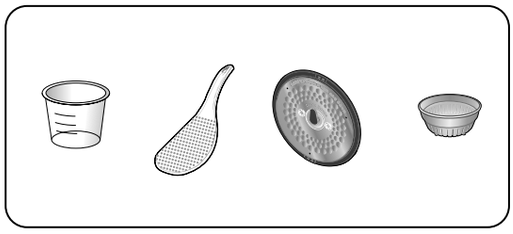


❹ 水受け

水受けを取りはずして掃除してください。取りはずした水受けをキッチン用の中性洗剤とスポンジできれいに洗浄します。

❺ 付属品

付属品はきれいにお手入れして、良く乾燥させた後、
失くさないようにしてください。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 13 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:37

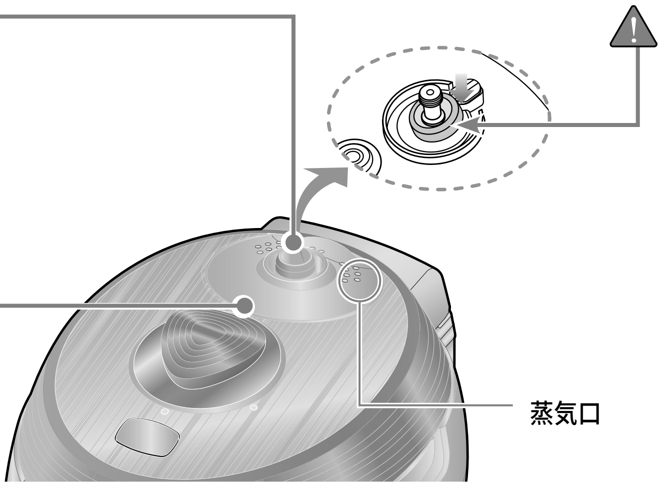
製品のお手入れ

圧力調節ノズルの掃除方法

⚠ 注意：炊飯直後は熱くなっていますので、触れないでください。やけどの恐れがあります。

おもり/圧力調節ノズル
おもり/圧力調節ノズルの周辺に水が溜まっているときは、ふきんで拭き取ってください。

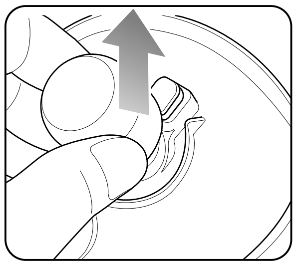
⚠ 図のように圧力調節ノズルのパッキンがずれていると蒸気が漏れることがありますので、パッキンをノズルに差し込んでください。



スチームキャップ

蒸気口

おもりの外し方



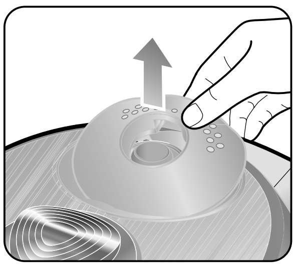
おもりを持ち上げて反時計回りに回して外してください。

● 自動洗浄モードを使って蒸気排出装置の洗浄ができます。(28ページをご参照ください。)

スチームキャップの掃除方法

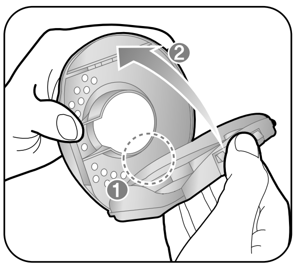
⚠ 注意：炊飯直後はスチームキャップが熱くなっていますので、触れないでください。やけどの恐れがあります。

❶ スチームキャップを図のようにはずします。

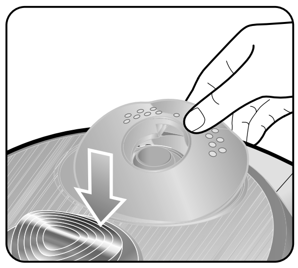


❷ 側面の取っ手を ① の方向に押してから②の方向に取りはずし、洗ってください。

❸ スチームキャップを取りつけるときは、① の凹部を合わせて、② の方向に押して確実に差し込んでください。



❹ 製品にスチームキャップを取りつけるときは、ふた部にスチームキャップを差し込んでから矢印部分を押して、しっかり固定してください。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 14 03-19(水) 9:07:38

現在時刻の設定

現在時刻を午前 9 時 30 分に設定するとき

❶ 節電モードの状態もしくは抜いてあった電源コードを挿しなおした時の状態（以降、待機状態と表記）で[設定]ボタンを1回押すと、現在時刻設定モードに入ります。

1回

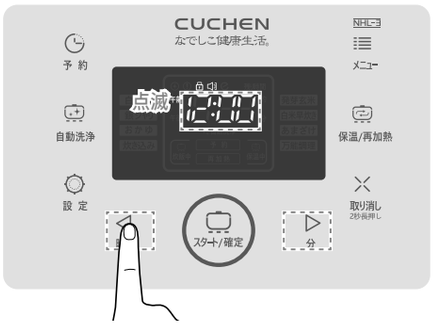
設 定

❷ [◁時間]または[分▷]ボタンを押して時間を設定してください。

- 「時間」設定のとき、[◁時間]ボタンを押すたびに1時間単位で変わります。
- 「分」設定のとき、[分▷]ボタンを押すたびに1分単位で変わります。

'時間'を合わせるときは午前・午後をご確認ください。

[◁時間]または[分▷]ボタンを 1 秒以上長押しすると、連続で1時間または 1 分単位で変わります。



❸ [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 時刻設定の途中で[取り消し]ボタンを押したり、15秒間ボタン操作をしないと、変更前の時刻に戻ります。

停電前記憶機能

本製品には、停電になると停電前の状態を記憶する機能があり、停電前の動きを再開します。

リチウムイオン電池

本製品には、時間設定を保存しつつ停電前記憶機能を作動するために、リチウムイオン電池が内蔵されています。
電池の寿命は使用環境により異なります。電源プラグはコンセントに挿したままにしておくことをお勧めします。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 15 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:38

炊飯

炊き方

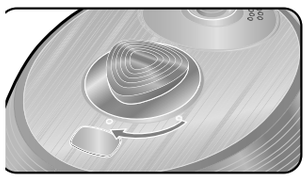
❶ 電源プラグを差し込んでから、ふたを閉めてください。

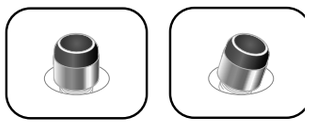
- 自動温度センサーに水気や異物がついている場合は、必ず拭き取ってください。
  (自動温度センサーを常にきれいに保つと、風味のあるおいしいご飯を炊くことができます。)
- 内釜の周りの水気や異物を完全に拭き取ってから内釜を本体に入れてください。
- 圧力パッキンが正しく差し込まれていることをご確認ください。

❗ ふたを閉める前に、内ぶたがしっかりついていることをご確認ください。

❷ ハンドルを回して「ロック(●)」に合わせてください。

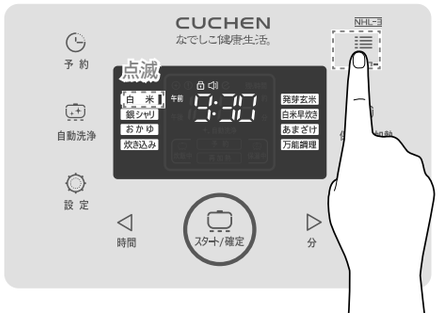
- おもりが水平状態であることを常にご確認ください。
- ハンドルを「ロック(●)」の位置に回さないと[スタート/確定]ボタンを押しても、動作しません。





❸ 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、ご希望のコースを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→ 銀シャリ → おかゆ → 炊き込み → 発芽玄米 → 白米早炊き → あまざけ → 万能調理 の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



❹ 炊飯を開始するには[スタート/確定]ボタンを押してください。

- 炊飯がスタートすると、予想残り時間が表示されます。
- 炊飯後、次回炊飯のときに前回メニューが記憶されています。

❗ 最大容量でご飯を炊く場合や、メニューの特性によっておもりが回転しないことがありますが、製品の異常ではありません。

炊飯が完了すると、自動で保温に切り替わります。

- ご飯が炊き上がったら、よくかき混ぜてください。

⚠ 注意　蒸気排出の前に、「ただ今より蒸気が排出されます。ご注意ください。」という音声が流れてから、蒸気が自動排出されます。やけどをしないようにご注意ください。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 16 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:39

炊飯時間の目安

コースごとの炊飯時間

コース	水位線	炊飯量	炊飯時間	圧力	積算電力量
白米	白米	2 ~ 6 合	30 分	圧力 → 非圧力	2 合：165.69 Wh 6 合：269.24 Wh
銀シャリ	銀シャリ	2 ~ 6 合	40 分	圧力 → 非圧力	2 合：150.44 Wh 6 合：248.75 Wh
おかゆ	おかゆ	0.5 ~ 1 合	60 分	圧力 → 非圧力	0.5 合：145.94 Wh 1 合：192.06 Wh
炊き込み	炊き込み	2 ~ 4 合	30 分	圧力 → 非圧力	2 合：165.69 Wh 4 合：223.64 Wh
発芽玄米	発芽玄米	2 ~ 4 合	発芽 0 H：約 1 時間 発芽 2 H：約 3 時間 発芽 4 H：約 5 時間 発芽 6 H：約 7 時間 （発芽時間含む）	圧力 → 非圧力	2 合：346.3 Wh 4 合：388.32 Wh
白米早炊き	白米早炊き	2 ~ 6 合	19 分	圧力 → 非圧力	2 合：169.21 Wh 6 合：261.06 Wh
あまざけ	—	0.5 ~ 1 合	6 ~ 12 時間	非圧力	1 合：385.35 Wh
万能調理	10 分 〜 90 分				

- 炊飯量はお料理の種類によって異なることがあります。
- 基準値以上の水を入れると、蒸気排出のとき水が噴き出すことがあります。
- 早炊きのとき基準水位の目盛以上に水を入れると、炊飯時間が増えることがあります。
- 万能調理機能を使ったあと、炊飯・保温をすると、ご飯ににおいがつくことがあります。
- お米の種類や水の温度差によって炊飯時間が多少異なりますのでご了承ください。
- 発芽玄米の発芽0Hの場合は普通の玄米ご飯になります。

早炊き

- 白米の炊飯時間を短くするには、白米早炊きコースを選択してください。
- 通常の炊飯よりご飯の炊き具合がよくない場合があるので、白米早炊きは4合以下をおすすめします。

銀シャリ

- お寿司のシャリのような食感が味わえます。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 17 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:39

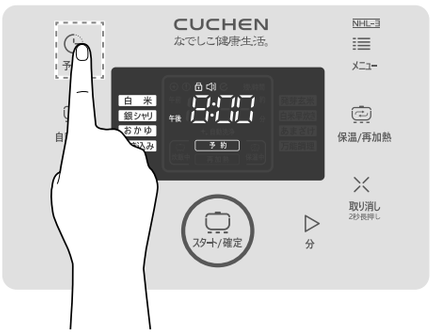
予約炊飯

予約炊飯をするとき (現在時刻が午後 8 時で、午前 8 時に白米メニューを予約するとき)

注意
- 現在時刻が正しくないと予約時間も合わなくなりますので、現在時刻を正確に設定してください。
- 現在時刻の設定方法については 15 ページをご参照ください。

❶ [予約]ボタンを押してください。

ふたを閉める前に、内ぶたがきちんとついていることをご確認ください。



❷ 待機状態で[メニュー]ボタンを押してコースを選択してください。

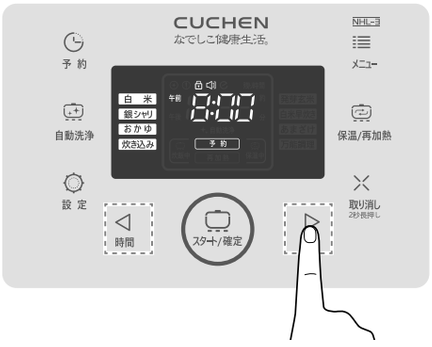
- 白米・銀シャリ・おかゆ・炊き込みご飯のみ予約炊飯できます。
- 発芽玄米では予約炊飯は出来ません。
- 白米 → 銀シャリ → おかゆ → 炊き込み の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。

❸ [◁時間]ボタンと [分▷]ボタンで予約炊飯時間を設定してください。

- [◁時間]ボタン:1 時間ずつ増加
- [分▷]ボタン:10 分ずつ増加
- 予約時間は、ご飯が炊き終わる時間です。
- 予約時間は、現在時刻を基準で最大 13 時間後まで設定できます。
- 予約炊飯が完了後も、予約した時間を記憶しています。

時間を設定するときは、「午前」・「午後」を必ずご確認ください。

予約時間の初期設定値は午前 7:30 です。



❹ 予約炊飯を開始するには、[スタート/確定]ボタンを押してください。

- 予約炊飯が完了した後は、最後に設定した予約時間が記憶されます。
- 予約炊飯が完了する時間は、ご飯の量やメニューによって約 30 分ほどの差が生じることがあります。

予約ボタンを押した後、何もしないで 25 秒が経過したり、[取り消し]ボタンを押すと予約が取り消されます。

13 時間を越えた時間設定をしても 13 時間後に設定されます。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 18 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:39

予約炊飯をするとき

メニューごとの予約可能時間

- 発芽玄米・白米早炊き・あまざけ・万能調理メニューは予約炊飯ができません。
- 13時間を超過して予約したときは、現在から13時間経過後に自動で再設定されてから予約炊飯が行われます。

予約可能メニュー	予約可能時間
白米	31 分後 ～ 13 時間まで
銀シャリ	41 分後 ～ 13 時間まで
おかゆ	1 時間 1 分後 ～ 13 時間まで
炊き込み	31 分後 ～ 13 時間まで

予約炊飯のご注意

- 夏場にはお米が傷むことがありますので、予約時間が 10 時間を越えないように設定してください。
- 内釜内部が熱い状態で予約炊飯をするとお米が傷むことがありますので、十分に冷めてから予約してください。
- 気温と食材の種類や状態によって傷むことがありますので、長時間の予約設定はお控えください。

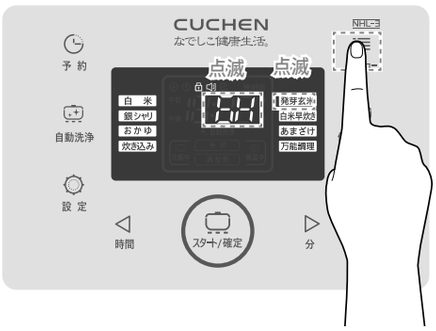
FD064 Series_JP_A4_250319.indd 19
03-19 9:07:39

発芽玄米

炊き方

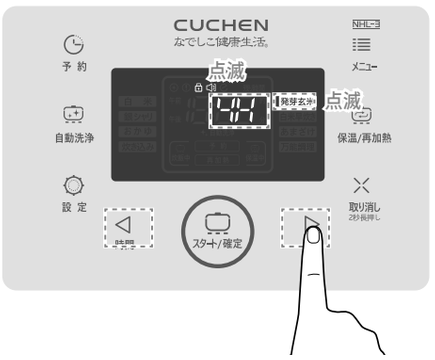
❶ 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、発芽玄米コースを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→ 銀シャリ → おかゆ → 炊き込み → 発芽玄米 → 白米早炊き → あまざけ → 万能調理 の順で選択されます。
- 発芽玄米コースを選択すると発芽時間も点滅します。



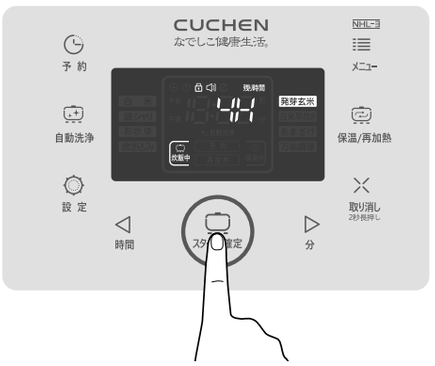
❷ [◁時間]または[分▷]ボタンを押して発芽時間を設定してください。

- 発芽玄米の設定可能時間：0 時間、2 時間、4 時間、6 時間
- 0時間を設定した場合は普通の玄米ご飯になります。



❸ [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 2 時間、4 時間、6 時間の発芽時間が経過してから玄米の炊飯がスタートします。
- 炊飯時間は約 1 時間かかります。
- 発芽時間 0 H：直ぐ炊飯が始まり、約1時間後に普通の玄米ご飯が炊き上がります。
- 発芽時間 2 H：約 3 時間後に炊きあがります。
- 発芽時間 4 H：約 5 時間後に炊きあがります。
- 発芽時間 6 H：約 7 時間後に炊きあがります。
- 発芽玄米では予約炊飯は出来ませんのでご注意ください。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 20 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:39

おかゆ

白米おかゆの炊き方 (白米1合まで作れます。)

1 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、おかゆコースを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→銀シャリ→おかゆ→炊き込み→発芽玄米→白米早炊き→あまざけ→万能調理の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。

2 [スタート/確定]ボタンを押してください。

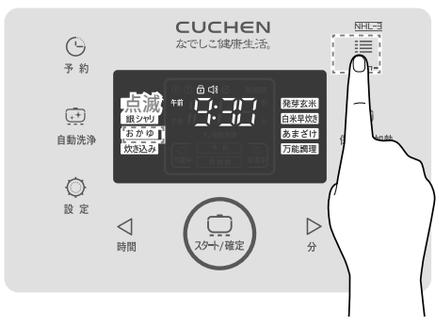
- おかゆ炊飯完了後、自動で保温状態に切り替わります。

発芽玄米おかゆの炊き方

- 発芽玄米ご飯 300 g を内釜に入れます。
- おかゆの水位目盛り 1 まで水を入れふたをします。

1 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、おかゆコースを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→銀シャリ→おかゆ→炊き込み→発芽玄米→白米早炊き→あまざけ→万能調理の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



2 [スタート/確定]ボタンを押してください。

- おかゆ炊飯完了後、自動で保温状態に切り替わります。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 21 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

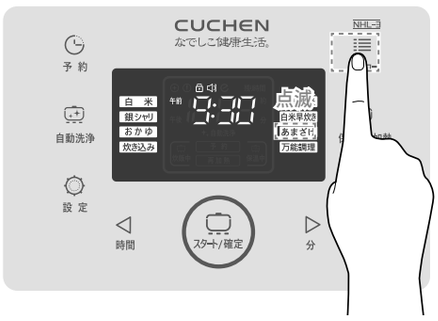
あまざけ

白米あまざけの作り方(白米 1 合であまざけを作る場合)

1） 白米おかゆ（21 ページ参照）を60 ℃ まで冷ましてください。（60 ℃ 以上ですと麹菌が死滅してしまいます。）
2） 1）に、米麹 300 g をもみほぐしながら入れ、よくかき混ぜてふたを閉めてください。

❶ 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、あまざけメニューを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→銀シャリ→おかゆ→炊き込み→発芽玄米→白米早炊き→あまざけ→万能調理の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



❷ [スタート/確定]ボタンを押してください。

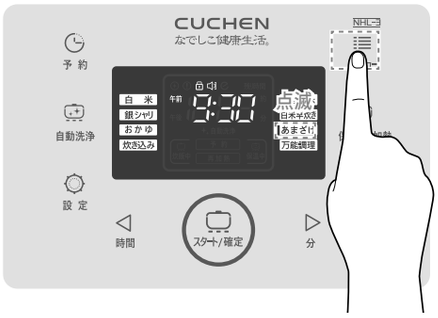
- あまざけ完成後は待機状態になります。（保温にはなりません。）
- お好みの濃さに調整してお召し上がりください。
- 冷蔵庫での保存：約 5 日 ～ 7 日
- 冷凍庫での保存：約 3 ヶ月

発芽玄米あまざけの作り方(発芽玄米ご飯 300 g であまざけを作る場合)

1） 内釜に発芽玄米ご飯 300 g と 60 ～ 70 ℃ のお湯をおかゆ水位目盛 1 まで入れ、60 ℃まで冷ましてください。
（60 ℃ 以上ですと麹菌が死滅してしまいます。）
2） 1）に、米麹 300 g をもみほぐしながら入れ、よくかき混ぜてふたを閉めてください。

❶ 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、あまざけメニューを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→銀シャリ→おかゆ→炊き込み→発芽玄米→白米早炊き→あまざけ→万能調理の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



❷ [スタート/確定]ボタンを押してください。

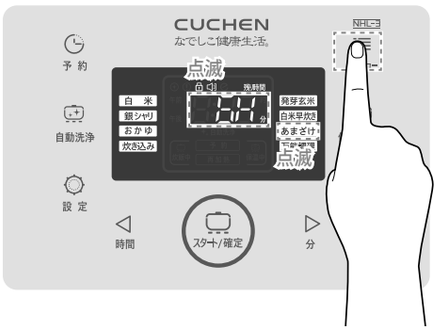
- あまざけ完成後は待機状態になります。（保温にはなりません。）
- お好みの濃さに調整してお召し上がりください。
- 冷蔵庫での保存：約 5 日 ～ 7 日
- 冷凍庫での保存：約 3 ヶ月

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 22 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

あまざけの調理方法

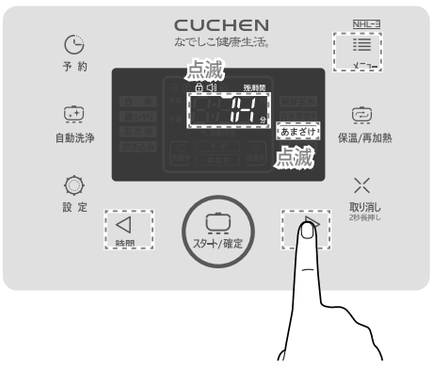
❶ 待機状態で[メニュー]ボタンを押してあまざけコースを選択してください。

- [メニュー]ボタンを押すたびに 白米→ 銀シャリ → おかゆ → 炊き込み → 発芽玄米 → 白米早炊き → あまざけ → 万能調理 の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



❷ [◁時間]または[分▷]ボタンを押して時間を設定してください。

- 初期設定値：6時間
- [◁時間], [分▷]ボタンを押すたびに 6 ↔ 7 ↔ 8 ↔ 9 ↔ 10 ↔ 11 ↔ 12 ↔ 6 の順にあまざけの調理時間が 1 時間ずつ増加または減少します。



	あまざけ
時間設定	6時間~ 12時間
[時間]	1時間単位で増加
[分]	1時間単位で減少

❸ 時間を設定してから[スタート/確定]ボタンを押してください。

- あまざけの調理が始まったら、残り時間が表示されます。

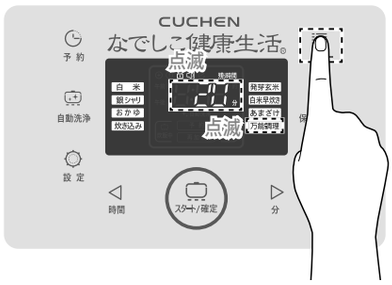
FD064 Series_JP_A4_250319.indd 23 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

万能調理

万能調理の方法 (万能調理 30 分 / 115℃ の温度設定の場合)

❶ 待機状態で[メニュー]ボタンを押して、万能調理コースを選択してください。

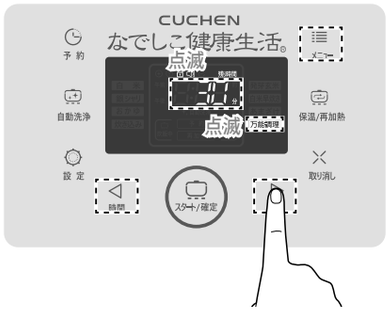
- [メニュー]ボタンを押すたびに白米→ 銀シャリ → おかゆ → 炊き込み → 発芽玄米 → 白米早炊き → あまざけ → 万能調理 の順で選択されます。
- 現在選択しているコースが点滅します。



❷ [◁時間]または[分▷]ボタンを押して時間を設定してください。

- 初期設定値:20 分
- [◁時間]、[分▷]ボタンを押すたびに、20 ↔ 25 ↔ 30 ↔ 35 ↔ . .↔ 75 ↔ 80 ↔ 85 ↔ 90 ↔ 10 ↔ 15 の順で万能調理時間が5分ずつ増加、または減少します。

	万能調理
時間設定	10 分 ～ 90 分
[時間]	5 分単位で増加
[分]	5 分単位で減少



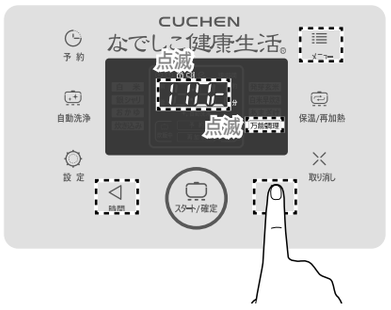
❸ 時間を設定してから[スタート/確定]ボタンを押してください。

- 万能調理の温度設定モードに入ります。

❹ [◁時間]または[分▷]ボタンを押して温度を設定してください。

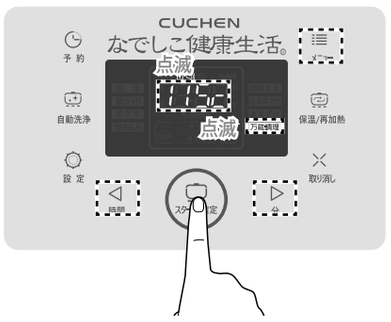
- 初期設定値 110 ℃
- [◁時間]、[分▷]ボタンを押すたびに、50 ↔ ...↔ 85 ↔ 90 ↔ 95 ↔ 100 ↔ 105 ↔ 110 ↔ 115 の順で温度が5度ずつ増加、または減少します。

	万能調理
温度設定	50 ℃ ~ 115 ℃
[時間]	5 ℃ 単位で増加
[分]	5 ℃ 単位で減少



❺ 温度を設定してから[スタート/確定]ボタンを押してください。

- 万能調理の炊飯がスタートすると、残り時間が表示されます。
- 続けて万能調理をセットしますと保温になってしまいますので、連続使用の際は、熱板の温度を下げるため内釜を外して 5 ～ 10 分経ってからセットして下さい。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 24 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

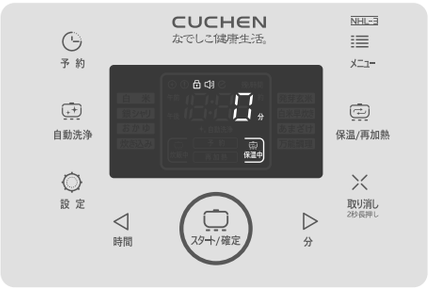
保温/再加熱

炊き上がった後自動で保温に

炊飯が完了すると、自動で保温に切り替わります。また、誤って保温を取り消してしまったら[保温/再加熱]ボタンを1回押してください。

● 保温に切り替わると、保温の経過時間が表示されます。
- 59 分までは1分単位で表示され、それ以降は1時間単位で 199 時間まで表示されます。
- 199 時間を超えたときは、199 の表示のまま保温が続きます。

● 保温中に[保温/再加熱]ボタンを押すと、再加熱が行われます。
- 再加熱時間：20分（加熱後はそのまま保温が継続になります。）



再加熱をする

再加熱機能は、保温中のご飯をあたためる機能です。
冷蔵・冷凍保管したご飯の再加熱には、ご使用できません。

保温状態で[保温/再加熱]ボタンを押してください。

- 再加熱時間は 20 分です。
- 再加熱中に[保温/再加熱]ボタンを押すと、保温に切り替わります。
- 再加熱が終わると、保温状態に切り替わります。

参考

- 再加熱が終わったご飯は、すぐ召し上がることをおすすめします。
- 白米は、再加熱をすると変色したりにおいがすることがありますので、炊き上がった後すぐ召し上がることをおすすめします。
- 再加熱機能をあまり頻繁に使うと、ご飯が変色したり乾燥することがあります。
- ハンドルが「ロック(●)」の位置になっているときに限り再加熱が行われ、「ロック解除(○)」の位置になっていると警告音が鳴ってから待機状態に切り替わります。
- 発芽玄米のあたために、電子レンジのご利用はおすすめしておりません。
- 保温中に[◁]か[▷]を押すと、現在時刻が2～3秒表示されます。

保温時のご注意

- ご飯をよくかき混ぜ中央に盛ってください。
  - 内釜の周りのご飯が乾燥することを防ぐために、ご飯を上下によくかき混ぜ中央に盛ってください。
- 保温時には、しゃもじを入れたまま放置しないでください。
  - しゃもじを入れたまま保温をすると、ご飯が硬くなったり変色してにおいがすることがあります。
- 保温時間は 12 時間以内が目安です。(発芽玄米以外)
  - 12 時間以上保温するとご飯の風味がなくなり、変色やにおいの恐れがあります。
  - 保温のとき、ふたを確実に閉めてください。
- 保温や再加熱のときは、必ず内ぶたを取りつけてください。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 25 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

保温温度の調節

保温温度の調節方法

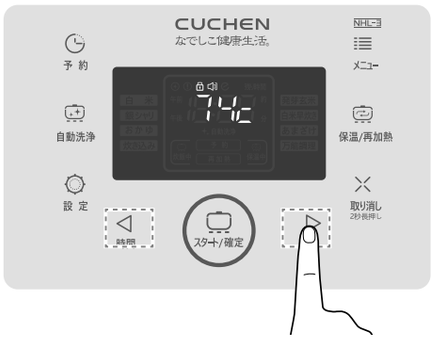
❶ 待機状態で[設定]ボタンを3回押して、保温温度設定モードに進んでください。

3 回

設 定

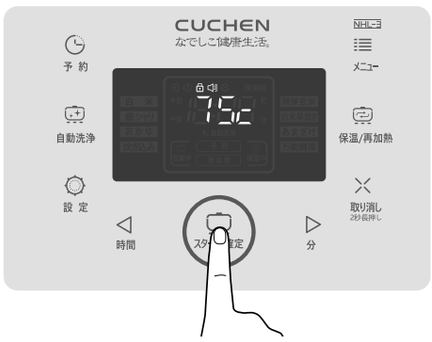
❷ [◁時間]または[分▷]ボタンでご希望の保温温度を設定してください。

- 初期設定値は 74 ℃ です。
- 温度は 69 ℃ ～ 80 ℃ まで変更できます。
- 内ぶたに水滴がつく場合は、保温温度を 2 ℃ 上げてください。
- ご飯が乾燥するときは、保温温度を 2 ℃ 下げてください。



❸ [スタート/確定]ボタンを押してください。

- [スタート/確定]ボタンを押すと保温温度が保存されます。
- 保温温度設定の途中に[取り消し]ボタンを押したり、ボタン操作をしない状態で 15 秒が経過すると、設定が取り消されて待機状態に切り替わります。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 26 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

音声調整

音声調整のやり方

❶ 待機状態で[設定]ボタンを 2 回押して、音声調整モードに進んでください。

- 初期設定：ボリューム 4 段階

音声調整は、待機状態でのみ設定できます。

❷ [◁時間]、[分▷]ボタンを押して音量を調整してください。

- [◁時間]、[分▷]ボタンを押すたびに 4 ↔ 5 ↔ 6 ↔ 7 ↔ 0 ↔ 1 ↔ 2 ↔ 3 ↔ 4 の順に切り替わります。
- 0 ～ 7 段階まで音量設定ができます。0段階に設定すると、音声機能は解除されて表示部の 🔊 ランプが消えます。

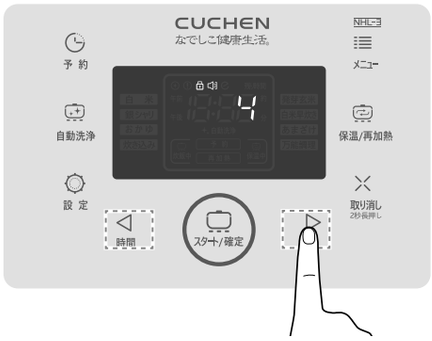


表 示	音 量
0	消音
1	小
2	↑
3	
4	
5	
6	↓
7	大

❸ [スタート/確定]ボタンを押して設定を完了してください。

- 音声設定の途中に[取り消し]ボタンを押したり、ボタン操作をしない状態で 15 秒が経過すると、設定が取り消されて待機状態に切り替わります。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 27 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:40

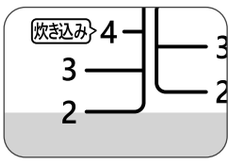
自動洗浄

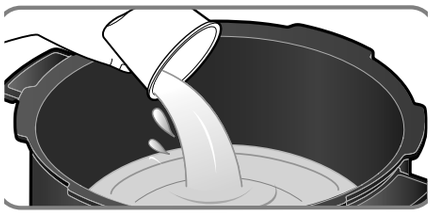
自動洗浄のやり方

自動洗浄モードを使うと、内釜・ふた内部を清潔に保つことができます。
蒸気によって汚れを浮き上がらせ、お手入れをしやすくします。

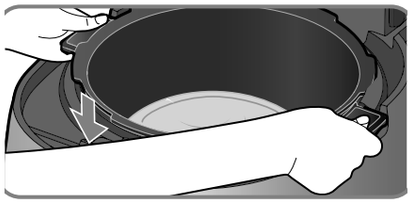
注意
- 蒸気口から高温・高圧の蒸気が排出されますので、ご注意ください。
- 水以外に洗剤・石けん・その他の薬品は絶対に入れないでください。
- 自動洗浄後、お手入れをする際は本体・内釜が冷めてから行ってください。

❶ 内釜の白米 2 合の水位目盛まで水を入れてください。





❷ 内釜を本体に入れた後、ふたを閉めてからハンドルを回して「ロック(●)」の位置に合わせてください。

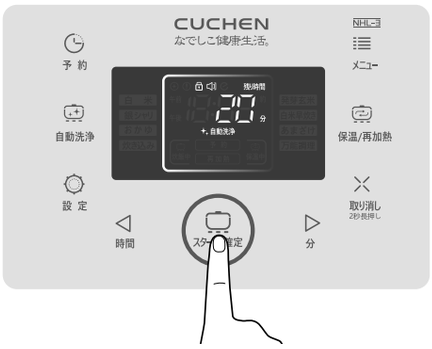


ふたを閉める前に、内ぶたがしっかりついていることをご確認ください。

炊飯器のにおいが気になるときは、緑茶の葉をひとつまみ入れてみてください。
除菌・消臭効果が期待できます。

❸ 待機状態で[自動洗浄]ボタンを押してから、[スタート/確定]ボタンを押してください。

- 自動洗浄は 20 分間行われます。
- 自動洗浄が終了すると、待機状態に切り替わります。
- [取り消し]ボタンを押すと自動洗浄が取り消され、待機状態に切り替わります。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 28 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:41

自動洗浄の通知機能

自動洗浄の通知機能

自動洗浄を行う時期になると、
音声と自動洗浄通知のランプ(⊕)でお知らせします。
ランプが点灯しましたら、自動洗浄を行ってください。

- 自動洗浄については 28 ページをご参照ください。
- 定期的に自動洗浄を行わないと、炊飯のときににおいがすることがあります。

自動洗浄を通知する時期

この製品で炊飯を 30 回行ったり、万能調理機能を使って料理をした場合に自動洗浄通知が表示されます。

- 自動洗浄を行わないと、節電モード以外のときに自動洗浄通知がくり返し表示されます。
- 通知表示をご希望でない場合は、次の通知設定方法から解除してください。

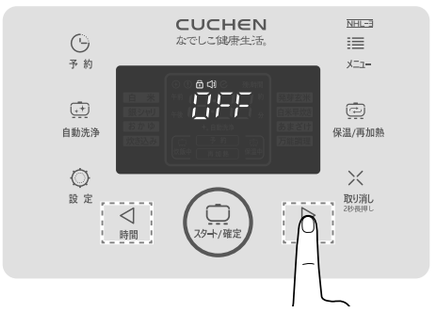
自動洗浄通知の設定方法

自動洗浄通知設定から機能を設定・解除できます。

1 待機状態で[設定]ボタンを 5 回押して、自動洗浄お知らせモードを選択してください。

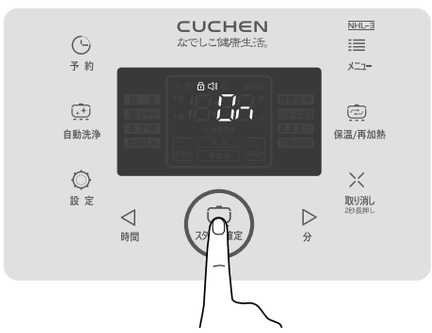
2 [◁時間]または[分▷]ボタンで ON または OFF を選択してください。

- 初期設定は ON に設定してあります。
- 機能を解除するには、OFF を選択してください。



3 [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 設定の後、ボタンを操作しない状態で 15 秒が経過するか、[取り消し]ボタンを押すと設定が取り消されて待機状態に切り替わります。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 29 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:41

圧力パッキンの交換時期の通知機能

圧力パッキンの交換時期の通知機能

炊飯器を一定の期間使用して、圧力パッキン交換時期になると、
音声と(⚠)ランプでお知らせします。
圧力パッキン交換のランプが点灯しましたら、圧力パッキン交換をお勧めします。

- 圧力パッキン交換については11ページをご参照ください。
- 圧力パッキンを適切な時期に交換しないと、蒸気漏れが発生することがあります。
- 圧力パッキンは1 年半 ～ 2 年が交換の目安です。

圧力パッキン交換を通知する時期

炊飯を 730 回行った後に、圧力パッキン交換の通知 (⚠)ランプが点灯します。

参考　圧力パッキン交換の通知が表示されても、炊飯や保温機能は正常に作動します。

圧力パッキン交換通知の設定

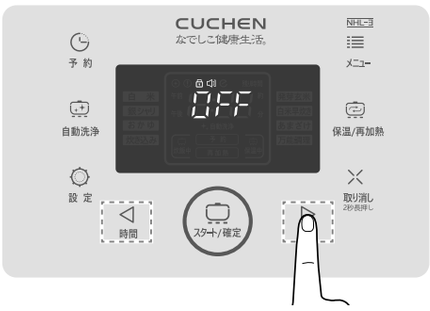
圧力パッキン交換の通知機能を有効にしたり、無効にできます。

1 待機状態で[設定]ボタンを 4 回押して、圧力パッキン入れ替えお知らせモードを選択してください。

2 [◁時間]または[分▷]ボタンで ON・OFF・CLE を選択してください。

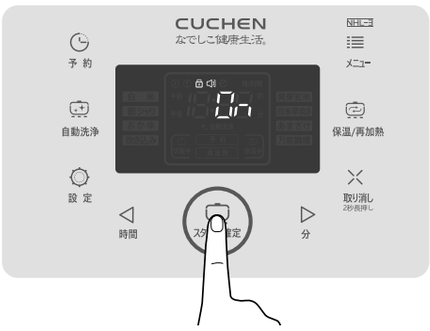
- 圧力パッキン交換通知機能を使うには、ON を選択してください。
- 圧力パッキン交換通知機能を解除するには、OFF を選択してください。
- 圧力パッキン交換通知機能をリセットするには、CLE を選択してください。

圧力パッキン交換通知のリセットについては 30 ページをご参照ください。



3 [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 設定の後、ボタンを操作しない状態で 15 秒が経過するか、[取り消し]ボタンを押すと設定が取り消されて待機状態に切り替わります。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 30　03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:41

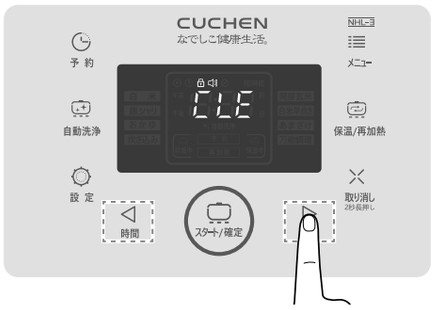
圧力パッキン交換通知のリセット

11 ページの案内に従って圧力パッキン交換を完了してから、次のように圧力パッキン交換通知をリセットします。

1 待機状態で[設定]ボタンを 4 回押して、圧力パッキン入れ替えお知らせモードを選択してください。

2 [◁時間]または[分▷]ボタンで CLE を選択してください。

- [◁時間]または[分▷]ボタンを押すたびに ON ↔ OFF ↔ CLE ↔ ON の順に切り替わります。



3 [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 設定の後、ボタンを操作しない状態で 15 秒が経過するか、[取り消し]ボタンを押すと設定が取り消されて待機状態に切り替わります。

注意

圧力パッキン交換の通知が表示される前に圧力パッキンを交換する場合は、交換後に通知をリセットしてください。
リセットを行わないと、交換時期になる前に圧力パッキン交換の通知が表示されます。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 31 03-19(日) 9:07:41

画面の明るさ設定

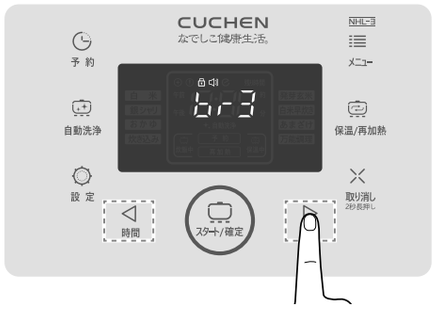
画面の明るさ設定機能の使い方

1 待機状態で[設定]ボタンを 6 回押して、パネルの明るさ設定モードを選択してください。

2 [◁時間]または[分▷]ボタンでパネルの明るさを設定してください。

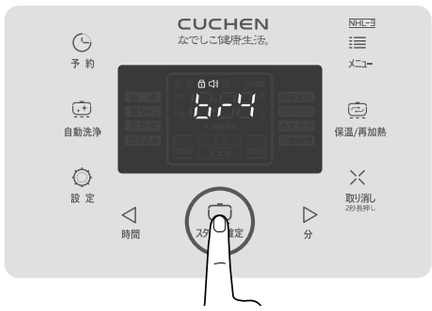
- 画面の明るさの初期設定は 3 段階(br3)です。
- 画面の明るさは、全 5 段階に調整できます。
- [◁時間]または[分▷]ボタンを押すたびにbr1 ↔ br2 ↔ br3 ↔ br4 ↔ br5 の順に切り替わります。

表 示	明るさ
br1	暗
br2	↕
br3	↕
br4	↕
br5	明



3 [スタート/確定]ボタンを押してください。

- 設定の後ボタンを操作しない状態で 15 秒が経過するか、[取り消し]ボタンを押すと設定が取り消されて待機状態に切り替わります。



FD064 Series_JP_A4_250319.indd 32 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:41

故障かな?と思ったら

修理を依頼される前に取扱説明書をお読みになり、下記項目をご確認ください。

症状	ご確認ください。	対策
1. 炊飯ができない。時間がかかりすぎる。	電源プラグが抜けていませんか?	電源プラグをしっかり差し込んでください。
	炊飯中に停電になっていませんか?	長時間の停電のときは、再度炊飯を行ってください。
	炊飯中に[取り消し]ボタンを押したり、他の操作をしていませんか?	炊飯中には、他のボタンの操作をお控えください。
2. 炊飯中に水がふきこぼれる。	おもりが傾いていませんか? 設置場所は傾いていませんか?	ハンドルをロックにした状態でおもりを垂直に付け直してください。
	お米は計量カップで正確に計りましたか?	
	水加減は間違いないですか?	
	メニューの選択は間違いないですか?	
3. ふたの横から蒸気が漏れる	圧力パッキンにご飯粒などの異物がついていませんか?	圧力パッキンの異物を拭き取ってください。
	圧力パッキンは正しく取り付けてありますか?	正しい取り付け方は、11ページをご参照ください。正しい場合は交換時期かも知れません。
4. 予約ができないとき	予約ができるメニューですか? 13時間を超える予約時間の設定をしていませんか?	予約可能なメニューか、予約設定可能時間についてご確認ください 。 (19ページをご参照ください)
5. 炊飯や保温中に異常な音がするとき	炊飯時の炊飯作動音ではないですか?	炊飯時の「パチッ」という音は、正常な作動音です。
	内釜と熱板の間に水気はないですか?	内釜と熱板の間の水気を拭き取ってください。
6. 保温中の白米ご飯からにおいがしたり、変色したとき	12時間以上保温をしていませんか?長時間予約炊飯をしたご飯を保温していませんか?	12時間以上保温をしないでください。(25ページをご参照ください)
	万能調理などの料理機能を使っていませんか?圧力パッキンは汚れていませんか?	長時間予約炊飯をしたご飯は、できるだけ保温しないでください。
	内ぶたの取りつけ具合を必ずご確認ください。	万能調理などの料理で使用したあとは、においがつく場合があります。
7. ボタン入力で ⌊_⌋ が表示されるとき	内釜が本体に入っていますか?	内釜が入っていない状態では、炊飯・予約炊飯・保温ができません。内釜を入れてください。
8. ボタンが作動しないとき	指で操作していますか?	ボタンの中央部を正確に触れてください。木やプラスチックなどでボタンを押すと、作動しません。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 33 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:41

故障かな?と思ったら

症状	確認してください	対策
LJ	内釜が本体に入っていますか？	内釜が入っていない状態では、炊飯・予約炊飯・保温ができません。 内釜を入れてください。
13Hb	予約炊飯時間を13時間超過 して設定したときに表示されます。	自動的に予約炊飯時間が最大時間(13時間)で作動します。
Er 1	安全センサーの温度が低いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er2	安全センサーの温度が高いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er3	自動温度センサーの温度が低いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er5	自動温度センサーの温度が高いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er6	周囲の温度が低いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er7	周囲の温度が高いか、 異常があるときに表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。
Er8	自動温度センサーに異常があるときに 表示されます。	電源を切った後、サービスセンターにお問い合わせください。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 34 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:42

保証とアフターサービス

製品の保証について

1 **この製品には保証書がついています。保証書は販売店様名と購入日を販売店様に必ず記入して貰ってください。記入が無い場合は保証が受けられません。また、内容をよくお読みの上、大切に保管してください。**

2 **保証の期間はお買い上げ日から3年です。保証期間内でも有料になる場合がございますので、ご了承ください。**

! 内釜・パッキンなどの消耗品や付属品および内釜コーティングの剥がれは保証の対象外となります。
また、圧力パッキンのサービスセンターでの交換も保証の対象外となります。

3 **保証期間終了後の修理はサービスセンターにご相談ください。保証期間終了後、修理によって機能が維持できる場合は、ご要望により有料修理致します。**

炊飯器の処分について

- 小型家電リサイクル法で定められています。お住いの地域指定業者(廃棄物処理業者)で処分してください。
（各自治体によって処分方法が違う場合がございます。）

修理を依頼されるときは

故障のときは、ただちに使用をやめて電源プラグを抜いてください。
保証書をご準備の上、サービスセンターにご連絡ください。
お客様で修理はしないでください。大変危険です。

有料サービス (お客様の費用負担)について

サービス申込みのとき、次の場合は保証期間内でも有料修理となります。
- 保証書のご提示がない場合
- 保証書に販売店様情報や購入日の記載がない場合
- 製品内に異物・水分等を投入し、故障した場合
- お客様の過失で製品を落としたり、衝撃による製品破損および機能上の故障が発生した場合
- シンナー、ベンジンなどの有機溶剤を使い、外観が損傷または変形された場合
- 純正品ではない部品または消耗品の使用による製品故障の場合
純正品はオンラインショップまたはサービスセンターにて購入してからお使いください。
- 使用電圧を誤って使用し、製品が故障した場合
- お客様が製品を任意で分解して付属品を紛失・破損した場合
- サービスセンターの修理技術者ではない者が製品修理または改造し、故障した場合
- 天災地変(落雷、火災、風水害、ガス害、冷害、地震など)による故障の場合
- なでしこ健康生活NHL-3の取扱説明書内の「安全上のご注意」を守っていただけなかったため、故障した場合
(「安全上のご注意」を守ることで、製品を長い間お使いいただけます。)
- その他、お客様の過失による故障の場合

補修用性能部品について

補修用性能部品とは、この製品の機能を維持するために必要な部品です。
本製品の補修用性能部品の最低保有期間は製造終了後6年です。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 35 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:42

製品仕様

仕様								
区分	6合炊き (1.08 L) 製品							
炊飯容量(白米)	1合(0.18 L) ～ 6合(1.08 L)							
定格消費電力	1,040 W/h							
定格電圧及び電流	電圧AC100 V, 50/60 Hz, 電流10.4 A							
調整装置の圧力	78.5 kPa(0.8 kgf/cm^2)							
安全装置の圧力	166.7 kPa(1.7 kgf/cm^2)							
製品の大きさ	• 37.5cm(奥行き)×27cm(幅)×27.9cm(高さ) • 52.4 cm(蓋を開けた高さ) • 1.5 m(電源コード長さ)							
重量	5.9 kg (梱包箱を含めた重量 6.8 kg)							
温度ヒューズ	167 ℃							
最大炊飯量	6合(1.08 L)							
区分名	F							
蒸発水量	57 g							
年間消費電力量	146.8 kWh/年							
"1回当たりの炊飯時消費電力量"	196 Wh(最大)							
"1時間当たりの保温時消費電力量"	29 Wh							
"1時間当たりのタイマー予約時消費電力量"	1.09 Wh							
"1時間当たりの待機時消費電力量"	0.65 Wh							
容量	コース	白米	銀シャリ	炊き込み	発芽玄米	白米早炊き	おかゆ	あまざけ
	容　量	2合 ～ 6合	2合 ～6合	2合 ～4合	2合 ～4合	2合 ～ 6合	0.5合 ～ 1合	90cc ～ 180cc
付属品	取扱説明書、保証書、しゃもじ、計量カップ、蒸しカゴ							

- 年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいてます。)
- 実際にお使いになる時の消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用のコース、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。
- 蒸発水量は、一回当たりの炊飯時に炊飯器本体の外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。
- 一回当たりの炊飯時消費電力量は、白米コース、一時間当たりの保温時消費電力量は、保温コースの時の電力量です。

PSEマーク
電気用品の安全確保について定められている「電気用品安全法」に基づき製造・輸入された電気用品に表示されます。

PSCマーク
「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力鍋及び圧力がまの安全基準に適合していることを示します。

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 36 03-19(⌷) ⌷⌷ 9:07:42

お料理メモ

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 37 03-19( ) 9:07:42

保証書や納品書を貼って大切に保管してください

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 38 03-19( ) 9:07:42

保証書や納品書を貼って大切に保管してください

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 39 03-19( ) 9:07:42

CUCHEN*

なでしこ健康生活NHL-3

なでしこ健康生活®
Nadeshiko
Healthy
Life

お問い合わせ・修理のご依頼の際は機種名を「NHL-3」とお伝えください。

なでしこサービスセンター

0120-417-825

受付期間　10:00~16:00
月曜日～金曜日（ただし、祝日を除く）

【修理品送付先】
〒379-2146 群馬県前橋市公田町590
株式会社ジーエムピージャパン内なでしこサービスセンター
TEL：0120-417-825まで

GMP
Good Manufacturing Practice

■総発売元
株式会社ジーエムピージャパン
〒379-2146 群馬県前橋市公田町５９０番地
URL://www.gmp-japan.com

FD064 Series_JP_A4_250319.indd 40
03-19 9:07:42