

無印良品

電子レンジ・19L 家庭用

形名
MO-MJ19A




取扱説明書




お買い上げいただき、まことにありがとうございました。
ご使用前に、この「取扱説明書」をよくお読みください。
特に、安全上のご注意は必ず読んで正しくお使いください。
この「取扱説明書」はお使いになる方がいつでも見られる
ところに「保証書」とともに大切に保管してください。




もくじ	ページ
安全上のご注意	2～6
使える容器・使えない容器	7
各部のなまえとはたらき	8～9
1 あたため	10
2 解凍	11
3 解凍あたため	12
加熱時間一覧表/冷凍保存のコツ	13
4 牛乳	14
5 おにぎり	15
6 お惣菜	16
7 お弁当	17
お手入れのしかた	18～19
お料理がうまくできない	20
故障かな?と思ったら	21
仕様/アフターサービスについて	22
お客様ご相談窓口	23







安全上のご注意

- ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
- ここに示した注意事項には、お使いになる方や他の人への危害、財産への損害を未然に防ぐための重大な内容を記載していますので必ず守ってください。

 危険	取扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷を負う危険があり、かつその切迫の度合いが高いことが想定されるもの
 警告	取扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷を負う危険があることが想定されるもの
 注意	取扱いを誤った場合、使用者が軽傷を負うことが想定されるもの、および物的損害の発生が想定されるもの

本文中に使用されている図記号の意味	
	△ は、危険・警告・注意を示します。
	⊘ は、禁止の行為を示します。 記号の中や近くの絵は具体的な禁止内容です。 左図の場合は、「分解禁止」です。
	● は、行為を強制する内容を示します。 記号の中や近くの絵は具体的な指示内容です。 左図の場合は、「電源プラグを抜く」です。

 危険	
 <p>改造・分解・修理をしない 火災・感電・けがの原因になります。</p> <p><small>分解禁止</small></p> <p>故障した場合は、お買い上げの販売店にご相談ください。</p>	 <p>吸気口・排気口など、レンジ本体の穴やすきまに指やピン・針金などの異物を入れない 感電・けが・異常動作・故障の原因になります。</p>

据え付けるとき	
 警告	
 <p>燃えやすいものや熱に弱いものを近づけない 引火・破裂するおそれがあります。</p> <p>たたみ・じゅうたん・テーブルクロス・プラスチックなどの上に置いたり、カーテンやスプレー缶などを近づけないでください。</p>	 <p>家電製品の上にレンジ本体を置かない 変形・変色するおそれがあります。</p>
 <p>使用前に、製品や付属品の梱包材はすべて取り除く 取り除かないと運転中に梱包材が発火し、火災・やけどのおそれがあります。</p>	 <p>水のかかる所や、火気の近くに置かない 火災や感電・漏電、故障の原因となることがあります。</p>
	 <p>製品のまわりを密閉した状態にしたり、吸気口・排気口をふさいだりしない 過熱して発火するおそれがあります。</p>

警告

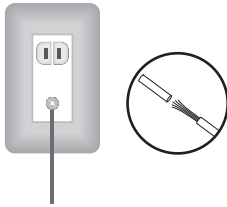


アースを確実に取り付ける

故障や漏電のときに感電のおそれがあります。
アースの取り付け・取り外しのときは電源プラグをコンセントから抜いてください。

アース端子付きコンセントを使うとき

1. 電子レンジ本体後面のアース線の接続を確認する。
2. アース線先端部分の被覆を取り外し、芯線をアース端子付きコンセントに確実に固定する。



※アース線の先端がコンセントに触れないようにご注意ください。

ガス管や水道管、電話のアース線や避雷針などへは絶対に接続しないでください。
爆発・火災・感電のおそれがあります。

アース線がはずれたり、ゆるんだりしていないか、ときどき点検してください。

アース端子付きコンセントがないとき

お買い上げの販売店、または電気工事店にアース工事(D種接地工事)を依頼してください。
本体価格に工事費は含まれていません。

湿気の多い場所や 水気のある場所に設置するとき

「電気工事士」の有資格者によるD種接地工事が法律で義務づけられています。

お買い上げの販売店、または電気工事店にご相談ください。

* 湿気の多い場所

飲食店の厨房など水蒸気が充満する場所
土間、コンクリート床
酒・しょうゆなどの醸造所や貯蔵所

* 水気のある場所(漏電遮断機の設置も必要)

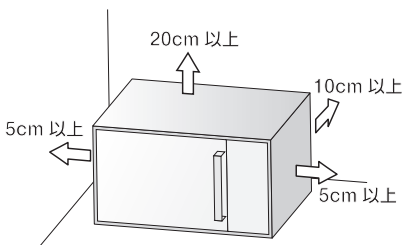
魚屋の洗い場などの水を扱う場所
水滴が飛び散る場所
地下室などの結露がおきやすい場所

注意



壁などから離す

過熱して発火したり、放熱や排気による壁の汚れ・変色・結露・故障のおそれがあります。



周囲が熱に弱い壁材や家具でない場所に据え付けてください。
上面 20cm以上 後面 10cm以上 左右側面 5cm以上
窓ガラスからは 20cm以上離してください。

レンジ本体は、テレビ・ラジオ・無線機器(無線LAN)やアンテナ線などから3m以上離してください。
(雑音や映像の乱れ、通信エラーの原因になります。)



レンジ本体の上に物を置かない
変形・変色するおそれがあります。



水平で丈夫な場所に置く

振動・騒音・レンジ本体の落下の原因となることがあります。

警告



電源コードを傷つけない
火災・感電の原因になります。

加工したり、無理に曲げたり、ねじったり引張ったり、束ねたりしないでください。重いものを乗せたり、はさみ込んだりしないでください。
排気口・高温部・熱器具には近づけないでください。



単相100V・定格15A以上のコンセントを単独で使用する

他の器具と併用した分岐コンセントや延長コードを使うと、コンセント部が異常発熱して発火の原因になります。



加熱中に電源プラグを抜き差ししない
火災・感電のおそれがあります。



傷んだ電源コードや電源プラグの差込みがゆるんだコンセントは使用しない
発火・感電の原因になります。



ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電のおそれがあります。

ぬれ手禁止



電源プラグの刃や、刃の取り付け面のほこりは確実にふき取る
ほこりが付着すると火災の原因になります。



お手入れの際は、電源プラグをコンセントから抜く
感電やけがのおそれがあります。

プラグを抜く

注意



電源プラグを抜くときに電源コードを引っ張らない
断線して感電や発火するおそれがあります。



長時間使わないときは電源プラグを抜く
絶縁劣化による感電や漏電火災の原因となることがあります。

プラグを抜く

ご使用のとき

警告





異常・故障時には、ただちに使用を中止する

「とりけし」キーを押して使用を中止し、すぐに電源プラグをコンセントから抜いてお買い上げの販売店に点検・修理をご相談ください。


- 電源コードや電源プラグが焦げていたり異常に熱くなる。
- スタートしても食品が加熱されない。
- 運転中に異常な音や振動がある。
- 異常なおいがしたり煙が出る。
- 電子レンジにさわると電気を感じる。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- 自動的に切れないときがある。
- その他の異常・故障がある。

警告


 子供だけで使わせない
幼児に触れさせない
感電・けが・やけどのおそれがあります。

 殺菌・消毒や衣類の乾燥など調理以外の目的で使用しない
過熱や異常動作による発火・やけどのおそれがあります。

注意

 レンジ本体が転倒・落下した場合は損傷がなくても使用しない
感電や電波もれによる障害が起きるおそれがあります。


※そのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店にご相談ください。


 庫内の食品が燃え出したときはドアを開けない
ドアを開けると空気が入って勢いよく燃え出し、火災の原因になります。


食品が燃え出したら


1. 【とりけし】キーを押す。
2. 電源プラグを抜く。
3. レンジ本体から燃えやすい物を遠ざけ火が消えるのを待つ。
火が消えないときは、水か消火器を使って消火する。


※そのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店にご相談ください。

 ドアや庫内に無理な力や衝撃を加えない
転倒や落下、電波もれによる障害が起きるおそれがあります。


 ドアに物をはさんだまま加熱しない
電波もれによる障害が起きるおそれがあります。


 食品カスや油などが付いたまま加熱しない
バターやチーズなど油脂分の多い食品が庫内に付着したまま使用すると発煙や発火の原因になります。


 食品や調味料などを庫内に入れたままにしない
間違って運転した際、発火・火災のおそれがあります。

 加熱中や加熱後しばらくは、レンジ本体・ドア・庫内・付属品などには直接触れない
やけど・けがのおそれがあります。

接触禁止

 使用するキーを間違えない
仕上がりが悪くなったり、加熱すぎて焦げたり、発火・発煙のおそれがあります。

 ラップをはずすときは蒸気の熱に注意する
蒸気が一気に出て、やけどのおそれがあります。

 食品を入れずに加熱しない
故障・発火の原因になります。

 **注意**

本書に記載している材料・分量調理方法で加熱する

記載している内容と違くと、仕上がりが悪くなる原因になります。

指定分量以外の場合や市販の料理本などの調理は、手で様子を見ながら加熱してください。


卵はそのまま加熱しない

卵が破裂して、やけど・けがのおそれがあります。

卵はよく割りほぐしてから加熱します。ゆで卵を作ったり、あたためたりしないでください。おでんの卵・目玉焼き・白子などは加熱できません。


食品を加熱しすぎない

発煙・発火・やけどのおそれがあります。

少量の食品や水分の少ない食品は、様子を見ながら加熱してください。誤って加熱しすぎたときは、しばらく時間をおいたあと庫内から取り出してください。


殻や膜のある食品は、殻を取るか切れ目を入れる

食品が破裂して、やけど・けがのおそれがあります。


密封性の高い容器のフタや栓ははずす

容器が破裂して、やけど・けがのおそれがあります。


飲み物やとろみのある食品などを加熱しすぎない

衝撃を受けたときに突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります。

加熱前、加熱後によくかき混ぜてください。誤って加熱しすぎたときは、しばらく時間をおいたあと庫内から取り出してください。


レトルト食品や缶詰などは容器にうつす

火花が出たり、袋がはじけるおそれがあります。


脱酸素剤や乾燥剤を入れたまま加熱しない

発火のおそれがあります。


加熱終了後、加熱を追加するときは手動で様子を見ながら加熱する

自動加熱で追加すると、加熱しすぎるおそれがあります。

お願い
食品は回転皿の中央に置く

回転皿の端に置くと、仕上がりが悪くなるおそれがあります。

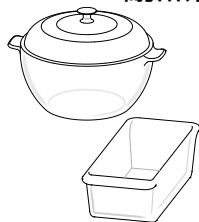
加熱中にドアを頻繁に開けない

庫内や食品の温度が下がり、仕上がりが悪くなるおそれがあります。

使える容器・使えない容器

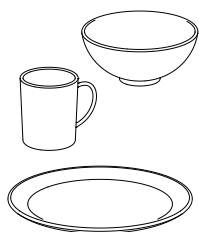
使える容器

耐熱性ガラス容器



ただし、急に冷やすと割れることがあります。

陶器・磁器



ただし、色絵付け・ひび模様・金銀模様のあるものは器を傷めたり、火花が出るので使えません。

耐熱性プラスチック容器

耐熱温度が 140℃以上のものは使えます。



ただし、油分の多い食品など高温になるものには使えません。

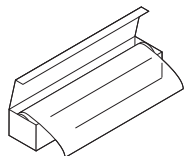
時間をかけすぎると変形したり、燃えたりすることがあります。



ゴムパッキンや止め金具のついているものは使えません。

耐熱性のあるラップ類

耐熱温度が 140℃以上のものは使えます。



ただし、油分の多い食品など高温になるものには使えません。

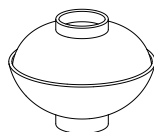
使えない容器

耐熱性のないガラス容器



カットガラスや強化ガラスも使えません。

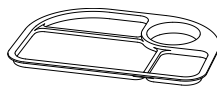
漆器



塗りがはげたり、ひび割れ、変色のおそれがあります。

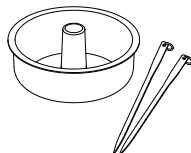
熱に弱いプラスチック容器

耐熱温度 140℃未満のものや電波で変質するものは、変形したり燃えたりするおそれがあります。



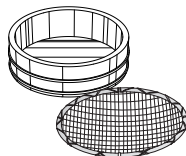
ポリエチレン・スチロール・メラミン・フェノール・ユリア樹脂など

金属製容器・金串



アルミやホーローなどの金属容器も使えません。

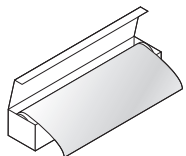
木・竹・紙製品



焦げたり、燃えたり、火花が出る可能性があります。

アルミホイル

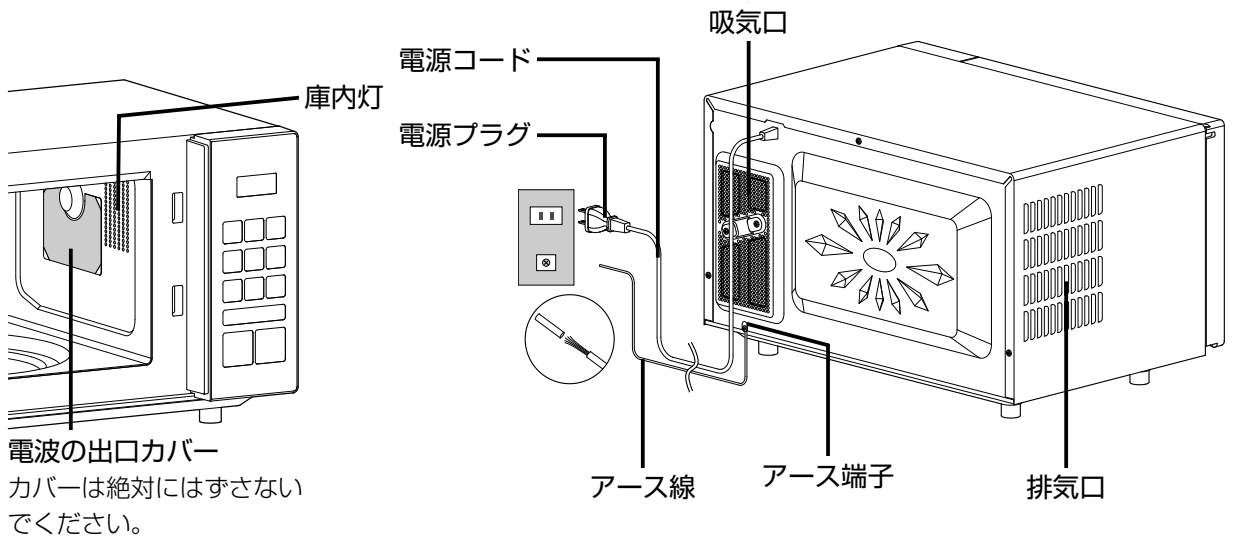
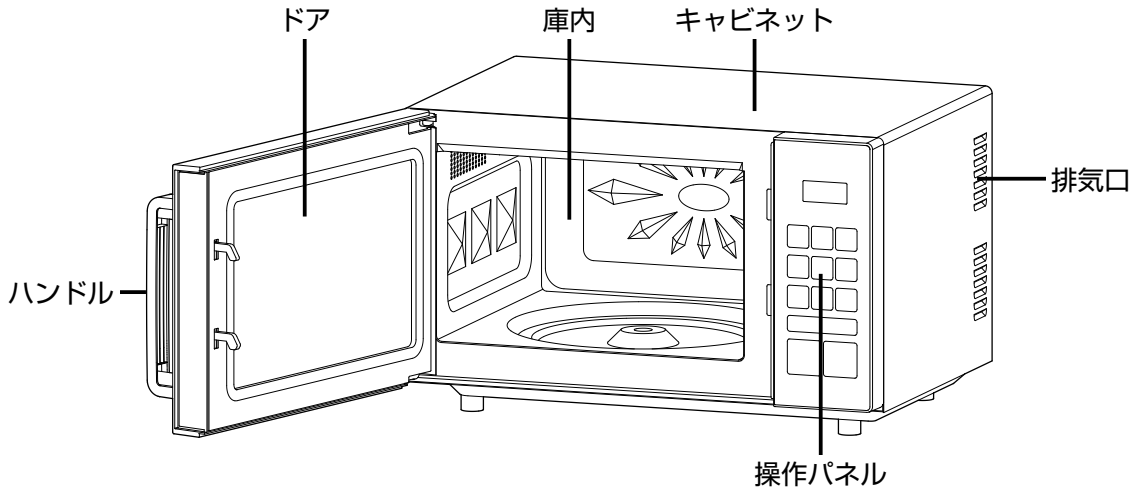
ただし、加熱しすぎる部分をおおって保護するなど、部分的には使えます。



庫内壁面やドア内側の窓にふれると火花が出るおそれがあるのでご注意ください。

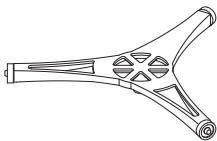
各部のなまえとはたらき

本体



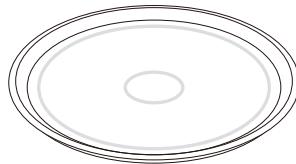
付属品

回転台 1枚



庫内底面の中央部にはめ込みます。

回転皿 1枚

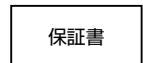


ガラス製です。強い衝撃を与えると割れたり欠けたりするおそれがあります。

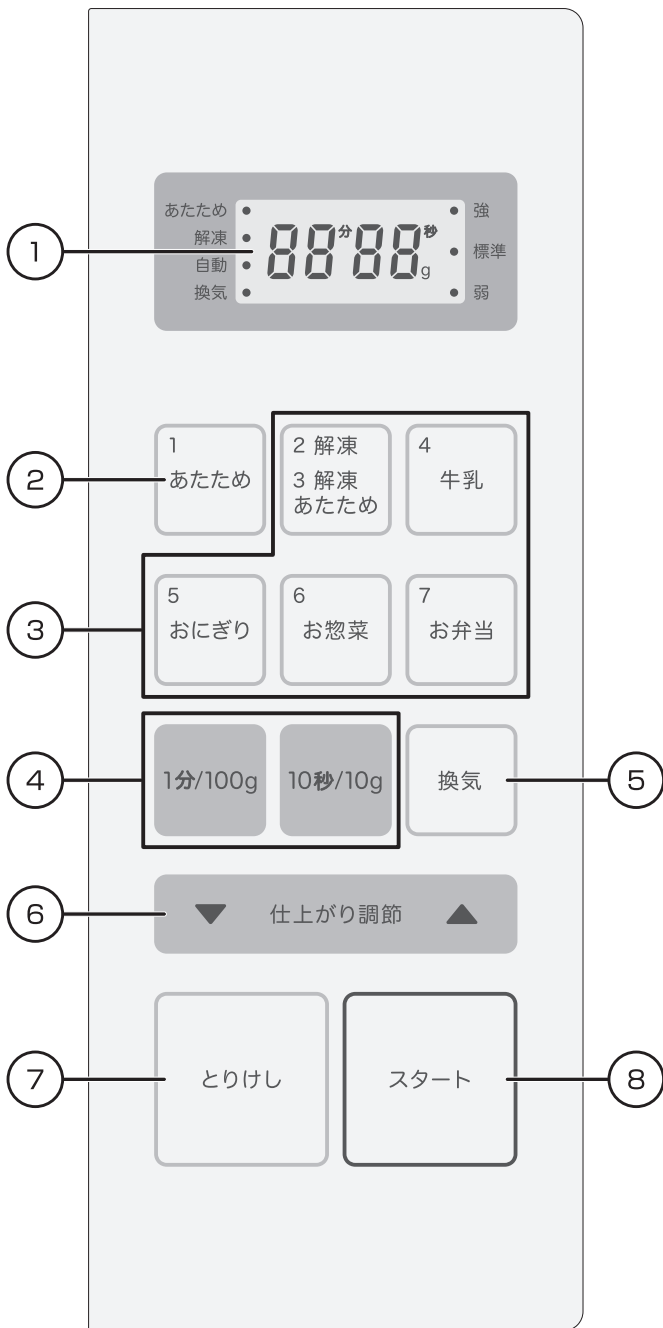
取扱説明書(本書) 1冊



保証書 1枚



※回転台と回転皿は、常に庫内にセットしておきます。



自動電源オフ機能

待機時消費電力を節約するために、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源が入らないようになっています。
 ドアを開閉することで電源が入り、表示部に【0】を表示します。
 電源「入」の状態では放置すると、約5分後には自動的に電源が切れます。

①表示部

加熱コース・加熱の残り時間・キーの番号などを表示します。

加熱方法などは表示部左右のマークの点灯や点滅でお知らせします。

例)2 解凍



②あたためキー

加熱時間を手動で設定して加熱するときに使います。→P.10

③自動加熱キー

自動で加熱するときに使います。
 →P.11~17

④時間・重量キー

加熱時間や加熱重量を合わせるときに使います。

キーを押すごとに時間や重量が増えていきます。(キーを押し続けても変わります)

⑤換気キー

庫内の換気をするときに使います。
 →P.19

⑥仕上がり調節キー

自動加熱調理の仕上がりを調節するときに使います。

(あたためキーのときは調節できません)

⑦とりけしキー

押し間違えたときや途中で加熱をやめたいときに使います。

⑧スタートキー

加熱をはじめるときに使います。途中でドアを開け、再び加熱をはじめるときにも使います。

1 あたため

常温・冷蔵保存の食品をあたためます。



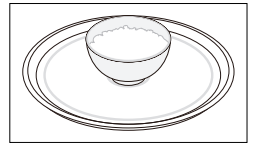
加熱できる分量

約100～500g



1

食品を庫内に入れる



2

1
あたため

を押す



3

1分/100g

10秒/10g

を押して

時間を合わせる

時間設定範囲：10秒～15分

※「1あたため」キー長押しでも時間設定が可能です。

例) 2分30秒



4

スタート

を押す

加熱の残り時間を表示します。

ポイント

- * お酒のかんをするときは、徳利の7分目くらいまでお酒を入れ、首の細い部分をアルミホイルでおおうと、加熱ムラが少なくなります。
△アルミホイルが庫内壁面やドア内側の窓に触れないようご注意ください。
- * 牛乳をあたためるときは、回転皿の中央をさけて置くと、加熱ムラが少なくなります。→ P.14
- * ごはんをあたためるときは、加熱前に水か酒を少しふりかけるとしっとりと仕上がります。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

お願い

- * 生卵やゆで卵、目玉焼きなどの加熱は絶対にしないでください。破裂のおそれがあります。
- * 小さく切った野菜や少量の野菜を加熱すると、火花が出て焦げたり、乾燥することがありますので様子を見ながら加熱するようにしてください。

自動 2 解凍

生ものの解凍をします。解凍後、調理をするときに使います。

 解凍できる分量
100~500g



ポイント

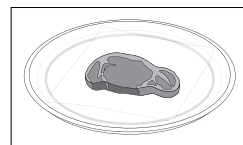
- * 魚の身の細い部分など、早く解凍される
ところにはアルミホイルを巻きます。
△アルミホイルが庫内壁面やドア内側の
窓に触れないようご注意ください。
- * ラップで包んだり、おおった状態では上
手に解凍できません。

お願い

- * 必ず完全凍結したものをお使いください。
- * 食器は使用しないでください。
- * 解凍前の庫内が高温のときは、しばらく
冷ましてからご使用ください。

1

食品を庫内に入れる
回転皿にラップを敷いて
その上に食品を置きます。



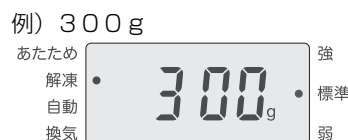
2

2 解凍
3 解凍
あたため を 1 度押す



3

1分/100g 10秒/10g を 押して
重量を合わせる



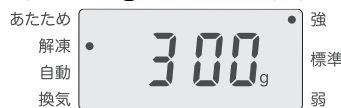
4

仕上りを調節するときは
仕上がり調節 を 押す

▲ (強) …仕上りを強くするとき・量が多めのとき

▼ (弱) …仕上りを弱くするとき・量が少なめのとき

例) 300g・仕上がり (強)



5

スタート を 押す

キーを押してしばらくすると
加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

操作のしかた

1 あたため / 2 解凍

自動

3 解凍あたため

冷凍保存の食品をあたためます。

 加熱できる分量
100～500g



ポイント

* 冷凍ごはんの解凍あたためを標準として設定しています。

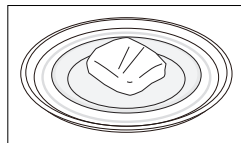
冷凍ごはんの分量	標準加熱時間
1人前 (約150g)	約2分20秒
2人前 (約300g)	約4分30秒
3人前 (約450g)	約6分40秒

お願い

- * 必ず完全凍結したものをお使いください。
- * 加熱前の庫内が高温のときは、しばらく冷ましてからご使用ください。
- * 加熱後にもう少しあたためたいときは、「1 あたため」で様子を見ながら加熱してください。→P.10

1

食品を庫内に入れる



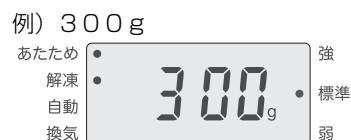
2

2 解凍
3 解凍
あたため を 2度押す



3

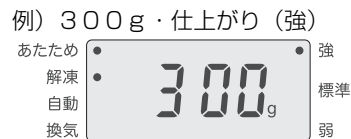
1分/100g 10秒/10g を押して
重量を合わせる



4

仕上がり調節するときは
仕上がり調節 を 押す

- ▲ (強) …仕上がり強くするとき・量が多めのとき
- ▼ (弱) …仕上がり弱くするとき・量が少なめのとき



5

スタート を 押す

キーを押してしばらくすると
加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

加熱時間一覧表

食品の種類や状態、加熱前の温度などによって仕上がりが異なりますので様子を見ながら加熱してください。

一覧表の加熱時間は目安です。

ごはん・おかず

食品名	分量	加熱時間	ラップ
ごはん	1杯 (150g)	約1分10秒	-
チャーハン・ピラフ	1人前 (250g)	約2分10秒	-
みそ汁	1人前 (150g)	約1分50秒	-
カレー・シチュー	1人前 (300g)	約3分40秒	○
コンソメスープ	1人前 (200g)	約2分10秒	-
ポタージュスープ	1人前 (200g)	約2分10秒	○
焼き魚	1切 (80g)	約50秒	○
煮魚	1切 (100g)	約1分	○
ハンバーグ	1個 (80g)	約50秒	-
天ぷら	100g	約50秒	-
コロッケ	2個 (150g)	約1分30秒	-
トンカツ	1枚 (100g)	約1分	-
肉まん	1個 (70g)	約50秒	○
あんまん	1個 (70g)	約40秒	○
シューマイ	10個 (180g)	約1分50秒	○
焼そば	200g	約2分	-
野菜のいため物	150g	約1分30秒	-
野菜の煮物	200g	約1分30秒	-

野菜加熱のポイント

根菜類 洗った後の水滴をつけたままラップで包み、ラップの重なり合う部分を下にして回転皿に直接のせます。

丸ごと加熱



じゃがいも

- *皮つきのままラップをします。
- *2個以上のときは、できるだけ大きさをそろえて重ならないように並べます。

切って加熱



じゃがいも

- *皮をむき、大きさをそろえて切り、重ならないようにならべてラップをします。

飲みもの

食品名	分量	加熱時間	ラップ
牛乳	1杯 (200ml)	約1分30秒	-
コーヒー	1杯 (150ml)	約1分20秒	-
お酒	1杯 (150ml)	約1分20秒	-

野菜

	食品名	分量	加熱時間
根菜類	じゃがいも	1個 (約110g)	約3分30秒
	さつまいも	1本 (約200g)	約4分
	さといも	100g	約2分30秒
	にんじん	100g	約2分30秒
葉菜類	ほうれん草	200g	約1分50秒
	春菊	200g	約1分50秒
	白菜	100g	約1分20秒
果・花菜類	キャベツ	100g	約1分20秒
	かぼちゃ	100g	約2分40秒
	ブロッコリー	100g	約1分30秒
	カリフラワー	200g	約1分30秒
	グリーンアスパラガス	100g	約1分30秒

葉・果菜類 洗った後の水滴をつけたままラップで包み、ラップの重なり合う部分を下にして平皿にのせます。

葉菜類



ほうれん草

- *葉と茎を交互に重ねてラップをします。
- *太い茎には十文字に包丁を入れます。
- *アクのある野菜は、加熱後すぐ流水にさらしてアク抜きをし、冷水にとって色止めをします。

果・花菜類



ブロッコリー

- *大きさをそろえて切り、重ならないようにならべてラップをします。

冷凍保存のコツ

加熱前の庫内の温度や食品の温度、食品の種類、状態によって仕上がりは異なります。

解凍


- バランなどの飾りや敷きものは取り除いてください。
- 1回分ずつに小分けし、3cm以下の厚みになるように平たく形を整えた状態でラップをしてください。
- かたまり肉の場合は、用途に応じて切り分けた状態でラップをしてください。その際、極端に薄くならないようにご注意ください。

解凍あため

- ごはん類は、1回分ずつに分けて3cm以下の厚みになるように平たく形を整えた状態でラップをしてください。
- カレー・シチュー類は、耐熱容器なら7分目くらいに、フリージングバックなら3cm以下の厚みになるようにしてください。

自動 4 牛乳

冷蔵の牛乳をあたためます。

 加熱できる分量
1～2杯（1杯約200ml）



ポイント

- * 200mlの分量が8分目に入る広口のマグカップを使用します。
- * 2杯同時に加熱するときは、容器の大きさをそろえます。
- * 牛乳は、冷蔵庫から出したてのものをあたためます。

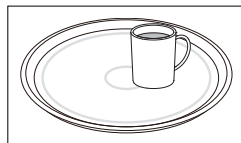
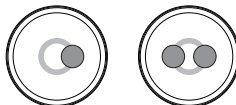
お願い

- * 加熱前と加熱後にかき混ぜてください。
- * 加熱後にもう少しあたためたいときは、「1あたため」で様子を見ながら加熱してください。→P.10

1

食品を庫内に入れる
回転皿の中央をさけて置きます。

1杯のとき 2杯のとき



2

4
牛乳
を押す

押すごとに1杯→2杯→1杯…と変わります。

表示	分量
4-1	1杯
4-2	2杯

例) 1杯



3

仕上がり調節するときには
仕上がり調節 を押す

▲ (強) …仕上がりを強くするとき・1杯分の量が多いとき

▼ (弱) …仕上がりを弱くするとき・1杯分の量が少ないとき

例) 2杯・仕上がり (強)



4

スタート
を押す

キーを押してしばらくすると
加熱の残り時間を表示します。


終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

自動

5 おにぎり

コンビニエンスストアなどで売られているおにぎりをあたためます。

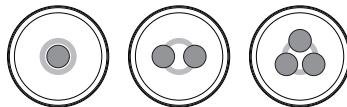
 加熱できる分量
1～3個



1

食品を庫内に入れる
回転皿の中央に寄せて置きます。

1個のとき 2個のとき 3個のとき



2

5
おにぎり を 押す

押すごとに1個→2個→3個→1個…と変わります。

表示	分量
5-1	1個
5-2	2個
5-3	3個

例) 1個



3

仕上がりを調節するときは
仕上がり調節 を 押す

▲ (強) …仕上がりを強くするとき

▼ (弱) …仕上がりを弱くするとき

例) 3個・仕上がり (強)



4

スタート を 押す

キーを押してしばらくすると
加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

操作のしかた

4牛乳 / 5おにぎり

自動

6 お惣菜

コンビニエンスストアなどで売られているお惣菜をあたためます。



加熱できる分量
100～500g



ポイント

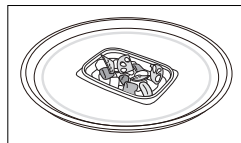
- * 回転皿からはみ出さない大きさのものを加熱します。
- * ラップやふたなどの包装は、はずして加熱します。
- * 食品の種類によって仕上がりは違います。

お願い

- * おでんや煮物などのゆで卵は加熱しないでください。破裂のおそれがあります。
- * 加熱後にもう少しあたためたいときは、「1あたため」で様子を見ながら加熱してください。→P.10

1

食品を庫内に入れる



2

6
お惣菜

を押す

押すごとに100g→200g→300g→400g→500g→100g…と変わります。

表示	分量
6-1	100g
6-2	200g
6-3	300g
6-4	400g
6-5	500g

例) 100g



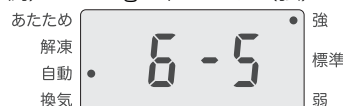
3

仕上りを調節するときは

▼ 仕上がり調節 ▲ を押す

- ▲ (強) …仕上りを強くするとき・量が多めするとき
- ▼ (弱) …仕上りを弱くするとき・量が少なめするとき

例) 500g・仕上がり (強)



4

スタート

を押す


キーを押してしばらくすると加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

自動 7 お弁当

コンビニエンスストアなどで売られているお弁当をあたためます。

 加熱できる分量
1個 (約400g)



ポイント

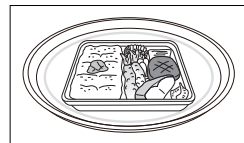
- * 回転皿からはみ出さない大きさのものを加熱します。
- * ラップやふたなどの包装は、はずして加熱します。
- * 食品の種類によって仕上がりは違います。

お願い

- * ゆで卵やうずらの卵、アルミカップなどの金属容器、タレなどが入った容器や袋は加熱前に取り出してください。火花が出たり、破裂のおそれがあります。
- * 加熱後にもう少しあたためたいときは、「1あたため」で様子を見ながら加熱してください。→P.10

1

食品を庫内に入れる




2


 を押す



3

仕上がりを調節するときは
 を押す


 (強) …仕上がりを強くするとき・量が多めのとき

 (弱) …仕上がりを弱くするとき・量が少なめのとき

例) 仕上がり (強)



4

 を押す

キーを押してしばらくすると
加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す
取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

お手入れのしかた

■汚れはこまめにふき取り、常に清潔にしてご使用ください。

庫内や付属品が汚れたまま使用すると、汚れがこびりついたりさびや腐食・悪臭のもとになります。また、食品カスや汁・油などがついたまま使用すると、火花や発火・発煙の原因になります。レンジ本体の周辺も清潔にしてください。

■長時間ご使用にならないときは、電源プラグをコンセントから抜いて各部のお手入れをし、湿気やほこりがかからない状態にしておいてください。



お手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、レンジ本体や付属品が冷めてから行う
感電やけがのおそれがあります。

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電のおそれがあります。

庫内・ドアの内側

かたく絞った布で水拭きする

汚れがひどいときは、うすめた台所用中性洗剤をしみ込ませた布で拭き、その後、水拭きして洗剤をきれいに拭き取ってください。

※庫内底面は、必ず回転台をはずしてお手入れしてください。

※庫内を強くこすらないでください。

電波の出口カバー

絶対にはずさないでください。

食品カスが付着したまま使用すると、焦げたり火花が出たりすることがありますのでこまめにお手入れしてください。

強くこすると破損のおそれがありますのでご注意ください。

キャビネット・ドア

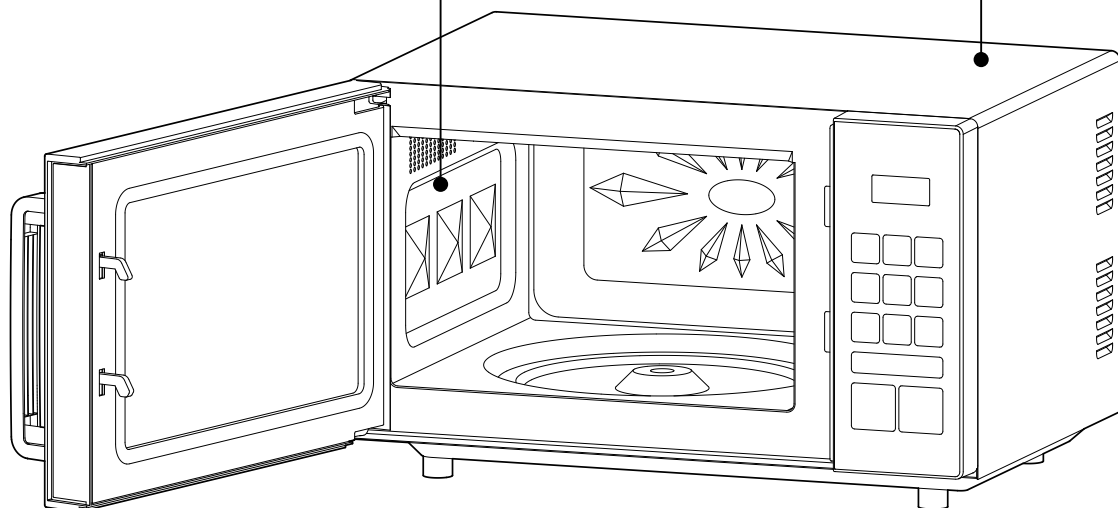
かたく絞った布で水拭きする

汚れがひどいときは、うすめた台所用中性洗剤をしみ込ませた布で拭き、その後、水拭きして洗剤をきれいに拭き取ってください。

※水をかけないでください。

吸気口・排気口

乾いた布で定期的にはこりを取り除いてください。



回転台・回転皿

スポンジで洗い、十分に水気を拭き取る

やわらかいスポンジを使用して台所用中性洗剤で洗います。

※出し入れの際に庫内にあてないようにご注意ください。

※回転軸部周辺のすき間などの食品カスも、きれいに拭き取ってください。

■回転台のはずしかた

回転台の中央部をつかんで真上に持ちあげる。回転台の周囲を持って無理に引っ張ると、回転台が変形したり、回転軸部分が破損するおそれがあります。

※取り付けの際にもご注意ください。


■庫内のおいが気になるときは「換気」をしてください。
香りの強い食品のあたためをしたときなどにご使用ください。




1 庫内を確認する
食品は取り出します。
庫内の汚れは拭き取ってください。

2  を押す



3  を押して時間を合わせる
時間設定範囲：1～5分

4  を押す
換気の残り時間を表示します。

終 終了音が鳴ったら「換気」の完了
終了後、放置すると約5分後に
自動的に電源が切れます。

こんなときは

お手入れのしかた

お 願 い	<p>下記のものを使用しないでください。 変形・変色・故障・損傷のおそれがあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> * アルカリ性・弱アルカリ性洗剤 * 酸性・弱酸性洗剤 * スプレー式洗剤 * オープンクリーナー * ガラスクリーナー * クレンジャー * 漂白剤(回転皿は使用可能) * アルコール・ベンジン・シンナー * 金属たわし・金属ブラシ 	<p>キャビネットやドア、庫内、操作パネルに水をかけないでください。 さび・故障のおそれがあります。</p>
	<p>食品カスや水・洗剤などを庫内底面の軸部やレンジ本体のすき間に入れないでください。 故障のおそれがあります。</p>	
	<p>市販の電子レンジ清掃剤をご使用になるときは、必ず説明書に書かれた加熱時間を守ってください。 使用後はきれいに拭き取ってください。</p>	

お料理がうまくできない

あたため・解凍あたため

- 仕上がりが熱すぎる
- *分量が少なすぎませんか。
 - *食品の分量に合った大きさ・重さの容器をお使いください。
- 汁ものやとろみのある食品をあたためると、熱いところとぬるいところがある
- *加熱前、加熱後にかき混ぜます。
 - *カレー・シチューなどは、加熱の途中で1度取り出してかき混ぜてから残りの時間を加熱すると、加熱ムラが少なくなります。また、具材の種類によって仕上がりは異なります。
- タレ付きの食品をあたためるとタレが飛び散る
- *タレは加熱後にかけてください。
- 煮汁が飛び散る
- *深めの容器に入れてあたためてください。

解凍

- 食品が煮えた
- *解凍前に庫内や回転皿を十分冷ましましたか。
 - *皿などの容器の上ののせて加熱していませんか。
 - *食品の上からラップなどのおおいはしないでください。
 - *食品の厚みや形が不均一だと、細い部分や薄い部分が煮えやすくなります。
- 解凍不足でかたい
- *加熱後約3～5分、自然解凍をするときれいに解凍されます。

自動加熱

- 熱くなりすぎたり、加熱不足になる
- *本書で記載している材料・分量・調理方法で行いましたか。
 - *食品の分量に合った大きさ・重さの容器をお使いください。

飲み物

- 熱くなりすぎる
- *容器に少ししか入れないと沸とうすることがあります。容器の7～8分目まで入れてください。
- 上の方と下の方で温度が異なる
- *加熱前、加熱後によくかき混ぜます。

野菜

- うまきゅであがらない
- *分量が多すぎたり、少なすぎたりしていませんか。
 - *ラップの重なり合う部分を下にして加熱していますか。
 - *野菜の大きさをそろえて、重ならないように並べてラップに包んでください。
- 乾燥したり、ムラがある
- *洗ったあとの水気を切らない状態でラップに包みます。
 - *葉菜は、葉と茎を交互に重ねてラップに包みます。
- 根菜が加熱不足になる
- *加熱後ラップをはずさないで、すぐに上下を返してしばらくおいて蒸らしてください。

故障かな？と思ったら

■修理やアフターサービスを依頼される前に、次のことをお調べください。

⚠ 危険



分解禁止

絶対にキャビネットをはずさない
改造・分解・修理をしない

火災・感電・けがの原因になります。

症状	原因・対応
動かない	<ul style="list-style-type: none">* 電源プラグが抜けていませんか？* 配電盤のヒューズまたはブレーカーが切れていませんか？* ドアは確実に閉まっていますか？* 表示部に「0」が表示されていますか？ 電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。 ドアを開閉してください。
食品があたたまらない	<ul style="list-style-type: none">* 金属容器やアルミホイルなどで食品がおおわれていませんか？
回転皿が回転しない 回転ムラがある	<ul style="list-style-type: none">* 回転皿は正しくセットされていますか？* 食品(容器)が庫内壁面に触れていませんか？
火花が出る 異常音が出る	<ul style="list-style-type: none">* 金属容器や金串などを使用していませんか？* 庫内壁面やドア内側の窓にアルミホイルが触れていませんか？
ドアがくもり、 水が落ちる	<ul style="list-style-type: none">* 食品から出た水蒸気により、ドアの内側がくもることがあります。* 食品から出た水蒸気が多い場合、ドアの内側に水滴がつき、レンジ本体の外部に落ちることがあります。
煙が出たり、 いやなおいがする	<ul style="list-style-type: none">* 庫内や回転皿に食品カスや油などが付いたままになっていませんか？
加熱中「カチカチ」と 音がする	<ul style="list-style-type: none">* 機械室内のスイッチ切換え音で、故障ではありません。
調理の開始時や調理 中に「ポコン」という 音がする	<ul style="list-style-type: none">* 熱によって庫内壁面が膨張するために起こる音です。 故障ではありません。
何もしていないのに 「カチッ」と音がする	<ul style="list-style-type: none">* 電源が切れる音(自動電源オフ機能の動作音)です。
加熱終了後、 何度もブザーが鳴る	<ul style="list-style-type: none">* 食品の出し忘れをお知らせするブザーです。
加熱終了後、 ファンがまわる	<ul style="list-style-type: none">* 庫内を換気するためにファンがまわることがありますが、 故障ではありません。

こんなときは

お料理がうまくできない／故障かな？と思ったら

仕様

入力電源	単相100V, 50-60Hz 共用	
消費電力	950W(50Hz) / 1,300W(60Hz)	
高周波出力	500W・200W相当	
発振周波数	2,450MHz	
質量(重量)	11.6kg	
寸法	外形	幅460 x 奥行333 x 高さ265mm
	庫内有効	幅304 x 奥行318 x 高さ192mm
	回転皿直径	272mm
	コード長さ	約1.4m
区分名	A	
年間消費電力量	60.1kWh/年	
年間待機時消費電力量	0.0kWh/年	

※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積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、食品の量によって変化します。

※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。

This appliance is designed for domestic use in Japan only. Do not use this appliance in foreign countries where the voltage and frequency are different from that of Japan. No servicing is available outside of Japan.

アフターサービスについて

■本体内部には高圧配線がしてありますので、ご家庭での修理はおやめください。

保証書(別添)

- 保証書は外装箱に添付しております。
- 保証書は販売店から受け取っていただき、「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、内容をよくお読みのあと大切に保管してください。

保証期間はお買い上げ日から1年間です。

- ただし、マグネトロンのみ2年間です。
- 一般家庭用以外に使用される場合は除きます。

補修用性能部品の保有期間

- 電子レンジの補修用性能部品は、製造打ち切り後8年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

ご転居のときは

- この製品は50Hz-60Hz 共用ですので、電源周波数の異なる地域へお引越されても、そのままお使いいただけます。
- ご使用の際には、必ずアース線を取り付けてください。

修理を依頼されるときは

- 21ページの項目を調べていただき、なお異常あるときは、電源プラグをコンセントから抜いてお買い上げの販売店にご連絡ください。

保証期間中は

- 保証書の記載内容により、日伸工業サポートセンターが修理いたします。
- その他詳細は、保証書をご覧ください。

保証期間が過ぎたあとの修理は

- 修理により使用できる場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。
- 詳しくは、お買い上げの販売店にご相談ください。

修理料金のしくみ

- 修理料金=技術料+部品代+出張料

技術料	故障した商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	商品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。

お客様ご相談窓口

■まずはお買い上げの販売店へ…

家電商品の修理のご依頼やご相談は、お買い上げの販売店へお申し出ください。

■転居や贈答品でお困りの場合は、下記の相談窓口にお問い合わせください。

株式会社 良品計画 お客様室 ☎ 0120-14-6404

受付時間：平日 10:00～21:00
土曜・日曜・祝日 10:00～18:00

※良品計画「お客様室」は株式会社 良品計画が運営しております。

修理サービスについてのご相談

日伸工業サポートセンター ☎ 0570-055-255

受付時間：平日(月曜～金曜) 10:00～17:00

※PHS・IP電話など一部の電話からのご利用はできません。

※上記のお客様ご相談窓口の名称、電話番号は変更することがありますので、ご了承ください。

お客様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

お客様ご相談窓口でお受けしたお客様の氏名・住所・電話番号などの個人情報は適切に管理いたします。また、お客様の同意がない限り、業務委託の場合および法令に基づき必要と判断される場合を除き、第三者への開示は行いません。なお、お客様が当社にお電話でご相談・ご連絡いただいた場合には、お客様のお申し出を正確に把握し、適切に対応するために通話内容を録音させていただくことがあります。

<利用目的>

お客様ご相談窓口でお受けした個人情報は、商品・サービスに関わるご相談・お問い合わせおよび修理の対応のみを目的として用います。なお、この目的のために株式会社 良品計画や日伸工業 株式会社 および関係会社で上記個人情報を利用することがあります。

<業務委託の場合>

上記目的の範囲内で対応業務を委託する場合、委託先に対しては当社と同等の個人情報保護を行わせるとともに、適切な管理・監督をいたします。

愛情点検

長年ご使用の電子レンジの点検を！



こんな症状はありませんか

- ・電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- ・スタートしても食品が加熱されない。
- ・運転中に異常な音や振動がある。
- ・異常なおいがしたり煙が出る。
- ・電子レンジにさわると電気を感じる。
- ・ドアや庫内に著しい変形がある。
- ・自動的に切れないときがある。
- ・その他の異常・故障がある。



ご使用中 止

故障や事故の防止のため電源プラグをコンセントから抜き、必ずお買い上げの販売店に点検をご依頼ください。点検・修理についての費用など詳しいことはお買い上げの販売店にご相談ください。

お客様メモ

お買い上げの際に記入しておいてください。

修理など依頼されるときに便利です。

形 名	MO-MJ19A
お買い上げ年月日	年 月 日
お買い上げ販売店名	_____
電話() -	_____

こんなときは

仕様／アフターサービスについて／お客様ご相談窓口

販売元：

株式会社 良品計画

〒170-8424 東京都豊島区東池袋4-26-3

お客様室 ☎ 0120-14-6404

平日 10:00~21:00、土・日・祝 10:00~18:00

製造管理元：

日伸工業 株式会社

〒577-0836 大阪府東大阪市渋川町3-2-11