

保証書

マイコン オープントースター保証書		持込修理
取扱説明書・本体表示などの注意書きに従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理いたします。製品と本書をご持参のうえ、お買い上げの販売店にお申しつけください。この製品は持込修理対象製品ですので、郵送などで修理依頼された場合の送料などはお客様負担となります。		
型 名	EQ-HM30	修理メモ
※お客様 お名前	電話番号	
ご住所 〒		
※お買い上げ日 年 月 日	※販売店名・住所・電話番号	
保証期間 お買い上げ日より 本体1年		
※印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。		
1. ご転居・ご贈答品などでお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社のお客様ご相談窓口にご連絡ください。 2. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。 (イ) 使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。 (ロ) お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障および損傷。 (ハ) 火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変、公害・塩害・虫害・ガス害（硫化ガスなど）、異常電圧・指定外の使用電源（電圧・周波数）などによる故障および損傷。 (ニ) 一般家庭用以外（たとえば業務用など）に使用された場合の故障および損傷。 (ホ) 車両・船舶などに搭載された場合の故障および損傷。 (ヘ) 本書のご提示がない場合。 (ト) 本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。 (チ) 消耗品などの交換。 3. 本書は日本国内においてのみ有効です。 This warranty is valid only in Japan. 4. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。 ●お客様にご記入いただいた記載内容は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。 ●この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にお問い合わせください。		
象印マホービン株式会社 〒530-8511 大阪市北区天満1丁目20番5号 電話(06)6356-2451		

愛情点検	長年ご使用の「マイコン」オープントースターの点検を！	
	こんな症状はありませんか ●ご使用中、コード・差込みプラグが異常に熱くなる ●焦げくさいにおいがする ●製品の一部に割れ・がたつき・緩みがある ●その他の異常や故障がある	ご使用中止 こんな症状のときは、故障や事故防止のため、使用を中止し、コンセントから差込みプラグを抜いて、必ず販売店に点検（有料）をご相談ください。

EQ-HM 型 ©



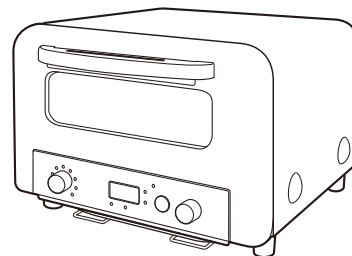
家庭用

マイコン オープントースター

こりがり倶楽部

型 名 **EQ-HM30 型**

取扱説明書 保証書つき



- このたびはお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
- 取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。お読みになったあとは、大切に保管してください。

「ZOJIRUSHIオーナーサービス」で製品登録をお願いいたします。

ZOJIRUSHIオーナーサービスではご登録いただいたお客様に消耗品の特別価格販売など様々な特典をご用意しています。

「ZOJIRUSHIオーナーサービスWEBサイト」
<https://www.zojirushi-support.jp/>



- 「ZOJIRUSHIオーナーサービス」の登録についてはパソコン・スマートフォン・タブレットといった機器が必要です。
- 本サービスは、日本国内に居住する個人のお客様に限り、日本国内でのみ利用可能です。
- 通信費はお客様の負担となります。ご了承ください。

もくじ

お使いになるまえに

安全上のご注意	2
お願い	5
お使いになる前に	5
各部のなまえ	6
レシピのご案内	7

使い方

使い方	8
調理のポイント	11
自動調理 コースの選択と設定	12
サクふわトースト	
/冷凍サクふわトースト	12
トースト	12
アレンジトースト	14
ロールパンあたため	15
ピザ/冷凍ピザ	16
フライあたため	17
（手動調理） コースの選択と設定	18
温度設定と調理時間の目安	19
調理物ののせ方	20

お手入れ

お手入れ	21
部品のはずし方・つけ方	22

困ったときに

故障かなと思ったとき	24
部品の交換・購入	26
仕様	26
アフターサービス	27
お客様ご相談窓口	27
保証書	裏表紙

安全上のご注意

必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危険や損害の程度を、次の区分で説明しています。



警告 死亡や重傷に結びつく恐れがある内容です。



注意 軽傷または家屋・家財などの損害に結びつく恐れがある内容です。

■お守りいただく内容を、次の区分で説明しています。



してはいけない「禁止」内容です。



実行しなければならない「指示」内容です。

警告



改造はしない。
また、修理技術者以外の人は分解したり修理をしない

火災・感電・けがの原因になります。
修理はお買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談窓口にご相談ください。

水に浸けたり、水をかけたりしない
ショート・感電の原因になります。

ぬれた手で差込みプラグを抜き差ししない

感電・けがの恐れがあります。

交流100V以外では使用しない
火災・感電の原因になります。

コードや差込みプラグが傷んだり、コンセントの差し込みが緩いときは使用しない

感電・ショート・発煙・発火の原因になります。



コードを傷つけない

無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、束ねたり、高温部に近づけたり、重いものを載せたり、挟み込んだり、加工したりするとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

子供だけで使わせたり幼児の手の届くところで使わない

やけど・感電・けがの恐れがあります。

トレーに油を入れて使わない

火災の原因になります。



燃えやすいもののそばに置いたり、熱に弱いものやカーテンなど可燃物の近くで使用しない

火災の原因になります。



差込みプラグの刃(プラグの先端)や刃の根元にほこりが付着している場合は、よくふく

火災の原因になります。

定格15A以上のコンセントを単独で使う

他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱し、発火の原因になります。

差込みプラグは根元まで確実に差し込む

感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

異常・故障時には直ちに使用を中止する

そのまま使用すると発煙・発火・感電・けがの原因になります。

<異常・故障例>

- コードや差込みプラグが異常に熱くなる
- コードに深い傷や変形がある
- ヒーターが割れている
- 焦げくさいにおいがする
- 製品の一部に割れ・がたつき・緩みがある
- ビリビリと電気を感じる
- コードを動かすと、通電したりしなかったりする
- 「スタート」キーを押しても加熱を開始しないなど

このような場合は、すぐに差込みプラグを抜いて、販売店に必ず点検・修理を依頼する

注意

発火を防ぐために次のことを必ず守る



■使用中は、本体から離れない 調理物が発火することがあります。

■必要以上に加熱しない 過熱により発火の原因になります。

■調理以外の目的で使用しない 発火の原因になります。

■バターやジャムを塗ったパンを焼かない

油脂類や糖類を含むものは焦げやすく、パンが発火する原因になります。

■本体の上にものを載せたり、本体の下のすき間にものを入れて使用しない
本体やものが変形・変質し、火災の原因になります。

■肉・魚やフライなど油の出るものを直接焼かない

- 肉・魚を焼く場合はアルミホイルで包みトレーにのせてください。
- アルミホイルを使っても油が漏れることがあるので、必ずトレーにのせて調理してください。
- 調理物の油が落ちたり、はねて発火する原因になります。

■とびらを開けたまま使用しない 調理物が発火する原因になります。

■調理物をヒーターに直接触れさせない 発火の原因になります。

■焼き網をはずして使用しない 火災の原因になります。

■次のような調理物は様子を見ながら調理する。また、絶対に本体から離れない。
焦げやすいため、発火の原因になります。

厚みが薄い調理物	サンドイッチ用の薄切りパン、 8枚切り・10枚切りなどの薄切り食パン、 薄切りにしたフランスパン、トルティーヤ、かきもち など
油脂類や糖類を含む調理物	天ぷら、フライ、バターロール、クッキー など
燃えやすい調理物	肉、魚、もち など

■次の調理用具は使用しない 発火の原因になります。

- 硫酸紙
- クッキングシート
- ケーキミックス用紙製焼き型
- 樹脂製やシリコン製の容器やラップ など

■アルミホイルはヒーターに接触させたりトレーからはみ出させたりしない
庫内をふさいだりヒーターに接触すると、発火・故障の原因になります。



■必ず、くず受皿を取りつける 発火の原因になります。

■調理物が焼き網から落ちやすい場合は、必ずトレーを使用する
発火の原因になります。

調理物が発煙・発火した場合は…



すぐに「とりけし」キーを2回押して電源を切ってから、差込みプラグを抜く

火災の原因になります。万一炎が出た場合は炎が消えるまでとびらを開けないでください。
空気が入り、炎が大きくなります。また、とびらのガラスが割れますので水をかけないでください。

⚠ 注意

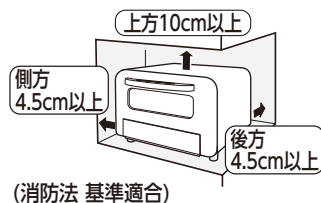
設置場所について



壁や家具の近くで使用しない

熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因になります。

- 木製の壁・家具など周囲の可燃物から図の離隔距離を保つようにお使いください。(火災の原因)
- ビニールクロスや樹脂製の熱に弱い壁・家具などの場合は、上記の木製の場合よりさらに距離を離してください。(変形・変色の原因)
- 前方および左右側方のどちらか一方は開放してください。**30cm以上**(壁に近づけない、障害物などを置かない)



不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない

けが・火災の原因になります。

水のかかるところや火気の近くで使用しない

感電・漏電・発火の原因になります。



使用中や使用後しばらくは高温部(操作部、とびらとっ手以外)に触れない。
収納したトレーも高温になっているので触れない

やけどの恐れがあります。

缶詰や瓶詰などを直接加熱しない

破裂したり赤熱して、やけど・けがの恐れがあります。

とびら(ガラス)に強い衝撃を加えたり、傷をつけない

ガラスが割れたり、けがの原因になります。

くず受皿を取り出したまま通電したり、焼き網・とびらをはずしたまま通電しない

火災や故障の原因になります。

直火(ガス台など)や電気ヒーター・IH調理器・IHクッキングヒーターなどの上に載せない

火災・故障の原因になります。



差込みプラグを抜くときは、コードを持たずに必ず先端の差込みプラグを持って抜く

感電・ショート・発火の原因になります。

調理中は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、窓を開けるか換気扇を回す

お手入れは冷めてから行う

高温部に触れ、やけどの恐れがあります。
(お手入れについては→P.21参照)

使用後は必ずお手入れをする

調理くずや油分が残ったまま調理すると発煙・発火の原因になります。

使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く

けが・やけど・絶縁劣化による感電・漏電・火災の原因になります。

お願い

- とびら(ガラス)に水をかけないでください。また、とびらとっ手に強い力をかけないでください。ガラスが割れたり本体が故障する原因になります。
- 開けたとびらの上にものを載せないでください。故障の原因になります。また、本体が倒れたり、調理物がすべり落ちる原因になります。
- とびらを勢いよく開閉しないでください。焼き網枠がはずれたり、焼き網がずれることがあります。
- 焼き網やトレーをガスコンロなど他の調理器具に使用しないでください。変形・破損の原因になります。

- トレーを傷める原因になりますので次のことを必ず守ってください。
 - 金属製のへら・ナイフ・ナイロンたわしなどを使わないでください。
 - 耐熱容器などを載せるときは、あらかじめアルミホイルを敷いてください。
 - 調理物を入れずに通電をしないでください。
- くず受皿にアルミホイルを敷かないでください。故障の原因になります。
- 蒸し物料理や、トレーに水や調味料を入れての調理はしないでください。水蒸気で故障の原因になります。

お使いになる前に

■ トレー(付属品)について

鉄板ホーロー製

〈取り扱い上の注意〉

- 落としたりぶつけたりすると破損・けがの原因になります。
- お使いになる前に破損していないことを確認してください。割れ・欠け・破損などがある場合は使用しないでください。
- 直接火にかけないでください。 ● 空焼きや必要以上の加熱はしないでください。
- 熱いまま水などにに入れて急激に冷やさないでください。
- 調理後は高温になります。熱に弱いものの上に置かないでください。
- 本体の上に置かないでください。本体に傷がつきます。特に調理後に置くと、変形・変色の原因になります。
- 本製品専用です。他の製品に使用したり、他の用途に使用しないでください。

- この製品は、食パンを焼いたりフライのあたためなどをするものです。目的以外の調理はしないでください。また、業務用として使用しないでください。

■ 初めてお使いになるときは

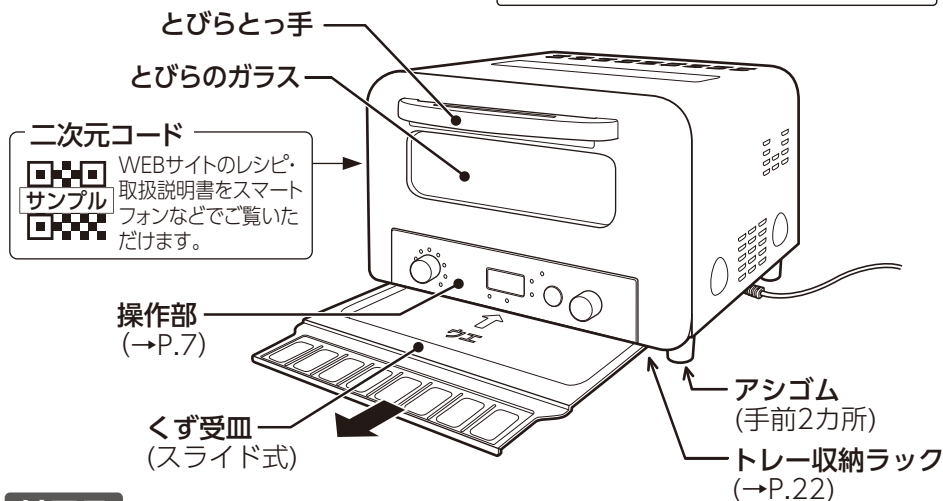
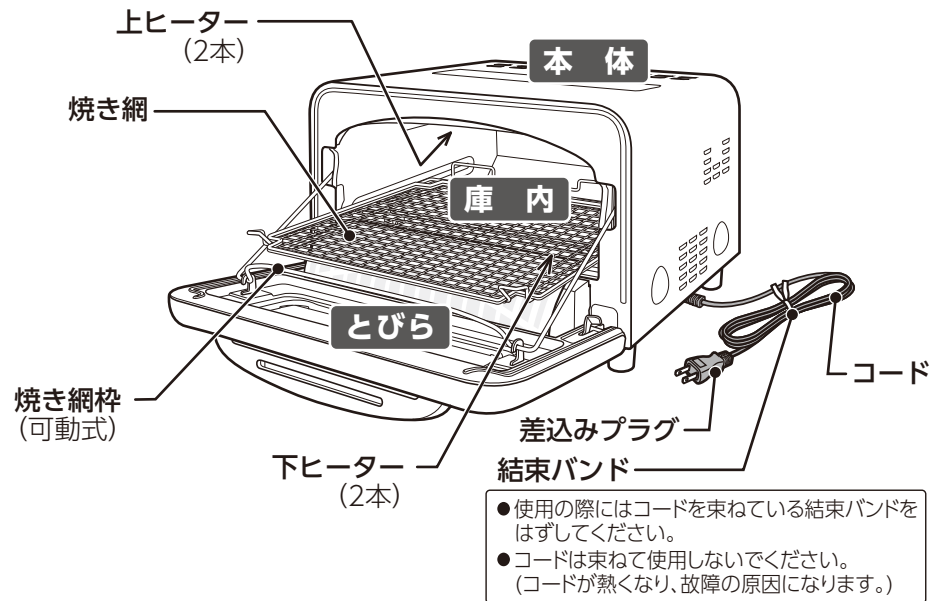
- 必ず梱包材を取り除いてください。
- 煙が出ることがありますが、故障ではありません。

■ 調理中にヒーターが消えたりついたりしますが、故障ではありません。

- 加熱しすぎを防ぐため、庫内が高温になると温度調節器が働いてヒーターが消えたりついたりします。
- 連続で使用するときは様子を見ながら調理時間を調節してください。(温度調節器が働く回数が増えるため、調理時間が長くなることがあります。)

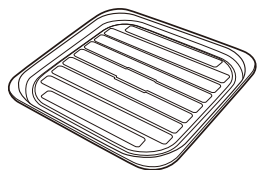
各部のなまえ

焼き網・とびら・くず受皿は取りはずしてお手入れができます。(→P.21～23)



付属品

こんがりトレイ(1枚)
(以下、「トレイ」)



- 焼き網の上に乗せて使用してください。
- 調理中にトレイがそって音がすることがあります。
- 調理物に凹凸形状の跡がつくことがあります。
- 使わないときはトレー収納ラックに収納してください。(→P.22)

操作部

表示部

- 「枚数・焼き色・温度・時間」を表示します。
- 切替ダイヤル、設定ダイヤルを回す、または「決定/スタート」キーを押すと表示します。差込みプラグをコンセントに差し込んだときにも表示します。調理中以外は10分以上操作しないと消えます。



切替ダイヤル

- コースを選択するときに使う(ランプが切り替わります)

「とびりし」キー

- 操作設定の取り消しや、動作中の機能を中止するときに使う
- 電源を切るときに使う

設定ダイヤル



- 「枚数・焼き色・温度・時間」を設定するときに使う

「決定/スタート」キー (以下、「スタート」キー)



- 「枚数・焼き色・温度・時間」を決定するときや調理を開始するときに使う
- 調理中に「枚数・焼き色・温度」を確認するときに使う

レシピのご案内



弊社WEBサイトでは、さまざまなレシピを掲載しています。

<https://www.zojirushi.co.jp/recipe/list/search/?pr=toaster-oven&pn=eq-hm30>

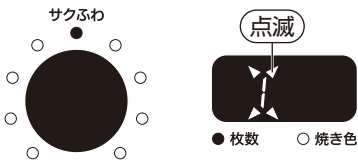
使い方

1 差し込みプラグをコンセントに差し込み、とびらを開く

- とびらは最後までしっかり開いてください。

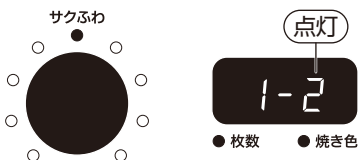
初 回

表示部に枚数選択画面が表示されます。



2回目以降

前回使用した設定が表示されます。
「スタート」キーを押すと、調理を開始します。

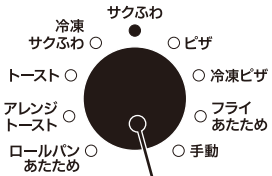


〈表示例: 前回使用した設定が「サクふわトースト」コース、枚数: 1枚、焼き色: 2のとき〉
●前回と違う設定で調理する場合は、切替ダイヤルまたは設定ダイヤルを回すか、「とりけし」キーを押してください。
手順3のコース選択へ進みます。

2 調理物を焼き網の上に均等にのせ、とびらを閉める

- 汁の出るものは耐熱容器やトレーを使用してください。
- とびらの上に調理物をのせないでください。
- 調理物はのせ方により焼きムラの原因になりますので、均等にのせてください。
(調理物の大きさ・種類・形などによっては均等にのせられないことがあります。
→P.20「調理物ののせ方」参照)

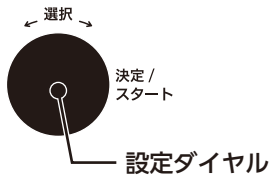
3 切替ダイヤルを回してコースを選択する



●ダイヤルを回すとランプが切り替わります。

切替ダイヤル

4 設定ダイヤルを回して調理方法(枚数、焼き色、温度、時間)を設定する



●表示部の表示が点滅しながら下記の順番で切り替わります。

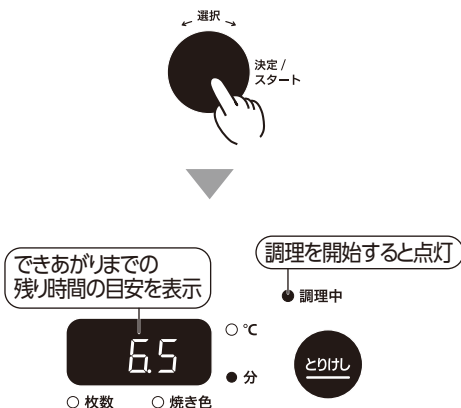
枚 数	1	2	3	4
焼 き 色	1【淡い】	2【中】	3【濃い】	
温度(℃)	80 ~ 250			
時間(分)	0.5 ~ 30			

●コースにより設定できる調理方法は異なります。
詳しくは「コースの選択と設定」(P.12~19)を参照してください。

コース		本体に表示する コース名	設定できる調理方法	
自動調理	サクふわトースト (P.12～13)	サクふわ	枚数 1・2・3・4	⇒ 焼き色 1・2・3
	冷凍サクふわトースト (P.12～13)	冷凍サクふわ		
	トースト (P.12～13)	トースト	枚数 1・2	⇒ 焼き色 1・2・3
	アレンジトースト (P.14)	アレンジトースト		
	ロールパンあたため (P.15)	ロールパンあたため	自動で調理します	
	ピザ (P.16)	ピザ	焼き色 1・2・3	●調理物に合わせて 選択してください。 (→P.17)
冷凍ピザ (P.16)	冷凍ピザ	焼き色 1・2・3		
フライあたため (P.17)	フライあたため	焼き色 1・2・3		
手動調理	手動 (P.18～19)	手動	温度 80～250	⇒ 時間 0.5～30
			●温度は80～250℃まで10℃刻みで設定 できます。 ●時間は0.5～10分まで0.5分刻み、 10～30分まで1分刻みで設定できます。	

5「スタート」キーを押す

調理中ランプが点灯し、調理を開始します。
できあがりまでの残り時間を表示します。



- 表示部のできあがりまでの残り時間と、実際の調理時間は異なる場合があります。調理時間は電圧・室温・庫内温度・選択した焼き色などによってかわります。
- 調理物に合わせて調理するため、途中で残り時間の表示が一度に進んだり止まったりする場合があります。
- 自動調理のコース(P.12～17)は調理時間を変更できません。
- 調理中にヒーターの切り替え音がある場合がありますが、故障ではありません。
- 調理中に「枚数、焼き色、温度」の設定を確認するときは、「スタート」キーを押してください。
- 「スタート」キーを押したあとでコースや焼き色を変更したいときは、「とりけし」キーを押してP.8の3からやりなおしてください。

6 できあがり

ブザー(「ピー」×5回)が鳴り、調理が終了します。



- 調理物を取り出すときは、とびらを最後までしっかり開いてください。
- トレーなどが熱くなっているため、調理物はミトンなどを使って取り出してください。
- 調理終了後、0分を表示中に「スタート」キーを押すと、直前のコースで調理を開始します。切替ダイヤルを回すか「とりけし」キーを押すと、P.8の3の「コース選択」になります。
- 庫内を冷まらずに連続して調理すると、庫内の過熱を防ぐため温度調節器が働いてヒーターがつかなくなったり、表示部に「H2」または「HH」が表示されることがあります。(→P.25)

7「とりけし」キーを2回押し、電源を切る

ランプと表示部の表示が消えます。



- 安全のため、「とりけし」キーを押さなくても約10分後にランプと表示が消えて電源が切れます。
- 電源を切ったあと、差し込みプラグをコンセントから抜いてください。(コードを引っ張らずに、必ず差し込みプラグを持って抜いてください。)

POINT
1

アルミホイルを使いましょう

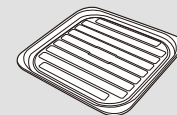
- 油が飛び散りやすいものは全体をアルミホイルで包み、調理してください。
- 焦げやすいもの・厚みがあるものは調理の途中で焼き色がついてきたら、アルミホイルをかぶせてください。



POINT
2

トレーを使いましょう

- 以下のものは必ずトレーを使用してください。
 - ・小さいもの
 - ・形がくずれやすいもの(つきたてや自家製のもち、チーズなど)
 - ・臭がこぼれる恐れがあるもの
 - ・肉・魚やフライなど、油の出るもの



POINT
3

冷凍食品は…

- 市販の冷凍食品は、必ず「オーブントースター用」を使用し、手動で調理してください。設定は「温度設定と調理時間の目安」(P.19)を参考にしてください。
- 市販の冷凍コロッケは加熱しすぎると中身が飛び出ることがあります。調理時間は様子を見ながら調節してください。
- 調理物の表面の霜を取り除くと焼きムラが少なくなります。
- あたたまりにくいときは、調理時間終了後も庫内に入れたまま余熱を利用してください。

POINT
4

もちを焼くときは…

- もちの種類によっては、表面に焼き色がついても内部がかたい場合があります。その場合は、そのまま1～2分庫内に置いておきます。(余熱で内部まであたためます。)
- 焼き上がったものは焼き網からすぐに取り出します。
- つきたてや自家製の成ちは、トレーを使用して様子を見ながら焼いてください。
- 薄切りのもちは調理時間を短めにしてください。焦げやすく発火しやすいため、絶対にそばを離れずに様子を見ながら焼いてください。

POINT
5

天ぷらをあたためるときは…

- サイズによっては焦げやすいため、調理時間は様子を見ながら調節してください。

POINT
6

薄切りパン・油脂類や糖類を含むパンを焼くときは…

- 焦げやすいため、調理時間は様子を見ながら調節してください。

サクふわトースト 冷凍サクふわトースト

外はサクッ、中はふんわりの絶品トーストに仕上げるコースです。

トースト

ベーシックなトーストを焼き上げるコースです。

■選択できる枚数と焼き色

枚数	焼き色
1・2・3・4	1・2・3

■調理時間の目安

コース	調理時間の目安
サクふわトースト / 1・2枚	3～5分
サクふわトースト / 3・4枚	4.5～6分
冷凍サクふわトースト / 1・2枚	4.5～7分
冷凍サクふわトースト / 3・4枚	6～8分
トースト / 1・2枚	1.5～4分
トースト / 3・4枚	2～7.5分

●調理時間は上記の目安より、電圧・室温・庫内温度・調理物によって長くなったり短くなることがあります。(→P.24)

- 薄切りパン・油脂類や糖類が含まれるパンは焼き色が濃くなるので、「手動」コースで様子を見ながら調理してください。
- パンは裏面の焼き色を薄く焼き上げるように設定しています。
- バターやジャムを塗ったパンは焼かないでください。(発煙・発火の原因)
- 具材をのせた食パンは「アレンジトースト」コース(→P.14)で焼いてください。
- 冷凍サクふわコースでは、パンの表面の霜を取り除いて凍ったまま焼いてください。

ワンポイント

「サクふわ」コース・「冷凍サクふわ」コースでは、表面と内側の食感の違いをよりお楽しみいただくために、6枚切り(厚み約20mm)のパンの使用をおすすめします。

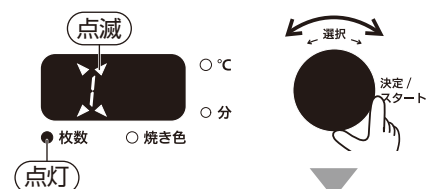
- 8枚切り・10枚切りなどの薄いパンは、ふわっとした食感がわかりにくくなります。
- 開封後時間が経過したパンは、乾燥するのでふわっとした食感がわかりにくくなります。

<表示例:「サクふわトースト」「1枚」「焼き色2」のとき>

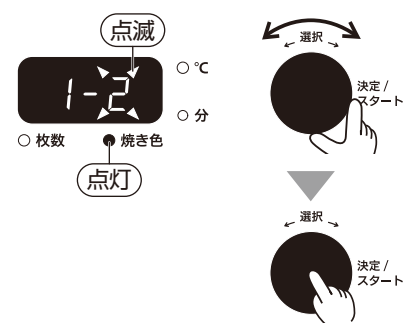
- 1 切替ダイヤルを回して「サクふわ」を選択する



- 2 設定ダイヤルを回して「枚数」を選択し、「スタート」キーを押して決定する



- 3 設定ダイヤルを回して「焼き色」を選択し、「スタート」キーを押して調理を開始する



「冷凍サクふわ」コースは

- 解凍しながら焼くため、常温のパンと比べて調理時間が長くなります。
- 冷凍の期間や状態、電圧・室温・庫内温度、パンの種類・大きさ・厚さなどにより、焼き色がかわったり、中まであたたまりにくいことがあります。

■加熱不足のときは

「手動」コースで温度を **250℃** に設定し、再度調理してください。(→P.18)
(調理時間は様子を見ながら調節してください。)

アレンジトースト

具材をのせたトーストを
焼き上げるコースです。



■選択できる枚数と焼き色

枚数	焼き色
1・2	1・2・3

■焼き色の設定と調理時間の目安

●調理物にあった焼き色を設定してください

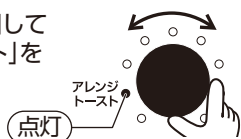
焼き色	調 理 物	調理時間の目安
1	チーズトースト	4.5～6分
2	ピザトースト	5～7.5分
3	エッグトースト	8～8.5分

詳しいメニューは
弊社WEBサイトに
掲載しています。
(→P.7)

●調理時間は上記の目安より、電圧・室温・庫内温度・調理物によって長くなったり短くなることがあります。(→P.24)

〈表示例:
「アレンジトースト」「2枚」「焼き色2」のとき〉

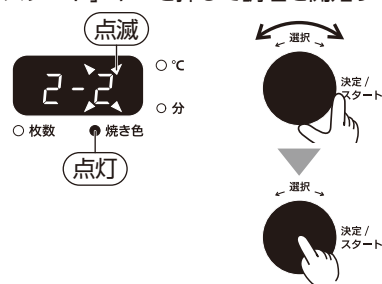
1 切替ダイヤルを回して
「アレンジトースト」を
選択する



2 設定ダイヤルを回して「枚数」を選択し、
「スタート」キーを押して決定する



3 設定ダイヤルを回して「焼き色」を選択し、
「スタート」キーを押して調理を開始する



- 食パンにのせる具材は、1枚につき100g までにしてください。
- 食材がヒーターに近づきすぎると発煙や発火の原因になります。(目安：パンと食材を合わせて高さ 6cm 程度まで)
- 「アレンジトースト」コースでは、必ずトレーを使用してください。(発火の原因)
- 以下のようなパンは焼かないでください。(発煙・発火の原因)
 - バターやジャムを塗ったパン
 - マシュマロやポテトチップスをのせたパン
- 糖類の多いパンは焼き色が濃くなるので、焼き色の設定を薄くするか、調理時間を短くしてください。
- 冷凍したパンは使わないでください。
- 生肉や魚、根菜類など火が通りにくい食材はあらかじめ火を通してください。
- 山形食パンを使用するときは、山側を手前にしてください。
- パンの種類や厚みによって焼き加減や具材への火の入り方が異なる場合があります。
- 上の表および弊社WEBサイトに載っていない調理物は、「手動」コースで温度を「210℃」に設定し、調理してください。(→P.18) (調理時間は様子を見ながら調節してください。)

■加熱不足のときは

「手動」コースで温度を「210℃」に設定し、再度調理してください。(→P.18) (調理時間は様子を見ながら調節してください。)

ロールパンあたため

ロールパンを焼きたてのようにふんわりあたためる
ロールパン専用コースです。

■調理時間の目安

調 理 物	調理時間の目安
ロールパン (1個約35g) / 1～4個	4～4.5分

- 枚数と焼き色は設定できません
- 調理時間は上記の目安より、電圧・室温・庫内温度・調理物によって長くなったり短くなることがあります。(→P.24)

1 切替ダイヤルを回して
「ロールパンあたため」を選択する



2 「スタート」キーを押して調理を開始する



- 「ロールパンあたため」コースではトレーを使用しないでください。
- 中にマーガリンが入ったもの、レーズンなどの具が練り込んであるもの、黒糖を使ったものは、「手動」コースで様子を見ながらあたためてください。
- 冷凍したロールパンはうまくあたためられません。
- 電圧・室温・庫内温度・ロールパンの種類により、中まであたためにくいことがあります。

■加熱不足のときは

「手動」コースで温度を「100℃」に設定し、再度調理してください。(→P.18) (調理時間は様子を見ながら調節してください。)

ピザ 冷凍ピザ

トレイ

石窯で焼き上げたようなサクッとした食感に焼き上げます。

■焼き色の設定と調理時間の目安

コース	焼き色	調理時間の目安
ピザ (直径約23cm・9インチ) / 1枚	1・2・3	5～8分
冷凍ピザ (直径約15cm・6インチ) / 1枚	1・2・3	7～11分

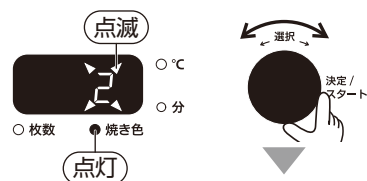
●調理時間は上記の目安より、電圧・室温・庫内温度・調理物によって長くなったり短くなることがあります。(→P.24)

〈表示例:「ピザ」「焼き色2」のとき〉

- 切替ダイヤルを回して「ピザ」または「冷凍ピザ」を選択する



- 設定ダイヤルを回して調理物にあった「焼き色」を設定し、「スタート」キーを押して調理を開始する



- 「ピザ」コース、「冷凍ピザ」コースでは、必ずトレイを使用してください。(発火の原因)
- 予熱の必要はありません。
- 「ピザ」コースは9インチの常温ピザ1枚、「冷凍ピザ」コースは6インチの冷凍ピザ1枚を調理するのに適した設定のため、サイズの小さいピザを調理すると焼き色が濃くなることがあります。焼き色が濃い場合は「手動」コースで焼け具合を見ながら調理してください。
- ピザの裏面にチーズがついたまま調理すると、チーズがトレイに焼きついてピザが取り出しにくくなります。木べらを使ってピザをトレイからはがしてください。
- カットしたピザは自動調理で焼かずに、「手動」コースで焼け具合を見ながら調理してください。

「冷凍ピザ」コースは

- 表面の霜を取り除き、凍ったまま焼いてください。
- 解凍しながら焼くため、常温のピザと比べて調理時間が長くなります。
- 冷凍の期間や状態、電圧・室温・庫内温度、ピザの種類・大きさ・厚さなどにより、焼き色が変わったり、中まであたたまりにくいことがあります。

■加熱不足のときは

「手動」コースで温度を冷蔵: **220℃**、冷凍: **200℃** に設定し、再度調理してください。(→P.18)
(調理時間は様子を見ながら調節してください。)

フライあたたため

トレイ

揚げたてのように外はサクッと中はアツアツにあたためます。

■焼き色の設定と調理時間の目安

●調理物にあった焼き色を設定してください

調理物	焼き色	調理時間の目安
コロッケ (1個約60g) / 1～4個	2	9.5～12分
コロッケ (1個約100g) / 1～4個	3	13～14分
からあげ (1個約30g) / 1～6個	1	7.5～10分
アジフライ (1枚約100g) / 1～2枚	1	7.5～10分
えびフライ (1本約40g) / 1～5本	1	7.5～10分
とんかつ (1枚約100g) / 1～2枚	2	9.5～12分
とんかつ (1枚約170g) / 1枚	3	13～14分
メンチカツ (1枚約100g) / 1～2個	3	13～14分
チキンカツ (1枚約120g) / 1～2枚	3	13～14分

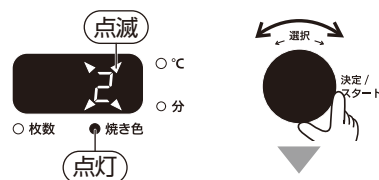
●調理時間は上記の目安より、電圧・室温・庫内温度・調理物によって長くなったり短くなることがあります。(→P.24)

〈表示例:「フライあたたため」「焼き色2」のとき〉

- 切替ダイヤルを回して「フライあたたため」を選択する



- 設定ダイヤルを回して調理物にあった「焼き色」を設定し、「スタート」キーを押して調理を開始する



●「フライあたたため」コースでは、必ずトレイを使用してください。(発火の原因)

- トレイは鉄板ホーロー製のため、調理物が滑ることがあります。気になるときはトレイにアルミホイルを敷いてから調理物をのせてください。
- 調理物が小さい場合は過熱することがあるため、様子を見ながら調理してください。
- 調理物が大きい場合や冷蔵庫で保存したフライ(揚げもの)は、十分あたたまらないことがあります。下記「■加熱不足のときは」を参考に再度調理してください。
- 上の表に載っていないフライ(揚げもの)は、「手動」コースで温度を **160℃** に設定し、調理してください。(→P.18)
(調理時間は様子を見ながら調節してください。)

■加熱不足のときは

「手動」コースで温度を **160℃** に設定し、再度調理してください。(→P.18)
(調理時間は様子を見ながら調節してください。)
調理物からにじみ出た油が発火することがあるため、加熱しすぎないようにご注意ください。

調理後の調理物をクッキングペーパーにのせて油をきると、サクサクした衣の食感をより楽しめます

ワンポイント

手動調理 コースの選択と設定

調理物ののせ方→P.20

手動

好みの調理ができます。

■設定できる温度[℃]

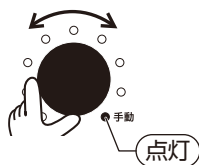
温度
80～250

■設定できる調理時間[分]

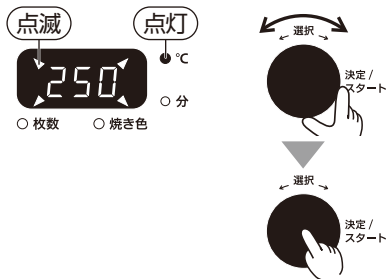
時間
0.5～30

〈表示例:「手動」「250℃」「15分」のとき〉

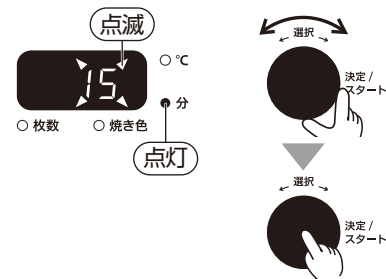
- 1 切替ダイヤルを回して「手動」を選択する



- 2 設定ダイヤルを回して「温度」を設定し、「スタート」キーを押して決定する



- 3 設定ダイヤルを回して「時間」を設定し、「スタート」キーを押して調理を開始する

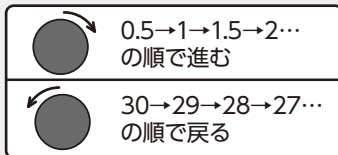


温度設定は

- 温度は80～250℃まで10℃刻みで設定できます。

調理時間設定は

- 時間は最大30分まで設定できます。0.5分～10分は0.5分(30秒)刻み、10分～30分は1分刻みで設定できます。



- 選択つまみを回し続けると時間が連続でかわります。表示が「0.5分」または「30分」になるとブザー(ピピッ×2回)が鳴り、止まります。
- 調理開始後でも選択つまみを回すと調理時間を変更できます。

温度設定と調理時間の目安

- 温度設定および調理時間は目安です。様子を見ながら調節してください。使用中は本体から離れずに様子を見ながら調理してください。特に調理物の量が少ないときは、下表の調理時間では焦げやすく、場合により発火することがあります。
- 調理時間や調理物の仕上がりは、電圧・室温や庫内温度、選択した焼き色、調理物の温度・大きさ・量・種類、使用する容器などによりかわります。
- 続けて調理する場合は温度調節器の動きにより、しばらくヒーターがつかないことがあります。様子を見ながら調理時間を調節してください。

料理名	量	トレーの使用	温度設定[℃]	初回の調理時間[約分]	備考
グラタン	2～3皿	(使用)	250	13～15	1皿約240gの場合。具がこぼれる恐れがある場合は、アルミホイルを敷いたトレーを使用してください。(その場合は2皿まで)
焼きいも	2本	—		25～30	太さ約4cm、1本約200gの場合。破裂防止のため竹串などで穴を開けてください。
焼きなす	2本	使用		16～18	太さ約4cmの場合。破裂防止のため竹串などで穴を開けてください。
ホットドッグ	2個	—		10～11	調理した具をはさみ、アルミホイルで包みます。
市販パックきりもち	4個	—	230	4.5～5.5	1個約50gの場合。常温のもちを使用してください。
調理済み冷凍フライ	6個	使用	180	8.5～9.5	1個約25gの場合。
溶かしチョコレート	100g	—	130	4～5	刻んで浅めの耐熱容器に入れます。

- 天ぷらやフライなどの揚げものは、調理物からにじみ出た油が発火することがあるため、加熱しすぎないようにご注意ください。
- 市販の冷凍コロッケは加熱しすぎると中身が飛び出ることがあります。調理時間は様子を見ながら調節してください。
- トレーは鉄板ホーロー製のため、揚げものは滑ることがあります。気になるときはトレーにアルミホイルを敷いてから調理物をのせてください。
- 冷凍食品は調理物の表面の霜を取り除くと、焼きムラが少なくなります。
- 食パンや水分の多いものを焼くと、本体ととびらのすき間や本体の穴から蒸気が出る場合がありますが、故障ではありません。

調理物ののせ方

焼き網は必ず使用してください。トレーを使用するときは、焼き網の上に載せてください。

●調理物ののせ方により焼きムラの原因になりますので、下図のように数量に応じて均等にのせてください。

焼き網	食パン (1～4枚)		(奥に2枚、手前に1枚)	
	ロールパン (1～4個)			
	グラタン (1～3皿)		(奥に2皿、手前に1皿)	●具がこぼれる恐れがある場合はアルミホイルを敷いたトレーを使用してください。 ●トレーを使用するときは、2皿までにしてください。
	市販パック切りもち (1～4個)		(手前に1個) (手前に2個) (奥に1個、手前に2個)	●つくたてや自家製のものはトレーを使用してください。

焼き網 + トレー	アレンジトースト (1～2枚)		ピザ (1枚)	
	クロック メンチカツ (1～4個)			
	からあげ (1～6個)			
	とんかつ (●1枚約100gのもの : 1～2枚 ●1枚約170gのもの : 1枚)		アジフライ (1～2枚)	
	チキンカツ (1～2枚)			
	えびフライ (1～5本)			

お手入れ

必ず差込みプラグをコンセントから抜き、本体が冷めてから行ってください。

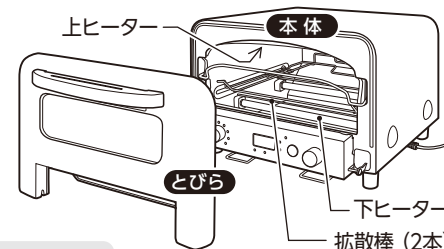
- 次のものは使用しないでください。
 - 台所用中性洗剤以外の洗剤・シンナー・ベンジン・漂白剤など(変色・割れ・劣化・腐食の原因)
 - みがき粉・ナイロンたわし・ブラシ・金属製のもの・メラミンスポンジ・スポンジのナイロン面・研磨剤入り洗剤など(表面が傷つく原因)
- 化学ぞうきんを使用する場合は、強くふいたり長時間触れさせたりしないでください。(表面が傷ついたり、化学変化を起こす原因)
- 食器洗い乾燥機・食器乾燥器は使用しないでください。(傷・変形・変色の原因)

ご使用ごとにお手入れしてください。

お手入れをしないと汚れがこびりついて、発火やテーブルを焦がす原因になります。また、調理時間が長くなったり、パンの裏面の焼き色が薄くなるなど焼きムラの原因になります。

本体(外側と庫内)・とびら

- ①薄めた台所用中性洗剤を柔らかい布に含ませ、固く絞って汚れをふき取る
 - ②水を含ませ固く絞った柔らかい布でふく
 - ③乾いた柔らかい布で水分をふき取る
- とびらのすき間にパンくずが挟まった場合は、竹串で取り除いてください。



お願い

- 本体・とびらに直接水をかけたり丸洗いはしないでください。(感電・故障の原因)
- ヒーターには触れないでください。(ヒーターが割れる原因)
- とびら(ガラス)に強い衝撃を加えたり、傷をつけないように注意してください。(ガラスが割れる原因)
- とびらの取り扱いは正しい方法で行ってください。(変形・故障の原因)
- 拡散棒を押しついたり引っ張ったりしないでください。

お手入れ後は、とびらを忘れず確実に取りつけてください。

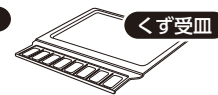
コード・差込みプラグ

乾いた柔らかい布でふく

トレー・くず受皿・焼き網

トレー・くず受皿

- ①薄めた台所用中性洗剤で洗う
 - ②水洗いをする
 - ③乾いた柔らかい布で水分をよくふき取る
- トレーの焦げつきや汚れがひどいときは、トレーにぬるま湯(または水)と重曹(水に対し10%程度)を入れ、しばらくしてから洗い流してください。汚れが落ちにくいときは、繰り返し重曹でお手入れしてください。

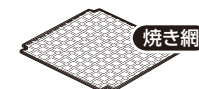


お願い

- 洗ったあとは水分をふき取り、よく乾かしてから取りつけてください。(サビの原因)
- 浸け置き洗いなど、長時間水に浸けたまま放置しないでください。(サビの原因)

焼き網

- ①台所用中性洗剤をぬるま湯で薄めた中に浸して洗う
- ②水洗いをする
- ③乾いた柔らかい布で水分をよくふき取る



お手入れ後は、くず受皿・焼き網を忘れず確実に取りつけてください。

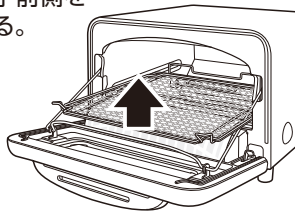
部品のはずし方・つけ方

焼き網

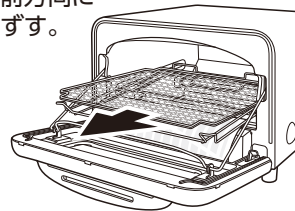
●焼き網を奥に押し込むと、とびらが閉じることがあります。とびらが動かないよう支えてください。

はずし方

①焼き網の手前側を持ち上げる。



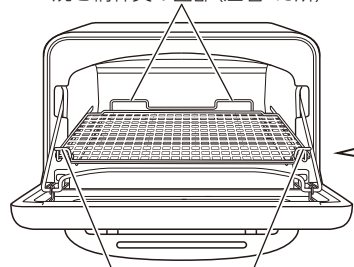
②静かに手前方向に引いてはずす。



つけ方

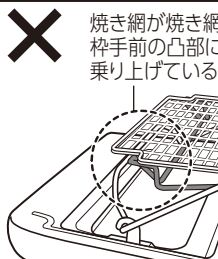
焼き網枠奥の凸部(左右2カ所)に当たるまで庫内に差し込み、静かに焼き網枠に載せる。

焼き網枠奥の凸部(左右2カ所)



焼き網枠手前の凸部(左右2カ所)

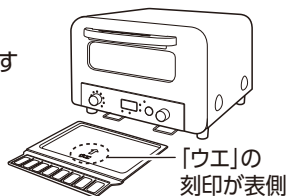
横から見たところ



くず受皿

はずし方

手前に引き出す



「ウエ」の刻印が表側

つけ方

奥までしっかり確実に押し込む

●くず受皿には裏表があります。「ウエ」の刻印が表側になるように取りつけてください。

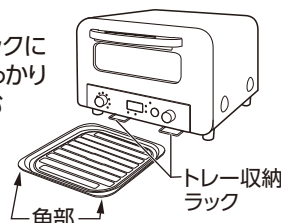
収納場所



トレイ

収納方法

トレイ収納ラックに載せ、奥までしっかり確実に押し込む



取り出し方

角部(裏側)に指をかけて手前に引き出す

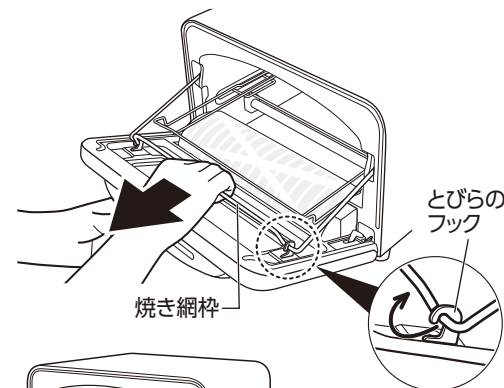
とびら

はずし方

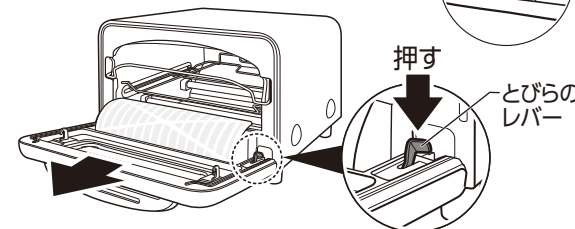
①焼き網をはずす。

②とびらを半開きにした状態で焼き網枠を手前に引き、とびらのフック(左右2カ所)からはずす。

●焼き網枠をフックからはずすと、とびらが全開します。必ずとびらを支えてください。また、とびらに強い力をかけないでください。(変形・故障の原因)

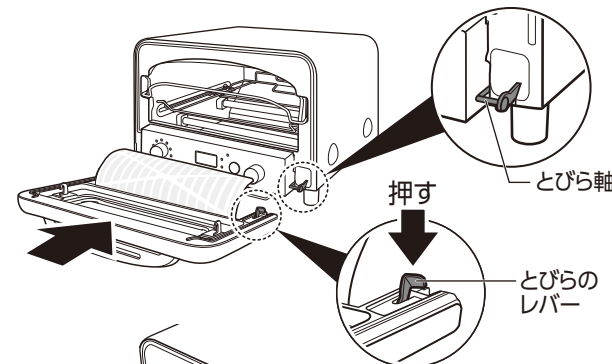


③とびらのレバー(左右2カ所)を押しながら、とびらを手前に引いてはずす。

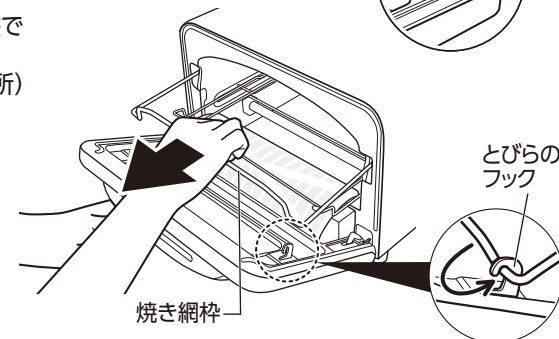


つけ方

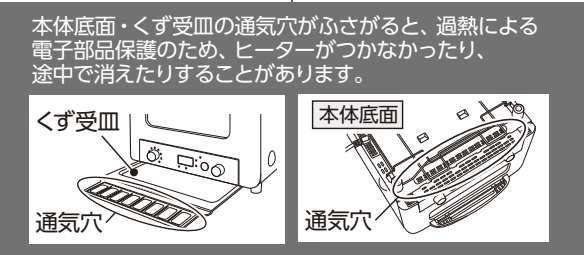
①とびらを水平にし、レバー(左右2カ所)を押しながら、本体のとびら軸にまっすぐ差し込む。



②とびらを半開きにした状態で焼き網枠を手前に引き、とびらのフック(左右2カ所)に引っかける。



故障かなと思ったとき

こんなときは	お調べいただくこと	直し方
表示部に何も表示しない 調理物が加熱されない (ヒーターがつかない)	差し込みプラグがコンセントから 抜けていませんか？ 切替ダイヤル・設定ダイヤルを 回すか、「スタート」キーを押しま したか？	差し込みプラグをコンセントに 確実に差し込んでください。 切替ダイヤル・設定ダイヤルを 回すか、「スタート」キーを押して ください。
表示部の残り時間が 一度に進んだり、 止まったりする	故障ではありません。自動調理では調理の途中で調理時間を調節します。 調理時間は電圧・室温・庫内温度・選択した焼き色・調理物などによりかわ ります。	
表示部がくもる	お使いの環境や使用方法によっては表示部がくもることがありますが、 引き続きお使いいただけます。(表示部に蒸気があたることもりの原因に なりますので、蒸気の発生するものは離してお使いください。) 1～2時間放置することでくもりは改善しますが、時間が経過してもくもり が取れない場合は、お買い上げの販売店または弊社のお客様ご相談 窓口までご連絡ください。	
ヒーターが つかなかったり 途中で消えたりする	故障ではありません。加熱しすぎることを防ぐため、庫内が高温になると 温度調節器が働いてヒーターが消えたりついたりします。また、連続で 使用するときはヒーターが消えたりついたりする回数が増えるため、 調理時間が長くなることがあります。	
	以下のような使い方をしていま せんか？ <例> ●くず受皿をアルミホイルで 包んで使用している ●くず受皿が奥まで差し込ま れていない ●じゅうたんの上などで使用 している など	①差し込みプラグを抜く ②本体底面・くず受皿の通気穴を ふさいでいるものを取り除く ③とびらを開けて庫内を冷ます ④差し込みプラグをコンセントに 差し込み、調理を行う →直らない場合は使用を中止して、 コンセントから差し込みプラグを 抜いて、お買い上げの販売店に ご連絡ください。
本体底面・くず受皿の通気穴がふさがると、過熱による 電子部品保護のため、ヒーターがつかなかったり、 途中で消えたりすることがあります。		
		
使用中や使用後に、 「カチカチ」や「パチパチ」 という音がする	故障ではありません。使用中や使用後しばらくは、熱によって本体から 「カチカチ」、「パチパチ」などの音がすることがあります。	

こんなときは	お調べいただくこと	直し方
パンのおもて面の 焼き色が薄い	焼き色を「1」に設定していませんか？	お好みの焼き色になるように焼き色の 設定を変更してください。(→P.9)
パンの裏面の 焼き色が薄い	故障ではありません。パンは裏面を薄く焼き上げるように設定しています。 また、厚切りパンは表面がヒーターに近くなるため、表面が少し濃く焼けます。 くず受皿が汚れていると、ご購入 当初よりも裏面の焼き色が薄く なります。	くず受け皿をお手入れしてください。 (→P.21) くず受皿は、ご使用ごとにお手入れして ください。お手入れをしないと汚れが こびりついて取れなくなります。
パンの焼きムラが 大きい	焼き網の上にパンを均等にのせて いますか？ パンの大きさ・種類・厚さ・枚数などにより、焼き色が変わります。	パンを均等にのせてください。 (→P.20)

●次の症状が出たときは、「とりけし」キーを2回押して、電源が切れたことを確認してから
処置を行ってください。

こんなときは		お調べいただくこと	直し方
スタートキーを押すとブザー (ピピッ×2回) が鳴り、	表示部に「H2」 が表示される	庫内が汚れていませんか？	庫内のお手入れをしてください。 (→P.21)
		本体の上にもものを載せて いませんか？	本体の上にもものを載せないで ください。
		本体が傾いていませんか？	安定した場所に設置してください。
		壁などの近くで使用して いませんか？	壁などから離してください。 (→P.4)
	表示部に「HH」 が表示される	庫内を冷まらずに連続で 調理をして、庫内が高温に なっていませんか？	約30分間、とびらを開けて 庫内を冷ましてください。
運転中に表示部の表示が消える		くず受皿を正しく取りつけ ていますか？	①差し込みプラグを抜く ②約30分間、とびらを開けて 庫内を冷ます ③くず受皿を正しく取りつける ④差し込みプラグをコンセントに 差し込み、調理をする
切替ダイヤル・設定ダイヤルを 回しても、「スタート」キーを 押しても、表示部に何も表示を しない		くず受皿を取りつけていな い状態で運転すると表示 が消えることがあります。	
表示部に「E0」「E1」「E2」「E3」 「E4」「E5」が表示される		故障です。	差し込みプラグをコンセントから 抜き、お買い上げの販売店に 修理をご依頼ください。

部品の交換・購入

- 損傷した場合は、新しい部品と交換(有料)してください。
- お買い求めの際には製品の型名および部品名をご確認のうえ、お買い上げの販売店でお求めください。
(ホームページでのご購入はP.27参照)

部 品 名	部 品 番 号
ト レ ー	BG906081G-00
焼 き 網	BG906079G-00
く ず 受 皿	BG906080G-00

仕 様

型 名	EQ-HM30
電 源	交流100V 50/60Hz
消 費 電 力	1300W
タ イ マ ー	30秒～30分
コードの長さ	1.0m
外形寸法(約cm)	幅34.5×奥行36.5×高さ23
庫内寸法(約cm)	幅27×奥行30×高さ8.5
質 量	約5.0kg

● この製品は、日本国内交流100V専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 was designed for use in Japan only where the local voltage supply is AC100V and should not be used in other countries where the voltage and frequency vary.
After-sales service for this appliance is not available outside of Japan.

此产品只针对于日本国内专用交流电压100V所设计。由于各国所使用电压或电源频率不同，请勿使用于其它地区。另亦无法对此提供售后维修服务。

此產品為針對日本國內專用交流電壓100V所設計。由於各國所使用電壓或電源頻率不同，請勿於其他地區使用。另亦無法對此提供售後維修服務。

본 제품은 일본 국내교류 100V전용으로 설계되었기에 전압이나 전원 주파수가 상이한 외국에서는 사용할 수 없습니다. A/S 또한 불가능합니다.

アフターサービス

- ### 1.保証書の内容のご確認と保管のお願い

必ず「販売店印およびお買い上げ日」をご確認のうえ、お買い上げの販売店から受け取り、内容をよくお読みのうえ、大切に保管してください。
- ### 2.保証期間は、お買い上げ日より1年間
- ### 3.修理を依頼されるとき

「故障かなと思ったとき」(P.24～25)をご確認のあと、直らない場合は使用を中止し、コンセントから差込みプラグを抜いて、お買い上げの販売店にご連絡ください。

＜保証期間中＞
製品に保証書を添えて、お買い上げの販売店にご持参ください。保証書の記載内容に基づき修理いたします。

＜保証期間を経過しているとき＞
修理すれば使用できる製品は、ご要望により有料修理いたします。
- ### 4.補修用性能部品※の保有期間は、製造打ち切り後5年間

※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。
- ### 5.修理料金の仕組み

修理料金は、技術料・部品代などで構成されています。「技術料」は、診断・故障箇所の修理および部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。「部品代」は、修理に使用した部品および補助材料代です。
- お客様ご自身での修理・分解や改造は絶対に行わないでください。

お客様ご相談窓口

修理・お取り扱い・消耗品や部品ご購入などのご相談は、まずお買い上げの販売店にお問い合わせください。ご転居やご贈答品などで困りの場合は、弊社の窓口「お客様ご相談センター」にお問い合わせください。所在地・電話番号などは変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

お客様
ご相談センター



0120-345135

受付時間 9:00～17:00 月曜日～金曜日(祝日・弊社休業日を除く)

- 一部のIP電話など、フリーダイヤルがご利用いただけません
- FAXでのお問い合わせ……………TEL (06) 6356-2451 (有料)
- FAXでのお問い合わせ……………FAX (06) 6356-6143 (有料)

製品の「型名・お問い合わせ内容」と、お客様の「お名前・ご住所・電話番号・FAX番号」をご記入のうえ、お問い合わせください。

〒530-0043 大阪市北区天満1丁目19番9号

ホームページのご案内

象印マホービン お客様サポート

<https://www.zojirushi.co.jp/toiawase/>



お客様からご提供いただく「お名前・ご住所・電話番号など」の個人情報は、製品のアフターサービスおよびその後の安全点検活動のために、弊社グループ会社および協力会社との間で共同利用させていただく場合がございますのでご了承ください。