

# HARIO

ステンレスとアルミの  
4層構造  
+  
フッ素樹脂コート



フタがガラスのIH対応ご飯釜

# 雪平

## 取扱説明書

お買いあげ誠にありがとうございます。  
正しくご使用していただくため、この  
取扱説明書を必ずお読みください。  
また、お読みになりましたら、大切に  
保管してください。

## IH200V・100V対応



**全ての熱源に対応しています。**

(電子レンジ・オープンレンジには使用できません。)

製品についてのお問い合わせ先

## HARIO株式会社

〒103-0006

東京都中央区日本橋富沢町9-3  
フリーダイヤル:0120-39-8208  
<http://www.hario.com>

部品のお取扱い・お問い合わせ

パーツについて

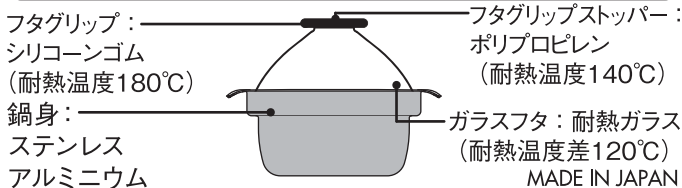
HARIOパーツ

検索

またはフリーダイヤル:0120-39-8208

910374 GIS-200説明書1709

## 材質のご案内



△フタは鍋とセットでご使用ください △火力は中火以下でご使用ください

### 家庭用品品質表示法に基づく表示

#### ガラスフタの品質表示

品名 耐熱ガラス製器具

使用区分 熱湯用

耐熱温度差 120°C

#### 取扱い上の注意

- 調理の時は外側の水滴をぬぐい、途中で差し水をする時は冷水をさけ、またガラスの部分が熱くなっている時はぬれた布でふれたり、ぬれた所に置かないで下さい。
- 空だきをしないで下さい。
- 洗う時は、研磨材入りたわし、金属たわしやクレンザーなどを使用しないで下さい。
- 使用区分以外には使用しないで下さい。

#### 鍋身の品質表示

表面加工 ふっ素樹脂塗膜加工

材料の種類 ステンレス鋼(クロム18%)

アルミニウム

ステンレス鋼(クロム18%)

アルミニウム

底の厚さ  
1.6mm

寸法 18cm

満水容量 2.8ℓ

#### 取扱い上の注意

- 急激な衝撃を与えたり空だきをしないで下さい。
- 空だきをした場合に水等をかけて急冷しないで下さい。
- 使用後はよく洗い、乾燥させて下さい。
- 縁まで水等を満たした状態でしないで下さい。
- 鍋の中に料理を保存しないで下さい。
- スチールたわし・磨き粉等を使用しないで下さい。
- 焦げ付き等を落とす際は金属製の固いものを使用しないで下さい。
- ストーブの上で使用しないで下さい。

**HARIO株式会社**

〒103-0006

東京都中央区日本橋富沢町9-3

# IHを使用した白米の炊き方

## IH炊飯の基本

30分  
以上  
浸水

弱火  
約13~18分  
ホイスッスルが  
鳴るまで

そのまま  
弱火  
2~3分

むらし  
15分

※炊飯は必ず**弱火**で行ってください。

※火力が強い場合、また加熱時間が13分以下の場合、お米に芯が残ることがあります。

1. お米をとぎ、水気をザル等で切ってから鍋身に移します。目安ラインまで水を入れます。またはお米1合に対し200mlを入れてください。
2. 30分以上（冬場は1時間程度）水に浸します。※米の袋等の記載に沿って浸水してください。
3. 弱火で加熱します。加熱時間は約13~18分程度、火力10段階の場合は4~5・火力8段階の場合は3~4が目安です。  
沸騰しホイスッスルが鳴りはじめてから（ガラスフタ内側に泡が上がってきたら）2~3分後に火を止めます。
4. 15分程蒸らしたら出来上がり。

※ご使用のお米やIH調理機の性能・電圧などにより炊飯時間・炊き上がりが異なります。上記を目安として水分量・火力を調整してお試しください。

# 直火を使用した白米の炊き方

## 直火炊飯の基本

**30分**  
以上  
**浸水**

**弱火**  
**約10~13分**  
ホイスッスルが  
鳴るまで

そのまま  
**弱火**  
**2~3分**

**むらし**  
**15分**

※炊飯は必ず**弱火**で行ってください。

※火力が強い場合、また加熱時間が10分以下の場合、お米に芯が残ることがあります。

1. お米をとぎ、水気をザル等で切ってから鍋身に移します。目安ラインまで水を入れます。またはお米1合に対し200mlを入れてください。
2. **30分以上（冬場は1時間程度）**水に浸します。※米の袋等の記載に沿って浸水してください。
3. **弱火**で加熱します。加熱時間は約**10分~13分**  
沸騰しホイスッスルが鳴りはじめてから(ガラスフタ内側に泡が上がってきたら)**2~3分**後に火を止めます。
4. 15分程蒸らしたら出来上がり。

### ●お米に芯が残る場合

火力が強く、炊飯時間が短くなるとお米に芯が残ることがあります。その際は火を弱めて炊飯時間を長くしてください。

※ご使用のお米やガスコンロ、季節や室温などの条件によって炊飯時間・炊き上がりが異なります。分量・火力を調整してお試しください。

## 炊飯時のお取り扱いの注意

⚠ 直火炊飯の際は下図を参考に必ず弱火でご使用ください。



中火以上で炊飯すると  
お米に芯が残る場合があります



弱火でホイッスルが鳴る  
まで約10~13分で加熱

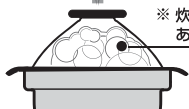
⚠ キズの原因になりますのでお米をご飯釜でとがなideてください。

### ■ ホイッスルについて

ホイッスル

沸騰し蒸気が中央から噴きあがると  
ホイッスルが鳴りはじめます

※ 炊飯時の状況によりホイッスルが鳴らなかつたり聞こえにくいことが  
あります。その場合は **ガラスフタ内側の泡**を目安にしてください。



⚠ 火力、加熱時間によって吹きこぼれる場合がありますので  
ご注意ください。

⚠ 炊き上がり時にフタがガタつく場合があります。その場合は  
火力を調整してください。

### ■ やけどに注意

調理中は鍋身が大変熱くなり、**フタ中央の空気穴から蒸気が噴き出します。**  
鍋つかみ等を必ず使用し、フタや鍋身に直接触れないでください。

※無洗米や玄米等は米の袋等に記載されている作り方に沿って炊飯してください。

## 炊飯以外の調理時のお取り扱いの注意

⚠ 直火調理の際は下図を参考に火が鍋底より大きくなならない  
ように火力を調整してご使用ください。



⚠ IH調理機でのご使用の際は必ず火力(出力)を弱~中でご使用  
ください。最大火力(出力)での使用は鍋身の変形及び器具  
の破損の原因になります。

## お取り扱い上の注意

- ⚠ ガラスは割れるものです。洗浄やご使用時はていねいにお取扱ってください。
- ⚠ お子様に使用させないでください。また、幼児のそばで使用したり、幼児の手の届く所に置かないでください。
- ⚠ 天ぷら、フライ等の揚げ物は絶対にしないでください。火災の原因になります。
- ⚠ 空だきは絶対にしないでください。必ず食材や水分を入れた状態で調理してください。空だきはふっ素樹脂を傷めたり、変形や破損、変色の原因となります。
- ⚠ 空だきをした場合、水等をかけて急激に冷やさないでください。変形・破損の原因となります。
- ⚠ 調理中は鍋身が大変熱くなり、フタ中央の空気穴から蒸気が噴き出します。鍋つかみ等を必ず使用し、フタや鍋身に直接触れないでください。やけどの原因になります。また、調理後はテーブル等には直接置かず、鍋敷きを使用してください。
- ⚠ 縁まで水等を満たした状態で使用しないでください。
- ⚠ 鍋底が高温になりますので市販のIH保護シート等は使用しないでください。
- ⚠ IH調理器でご使用の際は、必ずトッププレートの中央に置いてご使用ください。

- ヒビ、欠け、強いすり傷の入ったものは、思わぬときに破損することがありますので、使用しないでください。
- フタを金属スプーンなどで強くたたいたり強くこすったりしないでください。破損の原因になります。
- 破損した際のお取扱いは、ケガをしないよう十分ご注意ください。
- 廃棄する際は、各自治体の指示に従い分別してください。
- フタが熱いうちにぬれた布でふれたり、ぬれた台の上に置くと急激な温度変化により破損する場合があります。おやめください。
- 直火調理、IH加熱後は本体が大変熱くなりますので持ち運びの際は、鍋つかみなどを使って鍋身全体を持ってください。また、ビニール製のテーブルクロスなど、熱に弱いものの上には置かないでください。  
持ち運びは鍋全体を持って



ヒビ、カケ



たたく



ぬれた布



ぬれた台



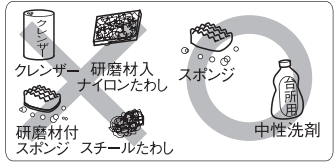
- 鍋身の材料及び構造上、火にかけ始めに板の共振が原因で異音が生じるものがありますが、製品の異常によるものではありません。
- IH調理器でご使用される際は必ず中火以下で使用してください。最大火力(出力)での使用は鍋身の変形及び器具の破損の原因になります。また強火での使用はふっ素樹脂を傷め劣化を早める原因になります。
- 変形やガタつきが発生した場合は使用しないでください。
- 鍋身を温める(予熱する)時は、長時間加熱して温度を上げすぎないように注意してください。弱火～中火以下に調節した火力で30秒程度としてください。
- 揚げ物料理には使用できません。揚げ物の際には天ぷら鍋をご使用ください。
- 電子レンジやオーブンで使用しないでください。鍋身の破損の原因となります。また、電子レンジの破損の原因にもなります。
- 腐食防止のために料理を鍋身の中で保存しないでください。
- 金属へらを使用できますが、角の丸いなめらかなものを使用してください。角のとがった部分で強くこすらないでください。
- 鍋身の中で材料を切らないでください。ふっ素樹脂が傷つき剥離の原因になります。
- 熱した鍋身に冷水をかける等、急激な温度変化は避けてください。内面のふっ素樹脂を傷めたり、鍋身の変形の原因となります。

# お手入れの方法

## ● ガラスフタについて

⚠️ 洗浄する場合は、やわらかいスポンジに中性洗剤を使用してください。

⚠️ やわらかいスポンジでも、右図のようにクレンザーやガラスに傷



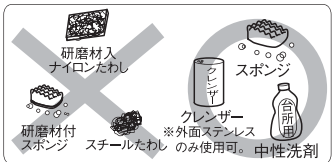
のつく研磨材、または研磨粒子がついているスポンジなどは使用しないでください。思わぬときに破損する原因となります。

- 最初に使用する時は中性洗剤をスポンジにつけて2~3回洗いよくすすいでください。
- ガラス本体、樹脂パーツは食器洗い乾燥機のご使用ができます。ご使用の際は、お手持ちの食器洗い乾燥機の取扱説明書をよくお読みください。
- ガラスフタの汚れがひどいときは「家庭用漂白剤」を薄めてご使用ください。その際「家庭用漂白剤」の取扱注意事項を必ずお守りください。漂白後は十分に水洗いしてください。

## ● 鍋身について

⚠️ 鍋身は食器洗い乾燥機を使用しないでください。外面ステンレスのサビの原因になります。

⚠️ 内面に研磨材付きスポンジ、スチールたわし、研磨材入りナイロンたわし、クレンザーは使用しないでください。ふっ素樹脂を傷つけ、剥離の原因となります。

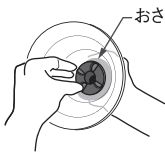


- 最初に使用する時は中性洗剤をスポンジにつけて2~3回洗いよくすすいでください。
- スチールたわし、研磨剤入りナイロンたわし、研磨剤付スポンジを使用するとキズが付く場合があります。
- ご使用後は中性洗剤をスポンジにつけてよく洗い、水気をふき取ってから保管してください。
- 焦げ付いた際には水に浸し、焦げ付きを柔らかくしてからスポンジ等で取り除いてください。
- 鉄・アルミ等の異種金属を外面ステンレスに触れたまま保管すると腐食の原因となります。
- 塩分や酸などを含んだ汚れを外面ステンレスに付着させたまま放置したり、湿気の多い場所での保管は腐食発生の原因になります。
- 万一、外面ステンレスにサビが生じた時はクリームクレンザーをスポンジ等に付けてこすり落としてください。その後、食器用洗剤を柔らかいスポンジにつけてよく洗い、すすいでください。
- 漂白剤は使用しないでください。

## フタグリップの取り外し方法

フタグリップは外して洗浄することができます。

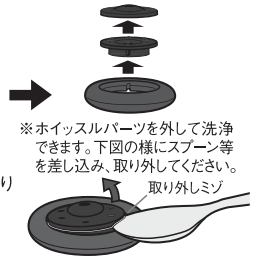
①右手でフタグリップを持ち、左手でフタ裏側をおさえる。



②右手で反時計回りにグリップを回し、外してください。



③ストッパーを外します。



⚠️ フタグリップはしっかりと閉めてご使用ください。フタグリップがゆるんだまま持つと落下の危険性があります。

※ホイッスルパーツは紛失しないよう、ご注意ください。  
※ホイッスルパーツ内に水が溜まっているとまく鳴らない可能性があります。水気を切ってご使用ください。