

# 家庭用精米機



## つきたて一番

home rice polisher

## 取扱説明書 SMD-50

### もくじ

### ページ

#### お使いになる前に

|                 |   |
|-----------------|---|
| 安全のために必ずお守りください | 1 |
| 使用上のご注意とお願い     | 4 |
| 各部の名前とはたらき      | 5 |
| 操作部の名前とはたらき     | 6 |
| 知っておいていただきたいこと  | 7 |

#### ご使用方法

|                 |   |
|-----------------|---|
| 精米・白米リフレッシュのしかた | 9 |
|-----------------|---|

#### ご愛用の手引き

|              |     |
|--------------|-----|
| こんなときは       | 12  |
| お手入れのしかた     | 12  |
| 分づき米を食べましょう  | 13  |
| 米ぬかは栄養の宝庫    | 14  |
| 修理を依頼される前に   | 18  |
| 仕様           | 裏表紙 |
| 消耗部品について     | 裏表紙 |
| アフターサービスについて | 裏表紙 |



お買い上げまことにありがとうございます。

お取り扱いに際しては、この取扱説明書を必ずお読みのうえ正しくお使いください。お読みになった後はお使いになる方がいつでも見られる所に大切に保管してください。また、取扱説明書は商品の一部ですので、商品の転売譲渡に際しては必ずいっしょに引き渡してください。



# 安全のために必ずお守りください

ここに示した注意事項は製品を安全にお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するための重要事項を警告・注意に分けて示します。必ずお守りください。

## 警告

取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性があります。

お守りいただく内容を次の絵表示で区分し説明しています。



このような絵表示は禁止（してはいけないこと）を示します。



このような絵表示は強制（必ずすること）を示します。

## 注意

取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性があります。

## 警告



● 精米中はぬか容器を取り外さない。  
けが・故障の原因になります。



● お客様ご自身で分解したり修理、改造は行わない。  
異常動作してけがをしたり、感電・火災の原因になります。



修理は販売店にご相談ください。



● 子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届くところで使わない。  
感電・けがの原因になります。



● 水につけたり、水をかけたりしない。  
ショート・感電・故障の原因になります。



● 安全スイッチの中に細い棒・異物を入れない。  
異常動作してけがをしたり、故障の原因になります。



● 吸気口に針金・ピンなどの異物を入れない。  
ショート・感電・故障の原因になります。



## 警告



必ず実施

● 電源プラグはほこりが付着していないか確認し、刃の根元まで確実に差し込む。

感電・ショートによる火災の原因になります。



禁止

● 精米中に可燃性スプレー・シンナーなど可燃物を製品の近くで使用しない。

爆発・発火・火災の原因になります。



禁止

● 電源プラグを持つときは、ぬれた手でさわらない。  
感電の原因になります。



禁止

● 交流100V以外では使用しない。  
火災・感電の原因になります。

交流100V以外  
使用禁止



禁止



● 電源はタコ足配線にしない。  
発熱による火災の原因になります。



● 電源コードをもって電源プラグを抜かない。  
(必ずプラグを持つ。)  
電源コードに極が付き感電・ショートによる発火の原因になります。



● 電源コードを無理に曲げたり、ねじったり、強く束ねたり、引っ張ったり、重いものをせたり、加工したり、足に引っ掛かるような状態にしない。  
電源コードが傷み火災・感電の原因になります。



● 電源コードや電源プラグは傷んだまま使わない。  
火災・感電の原因になります。

# 安全のために必ずお守りください

## △注意



禁止

- 不安定な場所で使わない。  
落下してけがの原因になることがあります。



禁止

- 精米中に移動させない。  
けがの原因になることがあります。



禁止

- 水のかかる所や、火気の近くで使わない。  
感電・漏電・火災の原因になることがあります。



禁止

- 吸気口をふさがない。  
故障の原因になることがあります。



禁止

- ぬか容器のつてを持って本体を持ち運ばない。  
落下してけがの原因になることがあります。



必ず実施

- テレビやラジオから3m以上離して使用する。
- テレビやラジオと違うコンセントを使用する。



テレビやラジオに画像の乱れや雑音が入ったり、蛍光灯がちらつくことがあります。



電源プラグを抜く

- お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。  
感電・けがの原因になることがあります。

- 使用時以外は、必ず電源プラグを抜く。

絶縁劣化による感電・漏電・火災の原因になることがあります。

- 異常時は、直ちに電源プラグを抜く。

異常のまま運転をつづけると感電・火災の原因になることがあります。

# 使用上のご注意とお願い

- 玄米や白米以外は精米しない。
- 玄米や白米の中に石などが入っているときは取り除く。  
故障の原因になります。



- 決められた量以上で精米しない。  
一度に精米できる玄米は5カップ(約825g)までです。決められた量以上の精米は精米不足や故障の原因になります。



- 連続使用は3回まで。  
(高温場所では使用しない。)  
モーター保護装置が働いて自動停止することがあります。その場合は電源プラグを抜き、1時間以上休ませて本体が冷えてからお使いください。

- 精米途中で止まったときは本体が冷えてから(●)キーを押しながらお好みの精米度になるまで精米してください。

- 精米の途中で止めない。  
誤って止めたときは再び(●)キーを押しても継続して精米できません。このようなときは(●)キーを押しながらお好みの精米度になるまで精米してください。



- 空運転はしない。  
故障の原因になります。必ず玄米や白米を入れてから運転させてください。



- ふた・精米はね・精米バスケット・ぬか容器はていねいに扱う。  
破損・変形した場合、精米できなくなったり、精米不足・精米ムラの原因になります。



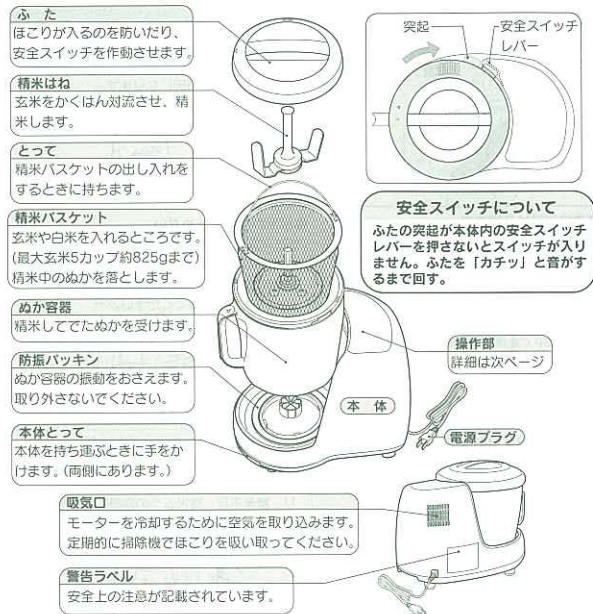
- 精米後は必ずそのつどぬかを取り出し、ぬか容器をきれいにする。  
ぬかを放置しますと、虫の発生・精米不足の原因になります。

- 精米バスケットの中に玄米を入れたまま放置しない。  
玄米を放置しますと虫が発生する原因になります。

- ぬれた米は精米しない。湿気の多い場所で保存していた玄米や白米は日陰で30分程度乾燥させてから精米する。  
精米不足・精米ムラの原因になります。

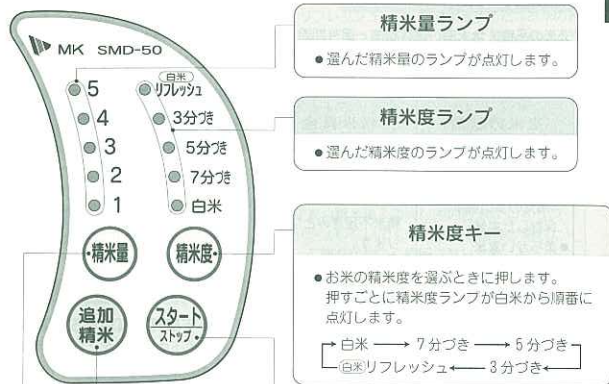
- 低温貯蔵庫などで保存しておいた玄米は常温に戻してから精米する。  
低温貯蔵庫から出してすぐ精米すると精米不足・精米ムラの原因になります。

## 各部の名前とはたらき



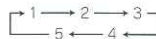
## 操作部の名前とはたらき

※各キーはふたを「カチッ」と音がするまで回したときに受け付け状態になります。



### 精米量キー

- 精米量を選ぶときに押します。押すごとに精米量ランプが1から順番に点灯します。



※1・2・3・4・5の数字は付属の計量カップ数を表します。

### 追加精米キー

- 精米不足のときに押します。押している間だけ精米します。
- お好みの精米度になったときに手をはなします。

### スタート・ストップキー

- 精米をスタートするときに押します。
- 精米を途中で止めたいときに押します。**2秒以上押し続けてください。**

|    | 1カップ  | 2カップ  | 3カップ  | 4カップ  | 5カップ   |    | 1カップ  | 2カップ  | 3カップ  | 4カップ  | 5カップ  |
|----|-------|-------|-------|-------|--------|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 玄米 | 200ml | 400ml | 600ml | 800ml | 1000ml | 白米 | 180ml | 360ml | 540ml | 720ml | 900ml |
|    | 約165g | 約330g | 約495g | 約660g | 約825g  |    | 約150g | 約300g | 約450g | 約600g | 約750g |

・玄米1カップは付属の計量カップですり切り  
・白米1カップは付属の計量カップ180の線が基準になります。(白米リフレッシュの場合のみ)

# 知っておいていただきたいこと

## 精米度（白度）について

- 玄米の品種・含水率・保存状態・保存期間・新米・古米により精米度が異なりますので、お使いになる玄米に合わせて、お好みのつき上がりになるように調整してください。

| 玄米の状態                                                                                                                                   | 精米具合                                     | 調整方法                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>●含水率の高い玄米（湿気の多い場所に保存した玄米）</li> <li>●柔らかい玄米</li> <li>●冬場など温度の低い玄米（0℃以下）</li> </ul>                | 精米不足きみとなります。                             | 規定のコースで精米後 <sup>③</sup> キーをお好みの精米度になるまで押してください。                                                                  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>●含水率の低い玄米（冬場の過乾燥時期などに保存した玄米）</li> <li>●硬い玄米</li> <li>●古米</li> <li>●夏場など温度の高い玄米（30℃以上）</li> </ul> | 精米しすぎきみとなり、お米が割れやすくなります。                 | 規定の精米量より1カップ下げて精米してください。<br><b>【使用例】</b><br>精米量「5」のときは「4」で精米する。<br>精米不足の場合は <sup>③</sup> キーをお好みの精米度になるまで押してください。 |
| ●もち米                                                                                                                                    | もち米はうるち米より柔らかいため精米しすぎきみとなり、お米が割れやすくなります。 | 精米量「1」のときは <sup>③</sup> キーをお好みの精米度になるまで押してください。                                                                  |

- 本製品は、お米表面のうまみや栄養分を削りすぎないように精米していますので市販のお米のように白くなりません。

お米のうまみや栄養分は、お米の表面に集まっています。お米本来のおいしさを削り落とさないためにも精米しすぎないようにしてください。

## 〔白米〕リフレッシュとは



- 精米後のお米やせっかく買ったお米も日がたつにつれ、表面に酸化層ができお米の味を落としてしまいます。この酸化層を取り除くコースが〔白米〕リフレッシュです。
- 〔白米〕リフレッシュコースで精米すると、お米の表面を0.5%ほど削って酸化層を落とし、鮮度と味をとりもどします。

### ご注意

- 白米は〔白米〕リフレッシュ以外（白米・7分づき・5分づき・3分づき）のコースでは精米しないでください。お米が割れたり、余分に精米してしまいます。  
精米はなの回転数を他のコースより下げています。
- 胚芽米や精米後2週間以内のお米は〔白米〕リフレッシュしないでください。（胚芽が割れたり、ご飯がべたつく原因になります。）

## 精米後は

- 炊飯するときは必ず計量する。

精米度によって得られるお米の量が変わってきます。必ず、付属の計量カップで180のめもりを基準にして計り直してから炊飯してください。

- お米は冷めてから洗う。

精米後のお米は摩擦により温かくなっていますので、洗米は冷ましてから行ってください。温かいうちに洗米しますとお米が割れて、べたついたご飯になります。



- お米は手早く、しっかり洗う。

洗米はお米の表面についているぬかやゴミを洗い落とすことが目的です。ゆっくり洗っているとお米がぬかの中にぬかを吸収して、ぬかが臭いご飯になってしまうので手早く洗うことが大切です。

- ① 最初はたっぷりの水で数回軽く混ぜるように洗い、すぐ水を捨てる。
- ② そのあと2～3回水を替えて洗う。

### ご注意

精米バスケットの中でお米を洗わないでください。精米バスケットが変形すると精米ができなくなります。

- 精米したお米はなるべく早く食べる。

お米は精米直後から酸化が始まります。また、分づき米にして保存しておきますと虫が発生することがありますので、ご飯を炊くたびに精米することをおすすめします。

# 精米・白米 リフレッシュのしかた

## 1 めか容器を本体に取り付ける。



- ① とってを本体の（しるし）に合わせ、はめ込みます。
- ② とってを持ち、めか容器を時計方向に止まるまで回します。

## 2 精米はねを精米バスケットに取り付ける。



- 精米はねを精米バスケットのはね取り付け軸に確実に差し込みます。

**ご注意**  
精米はね・精米バスケットはぬれた状態では使わないでください。ぬか切れが悪く精米不足や精米ムラになります。

## 3 精米バスケットをめか容器に取り付ける。



- まっすぐ静かにおろして左右に少し回しながら、めか容器のみぞに精米バスケットの凸部がはまるように押し込みます。

※ うまく取り付けられないときは、いったん精米バスケットを持ち上げ、位置を少しずらして押し込んでください。

## 4 玄米又は白米（白米 リフレッシュの場合）を精米バスケットに入れる。

- ・ 玄米の場合
- ・ 玄米 1 カップは付属の計量カップですり切り 1 杯が基準になります。



| 玄米 | 1 カップ | 2 カップ | 3 カップ | 4 カップ | 5 カップ  |
|----|-------|-------|-------|-------|--------|
|    | 200ml | 400ml | 600ml | 800ml | 1000ml |
|    | 約165g | 約330g | 約495g | 約660g | 約825g  |

- ※ 一度に精米できる量は5カップ（約825g）までです。
- ※ 玄米によって重量は異なります。

- ・ 白米の場合
- ・ 白米 1 カップは付属の計量カップ 180 の線が基準になります。



| 白米 | 1 カップ | 2 カップ | 3 カップ | 4 カップ | 5 カップ |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
|    | 180ml | 360ml | 540ml | 720ml | 900ml |
|    | 約150g | 約300g | 約450g | 約600g | 約750g |

- ※ 一度に精米できる量は5カップ（約750g）までです。
- ※ 白米は（白米）リフレッシュコース以外では精米しないでください。

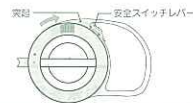
## 5 ふたをする。



- ① ふたの▼印をぬか容器としての▲印に合わせます。
- ② ふたを時計方向に「カチッ」と音がするまで回します。

### ご注意

ふたの突起が本体内の安全スイッチレバーを押さないでスイッチが入りません。ふたを「カチッ」と音がするまで回す。



## 6 電源プラグをコンセントに差し込む。



- 5
- 4
- 3
- 2
- 1

- 3分
- 5分
- 7分
- 白米

- ビツと音がして精米量「1」と精米度「白米」のランプが点灯します。

## 7 精米量と精米度を選ぶ。



- ① 精米量を選ぶ。  
入れた玄米又は白米（白米）リフレッシュ使用の場合の精米量を精米量キーを押して選びます。



- ② 精米度を選ぶ。  
精米度キーを押して精米度を選びます。

### 使用例

玄米 3 カップを 7 分づきに精米する場合

- 5
- 4
- 3
- 2
- 1

## 8 スタートする。



- ご希望の精米量ランプと精米度ランプが点灯していることを確認してからスタートキーを押します。
- 精米中は選んだ精米量ランプと精米度ランプが点滅します。

精米量「1」の時は、精米中お米が飛びはねますが異常ではありません。

## 9 精米終了。

- 精米が終わると自動的に停止します。＜玄米5カップ（約825g）を白米に精米する場合約5分＞

### お願い

- 連続使用は3回までにしてください。  
モーター保護装置が働いて自動停止することがあります。その場合は電源プラグを抜き、1時間以上休ませて本体が冷えてからお使いください。
- ※ 精米途中で止まったときは本体が冷えてから（白米）キーを押しながらお好みの精米度まで精米してください。

## 精米が足りない場合

追加  
精米

- 追加精米キーをお好みの精米度になるまで押し続けてください。
- ※精米のしずぎはお米のおいしさをそごないますので注意してください。

## 10 精米したお米を取り出す。



- ① ふたを反時計方向に回して外します。
- ② 精米バスケットのふたを持ち、取り出します。
- ③ 精米はねを外してから、精米したお米を別の容器に移します。



### ご 注 意

- 精米はねを取り外してからお米を別の容器に移してください。精米はねがいっしょに抜け出て変形したり、別の容器をキズつけてしまいます。
- お米は必ず別の容器に移して洗ってください。精米バスケットが変形した場合、精米できなくなったり精米不足、精米ムラの原因になります。(お米は冷めてから洗ってください。)
- ぬか容器ごと取り出す場合は重いので注意してください。

## 11 ぬかを取り出す。



- ① ぬか容器のふたを持ち、反時計方向に回して静かに持ち上げます。
- ② ぬか容器に入っているぬかを別の容器に移します。

### ご 注 意

- ぬか容器は静かに取り外してください。底の穴からぬかが落ちることがあります。
- ぬかは精米するごとに必ず取り除いてください。ぬかが残っている次の精米のとき、精米不足になったり、虫が発生する原因になります。

## 12 電源プラグを抜く。



- 電源プラグをしっかり持って抜いてください。

## こんなときは

- 電源プラグが抜けた。
- 途中で<sup>(22)</sup>キーを押した。
- 途中でふたを開けた。
- 停電があった。

<sup>(22)</sup> キーを押しても継続して精米できませんので、<sup>(22)</sup> キーをお好みの精米度になるまで押し続けてください。

- 0.5カップ単位で精米したい。

少なめの精米量に合わせて精米してください。精米が足りないときは<sup>(22)</sup> キーをお好みの精米度になるまで押し続けてください。

<使用例>

4.5カップ精米したいときは精米量「4」を選び、精米後<sup>(22)</sup> キーをお好みの精米度になるまで押し続けてください。

## お手入れのしかた

- お手入れする前に ■必ず電源プラグをコンセントから抜いてお手入れしてください。

- 台所用洗剤(食器用・調理器具用)をお使いください。

ベンジン、シンナー、クレンザー、たわし、化学ぞうきんなどは表面を傷つけますので使用しないでください。

- 本体のお手入れ

- ① ぬるま湯と洗剤を含ませた柔らかい布で汚れを拭き取ります。
- ② 水を含ませた柔らかい布で拭いてから、乾いた布でから拭きします。

本体の丸洗いは絶対にしないでください。

- ぬか容器・精米バスケット・精米はね・ふたのお手入れ

- 台所用洗剤とやわらかいスポンジで力を入れずにかるく洗ってください。
- 精米バスケットは水の中に長時間つけないでください。精米バスケットの回転部が故障する原因になります。
- ふたの中に入った水気は通気口側にある切りかきから、よくふって出してください。
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器に入れて、洗浄・乾燥しないでください。変形する原因になります。

お手入れ後はすぐ乾いた布で水気を十分に取ってください。完全に乾いた状態で使用しないとぬか切れが悪くなり、精米不足や精米ムラの原因になります。

- 本体吸気口のお手入れ

- 1ヵ月に一度は吸気口にたまったほこりを掃除機で吸い取ってください。



# 分づき米を食べましょう

●米ぬかになる部分を全部取ってしまわないで、ある程度残して精米したものを分づき米といえます。

玄米の栄養を残し、しかも食べやすいのが特徴です。

玄米は「完全栄養食品」と言われ栄養は理想的ですが、食べにくさや炊き方、消化の問題などがあり毎日食べ続けることはむずかしいのが現状です。

そこで分づき米を食べることをおすすめします。分づき米はぬかの3割を除いたものを3分づき米、半分除いたものを5分づき米、7割除いたものを7分づき米といいます。

もちろん白米より栄養が豊富です。しかも炊飯器の白米コースで白米と同じように炊くことができます。7分づき米の口当りは白米に近く食べやすいので、初めて分づき米を召し上るごときは7分づき米から始めるとよいでしょう。

●精米度によって食べやすさや摂取できる栄養が変わってきます。

自分にあった分づき米をみつけておいしく健康的にお米を食べましょう。

| 玄米                                     | 3分づき米                                          | 5分づき米                                     | 7分づき米                                                       | 白米                |
|----------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------|
|                                        |                                                |                                           |                                                             |                   |
| 「完全栄養食品」と言われていますが、食べにくさや炊き方などに問題があります。 | 玄米のぬか層を3割程度残したお米です。栄養分も玄米に近く、消化吸収が良くなっているお米です。 | 玄米のぬか層を5割程度残したお米です。栄養分も十分で、食べやすくおいしいお米です。 | 玄米のぬか層を7割程度残したお米です。栄養分も大それたけれど、食べにくいお米は苦手という分づき米初心者におすすめです。 | とにかく白いお米が一番という方に。 |

## 7分づき米の炊き方（3分づき米も5分づき米も同じように炊きます。）



### ●材料（4人分）

7分づき米 450g（540ml）

### ●炊き方

- ① 7分づき米を洗い、炊飯器の白米の水分量の目盛りに合わせた水を入れ、30分以上おきます。
- ② 炊飯器の白米コースで炊きます。

※白米よりこげめが多くつくことがあります。

※保温は長時間しないでください。

### ◆分づき米の得意メニュー

7分づき米はほとんど白米と同じように使えますが、3分づき・5分づき米は少しパラッとしたご飯になりますので、チャーハン・ピラフ・炊き込みご飯などに向いています。

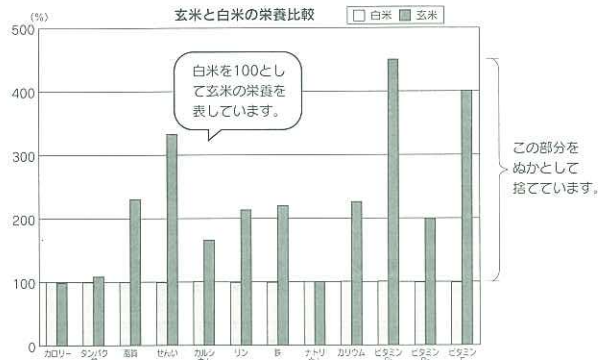
# 米ぬかは栄養の豊庫

## 玄米



ぬか層

●私達がいつも食べているのは、胚乳部分です。精米により取り除かれる胚芽・果皮・種皮・糊粉層に玄米の栄養の95%が含まれます。白米を食べているということは、玄米の栄養の5%しか取れていないということになります。



## <米ぬかに含まれる主な栄養素>

### ビタミンB1

特に胚芽に多く含まれています。

### …糖분을分解し、疲労感、倦怠感の回復に

ビタミンB1は糖분을分解してエネルギーにかえる働きをしますが、欠乏すると脳の不完全燃焼物がたまり長期に欠乏すると脚気の原因になります。意外ですが、現代人に再び脚気が心配されています。スナック類、インスタント食品の普及で糖分をたくさん取るようになりましたが、それらの食品からビタミンB1がとりにくいためです。この他、神経や筋力の働きを良くする作用もあるため不足するとイライラや不眠になりやすくなります。

## ビタミンE

特に胚芽に多く含まれています。

…老化防止効果で注目されています。

ビタミンEには特に老化を促す物質（過酸化脂質）の発生をふせいで、血管の弾力を高め血液の流れを良くする作用があります。このために全ての組織と臓器を若々しく保ってくれます。また血行不良から生じるしもやけや冷え性に効果的です。さらに性ホルモンのバランスを調節し、生殖機能を正常に保ちます。つまり、女性にとってうれしいビタミンです。

## 食物繊維

特に果皮・糠皮・糊粉層に多く含まれています。

…便秘を解消し、腸内の有害物質も体外に排出します。

玄米の繊維は腸の内容物をスムーズに移送して、便秘を防ぎます。水分を保持し、便と一緒に脂肪や有害物質を体外に排出しますので、腸内をきれいにし、ダイエットや肌荒れにも効果的です。そして血中コレステロールの上昇を防ぎ、糖尿病にも好影響を及ぼします。

## ●いりぬかを毎日の料理に取り入れてみましょう。

- ・ハンバーグ・ぎょうざの具に混ぜる
- ・てんぷらの衣・フライに使うパン粉に混ぜる
- ・クッキー・パン・パウンドケーキなどのおやつに混ぜる。
- ・お好み焼き・たこ焼に…

※食後にスプーン2～3杯を、水分などを補給しながら食べてみましょう。



### いりぬかの作り方

●米ぬかは精米した直後の新鮮なものを使ってください。（米ぬかは生鮮食品です。見た目は変わりませんが、時間がたつにつれ変質しますので古いものは使わないでください。）

- ① 精米後のぬかを容器から米ぬかを取り出します。
- ② 米ぬかを、油のひいていないフライパン又は厚いなべに移します。
- ③ 中央から強火で2～3分香ばしい香りがするまでいります。
- ④ 冷めてから、保存容器などに入れ、冷蔵庫で保存します。一週間以内に食べきってください。



焦げすぎないように注意してください。



## ●いり胚芽を使って自家製ふりかけを作ってみましょう。

### いり胚芽の作り方

- ① 精米後のぬかを容器から米ぬかを取り出し、うらごし器に入れ、一回り大きめのボールの上でよくふるい落とす。  
※うらごし器は網目が0.5～1mm角のものをご使用ください。網目が粗いと胚芽も外に出てしまいます。
  - ② うらごし器の中に残ったものが胚芽です。油のひいていないフライパンで胚芽を香ばしいかがりかしてくるまで2～3分いります。  
焦げすぎないように注意してください。
  - ③ 冷ましてから保存容器に入れ、冷蔵庫で保存します。
- いり胚芽のままでもおいしくいただけます。かむほどに、胚芽の甘みが出てきます。

### 自家製ふりかけ

#### 材料

・いり胚芽

+

お好みに合わせて組み合わせてください。

- ・桜えび
- ・ちりめんじゃこ
- ・しらす干し
- ・干し貝柱
- ・こんぶ
- ・いりごま
- ・青のり
- ・煮干し
- ・かつお節
- など



### 作り方

- ※煮干しを使う場合は頭と腹わたを取り除きます。
- ① 厚手の鍋かフライパンで材料をカラカラになるまでいります。
  - ② 材料を適当な大きさに切り、いり胚芽をたしミルカッター等で粉砕します。又は材料をできるだけ細かくきざんでからすり鉢ですります。
  - ③ 味をみて塩を加えます。



### 米ぬかを使った生活の知恵

- 竹のこをゆでる。…………… 竹のこを大きめの鍋に入れ、竹のこが沈むくらいのたっぷりの水に米ぬか1カップと薪とうがらし2～3本を加え、柔らかくなるまでゆでます。  
竹のこのえぐみやアクが抜けます。
- 顔・体を洗う。…………… 米ぬかを柔らかな布袋に詰め、ぬか袋を作ります。このぬか袋で顔や体をこすって洗います。ぬかにはリノール酸・ビタミンB群など皮膚の健康に有効な成分がたくさん含まれていて美容にピッタリです。
- 漆器や家具・柱を磨く。…………… ぬか袋で磨くとツヤが出ます。

## ぬか漬



毎日ぬか床をかき混ぜるのは面倒ですが、お手入れしだいでは何十年も毎日おいしいぬか漬を味わうことができます。ぬか床にはビタミンB1が豊富で、漬けた野菜に吸収されていきます。米酢も味も満点の漬物です。

### ぬか床の材料

|             |       |
|-------------|-------|
| ・いりぬか       | 500g  |
| ・塩          | 80g   |
| ・水          | 500cc |
| ・ごんぶ(10cm角) | 1枚    |
| ・赤とうがらし     | 1本    |

- ★ぬか床で使用するぬかはうろこ器でふるい、固形物を取り除いてから、いってさましておきます。
- ★水は前日からくみ置きしたものを使用してください。
- ★ぬか床を早く乾かせたい場合は食パン1/4枚をちぎって入れるかヨーグルト大さじ1を加えると効果があります。

### ぬか床を作る

- ① 水に塩とごんぶを入れて沸とうさせ、冷ましておきます。
- ② 大きめのボールに半量のいりぬかを入れ、①を加えて混ぜ、さらに残りのぬかを少しずつ加えながら混ぜ合わせて耳たぶぐらいのがたさにします。
- ③ ②に赤とうがらしを入れて混ぜます。
- ④ ①のごんぶを3〜4cmの長さに切って入れます。
- ⑤ タッパーウェアなどの容器にぬか床を移します。
- ⑥ 清潔なふきんをかけフタをのめます。



### 捨て漬けをする

- ⑦ ならすために水分の多いキャベツや大根の葉などを漬け、翌日取り出します。
- ⑧ ⑦を4〜5日くり返し、そのつどぬか床を底からかき混ぜます。



### 本漬けをする

- ・野菜はよく洗って水気をきっておきます。漬かるまでの時間は季節や大きさで異なります。
- <なす>…ヘタの部分を除き、塩を軽くすり込んでから漬けます。
- <きゅうり>…ヘタの部分を除き、塩を軽くすり込んでから漬けます。
- <にんじん>…皮をむき、縦2つ割にして漬けます。
- <セロリ>…適当な長さに切り、筋をとって漬けます。
- <だいこん>…適当な長さに切り、皮をむいて縦2つ割にして漬けます。
- <かぶ>…葉のつけ根の汚れた部分を除きます。皮をむき中央に切りめを入れます。

### ぬか床のお手入れ

- ・冷蔵庫で保存する場合は1日1回、室内に置く場合は1日2回、野菜を取りがえて、ぬか床を底からかき混ぜます。
- ・ぬか床の表面は、てのひらで押すようにして平らにしておきます。
- ・容器の縁についたぬかを取り除きます。
- ・ぬか床がゆるくなったら中央をくぼませて出てきた水分をキッチンペーパーなどで吸い取り、ぬかと塩をたします。水分が多くなると漬けたものがすっぱくなりますので、ぬか床のがたさを一定に保つことが大切です。

## 修理を依頼される前に

「故障かな？」と思ったときは、次の点をお確かめください。

- 次の点検をしてもなお不具合が生じる場合は、お買い上げの販売店でご相談。点検をご依頼ください。
- ご自分で分解や修理は危険ですから絶対にしないでください。

| こんなときに                                   | お調べいただくこと                                                                       | 処置していただきたいこと                                                                                       | 参照ページ         |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 各キーが受け付けない                               | ・ふたが確実に取り付けられていない。<br>・電源プラグが抜けている。                                             | ・ふたを確実に取り付け。<br>(安全スイッチが入らないと作動しません。)<br>・電源プラグを差し込む。                                              | 5-10          |
| モーターが途中で止まった。                            | ・ふたがズレている。<br>・電源プラグが抜けている。                                                     | ・ふたを確実に取り付け。<br>(ふたがズレて安全スイッチが切れるとモーターは止まります。)<br>・電源プラグを差し込む。<br>・残りの精米は、追加精米キーをお好みの精米度になるまで押す。   | 5-10          |
| モーターが途中で止まって次の表示になっている。                  | <モーター保護装置が働いて自動停止したためです。>                                                       |                                                                                                    | 4-10          |
| 精米量ランプが全部点滅している。                         | ・5カップより多い玄米を入れた。<br>・石や異物が入っている。                                                | ・玄米を5カップ以下にする。<br>・石や異物を取り除く。                                                                      | 4-6<br>4      |
| 精米度ランプが全部点滅している。                         | ・連続使用した。<br>・高温場所で使用した。                                                         | ・電源プラグを抜き、1時間以上休ませる。<br>・残りの精米は、本体が冷えてから追加精米キーをお好みの精米度になるまで押す。                                     | 4-10          |
| モーターが回っているのに精米できない。                      | ・精米はねを付け忘れた。                                                                    | ・スタート・ストップキーを2秒以上押し止める。玄米を取り出し、精米はねを取り付ける。精米量ランプと精米度ランプを確認してスタート・ストップキーを押す。                        | 9             |
| 精米にムラがあったり、お米が白くならない。(精米不足ぎみになる。)        | ・湿った玄米を使った。<br>・表面が濡っていたり、温度の低い玄米を使った。<br>・決められた量より多い玄米を入れた。<br>・精米量、精米度をまちがえた。 | ・玄米を日陰で30分程乾燥させる。<br>・玄米を常温に戻してから使う。<br>・付属の計量カップで正確に計量する。                                         | 4<br>4<br>4-6 |
| ぬかが容器にぬかがたまっている。<br>ぬれた精米はね、精米バスケットを使った。 | ※市販のお米とは白さが異なります。                                                               | ・スタート前に精米量ランプと精米度ランプをよく確認する。<br>・1回精米することにより必ずぬかを取り出す。<br>・よく乾燥させる。<br>・追加精米キーをお好みの精米度になるまで押す。     | 4-11<br>9-12  |
| 精米しすぎる。<br>お米が割れる。                       | ・乾燥しすぎている玄米を使った。<br>・温度の高い玄米を使った。<br>・精米量をまちがえた。                                | (次回から)<br>・精米量を1カップ下げて精米する。<br>・精米不足のときは追加精米キーをお好みの精米度になるまで押す。<br>・室温にしながらから使う。<br>・精米量ランプをよく確認する。 | 7<br>7<br>10  |

※精米中多少振動しますが異常ではありません。

# 仕様

|       |                                  |       |                                             |
|-------|----------------------------------|-------|---------------------------------------------|
| 形 式   | SMD-50                           | 精 米 度 | 白米・7分づき・5分づき<br>3分づき・白米リフレッシュ               |
| 電 源   | 100V (50Hz/60Hz)                 | 安全装置  | 安全スイッチ(フタを閉めないで作動しない)<br>モーター保護装置<br>電流ヒューズ |
| 消費電力  | 350W                             | 製品寸法  | 幅335×奥210×高275mm                            |
| 定格時間  | 15分                              | 重 量   | 約4.5Kg                                      |
| 精 米 量 | 1カップ(約165g)から<br>最大5カップ(約825g)まで | 付 属 品 | 計量カップ(200ml)                                |
| 精米時間  | 5カップ(約825g):約5分                  |       |                                             |
| コード   | 1.7m                             |       |                                             |

## 消耗部品について

「精米バスケット」と「精米はね」は消耗部品です。通常使用(精米量「5カップ」・精米度「白米」で毎日1回精米したとき)の場合、2～3年を目安に交換することをお勧めします。部品の摩耗により、精米不足になります。ぬかの中に白米が混入する原因になります。

消耗部品はお買い上げの販売店または下記のエムケー精工株式会社までご注文ください。

## アフターサービスについて

### ■修理サービスについて

- ご使用中に異常が生じたときは、お使いになるのをやめ、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または下記のお問い合わせ先にご相談ください。
- 家庭用精米機の補修用性能部品は製造打切後最低6年間保有しています。補修用性能とは、その製品の機能を維持するために必要な部品のことです。
- 保証期間経過後の修理については、販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、お客様のご要望により有料で修理します。

### ■保証について

- この商品は保証書付きです。
- 保証書はお買い求め販売店で所定事項を記入してお渡しいたしますので、内容をよくお読みの上大切に保管してください。
- 保証期間はご購入求めの日から1年間です。保証書の記載内容により、お買い求めの販売店に修理をご依頼ください。

### 愛情点検



こんな症状はありませんか

- ・電源コード・プラグが異常に熱い。
- ・本体が異常に熱かったり、こげくさい臭いがする。
- ・製品にさわるとビリビリ電気を感ずる。
- ・その他の異常や故障がある。

こんなときは

このような症状の時はコンセントからプラグを抜き販売店に点検をご相談ください。

Yes, Quality life.



エムケー精工株式会社 生活関連機器事業部

〒387-8603 長野県東茅渚市南宮1825  
TEL 026(272)4111(代)

|               |           |                          |                  |
|---------------|-----------|--------------------------|------------------|
| エムケー北海道販売株式会社 | 〒004-0841 | 札幌市清田区清田1条1-9-21         | TEL 011(881)7311 |
| エムケー東北販売株式会社  | 〒983-0023 | 仙台市宮城野区旭田町4-14-22        | TEL 022(258)3861 |
| 青森県営業所        | 〒030-0843 | 青森市浜田字玉川185-15           | TEL 0177(39)5654 |
| 山形県営業所        | 〒010-0951 | 山形市山王6-11-24             | TEL 0188(23)7790 |
| 山形県営業所        | 〒990-2483 | 山形市上町2-3                 | TEL 0236(45)2909 |
| エムケー関東販売株式会社  | 〒983-8051 | 郡山市富久山町八山前林10-4          | TEL 0249(39)2071 |
| 新潟県営業所        | 〒125-0062 | 茨城県取手市青戸8-3-5            | TEL 03(3604)6441 |
| 長野県営業所        | 〒950-0923 | 新潟県花巻市山2-18-1            | TEL 025(287)0911 |
| 長野県営業所        | 〒387-0001 | 東茅渚市南宮1-8-2              | TEL 026(272)7541 |
| 長野県営業所        | 〒194-0013 | 東茅渚市南宮町2-22-タクトツツヤマザキ101 | TEL 0427(20)7801 |
| 長野県営業所        | 〒422-6035 | 静岡県富士市富士1-3-5            | TEL 054(238)0111 |
| エムケー中央販売株式会社  | 〒453-0856 | 名古屋市南区鳥森町6-10-9          | TEL 052(461)7261 |
| 金沢県営業所        | 〒920-0064 | 金沢市南新保町300番2番            | TEL 076(264)1115 |
| エムケー関西販売株式会社  | 〒564-0043 | 大阪府吹田市南吹田3-6-4           | TEL 06(6386)6800 |
| 大阪府営業所        | 〒700-0951 | 大阪府吹田市南吹田1-6-5           | TEL 06(245)6466  |
| 奈良県営業所        | 〒731-0138 | 奈良市安佐南区笠原3-3-6           | TEL 082(871)7355 |
| 和歌山県営業所       | 〒760-0079 | 和歌山市松崎町2-5               | TEL 087(537)3303 |
| エムケー九州販売株式会社  | 〒791-2042 | 松山市南松崎町1-4-0             | TEL 089(971)6004 |
| 鹿児島県営業所       | 〒810-0011 | 鹿屋市中央区高砂2-12-1           | TEL 092(531)3731 |
|               | 〒891-0175 | 鹿児島市桜ヶ丘2-11-1            | TEL 099(275)3800 |