

Draft

Panasonic®

CHN

使用说明书

IH 电磁加热电饭煲 家庭用

2.9 L 型号 **SR-JHC109**

4.8 L 型号 **SR-JHC189**



本使用说明书中的图片均以 SR-JHC109 为例。

执行标准：

- GB 4706.1-2005
- GB 4706.14-2008
- GB 4706.19-2008
- GB 4343.1-2018
- GB 17625.1-2012

非常感谢您购买 Panasonic 产品。

- 本产品只限于家庭使用。
- 使用产品前请仔细阅读本使用说明书，以确保正确安全使用本产品。
- 特别要留意“**安全注意事项**”再使用（第 2 ~ 5 页）。
- 请将保修证与本使用说明书一起妥善保管。

保留备用

另附保修证

扫描二维码
关注松下服务官方微信平台



在线人工客服
一键保修报装
服务进度查询
获取新品咨询

目次

安全注意事项	2	使用前
使用注意事项	6	
零件名称 / 附件	7	

烹调米饭	8	使用方法
正确使用功能	10	
使用米类的烹调功能	11	
使用其他的烹调功能	14	
保温	16	
● 保温 / 再加热		
使用预约功能	17	
● 当前时间有误时		
食谱	18	
● 皮蛋瘦肉粥 / 香芋鸡煲仔饭		
● 糙米饭 / 五谷饭		
● 人参鸡汤 / 豆奶蛋糕		
● 点心 / 上汤娃娃菜 / 霉干菜蒸肉		
清洗	22	
● 首次使用时及每次使用后		
● 定期检查		
● 当电饭煲的清洁度有问题时		

我的电饭煲有故障吗?	24	困惑时
这是什么意思?	25	
下一步应该怎么做?	26	
规格	30	

安全注意事项

请确保遵守以下内容

为防止造成人身伤害、财产损失，请务必遵守以下安全注意事项。

■以下图表显示错误操作可导致的损坏程度。

 **警告：**表示如不避免，则可能导致死亡或严重伤害的某种潜在危害情况。

 **注意：**表示如不避免，则可能导致轻微或中度伤害的某种潜在危害情况。

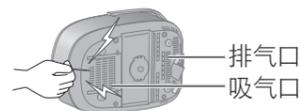
■符号的分类及解释如下。

 此符号表示不能进行，即“禁止”的内容。

 此符号表示务必执行，即“强制”的内容。

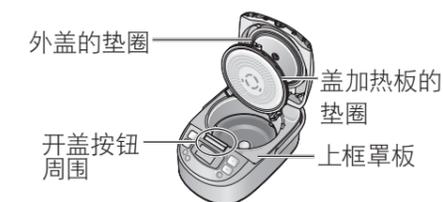
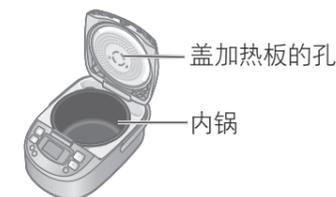
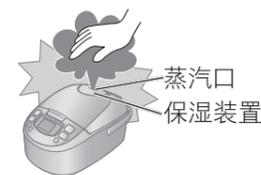
警告

- 如电源线或电源插头已损坏或电源插座与电源插头的接口松脱，请勿使用产品。
(否则可能会导致触电或因短路导致火灾。)
→ 如果电源线损坏，必须用专用电源线或从制造厂或维修部买到的专用组件来更换。
- 请勿损坏电源线或电源插头。
 - 严格禁止进行以下操作：
损伤、加工、使其接触或靠近高温部分、强行弯曲、扭转、拉拔、挂在角上、在其上放置重物、扎成束、夹入、拉动电源线移动。
(否则可能会因电线和电源插头破损而导致火灾和触电。)
- 请勿以湿手插入或拔掉电源插头。
 - 接触电源插头或产品前请务必确保手是干燥的。
(否则可能会导致触电或受伤。)
- 请勿在吸气口、排气口或缝隙间插入任何物件。
 - 特别是金属物件，例如引线或电线。
(否则可能会导致触电或因动作异常导致受伤。)
- 请勿淋水、直接用水清洗或把产品浸在水中。
(否则可能会导致触电或因短路导致火灾。)
→ 如水进入产品内，请联系 Panasonic 认定维修店。
- 请勿自行更改、拆解或修理产品。
(否则可能会导致火灾、触电或受伤。)
→ 如需修理，请与 Panasonic 认定维修店联系。



警告

- 请勿将产品用于使用说明书记载以外的任何用途。
(否则可能会导致火灾、烧伤、受伤或触电。)
• 对于使用不当或未能遵守使用说明书而导致的情况，Panasonic 将不承担任何责任。
- 请勿在使用中或刚使用后，将脸及手靠近保湿装置及蒸汽口。
• 对孩童要格外注意。
(否则可能会导致烫伤。)
- 请勿将可能堵塞盖加热板的孔的物品放入内锅。
(否则可能会因蒸汽泄漏或烹调物喷出而导致烫伤或受伤。)
<禁止的烹调例>
• 将配料和调味料放入塑料袋中等进行加热的烹调方法。
- 请勿在烹调时移动产品。
(否则可能会因蒸汽泄漏或烹调物喷出而导致烫伤或受伤。)
- 请勿将水等液体滴在插头等连接器上。
(否则可能会导致触电或因短路导致火灾。)
- 请勿让任何人舔本体插头。
 - 特别要留意婴幼儿。
(否则可能会导致触电或受伤。)
- 本产品不适合供下列人士（包括孩童）使用：身体官能或心智能力退化者，或是经验与使用知识缺乏者，除非有负责他们安全的人员在旁监督或指导，方可使用。请注意避免让孩童戏玩本产品。
(否则可能会导致烧伤、受伤或触电。)
- 务必单独使用规格为 10 A、220 V 交流电的电源插座。
(避免与其他电器并用，因发热而引起火灾。)
• 务必使用规格至少为 10 A 的接线板。
- 务必要将本体插头、电源插头切实插到底。
(否则可能会导致冒烟、火灾或触电。)
- 定期清洁电源插头。
(否则电源插头可能会因湿气及外物积聚而导致绝缘不良，从而引起火灾。)
→ 拔掉电源插头然后使用干布擦拭。
- 慢慢闭合外盖直至“喀哒”一声。
(否则可能会蒸汽泄漏或打开外盖时导致烫伤或受伤。)
• 若要确保外盖闭合，请清除附在上框罩板、盖加热板的垫圈、外盖的垫圈、开盖按钮周围、内锅的边缘的米饭粒等异物。



安全注意事项

请确保遵守以下内容

警告

- 请将电源线远离孩童。
 - 请勿将电源线悬挂在放置产品的餐桌或料理台边缘。
(拖拽电源线可能导致产品从餐桌或工作台上掉下而导致受伤。)
- 请将产品远离孩童。
 - (否则可能会导致烫伤、受伤或触电。)
 - 孩童对不正确使用电器产品而引发的危险是没有意识的。
- 使用产品时请小心放置电源线以免绊倒。
 - (否则可能会导致受伤, 或损坏电源线而引起火灾或触电。)
- 使用符合规格的接地电源插座。
 - 此产品的电源插头只适用于接地电源插座。
(如接地系统不符合规格, 可能会导致故障或漏电, 从而有触电的危险。)
- 发生异常或故障时, 请立即停止使用并拔掉电源插头。
 - (否则可能会导致冒烟、火灾或触电。)
 - 异常·故障例
 - 电源插头及电源线异常发热。
 - 电源线已损坏或碰到电源线后发生间歇性断电。
 - 本体变形或异常发热。
 - 本体冒烟或发出焦味。
 - 本体破裂、松动或发出异响。
 - 烹调时底部风扇不旋转。
 - 请立即与 Panasonic 认定维修店联系咨询检查及修理事宜。



注意

- 请勿将电源插头暴露在蒸汽中。
 - 切勿将插入电源插座的电源插头与蒸汽接触。
(否则可能会导致触电或因短路导致火灾。)
 - 使用有拉桌的橱柜时, 请在电源插头不会接触到蒸汽的地方使用本产品。
- 请勿使用非专用内锅及变形后的内锅。
 - (否则可能会因过热或故障导致烫伤或受伤。)
- 使用中或刚使用后请勿触摸高温部位。
 - 保湿装置、盖加热板、上框罩板等内锅附近的金属部及内锅。
(否则可能会导致烫伤。)
 - 取出较热的内锅时, 应使用干布或隔热手套。
- 移动产品时请勿触摸开盖按钮。
 - (否则可能导致外盖打开而引起烫伤。)



注意

- 请勿在以下地方使用产品。
 - 靠近热源或会被水溅湿的地方。
(否则可能会导致触电、漏电或火灾。)
 - 不平稳的台面或不耐热的垫子上。
(否则可能会导致受伤、烫伤或火灾。)
 - 靠近墙壁或家具。
(否则可能会导致家具等变色、变形或破损。)
 - 在外盖不会接触到周围物体(例如墙壁和家具)的区域打开外盖。
 - 铝板或电热垫子上。
(铝材料可能会产生热量并引致冒烟或火灾。)
- 请勿空烧。
 - (否则可能会导致烫伤。)
- 请勿使用非本产品自带的电源线组件(即指本体插头及电源插头), 并禁止将本产品的电源线转用至他处。
 - (否则可能会导致触电、漏电或火灾。)
- 请勿将本产品外接定时器或在独立的遥控控制系统的方式下运行。
 - (以免发生故障。)
- 拔掉电源插头或本体插头时, 请确保握住电源插头或本体插头, 切勿拉拽电源线。
 - (否则可能会导致触电或因短路而引起火灾。)
- 取出内锅前或不使用产品时, 切记关掉电源并拔下电源插头。
 - (否则可能会导致烫伤、受伤、因绝缘老化而导致触电或短路从而导致火灾。)
- 拔掉电源插头, 在产品完全冷却后再进行清洗及保存。
 - 产品未冷却前请勿移动。
(触摸高温部位可能会导致烫伤。)
- 如在橱柜等地方使用产品时, 请确保蒸汽在封闭空间内可以向外散发。
 - (否则可能会导致厨房柜子等变色或变形。)
 - 使用有拉桌的橱柜时, 请确保拉桌全部拉出、以免上层架子暴露在蒸汽中。
- 使用拉桌等时, 架子的负荷强度应在 10 kg 以上 (SR-JHC109 时) 或 13 kg 以上 (SR-JHC189 时)。
 - (产品摔落会导致烫伤或受伤。)
- 搬运时使用把手。
 - (否则可能会导致烫伤或受伤。)
- 如您使用了植入式起搏器, 使用本产品前, 请向医生咨询。
 - 此产品的操作可能影响您的起搏器。

在使用过程中发生停电时

- 包括在中途拔掉电源插头, 跳闸等情况。
- 发生瞬间停电时, 会返回停电前的状态。
 - 如果停电时间很长, 则重新通电后会出现以下情况。
 - 烹调中: 继续烹调。 保温中: 继续保温。
 - 可能会影响烹调效果。

* 在使用预约烹调时, 如果预约的时间少于烹调所需时间, 则立即开始烹调。可能无法在所预约的时间完成烹调。关于“预约设定的限制”, 请参考第 30 页了解详情。

使用注意事项

若要长时间保持电饭煲的良好情况，请注意以下事项。

关于电饭煲

- 请勿在电磁炉上使用电饭煲。
(否则会损坏电磁炉或电饭煲。)
- 请勿在阳光直射下使用电饭煲。
(否则可能会导致变色。)
- 请勿在可能会堵塞电饭煲底部(吸气口及排气口)的地方(例如：地毯、塑料袋、铝箔及布料等)使用电饭煲。
(否则会损坏电饭煲。)
- 定期检查电饭煲底部的吸气口及排气口，并且清除灰尘。
(第 23 页)
- 请勿在户外使用电饭煲。
(不稳定的电源可能会导致电饭煲发生故障。)
- 使用中请勿将布或其他物品盖在外盖上。
● 洗碗布等。
(否则可能因蒸汽积聚，外盖或按钮变形而无法操作。)
- 有异物或污垢阻塞的情况下，请勿使用电饭煲。
(否则可能会显示错误代码，产生饭焦或烹调米饭出现问题。)
(否则可能因煮饭时发生蒸汽泄漏、损伤本体。)
- 请勿将电饭煲放置在容易受电磁场影响的装置附近。
● 无线电、电视、助听器等。
(有可能听到噪音或减低音量。)
● IC 卡/银行卡等。
(储存在卡上的记录可能会遗失或损坏。)
- 请勿将带磁铁的物件靠近电饭煲。
(否则可能会导致故障。)



关于内锅

- 请勿在电饭煲以外使用内锅。
● 请勿在煤气灶或电磁炉或微波炉内使用内锅。
- 请勿将内锅与硬物件撞击。
(否则可能导致外层表面刮伤或产生凹痕。)

留意以下情况，以避免损伤内锅涂层。

准备烹调米饭时

- 请勿使用搅拌器或其他工具洗米。
- 请勿让金属洗米筛等物件接触内锅涂层。

煮好米饭

- 请勿将盐或拌饭料放入内锅。
- 请勿将醋放入内锅中的米饭(制作寿司等食物)。
- 请勿使用金属勺子(烹调粥等食物)。
- 请勿敲打内锅(盛饭时)。

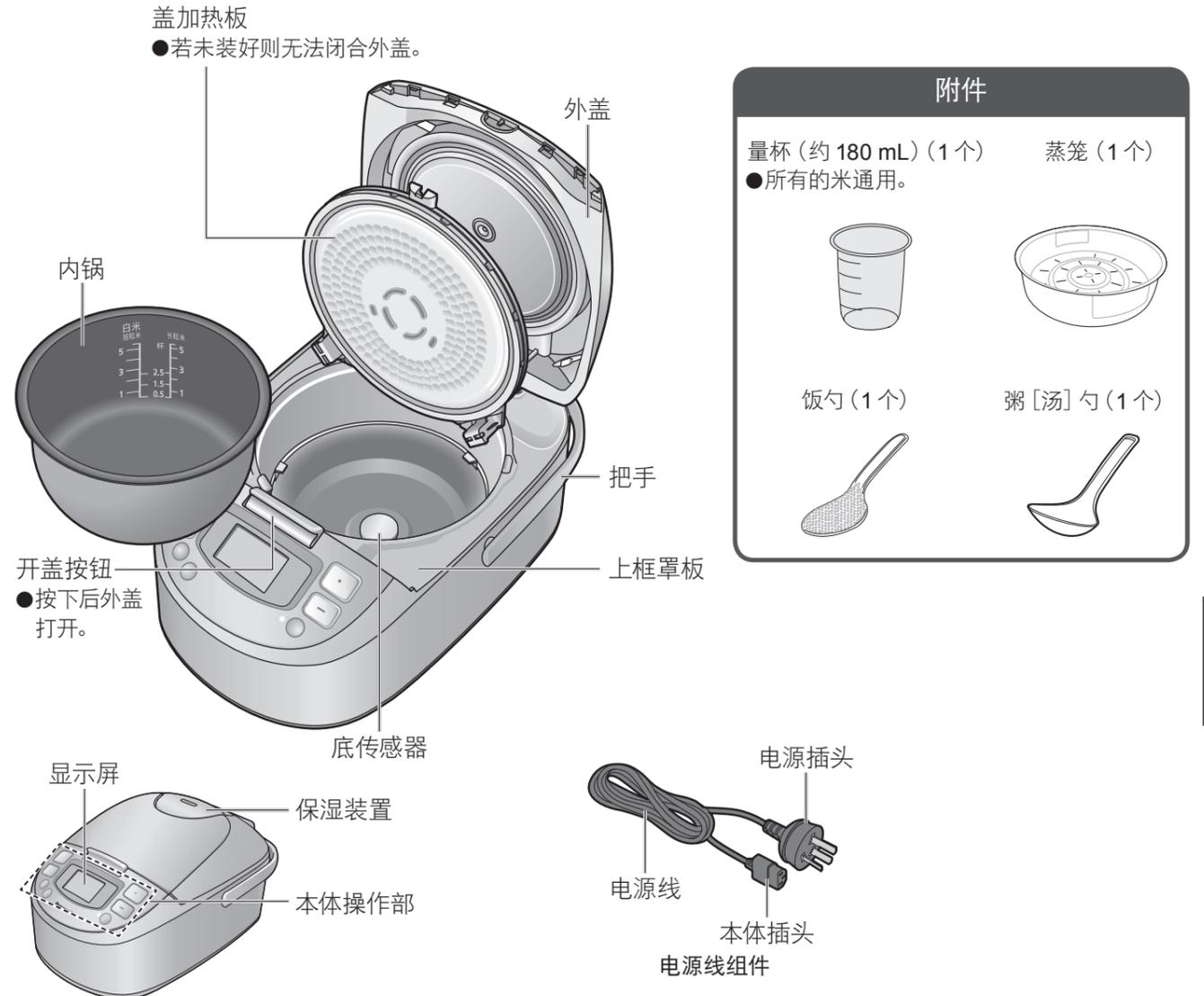
清洗时(第 22 ~ 23 页)

- 请勿将内锅用作洗碗容器。请勿将汤匙或其他餐具放入内锅中。
- 使用调味烹调后，请勿将食物留在内锅中。
→ 烹调煲仔饭等后，请尽快清除内锅中的食物然后进行清洗。
- 请勿使用洗碗机或洗碗机/烘干机进行清洗。
- 请勿在清洗后将内锅放在其他餐具上晾干。
- 请勿使用研磨粉或金属刷、尼龙刷等清洗或擦洗内锅。
→ 使用软海绵进行清洗。
请勿使用百洁布进行清洗。

提示 ● 以下情况不会影响产品性能或人体健康。
[外层表面] 浅的刮痕、细小凹痕或碰撞。
[内层表面] 内锅涂层剥落。
→ 如内锅变形或您担心其状况，请购买新的内锅。

零件名称 / 附件

■ 首次使用电饭煲前，清洗附件、内锅、盖加热板及保湿装置。(第 22 ~ 23 页)



提示 ● 作为对视觉障碍人士的帮助，在“开”及“取消/关”键上设有“●”及“■”的凸起部分。
● 为了便于区分键操作的起点，选择至起点时，哔声改为“哔哔”声。
(例：“功能选择”的起点是“短粒米/标准”，则选择至“短粒米/标准”时，为“哔哔”声。)

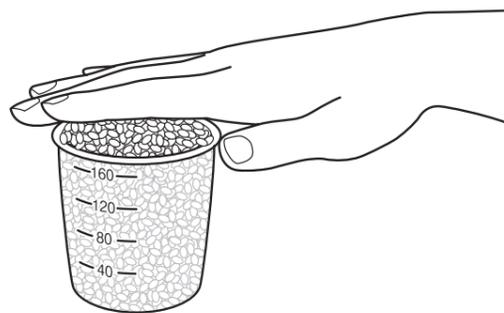
使用注意事项
使用前
零件名称 / 附件

烹调米饭

洗米然后加水

放入本体

烹调米饭

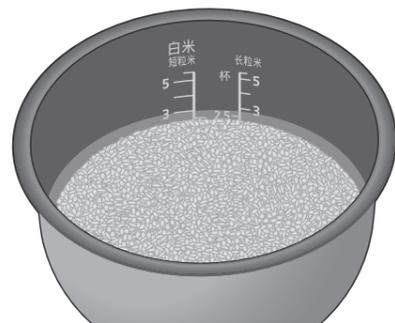


- 1 量米**
- 用附件的量杯量米并刮平。
(约 180 mL [约 150 g] / 量杯)

- 2 洗米**
- ①加入充分的水，快速搓洗后立即倒掉水。
 - ②重复此步骤 2 ~ 5 次，每次洗米时轻轻搅拌。
(洗米后的水可以保持少许白色。)
 - ③米洗净后倒入内锅。
(可以用内锅洗米。)

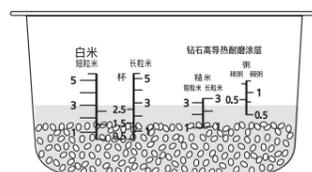
预防措施

- 请勿让米留在洗米箩内。
(米粒可能会断开，导致米饭粘锅或产生饭焦。)

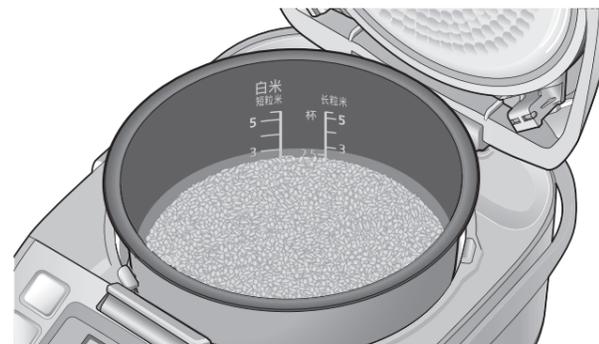


- 3 加水**
- 加水至所要烹调米饭功能的位置(水位线)。(第 10 页)
(请确保内锅在水平台面上，然后检查两侧的位置。)
 - 根据米量加水到相应的水位。
可根据自己的喜好，将水位调整约 1 ~ 2 mm。
(否则加得过多会导致溢出、煮饭时间变长、味道变差。)
 - 新米可相应减少水量。
 - 要煮出较硬的饭，可加入比水位线少一点的水量，
要煮出较软的饭，可加入比水位线多一点的水量。
 - 请确保米的表面已整平。
 - 无需事先浸泡米。
(按下“开”键时，水将会自动吸取。)

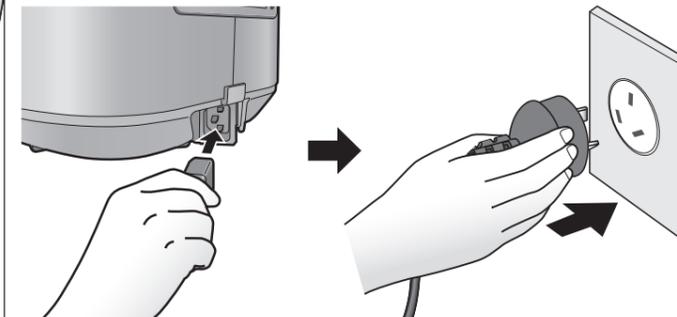
例：用“短粒米/标准”功能烹调 3 杯米时



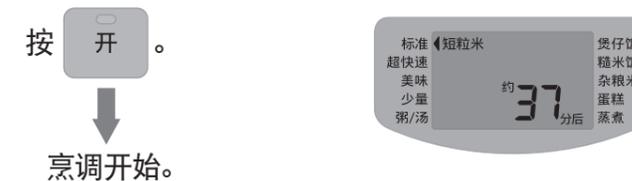
图表中的内锅是 SR-JHC109 的内锅。



- 4 将内锅放入电饭煲内**
- 擦干内锅外围的水分。
- 5 闭合外盖**
- 确认盖加热板和保湿装置位于正确的位置。
(第 22 ~ 23 页)



- 6 插入插头**
- 请先插入本体插头，再插电源插头，并确保两个插头均已切实插到底。
- 7 确认功能，然后按“开”键**
- 按照默认设置，初次使用时，功能设为“短粒米/标准”。
要更改时(第 11 ~ 13 页)



- 烹调开始。
- 当烹调完成铃声提示时，说明烹调米饭步骤已结束。请立即翻松米饭。(可促使多余的水分散发。)
 - 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能。(第 16 页)

煮出美味米饭的 三项原则



正确量水及量米。



轻轻洗米。

洗米时用力过度可能导致米粒断开，
导致米饭粘锅或产生饭焦。



使用合适的水。

我们建议使用自来水或过滤自来水。

- 使用含碱水(pH 值高于 9)可能导致米饭稍软或变黄。
- 使用硬矿泉水(100 或以上硬度)可能导致米饭干硬。



注意事项!

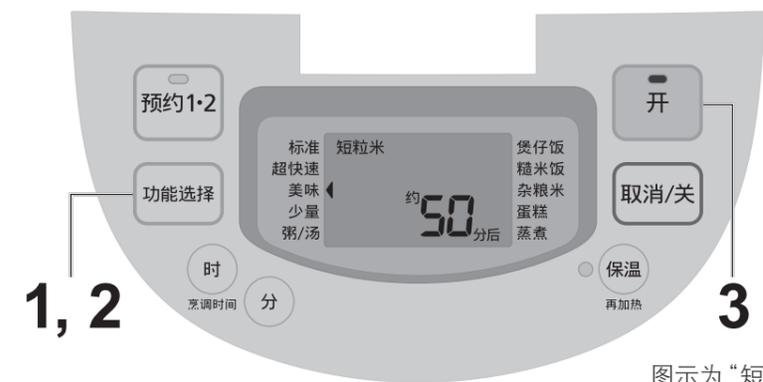
- 请尽量用近期加工的米。
- 打开袋装米后，请尽快使用。
- 将米存放在冰箱内。

正确使用功能

功能	内锅的水位线	大致的烹调时间
常规烹调米饭	白米 (短粒米/长粒米)	37 分钟
快速烹调米饭	白米 (短粒米/长粒米)	19 分钟~ 33 分钟
最佳口感	白米 (短粒米/长粒米)	50 分钟
少量烹调米饭	白米 (短粒米/长粒米)	50 分钟
烹调粥	粥 (稀粥)	设定时间 *2 1 小时 30 分钟~ 2 小时
		(稠粥) 设定时间 *2 40 分钟~ 1 小时 20 分钟
烹调煲仔饭	白米 (短粒米/长粒米)	50 分钟
烹调糙米	糙米 (短粒米/长粒米)	1 小时 35 分钟~ 1 小时 55 分钟
烹调杂粮米	白米 *1 (短粒米/长粒米)	45 分钟~ 55 分钟
炖汤	粥/汤	设定时间 40 分钟~ 2 小时
烘烤蛋糕	蛋糕	设定时间 40 分钟~ 60 分钟
蒸	蒸煮	设定时间 1 分钟~ 60 分钟

- *1 可根据杂粮米的种类及个人喜好适当调整水量。
- *2 烹调粥时，烹调时间设定范围为 40 分钟~ 2 小时，表内记述了推荐的设定时间。
- 白米和糙米的水位线有“短粒米”和“长粒米”两种。要按照米的种类区分使用。
- 粥的水位线有“稀粥”和“稠粥”两种。要按照粥的种类区分使用。
- 烹调的实际时间会根据米量、水量、电压、室温、水温、米质的不同而变化。
- “煲仔饭”、“杂粮米”的烹调时间会根据使用的食材而变化。
- 请不要将糙米和白米混合烹调。(可能会影响米饭效果。)
- 由烹调的一刻开始，电饭煲将显示直至烹调完成所需的时间。请注意：“超快速”，“糙米饭”及“杂粮米”的功能，电饭煲将显示当前时间直至烹调结束前约 10 分钟才显示剩余时间。

使用米类的烹调功能

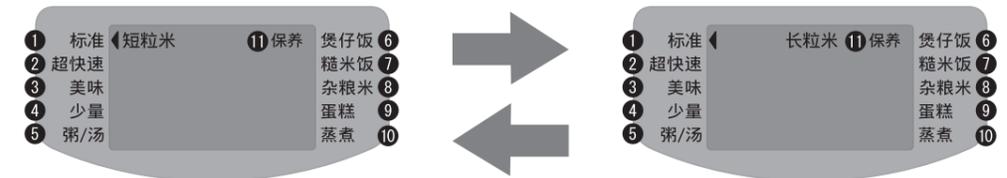


图示为“短粒米”-“美味”功能下的显示内容。

用“标准”，“超快速”，“美味”，“少量”，“煲仔饭”，“糙米饭”或“杂粮米”功能烹调米饭

1 选择“短粒米”或“长粒米”

- 按一次 **功能选择**，“◀”就会移动，“◀”每转一圈，“短粒米”和“长粒米”就会交替显示。



2 选择功能

- 按 **功能选择**，使“◀”对准“标准”，“超快速”，“美味”，“少量”，“煲仔饭”，“糙米饭”或“杂粮米”。

3 按“开”键

- 按 **开**。
- 当烹调完成铃声提示时，说明烹调米饭步骤已结束。请立即翻松米饭。(可促使多余的水分散发。)

预防措施

- 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能，“煲仔饭”，“糙米饭”及“杂粮米”功能结束时，请按 **取消/关**。不建议使用保温功能。(第 16 页)

提示

- 水位线请使用“白米(短粒米或长粒米)”。但是，“糙米饭”的水位线使用“糙米(短粒米或长粒米)”。
- 选择“保养”功能时，显示屏上将显示“保养”。

使用米类的烹调功能



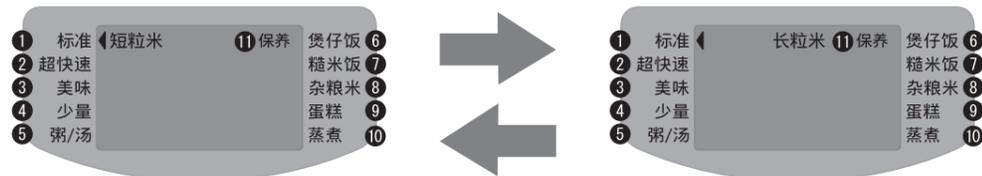
如何调出上次使用的米类烹调功能并使用



用“粥/汤”功能烹调粥

1 选择“短粒米”或“长粒米”

●按一次 **功能选择**，“◀”就会移动，“◀”每转一圈，“短粒米”和“长粒米”就会交替显示。



2 选择功能

按 **功能选择**，使“◀”对准“粥/汤”。

3 设定烹调时间

按 **分**。

烹调时间的设定范围	设定单位
40 分钟~2 小时	10 分钟

4 按“开”键

按 **开**。

预防措施

- 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能，请按 **取消/关**。不建议使用保温功能。（第 16 页）
- 连续烹调时，请在取出内锅并打开外盖的状态下，将电饭煲冷却 5 分钟以上再使用。

提示

- 水位线请使用“粥（稀粥或稠粥）”。
- 虽然可设定的时间是 40 分钟~2 小时，但建议稀粥设定为 1 小时 30 分钟~2 小时；稠粥设定为 40 分钟~1 小时 20 分钟。

- 在“短粒米”或“长粒米”下使用“标准”，“超快速”及“美味”功能，可被记忆。关于其他功能，以下操作可调出您最近使用过的功能。（“蛋糕”、“蒸煮”功能无法调用。）

1 长按 **功能选择**（大约 2 秒）

- 当您按下键您将会听到“哔—”声，按住不放手，您将会听到第二个“哔—”声，然后将显示最近使用的功能。

2 按 **开**

使用其他的烹调功能



图示为“短粒米”-“粥/汤”功能下的显示内容。



图示为“蛋糕”功能下的显示内容。

用“粥/汤”功能烹调汤

1 选择功能

按 **功能选择**，使“◀”对准“粥/汤”。

●米种为“短粒米”或“长粒米”均可。

2 设定烹调时间

按 **分**。

烹调时间的设定范围	设定单位
40 分钟~ 2 小时	10 分钟

3 按“开”键

闪烁
按 **开**。

预防措施

- 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能，请按 **取消/关**。不建议使用保温功能。（第 16 页）
- 连续烹调时，请在取出内锅并打开外盖的状态下，将电饭煲冷却 5 分钟以上再使用。

预防措施

请勿使用以下食谱

- 含有增稠剂的食谱，例如咖喱或浓汤。
- 利用重碳酸盐的苏打来制造气泡的食谱。
- 大量含油的食谱。
- 在加热过程中会膨胀的膏状产品等的食谱。

烹调期间…

- 食材的大小，份量及温度均会影响烹调结果。
(如食材的份量太多或体积太大，可能导致溢出或不能煮熟。)
- 如食物未煮熟，请再选择功能，然后以更长的时间烹调。

烹调后…

- 请勿使用保温功能。
(以免产生异味，变质或盖加热板生锈。)
- 烹调后，外盖的内侧和内锅附近会很烫，因此，取出食物时请多加小心。
- 烹调后打开外盖时，水滴可能从盖加热板滴到上框罩板。
→ 用拧干的湿毛巾擦拭。
- 经常清洗盖加热板及保湿装置。
擦拭外盖的内部表面、保湿装置的配件部分及垫圈。
烹调肉类含量高的食谱时，肉类的脂肪和蛋白质会污染盖加热板及外盖的内部表面。
(以免产生异味，变质或盖加热板生锈。)

提示
最大烹调容量

型号	
SR-JHC109	SR-JHC189
到“白米/长粒米” 水位线 4	到“白米/长粒米” 水位线 6

用“蛋糕”或“蒸煮”功能进行烹调

1 选择功能

按 **功能选择**，使“▶”对准“蛋糕”或“蒸煮”。

2 设定烹调时间

按 **分**。

功能	烹调时间的设定范围	设定单位
蛋糕	40 ~ 60 分钟	1 分钟
蒸煮	1 ~ 60 分钟	1 分钟

3 按“开”键

闪烁
按 **开**。

预防措施

- 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能，请按 **取消/关**。不建议使用保温功能。（第 16 页）

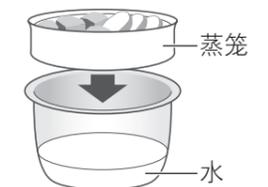
预防措施

- 蒸煮时，请勿让食材阻塞盖加热板的孔。

提示
最大容量

功能	型号	
	SR-JHC109	SR-JHC189
蛋糕	面糊 上限 600 g	面糊 上限 900 g
	水量 上限 500 mL	水量 上限 600 mL

如何使用蒸笼



保温



保温 (自动)

- 完成烹调后，所有功能随即自动转换为保温功能。
(完成烹调米饭后立即翻松米饭。)

- 若要在保温状态下再加热
- 若要回到保温状态

●若要关掉保温功能
请按 **取消/关**，然后拔掉电源插头。

<p>电饭煲将自动转换成保温功能，但不建议使用。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●标准 ●少量 	<ul style="list-style-type: none"> ●超快速 	<ul style="list-style-type: none"> ●美味
	<ul style="list-style-type: none"> ●粥 如对粥进行保温，粥可能会变稠或变糊。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ●煲仔饭 使用保温功能，可能会导致盖加热板生锈，或严重影响米饭味道。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ●糙米饭 保温后将严重影响口感。 ●杂粮米 		
	<ul style="list-style-type: none"> ●汤 以免产生异味，变质或盖加热板生锈。 	<ul style="list-style-type: none"> ●蛋糕 	<ul style="list-style-type: none"> ●蒸煮

预防措施

- 请勿使用保温功能超过 12 小时。
(否则可能导致米饭有气味、发黄、干燥等。)
- 米饭保存在电饭煲内时，请勿取消保温功能或拔掉电源插头。
(否则可能导致结露或有气味。)
- 使用保温功能前，请将饭勺从电饭煲取出。
(否则可能产生异味。)

提示

- 保温时间将以 1 小时为单位显示，直至 23 小时为止(显示“0”即代表小于 1 小时)。超过 24 小时后仍然继续保温，但显示时间变为当前时间。
- 如果不按 **取消/关** 就拔出电源插头，然后再次插入电源插头时，保温会重新开始。

再加热 (手动)

- 从保温状态加热至热气腾腾的米饭。

1 在保温状态下
翻松米饭

2 按“保温”(再加热)键
亮起



- 当铃声提示，请立即翻松米饭，即可食用。

提示

- 再加热无法在以下情况下使用。
 - 当米饭已冷却(“哔”的铃声响 4 次)。
 - 保温功能并未启动。
- 加热超过 2 次，将会严重影响米饭味道。

使用预约功能



预约

- 可以设定 2 个预约时间。(可记忆设定的预约时间。)
保存经常使用的预约时间将更方便，例如使用“预约 1”供早餐提醒，而“预约 2”供晚餐提醒。

例如：要在早上 7:30 完成烹调

1 确认当前时间是否正确

- 如时间不正确，要按右边步骤重新设定。

2 确认功能

(正确设定功能。第 11 ~ 14 页)

- 预约烹调粥/汤时，需先设定烹调时间，再按“预约 1·2”键。在预约状态下，按“分”键以确认设定的烹调时间。

3 选择“预约 1”或“预约 2”

按 **预约1·2**。

- 每按一次“预约 1·2”键，将会在 1 和 2 之间相互切换。
- 预约 1 ↔ 预约 2



4 设定烹调完成的时间

- 时 一向前
(以 1 小时为单位)
- 分 一向前
(以 10 分钟为单位)
- 长按键可加快循环速度。



5 按“开”键

闪烁
按 **开**。

设定结束。



- 当烹调完成铃声提示时，说明烹调米饭步骤已结束。请立即翻松米饭。(可促使多余的水分散发。)
- 当烹调完成后，电饭煲将自动转换至保温功能。(第 16 页)

预防措施

- 预约设定不要超过 13 小时以上(水温高时 8 小时以上)。
(否则可能导致大米发酵、有气味。)

提示

- 如预约设定的时间少于烹调所需时间，则直接开始烹调。(参考第 30 页的“预约设定的限制”。)
- “煲仔饭”、“蛋糕”和“蒸煮”无法使用预约功能。
- 如使用预约功能，则不会显示剩余完成时间。
- 如使用预约烹调，米可能吸收过量水份。这可能导致米饭变软或煮焦。
→ 米饭太软时，请适当减少水量。(减少水量至水位线下方大约 1 ~ 2 mm 处)

当前时间有误时

- 显示时间为 24 小时制格式。

1 将电源插头切实插入

2 按住 **时** 或 **分** 1 秒以上

- 听到“哔”声后松开手指。



3 设定时间

●时 一向前
(以 1 小时为单位)

●分 一向前
(以 1 分钟为单位)



- 长按键可加快循环速度。

- 时间无法在使用状态下设定，例如正在使用烹调/保温状态/预约/保养功能设定中。
- 锂电池不足时，拔掉电源插头将导致数据丢失，例如当前时间及预约时间的设定。(第 24 页)
- 锂电池固定在本体内所以无法由顾客自行更换。
若要更换锂电池，请向 Panasonic 认定维修店咨询。

■若要在完成预约设定后查看当前时间。

亮起
按 **预约1·2** ●长按即可显示。

食谱

皮蛋瘦肉粥



材料 (2~3 人份):
 白米..... 1/2 量杯
 肉汤 (冷却后)..... 5 量杯
 皮蛋..... 1 个
 熟瘦肉..... 125 g

调味料:
 盐..... 5 g
 胡椒粉..... 少许
 麻油..... 少许

方法:

- 1 先将熟瘦肉用盐腌约 1 小时, 然后切成丝; 将皮蛋切粒备用。
- 2 将白米洗净后倒入内锅并加入肉汤, 然后闭合外盖。
- 3 选择功能, 设定烹调时间为 1 小时 30 分钟。

功能选择	短粒米或长粒米 粥/汤
------	----------------

- 4 按“开”键。
- 5 铃声提示后, 按“取消/关”键, 打开外盖*, 将皮蛋及瘦肉加入内锅后闭合外盖。
* 打开外盖时, 请注意食材正处于高温。
- 6 再次选择功能, 设定烹调时间为 1 小时。

功能选择	短粒米或长粒米 粥/汤
------	----------------

- 7 按“开”键。
- 8 铃声提示后, 向粥内加入调味料后即可享用。

糙米饭



材料 (4~6 人份):
 糙米..... 3 量杯
 白芝麻..... 少量
 黑芝麻..... 少量

方法:

- 1 轻轻地淘洗糙米, 去除异物和谷壳。
- 2 加水至“水位线: 糙米 (短粒米/长粒米) 3”, 然后闭合外盖。

- 3 选择功能。

功能选择	短粒米或长粒米 糙米饭
------	----------------

- 4 按“开”键。
- 5 铃声提示后, 把糙米饭上下翻松。
- 6 盛入碗内, 撒入黑、白芝麻。

加入其他材料烹调时 (菜、肉等)

- 请在放入其他材料前加水。
- 烹调时间较长, 可加入豆类等较难熟的材料。如想加入干的食材, 请先用水充分浸泡。
- 每量杯米不应加入超过 75 g 的其他材料。
(如果加入过多的其他材料, 则可能会影响烹调效果。)
- 请将材料切成小块, 平铺在米上。
(不要搅拌, 搅拌后会影响到烹调效果。)

香芋鸡煲仔饭



- 重要提示:**
- 加入材料后不能超过白米 (长粒米) 的最高水位线。
 - 烹调时请勿打开外盖。(会影响烹调效果。)

型号	米量 (杯*)
SR-JHC109	1~3
SR-JHC189	2~6

* 附件中的量杯。

材料 (4~6 人份):
 白米..... 3 量杯
 鸡肉 (切成小块)..... 200 g
 香菇干 (浸软切成小块)..... 5 个
 香芋 (切成小块)..... 100 g
 虾米 (浸软)..... 40 g
 黑木耳 (浸软切成小块)..... 少许

腌料:

A

生抽	5 mL
老抽	3 mL
糖	3 g
盐	3 g
淀粉	5 g

调味汁:

B

生抽	15 mL
老抽	15 mL
糖	5 g
麻油	8 mL

方法:

- 1 用 A 将鸡肉腌制片刻。
- 2 将香芋炸至金黄色并沥干油份备用。
- 3 将白米洗净后, 加水至“水位线: 白米 (短粒米/长粒米) 3”。然后将 1、2 及其他材料平铺在白米上, 闭合外盖。(不需搅拌。)

- 4 选择功能。

功能选择	短粒米或长粒米 煲仔饭
------	----------------

- 5 按“开”键。
- 6 铃声提示后, 加入 B 搅拌均匀即可食用。

五谷饭



材料 (4~6 人份):
 白米..... 3 量杯
 五谷米..... 30 g

方法:

- 1 将白米洗净后, 加水至“水位线: 白米 (短粒米/长粒米) 3”。
- 2 轻轻地洗净五谷米, 然后铺在 1 上。
- 3 再多加 30 mL 的水, 然后闭合外盖。
* 可根据杂粮米的种类及个人喜好适当调整水量。

- 4 选择功能。

功能选择	短粒米或长粒米 杂粮米
------	----------------

- 5 按“开”键。
- 6 铃声提示后, 上下翻松米饭。
- 7 盛入碗中即可食用。

要烹调杂粮米...

- 若要添加豆类或干的食材, 例如木耳, 请先用水充分浸泡。
- 白米中杂粮米的比例为小于等于 10%。
(如果添加的杂粮米过多, 白米将无法煮熟。)
- 若要使杂粮米煮得更软, 可多加一些水或提前用水浸泡。

食谱

人参鸡汤



材料 (4~6 人份):

鸡	1/2 只 (约 375 g)
人参片	7.5 g
红枣 (或黑枣)	5 个
水	5 量杯
生姜	数片
松子	7 g

调味料:

盐	5 g
料酒	少许

方法:

- 将鸡洗净后, 向肚内灌热水冲烫 2 次, 沥干备用。
- 将鸡, 人参, 红枣, 水, 生姜片, 盐及料酒放入内锅, 然后闭合外盖。
- 选择功能, 设定烹调时间为 2 小时。

功能选择

- 按“开”键。
- 铃声提示后, 将鸡盛出, 倒入汤汁, 再撒下炸香的松子便可。

豆奶蛋糕



材料 (4~6 人份):

牛油或色拉油	少量
蛋糕粉	200 g
鸡蛋	2 个
豆奶	100 mL
色拉油	45 mL
葡萄干	70 g

(也可用其他干果代替。)

方法:

- 轻轻用牛油或色拉油涂抹内锅。
- 将剩下的材料混合并搅拌至细滑无颗粒。(请勿在内锅中混合。)
- 将 ② 倒入内锅中, 然后闭合外盖。
- 选择功能, 设定烹调时间为 40 分钟。

功能选择

- 按“开”键。
- 铃声提示后, 按“取消/关”键。然后从电饭煲中取出内锅并倒扣, 将蛋糕倒出后放置于盘中或网架上冷却。

提示:

使用 SR-JHC189 时, 可用 1.5 倍的材料, 烹调时间设定为 60 分钟, 做出更大的蛋糕。

预防措施

- 请勿让食材阻塞盖加热板的孔。

点心



材料:

小点:	虾饺
	烧卖
点心:	叉烧包
	馒头
	糯米鸡

方法:

- 在点心表面洒少许水。(无需将它解冻。)
- 将 2.5 量杯水倒入内锅。
- 放入附件中的蒸笼, 将点心放在上面, 然后闭合外盖。
- 选择功能, 设定烹调时间为 5~10 分钟。

功能选择

- 按“开”键。

上汤娃娃菜



材料 (4~6 人份):

娃娃菜	100 g
咸肉 (金华火腿)	35 g

方法:

- 将娃娃菜掰成片后洗净、咸肉切片备用。
- 将娃娃菜铺在盘子上, 再将咸肉片放在上面。(最好用带肥的咸肉。)
- 将 2.5 量杯水到入内锅。
- 放入附件中的蒸笼, 将 ② 放在上面, 然后闭合外盖。
- 选择功能, 设定烹调时间为 13 分钟。

功能选择

- 按“开”键。

提示:

如没有娃娃菜, 可用大白菜的芯代替。

霉干菜蒸肉



材料 (4~6 人份):

五花肉	160 g
霉干菜	100 g

调味料:

色拉油	25 mL
糖	30 g
老抽	12 mL

方法:

- 将五花肉切成 1 cm×3 cm 的块备用。
- 将霉干菜用水冲洗一下, 挤干水分备用。以免有沙子而影响口感。
- 在碗底先放一层肉, 再放一层霉干菜, 并在上面撒一层糖。然后再铺一层肉, 放一层霉干菜和糖, 直至材料全部放完。

- 将色拉油及老抽加入 ③。
- 将 2.5 量杯水到入内锅。
- 放入附件中的蒸笼, 将 ④ 放在上面, 然后闭合外盖。

- 选择功能, 设定烹调时间为 60 分钟。

功能选择

- 按“开”键。

- 铃声提示后, 把上下的霉干菜和肉拌一下, 即可食用。

* 糖和色拉油可根据个人口味及肉的肥瘦程度酌量增减。

清洗

- 清洗前，务必拔掉电源插头，等本体冷却后再进行清洗。
- 本体及盖加热板的垫圈不能拆下。请不要用力拽拉，或用尖锐的物品戳刺。（会导致变形、脱落或破损。）
- 清洗后，用干布擦拭。

首次使用时及每次使用后

●拆除配件后，用软海绵清洗。

* 使用洗涤剂时，请确认洗涤剂的注意事项。



内锅 饭勺 粥[汤]勺 盖加热板 保湿装置 蒸笼

●煲仔饭等加入调味料后，请立即清洗。（否则可能产生异味、变质或生锈。）

（请勿使用以下东西）

金属刷及尼龙擦等。

请勿使用百洁布进行清洗。



挥发油、稀释剂、去污粉、漂白剂、酒精等。



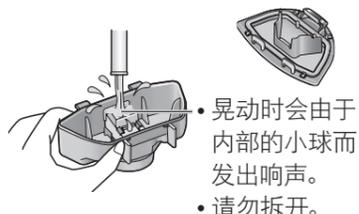
干碗机或洗碗机/烘干机



保湿装置

拆下并冲洗。

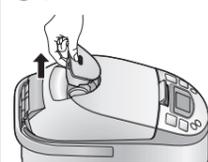
●保湿装置中容易残留水珠或污垢，因此，每次使用后请用水冲洗。（否则可能产生异味或变质。）



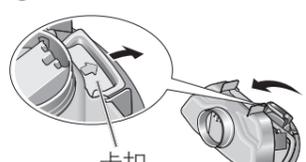
●晃动时会由于内部的小球而发出响声。
●请勿拆开。

■拆除时

① 提起取出。



② 向箭头“⇨”方向拨开卡扣并打开。

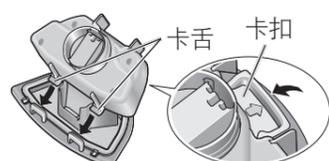


卡扣

■安装时（按和拆除时相反的顺序。）

① 将卡舌插入并将卡扣卡紧，直至听到“咔哒”声。

② 压入外盖。（不能浮起。）



卡舌

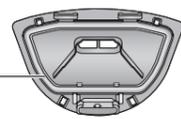
卡扣

预防措施

●请不要拆下垫圈。（否则可能导致蒸汽泄漏。）

●若垫圈脱落，确保沿着槽安装。

垫圈
沿槽



上框罩板

用拧干的湿毛巾擦拭。

●清除开盖按钮周围的饭粒等异物。

预防措施

●请勿将水倒入进行清洗。

内锅（第6页）/饭勺/粥[汤]勺/蒸笼

使用厨房专用中性洗涤剂清洗。

预防措施

●请勿将内锅用作洗碗容器。（以免对内锅涂层造成伤害。）



外盖的内部表面/垫圈

用拧干的湿毛巾擦拭。

●请拆下保湿装置，擦拭外盖的内部表面、保湿装置安装部及垫圈。

提示

●加水过多或煮糙米饭等之后容易脏污。

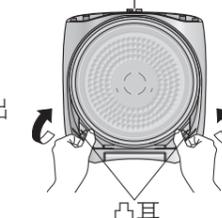
盖加热板

拆下，使用厨房专用中性洗涤剂清洗。突起部

●清除垫圈部的饭粒等异物。

■拆除时

捏住两侧的凸耳向前面方向拉，拔出突起部。

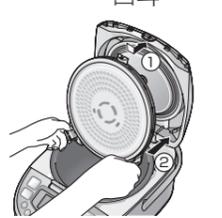


凸耳

■安装时

① 将盖加热板的突起部插入上部的槽位内。

② 将凸耳（两侧）按入本体（外盖）直至“喀哒”一声。



预防措施

●使用调味料（煲仔饭等）或烘烤蛋糕后，请立即清洗。（否则可能产生异味、变质或生锈。）

底传感器

用拧干的湿毛巾擦拭。

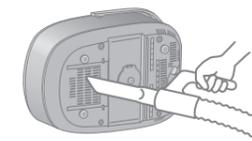
●如污垢很难清除，用少量厨房专用中性洗涤剂，再用尼龙刷轻轻擦拭。

提示

●如果不清洁底传感器，则米饭可能会被烧焦，煮不好。

定期检查

●大约每月检查一次，如有灰尘请立即清洗。



电饭煲底部

（吸气口/排气口）

用吸尘器吸除垃圾及异物等。

当电饭煲的清洁度有问题时

保养功能

气味散不掉、盖加热板或蒸汽口的污垢难清除时……

准备工作 ① 在内锅中倒入水。

（SR-JHC109，白米（短粒米/长粒米）水位线：3~4）
（SR-JHC189，白米（短粒米/长粒米）水位线：6~8）

② 将内锅放入本体然后闭合外盖。

1 选择“保养”

按 功能选择。

●选中时，将显示“保养”。



2 按“开”键

闪烁
按 开。

保养功能开始。

3 大约45分钟后铃声提示时，按“取消/关”键

按 取消/关。

●内锅中的水冷却后，清洗内锅、盖加热板及保湿装置。

提示

●可能无法完全祛除气味或污垢。

我的电饭煲有故障吗？

在委托维修之前请先进行检查。

	症状	确认项目！	页
烹调中	<ul style="list-style-type: none"> ● 剩余时间显示停止。 ● 烹调米饭时间比预期更长。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 如连续烹调，烹调米饭时间可能会较长（有时可能会延长 45 分钟）。 ● 内锅的水量多了吗？ 如增加水量，烹调米饭时间可能会变长（有时可能会延长 15 分钟）。 	— —
	蒸汽从蒸汽口以外的地方泄漏。	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否有米饭粘在外盖的垫圈、盖加热板的垫圈或内锅的边缘？ ● 是否每次使用后都会清洗盖加热板并正确安装？ ● 是否内锅发生了变形？ → 如内锅变形，请联系 Panasonic 认定维修店购买新的内锅。 ● 外盖的垫圈或盖加热板的垫圈有无变形、脱落、破损？ → 如果发生蒸汽泄漏，请联系 Panasonic 认定维修店进行咨询。 ● 是否慢慢闭合外盖直至发出“喀哒”一声？ 	— 23 — —
烹调/保温中	电饭煲发出声响。	<ul style="list-style-type: none"> ● “呼呼”声…散热风扇转动的声音。 ● “磁”声、“噗”声…IH（电磁感应加热）的声音。 保温中有时会听到这样的声音。 ● “咻”声…蒸汽喷出的声音。 ● 打开/闭合外盖时的“咕噜”声…保湿装置内的小球滚动的声音。 	— — — —
预约	即使使用了预约烹调仍然立即开始。	<ul style="list-style-type: none"> ● 当前时间准确吗？（显示时间为 24 小时时钟格式。） ● 预约是否设定在“预约设定的限制”以外？ 	17 30
	我已设定预约但烹调无法开始。	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用预约时，烹调开始前米已浸泡，所以烹调开始后浸泡时间会较短。因此，烹调米饭开始的时间可能会稍微比预期晚一点。 	—
	米饭在预约设定的时间未煮好。	<ul style="list-style-type: none"> ● 当前时间准确吗？（显示时间为 24 小时时钟格式。） ● 您是否有按下“开”键？ ● 预约是否设定在“预约设定的限制”以外？ 	17 17 30
其他问题	键操作无反应。	<ul style="list-style-type: none"> ● 指示灯有点亮吗？ 下记情况下，键操作无效。例如正在使用烹调/保温状态/预约/保养功能设定。 → 按下“取消/关”键。 	—
	“保温/再加热”键无效。	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否关闭了保温功能？ ● 米饭冷了吗？（铃声响 4 次） 50°C 以下时，不能再加热。 	— —
	一插入电源插头，总是显示“7:30”。	<ul style="list-style-type: none"> ● 锂电池不足。 当前时间或预约时间无法记忆，但不影响烹调或保温。如使用预约功能，当前时间必须在每次使用前重新设定。 锂电池已固定在本体内，所以无法由顾客自行更换。 → 若要更换锂电池，请联系 Panasonic 认定维修店查询。 	—
	电源插头出现火花。	<ul style="list-style-type: none"> ● 插入或拔掉电源插头时，有时可能会有小火花出现。这是 IH（电磁感应加热）方式固有的特点，不是故障。 	—

■ 如您不小心将水或米倒入本体内，请拔掉电源插头，然后联系 Panasonic 认定维修店。

这是什么意思？

错误代码	确认项目！
U 10	<ul style="list-style-type: none"> ● 内锅放置正确？ ① 放置本产品专用的内锅。 ② 按“取消/关”键，使错误代码消失。 （即使不按“取消/关”键，稍等片刻后错误代码也会消失。） ③ 再一次操作。
U 12	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否有异物或污垢留在内锅底部、盖加热板或底传感器？（第 22 ~ 23 页） → 清除异物或污垢，然后按“取消/关”键。 ● 水量是否太多？ → 按“取消/关”键。 （下次烹调时，稍微减少水量。）
U 14	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否连续使用保温功能 96 小时或更长时间？ → 按“取消/关”键。
U 15	<ul style="list-style-type: none"> ● 外盖打开了吗？ ● 保湿装置是否已安装？（第 22 页） → 如保湿装置已遗失，请联系 Panasonic 认定维修店购买。 没有保湿装置也能进行烹调 and 保温，但 · 米饭的口感会变差。（保温时，米饭会变干。） · 有时可能会煮不熟粥。 · 会溢出。 · 烹调好后，会再次显示“U15”。 ● 保湿装置中是否有异物或污垢？ → 请将异物或污垢去除。（第 22 页）
U 25	<ul style="list-style-type: none"> ● 电饭煲底部的吸气口及排气口是否有灰尘等异物阻塞？ → 使用以下步骤清除灰尘。 ① 按“取消/关”键，然后拔掉电源插头。 ② 电饭煲冷却后，请取出内锅。 ③ 清除电饭煲底部的吸气口/排气口中的灰尘。（第 23 页） ● 电饭煲是否有在地毯等物品上使用？（第 6 页） → 请勿在可能会堵塞电饭煲底部的地方使用电饭煲。
H 00	<ul style="list-style-type: none"> ● 尝试拔下再重新插入电源插头。 如果仍出现“H 00”，表示存在故障。 → 请联系 Panasonic 认定维修店，并告知错误代码（“H”后的两位数）。

如上述方法没有任何改善，请联系 Panasonic 认定维修店查询维修事宜。

我的电饭煲有故障吗？/这是什么意思？

困惑时

下一步应该怎么做...

●不属于产品故障。
请检查以下事项后再要求维修。

太软（黏）

- 您是否正确量米和量水？（第 8 页）
- 是否有断裂的米粒？
- 您是否将米长时间浸泡？（例如使用预约时。）
→ 使用预约时，尝试适当减少水量。
（减少水量至水位线下方大约 1 ~ 2 mm 处。）
- 您是否用热水洗米？
- 您是否用“少量”功能烹调了超过规定量的米饭？
（SR-JHC109：0.5 ~ 1.5 量杯，SR-JHC189：1 ~ 2.5 量杯。）
- 洗米时是否用力洗？（米粒可能断裂粘锅。）
- 煮好饭后，您是否立即翻松？（可促使多余的水分散发。）
- 烹调新米时，加水是否高于标准水量？（减少水量至水位线下方大约 1 ~ 2 mm 处。）
- 洗米后您是否将米留在洗米箩内？
（第 8 页 这可能导致米粒断裂，烹调米饭时米可能粘锅。）
- 喜欢口感稍硬的米饭吗？
•适当减少水量。（减少水量至水位线下方大约 1 ~ 2 mm 处。）



太硬（干）

- 您是否正确量米和量水？（第 8 页）
- 您是否使用“超快速”功能？
- 喜欢口感稍软的米饭吗？
•适当增加水量。
（增加水量至水位线上方大约 1 ~ 2 mm 处。）
•尝试将米浸泡（30 分钟 ~ 2 小时）后再烹调米饭。



米饭煮焦

- 是否有正确洗米？
 - 是否有污垢或异物堵塞底传感器、内锅底部或本体内部？
 - 您是否使用预约？（您是否将米长时间浸泡？）
 - 洗米时是否用力洗？（米粒可能断裂导致饭焦。）
 - 是否有断裂的米粒？
 - 洗米后您是否将米留在洗米箩内？
（第 8 页 这可能导致米粒断裂，烹调米饭时可能出现饭焦。）
 - 烹调米饭加调味料，例如煲仔饭可能很容易煮焦。
 - 锅底有黄色的米饭不代表故障。
- 如按照上述步骤没有改善，请参考“如要改善饭焦”。（第 29 页）



症状

确认项目！

产生结露。

- 煮好饭后，您是否立即翻松？（可促使多余的水分散发。）
- 是否在保温过程中，关闭了电源或把电源插头拔下，但未把米饭盛出？
- 根据烹调方法的不同，有时容易结露。

米饭有气味。

- 是否在保温过程中，关闭了电源或把电源插头拔下，但未把米饭盛出？
 - 是否连续保温 12 小时或以上？
 - 烹调米饭加调味料（例如煲仔饭）后，可能会留下气味。
 - 您是否有在保温时加入冷饭？
 - 是否有正确洗米？
 - 是否将饭勺插在米饭中保温？
 - 是不是每次使用后都清洗干净？
如果清洗不干净，会导致米饭味道变差或有怪味。
如果残留着油污持续使用，会导致米饭变质。
 - 烤蛋糕后可能残留气味。
- 气味变得很明显时，
① 仔细清洗内锅、盖加热板及保湿装置。（第 22 ~ 23 页）
② 如无法祛除气味，请使用保养功能。（第 23 页）

米饭变黄。

- 是否连续保温 12 小时或以上？
- 您是否有重复再加热？
- 是否有正确洗米？
- 某些米类，煮完饭后米饭可能带有黄色。

米饭太干。

- 是否连续保温 12 小时或以上？
- 您是否有重复再加热？
- 保湿装置是否正确装好？
- 是否有米饭粘在外盖的垫圈、盖加热板的垫圈或内锅的边缘？
- 是否内锅发生了变形？
→ 如内锅变形，请购买新的内锅。

粥变糊。

- 您是否将米长时间浸泡？（例如使用预约时。）
- 煮粥时您是否有使用保温功能？

薄膜形成。

- 您是否过度洗米，导致米粒断开？
- 是否有正确洗米？
（米内的淀粉溶解，会在表面形成薄膜，但这是无害的。）

米饭粘在内锅上。

- 根据米的种类，粳米或糯米可能容易粘锅。

煮好的米饭表面下陷。

- 是否在烹调米饭前未将米的表面整平？
- 是 IH（电磁感应加热）特有的强大火力造成的。不是异常现象。

下一步应该怎么做...



- 如按第 26 ~ 27 页的建议没有改善，您可以变更设定。
- 下记 2 ~ 4 的步骤之间必须在 16 秒内完成。如 16 秒内没有任何操作，则显示屏会恢复当前时间（无法设定）。
→ 请重新进行设定。
- 完成设定后，显示屏恢复当前时间。
- 如要返回原先的设定，再次按照下述步骤进行操作。

如需更改保温温度 (74 → 76 → 72)

●不管“◀”在哪个位置，请务必从步骤 1 开始操作。

1 按 **功能选择**，使“◀”对准“超快速”。

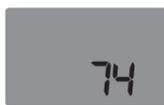


●在“短粒米”或“长粒米”下选择“超快速”。

2 按 **时**。您不会听到“哔—”声。

按 **分**。您不会听到“哔—”声。

按 **时**。 

3 按 **开**。 
●默认值为“74”。

4 米饭有异味时

按 **功能选择** 设定至“76”。



10 秒后
(设定自动完成。)

米饭变色或变干时

按 **功能选择** 设定至“72”。



10 秒后
(设定自动完成。)

如要改善饭焦

●不管“◀”在哪个位置，请务必从步骤 1 开始操作。

1 按 **功能选择**，使“◀”对准“超快速”。



●在“短粒米”或“长粒米”下选择“超快速”。

2 按 **时**。您不会听到“哔—”声。

按 **分**。您不会听到“哔—”声。

按 **时**。 

3 按 **功能选择**。 
选择“02”。

按 **开**。 

4 按 **功能选择**。 
设定至“So:Lo”。

10 秒后
(设定自动完成。)



如要在烹调、再加热及保养时停止铃声提示 (结束提示音)

●不管“◀”在哪个位置，请务必从步骤 1 开始操作。

1 按 **功能选择**，使“◀”对准“超快速”。



●在“短粒米”或“长粒米”下选择“超快速”。

2 长按 **保温**。(大约 5 秒)



●此操作不会关掉按键音。

下一步应该怎么做...
困惑时

规格

功能	大致的烹调时间	保温功能 *1	预约设定的限制	烹调容量 () 内是杯数					
				SR-JHC109		SR-JHC189			
短粒米 长粒米	标准	37 分钟	○	50 分以上	0.09 ~ 1.0 L (0.5 ~ 5.5)	0.18 ~ 1.8 L (1 ~ 10)			
	超快速	19 分钟 ~ 33 分钟	○	40 分以上	0.09 ~ 1.0 L (0.5 ~ 5.5)	0.18 ~ 1.8 L (1 ~ 10)			
	美味	50 分钟	○	60 分以上	0.09 ~ 1.0 L (0.5 ~ 5.5)	0.18 ~ 1.8 L (1 ~ 10)			
	少量	50 分钟	○	60 分以上	0.09 ~ 0.27 L (0.5 ~ 1.5)	0.18 ~ 0.45 L (1 ~ 2.5)			
	粥	稀粥	设定时间 *2 1 小时 30 分钟 ~ 2 小时	×	烹调时间 +1 分以上	稀粥	0.09 ~ 0.14 L (0.5 ~ 0.75)	稀粥	0.09 ~ 0.27 L (0.5 ~ 1.5)
		稠粥	设定时间 *2 40 分钟 ~ 1 小时 20 分钟			稠粥	0.09 ~ 0.23 L (0.5 ~ 1.25)	稠粥	0.09 ~ 0.36 L (0.5 ~ 2)
	煲仔饭	50 分钟	×	—		0.18 ~ 0.54 L (1 ~ 3)	0.36 ~ 1.08 L (2 ~ 6)		
	糙米饭	1 小时 35 分钟 ~ 1 小时 55 分钟	×	130 分以上		0.18 ~ 0.54 L (1 ~ 3) 添加其他材料时 0.18 ~ 0.36 L (1 ~ 2)	0.18 ~ 1.26 L (1 ~ 7) 添加其他材料时 0.18 ~ 0.9 L (1 ~ 5)		
	杂粮米	45 分钟 ~ 55 分钟	×	60 分以上		0.09 ~ 0.72 L (0.5 ~ 4)	0.18 ~ 1.44 L (1 ~ 8)		
	汤	设定时间 40 分钟 ~ 2 小时	×	烹调时间 +1 分以上	到“白米/长粒米” 水位线 4		到“白米/长粒米” 水位线 6		
蛋糕	设定时间 40 分钟 ~ 60 分钟	×	—	面糊上限 600 g		面糊上限 900 g			
蒸煮	设定时间 1 分钟 ~ 60 分钟	×	—	水量上限 500 mL		水量上限 600 mL			

*1 “×” 符号代表电饭煲将自动转换成保温功能，但不建议使用。(第 16 页)

*2 煮粥时可设定时间是 40 分钟 ~ 2 小时，表内记述了推荐的设定时间。

	SR-JHC109	SR-JHC189
电源	220 V ~ 50 Hz	
额定功率	1100 W	1300 W
内锅的额定容积	2.9 L	4.8 L
电源线长度 (大约)	1.2 m	
产品重量 (大约)	4.8 kg	6.0 kg
产品尺寸(宽 × 深 × 高) (大约)	25.5 cm × 36.6 cm × 21.0 cm (40.2 cm*1)	28.4 cm × 39.2 cm × 24.3 cm (45.6 cm*1)
能效 *2	最节能功能	长粒米/超快速 Pending
	能效等级	1 级
	热效率值 (%)	90
	待机功率 (W)	1.8
	保温能耗 (W·h)	35

*1 外盖打开时的高度。

*2 能效部分数据依据 GB 12021.6-2017 测试，此处记载的数据为该等级的规格值。

● 本产品仅适用于中国大陆地区。

产品不适用于不同电源频率或电压的国家及地区，且不设更换服务。

产品中有害物质的名称及含量

部件名称	有害物质					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr (VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
外装构成品	○	○	○	○	○	○
内部构成品	○	○	○	○	○	○
电气零件/控制零件	×	○	○	○	○	○
附属品类	○	○	○	○	○	○

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制。
○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572 规定的限量要求以下。
×：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572 规定的限量要求。
注：表中标有“×”的所有部件都符合欧盟 RoHS 指令，因全球技术发展水平限制而无法实现有害物质的替代。

食品接触材料列表

本产品食品接触用材料及部件符合 GB 4806.1-2016 以及相应材料食品安全国家标准要求，具体信息如下：

序号	部件名称	材质中文名称	执行标准	特殊使用条件	
1	外盖	蒸汽筒、蒸汽筒支架、磁石盖板	聚丙烯 (PP)	GB 4806.7-2016	
		蒸汽板垫圈、放热板垫圈、锅垫圈、密封圈	硅橡胶	GB 4806.11-2016	
		放热板	铝 (A1050)	GB 4806.9-2016	
		螺丝	不锈钢 (18Cr-9Ni-3.5Cu)	GB 4806.9-2016	
		加热板	不锈钢 (18Cr-0.5Mo-Nb-LCN)	GB 4806.9-2016	
		蒸汽筒化妆板 A	304 不锈钢 (06Cr19Ni10)	GB 4806.9-2016	
		完成磁石	聚丙烯 (PP) + 磁铁 (Sro-6Fe203)	GB 4806.7-2016 GB 4806.9-2016	
2	本体	内锅	不锈钢 (17Cr-0.4Cu-Nb-LCN/18Cr-Ti) + 铝合金 (A1100/A1050) + 聚四氟乙烯涂层	GB 4806.9-2016 GB 4806.10-2016	清洁时禁止破坏表面涂层、使用温度不得高于 250 °C
3	附属品	饭勺、蒸笼、粥[汤]勺	聚丙烯 (PP)	GB 4806.7-2016	
		量杯	聚丙烯 (PP)	GB 4806.7-2016	

售后服务

Panasonic 官方网站 : <http://panasonic.cn/>

Panasonic 客户咨询服务中心 : 4008-811-315

检查		检查您的 IH 电磁加热电饭煲!	
	您是否察觉到以下情况?		停止使用电饭煲
	<ul style="list-style-type: none">● 电源插头及电源线异常发热。● 电源线已损坏或碰到电源线后发生间歇性断电。● 本体变形或异常发热。● 本体冒烟或发出焦味。● 本体破裂、松动或发出异响。● 烹调时底部风扇不旋转。		若要避免意外, 请立即停止使用并拔掉电源插头, 然后联系 Panasonic 认定维修店进行检查。

制造商 : 松下电器产业株式会社
日本大阪府门真市大字门真 1006 番地
进口商 : 松下家电(中国)有限公司
浙江省杭州经济技术开发区松乔街 2 号
原产地 : 日本
© Panasonic Corporation 2019

RZ19EM29
F1219T0
发行年月 : 2019 年 12 月
日本印刷