

manual

取扱説明書

IH cooking heater

1口IHヒーター

AT-IH11



このたびは本製品をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
本製品をお使いになる前に必ず本書をお読みいただき、正しくお使いください。
本書は読み終わったあと、大切に保管してください。

amadana は amadana 株式会社の登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。

MADE IN CHINA

この商品は海外ではご使用になれません。
FOR USE IN JAPAN ONLY

保証書付 (裏表紙)

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。
ます。

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。
- 使用する前に「安全上の注意」を必ずお読みください。
- この取扱説明書はお使いになる方がいつでも見ることができるよう大切に保管してください。
- 「保証書」は「お買い上げ日」「販売店名」の記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。

もくじ

ご使用の前に

安全上の注意	2
使用上の注意	5
お使いになる前に.....	5
各部の名称	6
IH 調理器で使えるなべ・使えないなべ.....	8

取り扱いかた

使いかた 加熱調理 (ゆでる、煮る、焼く、炒める) ...	10
使いかた 鍋物.....	11
お手入れ	12

こんなときには

故障かな?と思ったら	13
安全機能について.....	14
仕様	15
保証書	裏表紙
保証とアフターサービス	裏表紙

安全上の注意

最初に、この「安全上の注意」をよく読んでいただき、正しく使用してください。
人への危害や、財産への損害を未然に防止するため、必ず守る必要があることを説明しています。

図記号の意味



注意を促す記号です。



禁止を示す記号です。



必ず行うことを示す記号です。



警告

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う
おそれがある内容を示しています。



- 揚げ物調理は禁止
油の温度が上がりすぎて火災の原因になります。

電源プラグ・電源コードは正しく使う



- 電源プラグのほこりは定期的に取り
ほこりがたまると、湿気などで絶縁不良に
なり、火災・感電の原因になります。
- 電源プラグはコンセントの奥まで確実に
差し込む
ショートによる火災・感電の原因になり
ます。
- 電源は交流100V、定格15A以上の
コンセントを単独で使う
火災の原因になります。



プラグを抜く

- お手入れや点検、移動の際は、必ず電
源プラグをコンセントから抜く
感電やけがの原因になります。
ただし、使用後10分は冷却のため、電源
プラグを抜かないでください。
- 使用後は電源を切り、電源プラグをコ
ンセントから抜く
火災の原因になります。



ぬれ手禁止

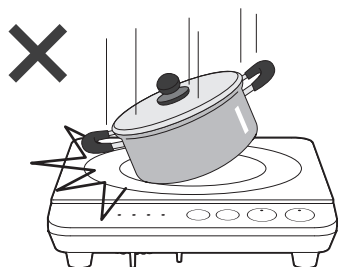
- ぬれた手で電源プラグの抜き差しをし
ない
感電・やけど・けがの原因になります。



- 電源コードをたばねて使用しない
過熱してやけどや火災の原因になります。
電源コードは、必ずのばして使用してくだ
さい。
- 電源コードを傷つけない
傷つける、加工する、無理に曲げる、引っ
張る、ねじる、重いものを載せる、挟み込
むなどしないでください。
電源コードが破損し、火災・感電の原因に
なります。
- 電源コードや電源プラグが傷んだり、
コンセントの差し込みがゆるいときは
使わない
ショートによる火災・感電の原因になりま
す。電源コードが破損したときは、修理専
用コールへお問い合わせください。
- 持ち運び時や収納時に電源コードを
引っ張らない
火災・感電の原因になります。



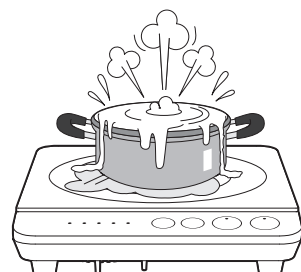
- トッププレートに強い衝撃を与えない
上に乗ったり、ものを落としたりしないで
ください。ひびが入ったり、割れたりする
と、感電・火災・けがの原因になります。



汁物・水・カレーなど液体を温めるときは



- 火力を弱めにし、時々かき混ぜる
突然沸騰して飛び散り、やけどやけがの原
因になります。



炒め物・焼き物をするとき



- 調理中はそばを離れない
- 予熱の火力は弱めにし、加熱しすぎない
少量の油で調理するため、発火に注意してください。



- 子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない
感電・けが・やけどの原因になります。



- 排気口、吸気口やすき間に、ピンや針金などの異物を入れない
- 排気口、吸気口に指を入れない
火災・感電・けがの原因になります。



分解禁止

- 分解・修理・改造をしない
火災・感電・けがの原因になります。修理技術者以外の方が修理を行うことは危険です。
修理については、お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。

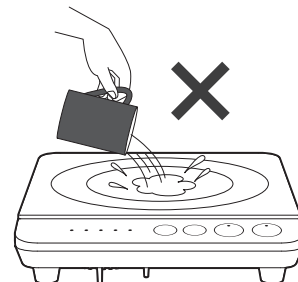


- 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源を切り、電源プラグをコンセントから抜く
発煙・火災・感電のおそれがあります。
【異常の例】
 - ・ 異常な音やにおいがする
 - ・ 電源プラグ・電源コードが異常に熱くなる
 - ・ 電源コードを動かすと、通電したりしなかったりする
 - ・ 運転中時々電源が切れる
 - ・ 触れるとビリビリ電気をを感じる
 - ・ トッププレートにひび割れができた
 ➡ 使用を中止し、お買い上げの販売店またはアイリスコールへお問い合わせください。



水ぬれ禁止

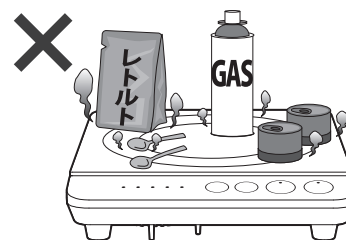
- 本体に水をかけない
漏電やショートを起こし、火災・感電の原因になります。



- 水のかかるところや、火気の近くで使用しない
ショート・感電の原因になります。



- トッププレートには、なべ以外のものは載せない
 - ・ カセットコンロ、ボンベ、缶詰、湯たんぽ、電池など
誤って加熱すると、爆発の原因になります。
 - ・ レトルトパック、アルミ箔のなべ、内側にアルミ箔を貼った紙パック、アルミ箔など
破裂によるけが、過熱による火災・やけどの原因になります。
 - ・ 金属製スプーン、なべのふたなど
過熱による火災・やけどの原因になります。



- トッププレートの上や近くに燃えやすいものを載せない
火災・やけどの原因になります。

安全上の注意 つづき



注意

誤った取り扱いをすると、人がけがをしたり、物的損害が発生するおそれがある内容を示しています。



- なべの下に紙・布・汚れ防止カバーなどを敷かない
なべの熱で焦げたりします。

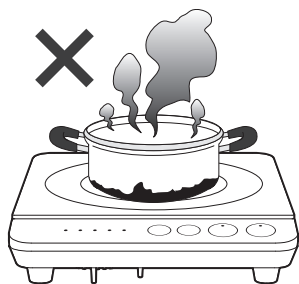


接触禁止

- 使用中、使用後しばらくはトッププレートに触れない
高温のためやけどするおそれがあります。



- 空だきしたり加熱しすぎたりしない
なべの温度が上がり、やけどや火災、なべの破損の原因になります。



プラグを抜く

- 長期間使用しないときは、電源プラグを抜く
漏電や絶縁低下による火災や感電の原因になります。
ただし、使用後10分は冷却のため、電源プラグを抜かないでください。
- 電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず電源プラグを持って引き抜く
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。



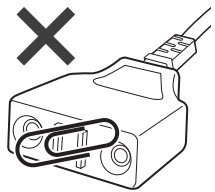
- 磁気に弱いものを近づけない
キャッシュカード、ICカード、カセットテープなどは記録が消えることがあります。
ラジオ、テレビ、補聴器などは雑音が入ったり音が小さくなる場合があります。



- 医療用ペースメーカーを使用している方は、本製品の使用に当たって医師とよく相談する
磁力線がペースメーカーに影響を与える場合があります。



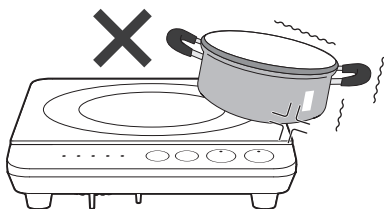
- マグネットプラグに金属をつけない
ショート・感電の原因になります。



- 付属の電源コード以外は使わない
- 付属の電源コードを他の機器に使用しない
火災の原因になります。



- なべを不安定なところに載せない
トッププレートのふちなどに載せると、落下などにより、やけどやけがの原因になります。



- 不安定な場所、滑りやすい場所で使用しない
落下などにより、やけどやけがの原因になります。



- 調理以外の用途に使用しない
異常発熱・異常動作による火災・やけどの原因になります。

- 業務用など家庭用以外の用途に使用しない
本製品は家庭用として設計されています。
業務用など家庭用以外に使用すると、火災などの原因になります



- 排気口や吸気口をふさいだり、排気口付近に手・顔・なべの取っ手を近づけない
本体内部が過熱してやけどや火災の原因になります。
特に、底面の吸気口の下に、紙やテーブルクロスなど吸い込まれやすいものを敷かないでください。

使用上の注意

- 他のIHクッキングヒーターの上で使わないでください。また、他のIHクッキングヒーターやIH炊飯器などを載せて使わないでください。
誤動作や故障の原因になります。
- なべは、ヒーターを示す円の中央に載せてください。
誤動作や故障の原因になります。
- ラジオやテレビ、リモコン、電話機、電池などを近づけないでください。
誤動作や故障の原因になります。
- トッププレートのふちやかどに、ものをぶつけないでください。
トッププレート破損の原因になります。

- なべの材質・形状・厚さにより、火力が調整されて弱くなることがあります。
- ヒーターの加熱中に何も操作をしないと、2時間で調理が終了します。
- 加熱終了後もファンの音がしますが、異常ではありません。
使用中・使用後は本体内部の冷却のためにファンが回ります。
ファンが止まるまで電源プラグをコンセントから抜かないでください。

● ヒーターの火力

火力表示	1	2	3	4	5
火力の目安	80W相当	200W相当	500W	700W	1,000W

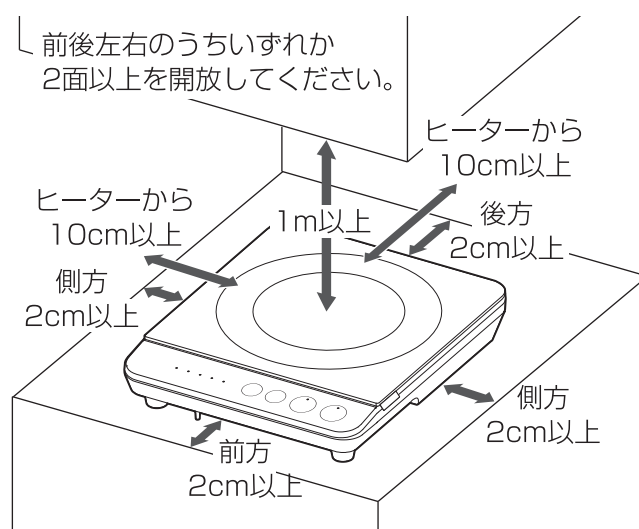
廃棄について

- 製品や梱包材の廃棄については、お住まいの自治体の取り決めにしたがって処理してください。

お使いになる前に

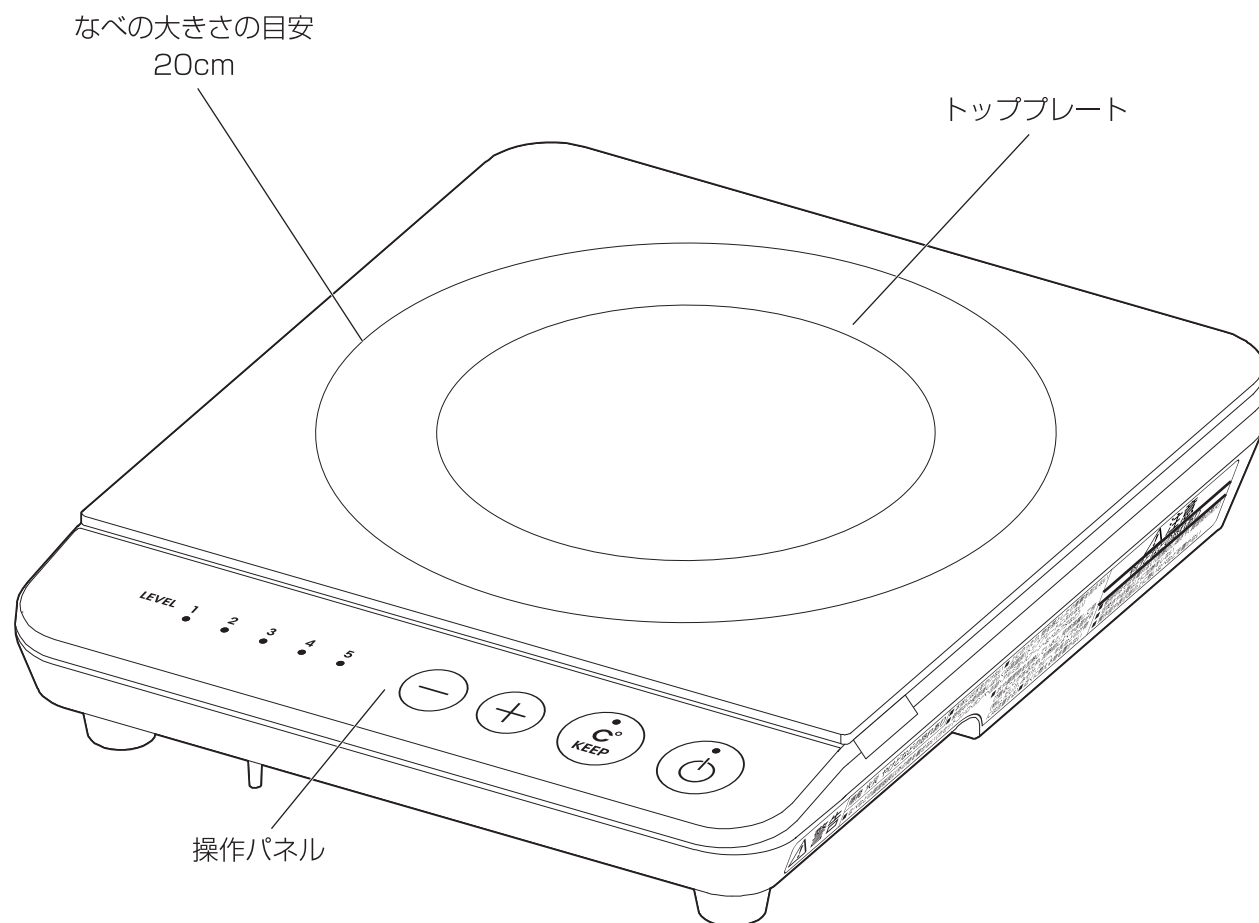
■ 使用場所について

- 壁・家具などから図に示す距離を離してください。
せまい場所で使用すると、過熱・火災の原因になります。風通しが良く、水などのかからないところで使用してください。
- 背面の排気口の周囲は空けてください。
- 水平で安定した場所で使用してください。

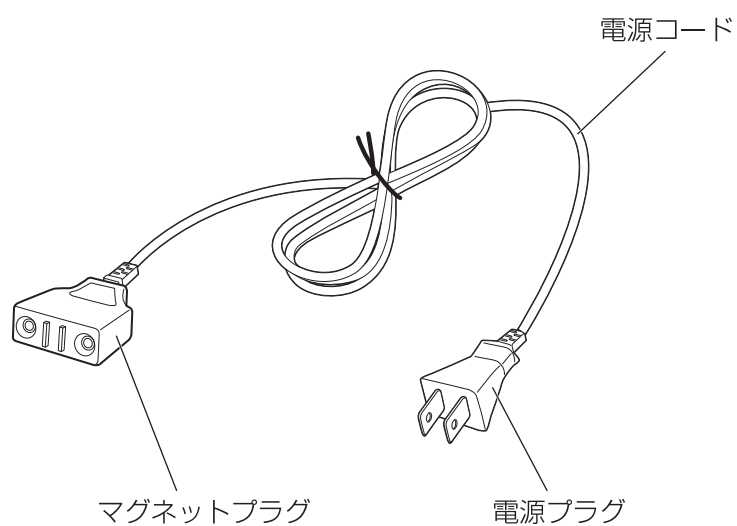


各部の名称

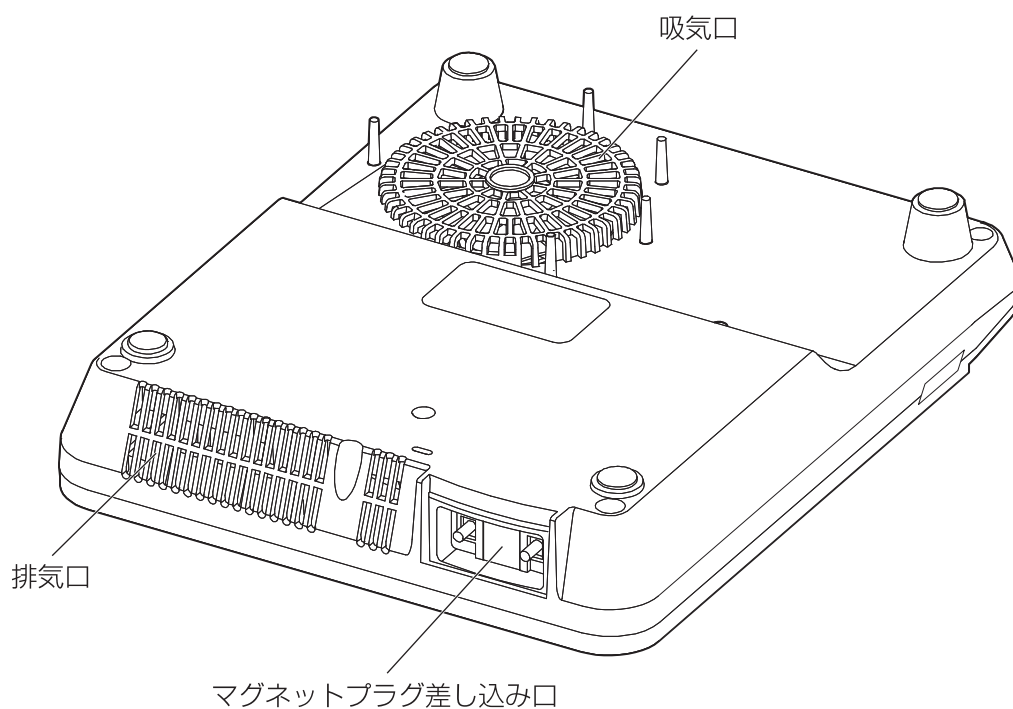
■ 本体



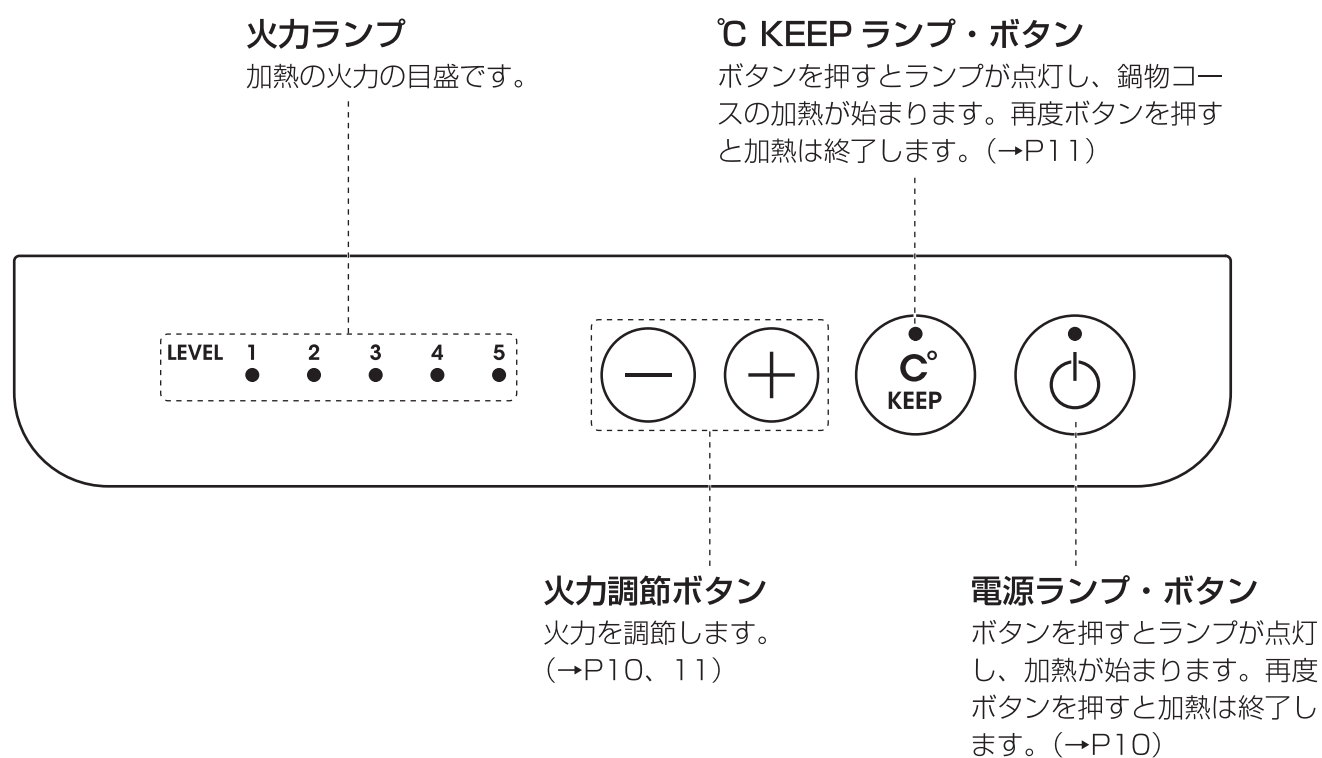
■ 電源コードセット



■ 本体（底面）



■ 操作パネル

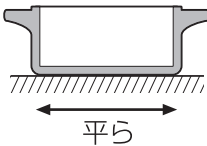
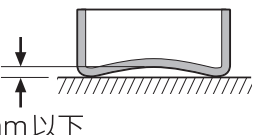
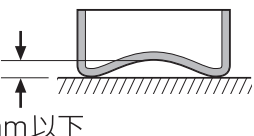
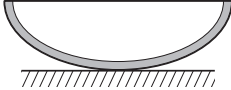
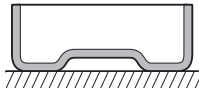
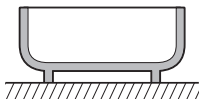


IH 調理器で使えるなべ・使えないなべ

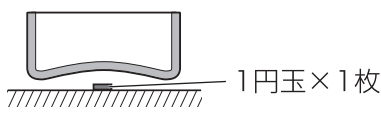
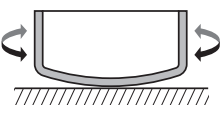
IH調理器では、なべ底の形状や材質・大きさにより、使えるなべと使えないなべがあります。

使えないなべを使用すると、温度制御が正しくできず油が発火したり、安全装置が働かず思わぬ事故につながるおそれがあります。

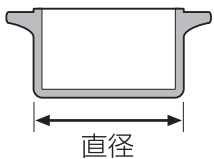
■ なべ底の形状

○ 使えるなべ	✕ 使えないなべ
● 底の平らなもの  平ら ● 鍋物調理の場合： そりが1mm以下のもの  1mm以下 ● 加熱調理の場合： そりが3mm以下のもの  3mm以下	● 中華なべなど底が丸いもの  ● 底に段がありトッププレートに密着しないもの  ● 底に脚があるもの 

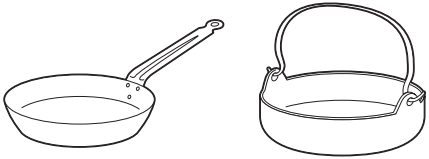
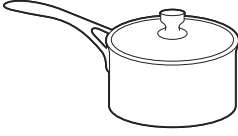
なべ底のそりの見分けかた

鍋物調理のとき ① 平らなテーブルの上に1円玉1枚を置く ② なべ底の中心と1円玉が重なるように、なべを置く ③ なべの端をおさえたときに なべがカタカタ動く→使用できる（そりが1mm以下） なべが動かない→使用できない（そりが1mm以上）  1円玉×1枚	加熱調理のとき ① 平らなテーブルの上に1円玉2枚を置く ② なべ底の中心と1円玉が重なるように、なべを置く ③ なべの端をおさえたときに なべがカタカタ動く→使用できる（そりが3mm以下） なべが動かない→使用できない（そりが3mm以上）  1円玉×2枚
※ 底が逆にそっているなべも使用できません。 ① 平らなテーブルの上になべを置き ② なべを回したときに なべが回る→使用できない 	

■ 大きさ

○ 使えるなべ	✕ 使えないなべ
● 加熱調理・鍋物調理の場合： 直径12～20cmのもの  直径	● 左記サイズより小さいもの ● トッププレートのなべの大きさの目安からはみ出すサイズのもの

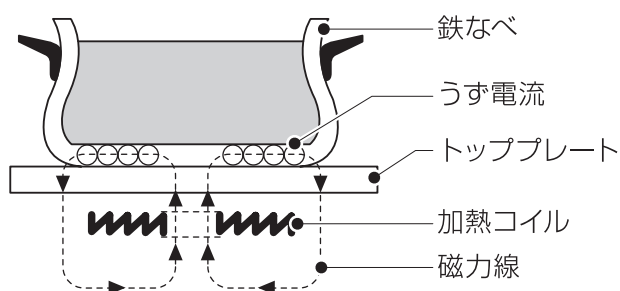
■ 材質

○ 使えるなべ	× 使えないなべ
● 鉄・鉄鋳物  ● 鉄ほうろう  ほうろうなべは、空だきしたり焦げつかせないようにする 底面のほうろうが溶けて焼き付き、トッププレートに損傷することがあります。 ● ステンレス  18-0 (SUS430) など ※ 種類によっては火力が弱くなったり、使えないなべもあります。 ● 多層鋼なべ ※ 種類によっては発熱しないことがあります。	● 耐熱ガラス  ● 陶磁器・土なべ  市販の土なべは「IH用」と表示されていても使わないでください。なべを認識できなかったり、うまく加熱できないことがあります。 ● アルミ・銅  アルミ箔なべ（なべ焼きうどんなど）は「IH用」と表示されていても使わないでください。なべを認識できなかったり、うまく加熱できない場合があります。

■ IHの加熱のしくみ

加熱コイルに高周波の電流を流すと磁力線が発生します。磁力線はなべ底を通るときになべの内部にうず電流を発生させます。うず電流が流れるとなべの電気抵抗でなべ自体が発熱します。

IHとは、Induction Heating（誘導加熱）の略です。



IH調理器では、このしくみのため、使えるなべと使えないなべがあります。

使うなべは、一般財団法人「製品安全協会」のSGマークのあるもの、またはアイリスオーヤマ製「IH対応」なべをおすすめします。

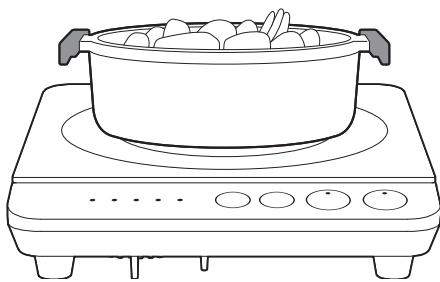


※ 使えるなべでも、材質・形状・厚さにより火力が調整されて弱くなることがあります。

※ 底の薄いなべを使うと、調理中に底が変形することがあります。変形した場合はすぐに使用を中止してください。

使いかた 加熱調理（ゆでる、煮る、焼く、炒める）

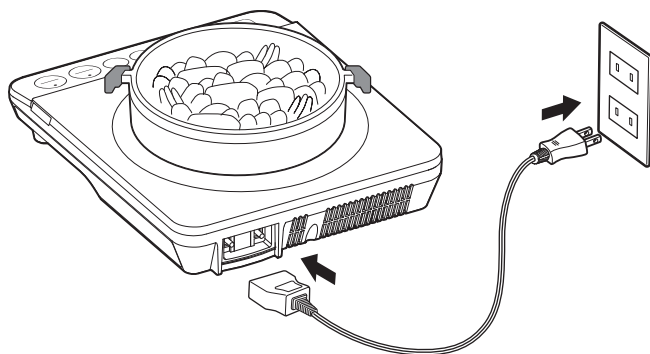
1 なべに材料を入れ、ヒーターの中央に載せる



※材質・大きさ・形状などが適正ななべを使用してください。（→P8～9）

2 電源コードを接続する

- マグネットプラグを本体後ろの差し込み口に接続し、電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。



3 電源ボタンを押す

- 電源ランプ、火力ランプが点灯し、加熱が始まります。
- 火力は「3」から始まります。

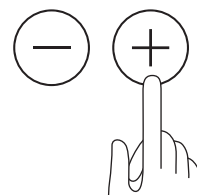


LEVEL 1 2 3 4 5

※加熱中に2時間何も操作をしないと、加熱が終了します。
2時間以上調理したい場合は、再度操作をしてください。

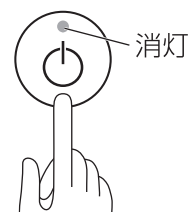
4 火力調節ボタンを押し、火力を設定する

- 調理中も火力を変更できます。



5 調理が終わったら電源ボタンを押す

- 加熱が終了します。



- 調理が終了しても内部の温度が高いときは冷却ファンが回ります。



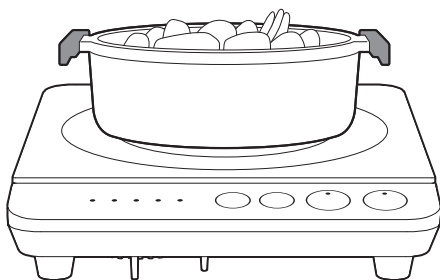
注意

- トッププレートが熱くなっていることがありますので注意してください。

使いかた 鍋物

- トッププレートが熱いときは使用できないことがあります。
- トッププレートやなべ底が汚れたままで使用しないでください。
- 鍋物コースでは、ゆで調理や焼き物・炒め物調理はできません。
- 事前に材料の炒め・味付けなどは済ませてください。また、必要に応じて落としぶたなどをしてください。
- 調理中は、ときどきかきまぜて焦げつかせないようにしてください。
- 長時間調理すると焦げつくことがあります。
- 調理物の種類や量、なべの材質や大きさによっては温度が高くなることがあります。そのようなときは、**火力調節**ボタンで火力を調節してください。また、ふたをしないと温度が低くなることがあります。

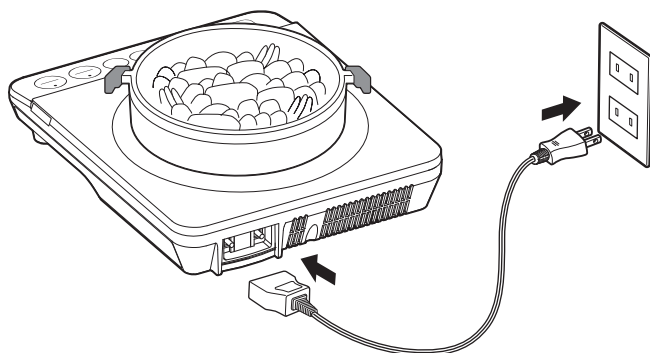
1 なべに材料を入れ、ヒーターの中央に載せる



※ 材質・大きさ・形状などが適正ななべを使用してください。(→P8～9)

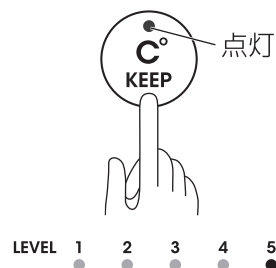
2 電源コードを接続する

- ・ マグネットプラグを本体後ろの差し込み口に接続し、電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。



3 °C KEEPボタンを押す

- ・ °C KEEPランプが点灯し、加熱が始まります。
- ・ なべの中の水がおよそ90℃になるまで加熱します。なべの中の水がおよそ90℃になると火力が「4」(700W)に切り替わります。
- ・ **火力調節**ボタンを押して、火力を「3」(500W)、「4」(700W)、「5」(1,000W)の3段階で調整することができます。



※ 加熱中に2時間何も操作をしないと、加熱が終了します。
2時間以上調理したい場合は、再度操作をしてください。

4 調理が終わったら°C KEEPボタンを押す

- ・ 加熱が終了します。



お手入れ



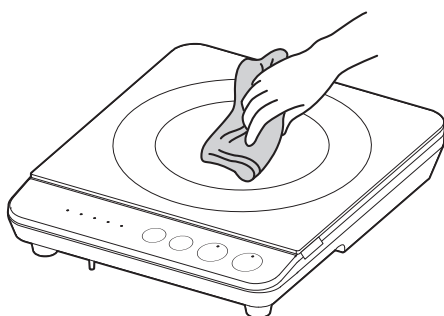
- お手入れは、必ず電源を切って本体が冷えてから行ってください。
- 水洗いはしないでください。
- トッププレート以外のお手入れは、必ず電源プラグをコンセントから抜いて行ってください。

本体・トッププレート

よく絞ったふきんで拭く

汚れが取れにくいときは、薄めた台所用中性洗剤を含ませた柔らかい布で拭いたあと、固く絞った布などで洗剤分を拭き取ってください。

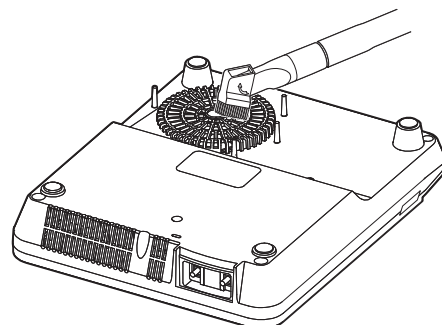
トッププレートの取りにくい汚れは、液体タイプのみがき粉を少量つけてこすり取ってください。



吸気口・排気口

掃除機でほこりを吸い取る

ほこりがついたままで使用すると故障・過熱の原因になります。



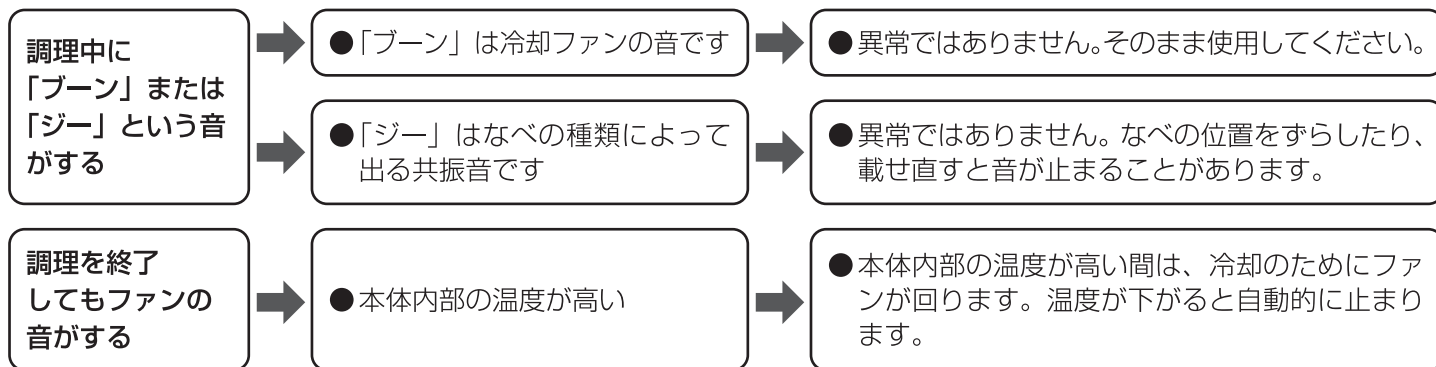
- シンナー、ベンジン、酸性・アルカリ性の強い洗剤、漂白剤、住宅用合成洗剤などは使用しないでください。
- トッププレート以外に、みがき粉やたわしを使用しないでください。
- トッププレートは、使用のたびにお手入れしてください。汚れたまま使用すると、変形やこびり付きの原因になります。

故障かな？と思ったら

使用中に異常が生じた場合は、修理を依頼される前に本書をよくお読みのうえ、以下の点を確認してください。

状 態	考えられる理由	処 置
ボタンを押しても動作しない	● 電源プラグが確実に差し込まれていない	● 電源プラグを確実に差し込んでください。
	● マグネットプラグが外れている	● 本体背面の差し込み口にマグネットプラグを接続してください。
使用中にブレーカーが切れた	● 使用できる電気の量を超えている	● 他の電気製品のスイッチを切る、別のブレーカーの回路に接続するなどして、回路の容量を超えないようにしてください。
調理中に加熱が止まった	● 加熱中・鍋物調理中に2時間操作をしないと、自動的に加熱を停止する（切り忘れ防止機能）	● 2時間以上調理したい場合は、再度操作をしてください。
火力が弱い	● なべ底の温度が上がっている	● 予熱時間が長すぎたりして、なべ底の温度が上がりすぎると自動的に火力を調整します。（火力表示は変わりません。）温度が下がると自動的に火力は元に戻ります。
加熱ができない 火力表示点減 ☼ 2 3 4 ☼	● なべを載せていない ● 使えないなべ、小物などを載せている ● なべの位置がヒーターの中央からずれている	● 使えるなべをヒーターの中央に載せて、もう一度操作し直してください。（→P8～9）
加熱ができない 火力表示点減 1 2 3 4 5	● 内部回路過熱防止機能が働いている	● 本体が冷えるのを待って、電源プラグを抜き差ししてください。
加熱ができない 火力表示点減 1 ☼ 3 4 5 1 2 3 4 5	● 電圧の異常を検知している	● 一旦電源プラグをコンセントから抜いて、コンセントを単独で使用してください。
加熱ができない 火力表示点減 ☼ ☼ ☼ ☼ ☼	● トッププレート過熱防止機能が働いている	● 電源を切り、トッププレートが冷えるのを待ってから使用してください。

故障かな？と思ったら つづき



それでも解決できないときは

お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。



警告 ● ご自分での分解・修理・改造はしないでください。

安全機能について

調理中異常があると以下のように安全機能が働きます。

火力表示（点滅）	安全機能	対 応
LEVEL 2 3 4 5	なべなし検知機能／ 小物検知機能	使えないなべを載せて加熱をした場合、なべを載せないで加 熱をした場合、スプーンなどなべ以外の小物を載せて加熱を した場合、ランプが点滅して加熱を停止します。
LEVEL 1 2 3 4 5	内部回路 過熱防止機能	内部の温度が上がるとランプが点滅して加熱を終了します。 電源を切り、本体が冷えるのを待ってから使用してください。
LEVEL 5	トップレート 過熱防止機能	トップレートの温度が上がると、ランプが点滅して加熱を 終了します。電源を切り、トップレートが冷えるのを待っ てから使用してください。
表示なし	切り忘れ防止機能	調理を始めて2時間以上操作をしないと、ブザー音が鳴り加 熱を終了します。

● その他の表示が出た場合や、異常が直らない場合は、お買い上げの販売店またはアイリスコールへご連絡ください。

仕様

電源	AC 100V (50 / 60Hz)	
定格消費電力	1,000W	
製品寸法	幅240×奥行286×高さ54mm	
質量（電源コード含む）	1.7kg	
電源コード	長さ1.5m	
ヒーター	IHヒーター 1,000W	
火力調節	加熱調理	5段階 80W相当～ 1,000W
	鍋物調理	3段階 500W～ 1,000W

※ 商品の仕様は予告なく変更することがあります。

長年ご使用のIHコンロの点検を！			
愛情点検 	こんな症状はありませんか	● ボタンを押しても、運転しないときがある ● 電源プラグ・電源コードが異常に熱くなったり、変色したり、こげくさいにおいがする ● 電源コードに破れがある ● トッププレートにひび割れができた ● その他の異常や故障がある	ご使用中止 故障や事故防止のため、すぐに運転を停止し、電源プラグを抜いて、お買い上げの販売店またはアイリスコールに点検修理をご相談ください。
		▶	

本書は、お買い上げ日から下記期間内に故障が発生した場合に、下記の保証規定により無料修理を行うことをお約束するものです。

お買い上げ日 ※		保証期間	
年 月 日		お買い上げ日より：1年間	
お客様	お名前		※ 販売店
	ご住所 〒		
	電話 () -		
		住所・店名	
		電話 () -	

販売店様へ： ※印欄は必ず記入してお渡してください。

保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベルなどの注意書きにしたがった正常な使用状態で故障及び損傷した場合には、弊社が無料にて修理または交換いたします。
- 保証期間内に、故障などによる無料修理をお受けになる場合には、お買い上げの販売店にて、保証書をご提示のうえ、修理をご依頼ください。
- 保証内容は本製品自体の無料修理に限ります。保証期間内においても、その他の保証はいたしかねます。
- ご転居や贈答品などで本保証書に記入してある販売店に修理をご依頼になれない場合には、アイリスコールにお問い合わせください。
- 保証期間内におきましても次の場合には有料修理になります。
 - 使用上の誤り、不当な修理、改造などによる故障及び損傷
 - お買い上げ後の落下などによる故障及び損傷
 - 火災、地震、その他の天災地変による故障及び損傷
 - 一般家庭用以外（たとえば業務用の長時間使用、車両・船舶への搭載など）に使用された場合の故障及び損傷
 - お買い上げ後の移動、輸送または什器・備品などとの接触による故障及び損傷
 - 本書の提示がない場合
 - 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換えられた場合
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 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。

修理メモ

※ 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もの（保証責任者）、及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。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アイリスコールにお問い合わせください。

※ 保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間については、「保証とアフターサービス」をご覧ください。

保証とアフターサービス

必ずお読みください。

■ 保証書

お買い上げの際に、所定の事項が記入されている保証書をお買い上げの販売店より必ずお受け取りください。
保証書がないと、保証期間内でも代金を請求させていただく場合がありますので、大切に保管してください。

■ 保証期間

保証期間は、保証書に記載されています。
保証期間内に故障した場合は、保証規定にしたがって修理させていただきます。

■ 保証期間経過後の修理

お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。修理により製品の機能が維持できる場合は、ご要望により有料にて修理いたします。

■ 補修用性能部品の保有期間について

当社はこの製品の補修用性能部品を製造打ち切り後、6年間保有しています。
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。

■ アフターサービスについて

ご不明な点はお買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

アイリスオーヤマ株式会社

〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号 ホームページ <http://www.irisohyama.co.jp/>

製品に関するお問い合わせは

アイリスコール 通話料無料

0120-311-564

修理に関するお問い合わせは

修理専用コール 通話料無料

0800-170-7070

受付時間 平日 9:00～17:00、土・日・祝日 9:00～12:00 / 13:00～17:00 （年末年始・夏期休業期間・会社都合による休日を除く）

FAX でのお問い合わせは

通話料無料

0800-888-2600

Web からのお問い合わせは

<https://www.irisohyama.co.jp/support/>
メールフォームにご記入のうえ送信してください