芸術書ご担当様

新 刊！

4月上旬 取次搬入予定

ＪＡＺＺ健康法入門

寺島靖国　著

寺島靖国　86歳。
日々のストレス、ジャズでケア。

日本ジャズ界の重鎮による「老後の日々と音楽（ジャズ）とオーディオ、そして健康」を綴る滋味溢れるエッセイ＆評論集。
「『レコード芸術』のオアシス」と謳われた人気連載を集成した異形のジャズ入門。日本ジャズ界の大御所寺島靖国氏が、ジャズとオーディオ、そして健康法に熱中した休刊までの5年7ヶ月。「聴いて心地よいジャズ」「音のいいジャズ」を中心に紹介されるディスクも多く、世にあまた存在する「ジャズ名盤紹介本」とは一味も二味も異なる、大人のための「快楽的ジャズの楽しみ方」入門書。目についた健康本は片っ端からから購入する“健康マニア”でもあるため、エッセイ中には自身によるトライ＆エラー情報を含む万人に役立つ健康へのアドバイスも多数含まれ、86歳を迎える現在も第一線で執筆活動を続ける秘訣が垣間見える。
「寺島家のオーディオ」「元気の出るこの20枚、20曲」
「極私的健康本ベスト15」他を併録。

プロフィール

寺島靖国（テラシマ　ヤスクニ）

1938年2月生まれ。ジャズ批評家。元ジャズ喫茶吉祥寺メグ・マスター。日本のジャズ趣味・評論の世界で長く中心的潮流であったインプロビゼーション重視、黒人プレイヤー偏重、といった方向性とは一線を画した、「聴いて心地よいジャズ、楽しいジャズ」を旗印として長く執筆活動を続ける。筋金入りのオーディオ・マニアでもあり、オーディオ関係の本も多い。2007年からは自身のプロデュースによるレーベル「寺島レコード」をスタートさせ、現在も継続中。発売されるディスクは、ジャズのCDとしては、毎回異例の売り上げを記録している。著作は『辛口！JAZZノート』（1987年）『JAZZリクエスト・ノート』（1989年）以降数十冊、近作は、『JAZZ遺言状 辛口・甘口で選ぶ、必聴盤からリフレッシュ盤まで600枚』（2018年）、『MY・ROOM・MY・AUDIO　十人十色オーディオ部屋探訪』（2022年）。

目次

第1章　対談「寺島流健康法」
　　――なぜ『JAZZ健康法入門』なのか
第2章　『レコード芸術』2018年1月～12月号
第3章　同2019年1月～12月号
第4章　寺島家のオーディオ Ⅰ
第5章　『レコード芸術』2020年1月～12月号
第6章　元気の出るこの20枚、20曲
第7章　『レコード芸術』2021年1月～12月号
第8章　寺島家のオーディオ Ⅱ
第9章　『レコード芸術』2022年1月～12月号
第10章　同2023年1月～7月号（休刊号）
あとがき

ご担当　　様

（貴店名・帳合）	（注文） 冊

新　刊！

JAZZ健康法入門

寺島靖国　著

四六判・256頁　定価2,090円（本体1,900円＋税）
ISBN978-4-276-24105-3

ご注文：FAX 03-3235-2148　㈱音楽之友社／営業部　TEL 03-3235-2151