

在城山徒步健行

城山（標高 369 公尺）是統稱為「四塚連山」的四座山峰之一。從赤間的登山口上山，除了山道狀況維護良好，還設有堅固的原木台階，沿途也能飽覽整個地區的景致，因此在登山客間很受歡迎。

山頂附近的石牆殘跡，顯示著蔦嶽城舊址的所在地。據信，宗像家族於西元 13 世紀建造了蔦嶽城，並在 1560 年進行強化工程，以防遭受敵人的攻擊。西元 16 世紀以前，宗像家族一直統治著該地區，家族成員還曾擔任宗像大社の宮司；宗像大社は供奉宗像三女神的三座神社總稱。

上山途中，遊客可以看見一些珍稀植物和真菌。在夏季時，淡黃裙鬼筆（學名：*Phallus luteus*）在靠近山腳的茂密森林中生長，特色是從蕈帽處下垂的花邊裙帶，再往山上走，還能見到這種蕈菇的白色變種。血紅肉果蘭（學名：*Cyrtosia septentrionalis*）則是生長於這片森林中的一種特殊蘭花，擁有紅色豆莢狀的果實，表示這種植物屬於蘭菌根（與根中的菌共生），即以真菌為養分來源，而非透過光合作用取得養分的蘭花。

此外，宗像地處盆地，因此四塚連山是最為突出的自然地標，徒步健行者無需特殊裝備即能登山，而且一天內要爬完四座山也不無可能。