

城山徒步

城山（369 米）是被统称为“四塚连山”的四座山峰之一。从赤间登山口上山的道路保养得很好，还设有结实的原木台阶。这条小径颇受登山者的欢迎，因为沿途可饱览整个地区的景致。

山顶附近的石墙残迹标志着此处是莒岳城旧址的所在地。据信，宗像家族于 13 世纪建造了莒岳城，并在 1560 年对防御工事进行了加固，以防遭受敌人的袭击。宗像家族统治该地区直至 16 世纪，其家族成员还曾多次担任宗像大社的宫司。宗像大社是供奉宗像三女神的三座神社的总称。

在上山途中，游客可以见到一些珍稀植物和真菌的身影。在夏季，淡黄裙鬼笔（学名：*Phallus luteus*）便会在靠近山脚的茂密森林中生长，其特点就是有一条从蘑菇帽垂下来的花边裙带。再往山上走，还有这种蘑菇的白色变种。血红肉果兰（学名：*Cyrtosia septentrionalis*）是一种不寻常的兰花，生长于森林中。这种植物拥有红色豆荚状果实，表明其属于异养菌兰，这种兰花以真菌为养分来源，而非通过光合作用产生营养。

宗像地处盆地，而四塚连山是其最为突出的自然地标，徒步旅行者无需特殊设备就能爬上这些山，而且一天之内就能爬完四座山。